

为登山步道更美，他们苦并快乐着

宁海一志愿团队半年义务巡检和维修500多公里



本报讯（记者孙吉晶 宁海县委报道组蒋攀 通讯员张春涛）“宁海登山步道保护得很好，我要拍些照片，发到朋友圈和大家一起分享。”昨日，来自上海的驴友戴女士对宁海国家级登山步道赞不绝口。

让戴女士想不到的是，宁海登山步道之所以保护得好，离不开一个团队的辛勤付出。

宁海登山步道遍布全县各地，总长度超过500公里，每年吸引数

万人前来观光。然而，每年春夏之际，登山步道总会被新长出的毛竹、茅草掩盖，或者出现路块不平整等情况。

为了让登山步道完整无缺，一市镇的开游汇户外俱乐部义务承担起了步道维护的重任，定期对遍布宁海县的登山步道进行巡检和维修。开游汇户外俱乐部成员来自五湖四海，从事各行各业，年龄最大的65岁，最小的30岁，他们怀着一颗热爱自然、保护生态的公益之心，投身步道维护工作，既方便了村民上山劳作，也给来自各地的游客提供了一个寻求大自然趣味的通道。

近日，记者沿着一市镇牛台村

的登山步道拾级而上，古代抗倭遗迹烽火台、百亩樱花园、木峰山、旗门港等景点映入眼帘。在接近山顶的位置，开游汇户外俱乐部的成员背着15公斤重的装备包、药水桶，携带柴刀、锄头、钢棒等工具忙着砍柴除薪、垫石铺路。俱乐部负责人郑毅燕说，成员们一边负重徒步，一边修复道路。尤其是在夏日中午，气温超过30℃，他们顶着酷暑在步道上徐徐前行，直到下午才出山。很多人一路上只吃点面包、饼干之类的干粮，还有人皮肤被严重灼伤。

“虽然很辛苦，但为了宁海的登山步道更美，我们苦并快乐

着！”郑毅燕说，成员们披荆斩棘，游走在深山老林中，有时还冒着受伤的危险，但他们都咬牙坚持了下来。

在郑毅燕的带领下，开游汇户外俱乐部目前有20多名志愿者参与其中，实现了春秋两季大规模维护和每周分路段维护的目标。俱乐部的行动也得到了宁海县体育发展中心的支持，为他们提供一定资金用于医护用品等物资的补给。

今年以来，开游汇户外俱乐部已经对全县500多公里的登山步道完成一轮检修。完整、美丽的登山步道，留下了这群志愿者的足迹和汗水。

炎热升级 今明两天再现高温日



本报讯（记者厉晓杭 通讯员虞南）随着副热带高压重新加强，昨天天气转为多云，气温上升，闷热异常，市区最高气温为33.9℃。今明两天，炎热升级，最高气温将轻松突破高温线。

昨天，市气象台发布高温报告，受副热带高压影响，今明两天我市最高气温可达35℃至38℃，请大家注意做好防暑降温工作。

今天，我们将迎来大暑节气。这个时节是一年中日照最强、气温最高的时候，“湿热交蒸”达到顶点。这时正值“中伏”前后，全国大部分地区进入一年中最热的时

期，也是喜温作物生长最快的时期，但旱、涝、台风等自然灾害发生频繁，抗旱、排涝、防台和田间管理等任务很重。

根据预报，今天多云，午后局地有雷阵雨；明天多云，午后到夜里部分有雷阵雨；24日到26日多云到阴有阵雨或雷雨；27日起以晴热天气为主。最高气温除24日到26日30℃至32℃外，其余时段都在35℃或以上；最低气温除24日到26日在24℃上下，其余时段25℃至28℃。

气象部门提醒，盛夏天气，午后对流旺盛，易出现雷阵雨天气，再加上本周副高进退反复，易出现桑拿天的晴热和雷阵雨相间的天气特点，请大家多关注最新天气预报预警信息，外出随身备个伞，晴时防晒、雨时挡雨。

