

推进中心城区公厕垂直绿化建设 我市65个公厕穿上“花衣”



图为濠河公园公厕。(王岚 朱琼 摄)

本报讯(记者王岚 通讯员朱琼)漫步在城市中心区的绿地公园,如果看到一栋满是绿色的建筑,那可能就是公厕了。记者从宁波市城管局园林部门了解到,目前中心城区共有65个公共厕所进行了垂直绿化,现在绿植长势正好,还各具特色。

据悉,公厕垂直绿化主要有中山广场、宁波书城、惊驾路、徐家村、福明三期、江东南路、柳汀立交桥、桃渡路、江北公园等公厕,垂直绿化形式含绿植墙式、板槽式、垂挂式、钢丝网式,总面积约3000平方米。

记者看到,这些绿色公厕中,有的已经完全融入公园景致,甚至成为其中一景。如宁波书城的公厕采用了绿植墙式的垂直绿化形式,总面积410平方米,用了4万多株植物,主要有金森女贞、银姬小

腊、金叶菖蒲、毛鹃、鸭脚木等。这些植物都是四季常绿,把整个建筑点缀得生机盎然。

同样是垂直绿化,徐家村的一公厕显得小巧精致多了。绿植墙结合板槽式的垂直绿化,再配上佛甲草、杜鹃等开花植物,花季一到,公厕的颜值分分钟飙升。而这样的美丽公厕在市区还有很多,有濠河公园公厕、江北花园公厕、白鹤公园公厕等。

密集的植物种在墙上,不仅美观,还有防风滞尘、降低噪音、减少太阳辐射、调节建筑室内外温度的作用,特别适用于人口稠密、建筑拥挤的城市中。据悉,除了这些公厕垂直绿化外,市园林局还在园林局大楼、鄞州人民医院、体育馆、东柳社区、外滩大桥、庆丰桥、南北高架桥柱、解放桥中央隔离带等地方也进行了垂直绿化。

纪念屈原 是纪念一种爱国精神



郭敬波

公元前278年,屈原在汨罗江边矗立良久之后纵身一跃,水波涟漪归于沉寂之后,却凤凰涅槃地在中国人集体记忆中树立起了一座文化丰碑。两千多年后的今天,我们仍然以一种仪式去感受屈原的人文精神和道德开悟。我们以“文人”的姿态去怀念屈原,因为屈原是才气横溢的行吟诗人,我们以“士”的情感去理解屈原,因为屈原有直言不讳宁死不屈的品格。

屈原的“正当职业”是什么?是个“法律人”。离骚、天问、九歌、九章只是屈原“无心插柳”之作,以今天的行为模式作个比喻,就是随便“发个微博”抒怀而已,而非职务作品。楚怀王使屈原“造为宪令”,屈原的本职工作是起草政令、法律。如果说做皇帝的南唐后主李煜不如做词人的李煜,屈原则是做官与做文人齐头并进,“法律人”屈原的法律思想整合了诸子百家的观点而自成一统。

屈原的零运其实也是从一次立法的“著作权”之争开始的。

史载,屈原有一次拟写政令“草稿未定”,被上官大夫“见而欲夺之”,屈原不给,于是上官大夫就去楚怀王那里告状说,他每一次拟政令就鼓吹自己“非我莫能为”。这不就是“领导夹菜你转桌,领导开门你上车”的做派嘛?就像现在领导在上面念稿子,下面秘书站起来冷不丁来一句“那都是我写的”,于是乎,“王怒而疏之”。要说当领导就要“能上能下”,再说了屈原只是被罢黜左徒之官,还有保留之职,勉强还算是中层领导,怎么就选择了自杀呢?

中国古代有种说法:“身体发肤,受之父母,不敢毁伤,孝至始也。”所以,自杀是最大的不孝。即便在古代西方,“自杀”也是一种原罪。屈原选择自杀,还得从古代的“官场文化”说起。中国自古以来就有“文死谏、武死战”的说法,文人因谏言而遭贬会觉得是一种荣耀,临行前还有一大帮朋友来送行,并表达羡慕和钦佩之情。被杀更觉得是一种伟大的死法,可以名留青史。

古代文人这种“不怕死”的精神。屈原这一跳,跳出了中国人的一种精神与文化品格。明明知道谏言会得罪既得利益者和当权者,但是为了国家命运仍然百折不回,用体恤民众的良知和不卑不亢的操守,坚守社会责任和职责使命,把社会责任放在重要位置,当国家面临民族有难的时候敢于挺身而出。