铁路宁波站南广场智能公厕今天亮相

本报讯（记者张燕 通讯员励彤 刘妍珣）昨天上午，记者从南站综管办获悉，铁路宁波站南广场东侧的智能公厕已基本完成改造升级，今天正式投入使用。

全新的智能公厕建筑位于南广场东侧，面积近百平方米，内设管理间、独立母婴室、工具间，整体达到五星公厕的建设标准。每个厕位均安装有红外线感应器，此感应器与公厕外一块崭新的LED大屏幕相关联，市民在公厕外不仅可以通过屏幕了解日期、天气、紧急按钮报警情况、人流量等内容，还可以通过屏幕上显示的“有人/无人”，了解各个厕位使用情况，避免厕所内排起长队。

记者在现场看到，男女厕所盥洗室分别设置有免费的刷脸取纸机，市民只需站在取纸机前，电子屏幕便会在自动识别人脸后，“吐”出适量纸巾。“刷脸取纸，有效地避免了厕纸的浪费，同时也能引导市民文明用纸。”南站综管办相关负责人表示。

“公共厕所改造升级，这是我们45项改革工程的其中一项。”该负责人说，未来将进一步推动枢纽综合治理创新和服务环境优化，着力打造“智慧化、人文化、国际化、景区化”的一流综合枢纽和城市客厅。



刷脸取纸机。（张燕 励彤 摄）

吃了个冰桃子 竟住进了ICU

医生提醒:体质弱、胃肠不好的人不可以直接吃冷藏的蔬果食物



本报讯（记者陈敏 通讯员张林霞 叶恭杰）就因为吃了冰箱里的一个桃子，张大伯将自己送进了医院ICU。昨日，刚从ICU转到普通病房的张大伯说起刚刚经历的一切，仍心有余悸。

一周前，天气闷热，张大伯想到家里冰箱里面还放了好几个桃子，就拿出吃了一个。吃完没多久他就感觉肚子不舒服，然后就出现了腹泻，每天有6至8次，整整持续了2天，按照张大伯的说法“整个人都拉虚脱了”。

家里人看到张大伯的情况不太对，赶紧送到了市医疗中心李惠利医院东部院区。当时张大伯精神不佳，神情恍惚，家里人跟他讲话也爱答不理的，血压只有80/46mmHg，需要血管活性药物维持，并且出现了发热，最高达

38.9℃。陈佳洪主治医师了解病史后考虑可能是“脓毒性休克”，第一时间就收治ICU。

好端端地吃了个冰桃子，怎么就严重到住进ICU了？张大伯一家都因为这个结果而感到惊讶。

张大伯已经年过六旬，既往有肝硬化、糖尿病等基础病史，身体底子差，又吃了过冷的食物，引起了急性胃肠炎，进而发展成脓毒性休克。

经过2天的积极治疗后，张大伯血压恢复至116/80mmHg，体温、肾功能等各项指标逐渐恢复正常，病情趋于稳定。

市医疗中心李惠利医院东部院区重症监护室负责人董绉绉提醒市民：每年夏季都是肠道腹泻的高发季节，夏季人容易燥热，每天摄入一定量的蔬果是必须的，对于生冷食物特别是刚从冰箱中取出来的蔬果食物需要注意，尤其那些体质弱、胃肠不好的人，千万不可以直接吃，不然很容易造成腹泻，严重的会引发脓毒性休克。

“职业病”又犯了 “网红”交警住院还不忘开课

本报讯（记者王晓峰 通讯员周瑾 杜振宁）“我平均3天就要讲一堂交通安全课，一年百余场吧，不是在上课，就是在上课的路上……”闲不住的“网红”交警王坚钢还在住院就犯了“职业病”，昨天中午休息时间“逮”住一群医生和护士，给他们上了一堂安全课。“网红”的口才还真了不得，典型事故案例说得深入浅出，旁听者恨不得给他“刷礼物”、喊“666”！

“上次我经过这个路口时拍了一张照片，被感动了，你们看看我们的工人兄弟有多觉悟，骑车等红

灯不越线，排得多整齐……我当时就上去和他们讲，能不能给王哥我一个保证，下个路口也这样？”昨天中午12点许，王坚钢在宁大附属医院住院部14楼的示教室，讲了一堂交通安全课，30多名医护人员旁听，还有病人家属也赶来凑热闹“偷听”。

王坚钢是江北交警大队宣传民警，他右腿有疾且无法长时间站立，目前是医院住院部的病人。开讲仅5分钟，王坚钢就坐不住了，站起来走到屏幕前，连比带画地开始讲解起他精心收集的各重大事故案例。