这是中华民族的“精神共同体”。年年岁岁,我们纪念屈原,就是在让这种精神得以延续。

宁波是胃肠癌高发地区

医生:预防胃肠癌,一定要管住你的嘴

本报讯(记者陈敏 通讯员张基隆 郑瑜)宁波已成为胃肠癌高发地区。如何有效预防胃肠癌?在昨日举行的鄞州人民医院首届“胃肠节”上,专家提醒市民:预防胃肠癌,一定要管住你的嘴。

我国是胃肠癌的高发国,在高发肿瘤中,胃癌发病率位居第二,死亡率排第三;大肠癌发病率和死亡率都位居第五。而宁波地区胃肠癌发病率排在全国各大城市前列。据统计,2016年,鄞州人民医院共开展胃镜检查22895例,检测出患有肿瘤的327例;开展肠镜检查

2010例,检测出患有肿瘤的255例。

怎样管好自己的胃?鄞州人民医院消化内科主任医师、硕士研究生导师许丰说:“很重要的一个字——‘吃’。管住了吃,胃肠道就会健康。”

据介绍,胃癌分为胃型(弥漫性)和肠型胃癌。弥漫性胃癌由基因突变所致,在胃癌中占极少部分,其中大多数肠型胃癌有规律可循,由慢性萎缩性胃炎到肠上皮化生到异型增生,再到胃癌。整个过程需经数十年的时间,而且可以在

中间环节阻断,因此只要关注,可以预防进一步病变。

许丰说,胃癌可以称为“吃出来的肿瘤”,要远离胃癌,务必不要吃霉变食物,少吃或不吃熏制、腌制、烧烤和泡制食物。规律进食,不暴饮暴食,不食过硬、过糙、过烫的食物,实行分餐,减少幽门螺旋杆菌的交叉感染,多吃新鲜蔬菜水果和葱蒜类,控制体重。他建议,如果胃炎合并幽门螺旋杆菌感染,一定要根除幽门螺旋杆菌。

胃病高发,不规律生活和紧张情绪也是罪魁之一。据世界卫生组织

统计,七类人最容易患胃病:熬夜族、不吃早餐族、餐后运动族、吃饱就睡族、天天吃撑族、小病隐忍族及无辣不欢族。其中,熬夜族排在了第一位。

“不管是胃部还是肠道疾病,都可以通过早期的筛查进行预防。”许医师称,胃镜检查可及时发现多数的胃癌,而直肠指检、直肠镜检查可及时发现多数大肠癌,一些病症如萎缩性胃炎、早期胃癌还可以通过微蛋白酶源检测进行确定。特别是有家族史的、生活在高发区域的人群更要进行及时的筛查。

全市十大杰出职业经理人揭晓

本报讯(记者杨绪忠 通讯员金陈璐)职业经理人活动日主题活动近日举办。会上发布《2017宁波职业经理人发展白皮书》,王磊、包亦波、来荣法、吴科佳、吴素波、欧奇习、贺颖艳、葛建英、管海竣等获评“2017宁波十大杰出职业经理人”。

根据《白皮书》的调研结论,目前宁波职业经理人存量近15万人,其中本地成长的职业经理人和外地引进的职业经理人比例各占50%,近60%的经理人在宁波工作5年以上,20%的经理人在宁波工作超过10年。宁波职业经理人发展中的主要问题包括:存量队伍素质偏低、高层

次职业经理人资源紧缺、发展环境欠缺、流动性较强等。

“融合、共享、发展”是贯穿整个活动日的主题。为实现真正的融合,活动日搭建了宁波市职业经理人发展研究中心、宁波市职业经理人产学研协同中心、宁波市职业经理人信息资源共享中心等多个平台,各大社群、民间组织可通过这些平台共享资源,以促进我市职业经理人素质的提升。

据悉,“宁波职业经理人活动日”由宁波市职业经理人协会发起开展,致力于推动职业经理人与企业的交流。活动日期间,还举办了两岸四地产业合作研讨会,并发表《两岸四地职业经理人合作宣言》。

300名棋童 对弈迎“六一”



昨天,全国象棋业余棋王赛宁波国家高新区预选赛暨第四届“国华杯”市象棋公开赛举行。在成年人组、老年人组、青少年组选手角逐的同时,300多名棋童也进入儿童组级别同场较量,既培养孩子们善思、沉着、处事的处事态度,又丰富他们小长假的文化生活。

(胡建华 韩鹏俊 摄)

“把最好的位置留给书店”

海曙实体书店渐成风靡之势



本报讯(记者陈朝霞 海曙记者站张黎升 朱尹莹)前天是端午小长假的第一天,新进驻海曙的三联书店一开业,就吸引了众多读者,书店内灯光柔和,书迷们或独坐一桌安静看书,或各自静心选择心仪的书籍,让书店颇具人气。