“站了10分钟后，我的右腿就有点酸痛了。不过当时注意力集中在上课上，感觉还不明显，但45分钟的课程结束后，撑不住了！”一上完课，王坚钢就急忙回到了病床上。按照医生的说法，几天后他才能出院，不过还要在家静养半个月。但王坚钢的想法是，一出院就回单位，因为最近预约电话不断，他的安全课很接地气，广受欢迎，早就排满了。

王坚钢说，之所以要给这里的医生和护士上一堂课，是因为在接触中他了解到某些医护人员在交通

出行中存在安全“漏洞”。

据了解，王坚钢今年56岁，1985年参加公安工作，现任江北交警大队指挥中心主任科员，专做社会各界宣传交通安全工作。1989年，他参与创办了全省第一支少年交警队，让“交通安全从娃娃抓起”成为现实。他还是一名“网红”民警，他主持的《王哥说安全》系列微视频，广受群众欢迎。如今他又把“战场”转移到了抖音平台上，他参与的《王哥说“道”》栏目已成为宁波交警安全宣传的又一大王牌。

要“爱心共箱”也要“绿色包装”



魏芳

据7月21日《宁波日报》报道，在江北区孔浦街道怡江社区怡江小区门口的一家菜鸟驿站附近，有一个不到一米高、标识着“爱心共‘箱’”的白绿色箱子，这是小区刚刚推出的快递纸箱循环利用点，方便居民把一些快递包装箱进行收纳再反复利用。

近年来，随着网购业的兴起，快递包装纸箱的处理问题也随之而来。快递包装纸箱留在家中没有多大用场，还占用家中的场地。于是乎，有的人便把它当废纸给卖了，有的干脆一扔了之。

有资料显示，我国生产1吨纸需要消耗20棵树，按平均每个纸箱重0.1公斤来计算，一年的快递包装纸箱要消耗近3000万棵树。真是“不算不知道，一算吓一跳”。可这些

快递包装的材料几乎没有被回收再用，浪费现象十分严重。此次，怡江小区推出“爱心共箱”之举，无疑是实施“快递纸箱回收循环使用”的一个好办法，既方便居民把一些快递包装箱进行收纳再反复利用，又能唤醒人们重视保护森林、保护环境。

但笔者以为，除了推行“爱心共箱”之举外，还需让快递包装“绿起来”。一方面，相关部门应尽快出台快递业务包装行业标准，规范使用绿色环保型的包装材质，杜绝重复浪费和豪华装饰，还要树立循环利用理念，对快递包装产生的垃圾建立统一回收机制，提高包装物品的使用效率。另一方面，作为快递公司或卖家，在进行商品包装时，应尽量多些“简包装”。如此，快递包装既绿色环保，又能回收再利用，可谓一举两赢。

（欢迎投稿，来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com）

梅雨季后播种忙

出梅之后，宁波各地农村进入了农忙时节。昨天，在镇海区潮浦镇渡波村，农户趁天气晴好，平整稻田、喷药除草、播种育秧，一派忙碌景象。

（唐斌权 唐严 摄）



宁波市水务环境集团有限公司成立告知函

各相关单位：

根据宁波市水务体制改革相关要求，宁波市水务环境集团有限公司已经依法在宁波市市场监督管理局完成登记，原宁波市供水集团有限公司注销，公司地址：宁波市新河路348号。原宁波市供水集团有限公司全部业务纳入宁波市水务环境集团有限公司管理，其所有债权债务由宁波市水务环境集团有限公司继承，相关签订的合同继续有效。

特此函告。

由此给您带来的不便，敬请谅解。

宁波市水务环境集团有限公司
2020年7月22日

公告

姚江南岸滨江休闲带绿化提升工程(育才路-环城北路)、姚江东路工程(育才路-环城北路)拟通过划拨方式进行供地，该项目位于姚江南岸，东起环城北路，西至机场路，绿化带用地面积约22361平方米，道路用地面积12121平方米。绿化工程项目用地范围内约有54平方米的国有建设用地权源不明，道路工程项目范围内约有807平方米的国有建设用地权源不明，对上述两个项目土地权源有利害关系的可向我单位申请异议，公示时间为5天。

联系地址：宁波市江北区大庆南路189号
联系电话：0574-87388179

宁波市自然资源和规划局江北分局
2020年7月22日