伴随着电商的迅猛发展和数字阅读的冲击,近年来,一些实体书店接连遭遇“闭门潮”。然而在海曙,连锁书店“猫的天空之城”进

驻南塘老街开出宁波第一家门店,民营书店“枫林晚”也在南塘老街开出第二家实体书店,全市首个24小时书房亮相天一广场,业界“大咖”上海三联书店·筑巢生活和天一书局亦纷纷抢滩海曙,为“书香海曙”品牌再添亮色。

为何实体书店青睐海曙?海曙区文化广电新闻出版局相关负责人表示有两个重要原因:一是作为历史文化名城核心区的海曙拥有“书

藏古今”的天一阁,奠定了海曙在阅读界的地位;二是海曙这十几年来“书香海曙”品牌的培育,激发了全民阅读的热情,支持了实体书店的发展。同时,实体书店自身也在不断尝试新的模式,用更好的创意给行业带来新的活力。

“我们用最好的位置,把3000多平方米的大尺度空间给了三联书店。”1844艺术生活中心相关负责人表示,三联书店·筑巢生活不仅是卖书,而是打造文化分享平台,创新生活场景与服务,融合线上与线下,为都市品质家庭筛选和呈现最美好的生活方式提供最温暖的文化体验时光。蕴含着“天一”基因的“天一书局”则坐落于天一

阁博物馆西南侧,建筑面积近2000平方米,在经营模式上,书局将提供休闲、饮品等服务,结合线上书店和便捷物流等模式,建成新型文化综合体,同时启动上下游产业布局,形成采编、出版、营销、衍生为一体的完整产业链。

不仅是这两家大书店,几乎海曙的每家独立书店都引入了时下最流行的经营模式——把书店做成“吧”的形式,既有书,还有饮品、音乐、文创产品、文化活动等种类繁多的“混搭卖点”,以此来实现盈利。“街区、商圈把最好的地方留给书店,体现了一种‘海曙选择’。”海曙区相关负责人表示。

近一个月,市中医院已收治10名被眼镜蛇咬伤病人,是往年一年的总量

请注意:又到“蛇出没”季

本报讯(通讯员刘杨 记者陈敏)随着气温的逐渐升高,蛇开始蠢蠢欲动了,每年4月至10月是蛇咬伤高发季。近一个月来,市中医院已收治10名被眼镜蛇咬伤病人,差不多是往年一年的总量。

近日,宁海的王大伯在田间劳作时,看到一条黑黑的蛇趴在地上一动不动,很“老实”,就想把它抓回家吃。他很快抓住了蛇的寸寸,可他提着蛇才走了50米,蛇挣脱并在他右手臂上咬了一口,他的整个右手臂立刻肿了起来,疼痛难忍。家里人马上把他送到了市中医院蛇伤科,经过中西医结合治疗,王大伯现已脱离危险。

市中医院蛇伤科主任邹荣生说,眼镜蛇不竖立起来时,没有经验的人往往辨认不出,容易放松警惕,而且它往往不主动攻击

人,只有在感觉到威胁时,才会咬人,所以不要去抓蛇。眼镜蛇有神经毒性和血循环毒性,咬伤局部坏死比较严重,可能面临截肢甚至生命危险,应及时送专科就诊,鉴于眼镜蛇咬伤增多,建议市民外出爬山时要当心。

如何防范被蛇咬?邹医师介绍,远离蛇易出没的地方,比如杂草或者垃圾比较多的地方;在草丛中行走时,手持棍棒,边走边打草,可起到打草惊蛇的作用;一旦发现蛇,不要惊慌,更不要试图去伤害蛇。大部分毒蛇只有在感到威胁时才会主动攻击,因此看到蛇,远远避开是上策;若被蛇追逐时,应忽左忽右之地字形转弯跑,切勿直跑或直向下坡跑。

若不慎被毒蛇咬伤,应及时送到附近医院,同时可留意蛇的形状和颜色或拍照。蛇咬伤部位可能会快速肿胀,若有戒指应取下。

宁波二中入选中国教育学会 科创教育联盟成员学校

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员潘旭红)记者近日获悉,宁波二中入选中国教育学会科创教育联盟首批成员学校。

中国教育学会科创(STEAM)联盟由中国教育学会主办,是由国内(外)中小学、高等院校、科研机构以及相关企业志愿组成的教育创新协作体。

全国共有98所学校入选首批联盟成员学校,浙江省有杭州二中、宁波二中5所学校入选。

联盟致力于借鉴发达国家的有益经验,结合中国国情,打造具有中国特色的STEAM课程及评价体系,从而引领我国中学课程改革,丰富和创新人才培养模式,努力探索我国学校育人模式的创新之路。