

万象华府一期外墙第3次脱落

线条砖从22楼坠下，安全隐患让居民担忧



记者 廖业强

“以为是外面车胎爆炸，没想到又是掉砖块。当时，一个小朋友就在边上。”昨天下午，网友胡女士在微信朋友圈反映自己所在的江北区万象华府一期再次发生外墙线条砖脱落事件。

与此同时，网友“钢铲成对”也在中国宁波网论坛发帖吐槽此事。网友问，万一砸到行人该怎么办？

记者闻讯后立即联系了胡女士。她告诉记者，去年9月、10月，小区9号楼先后发生两起外墙线条砖脱落事件，线条砖从高空坠落，一次砸穿入户门玻璃，另一次落到绿化带，所幸没有造成人员伤亡或财产损失。

“今天的外墙线条砖是从小区8号楼22楼掉下来的，混凝土块、砖块着地时，旁边的小朋友虽然没有受伤，但被吓得不轻。从高空坠落的外墙线条砖造成入户雨棚的玻璃、大理石破损。”她说。

据记者了解，事发后，万象华



昨天，外墙线条砖从22楼坠下后，砸穿雨棚。



外墙线条砖掉落碎了一地。(图片由网友胡女士提供)

府一期物业在现场放置围栏，清理外墙线条砖碎块，张贴提示，防止其他居民靠近，同时将此事反馈给小区开发商，后者立即敦促施工单位安排人员到现场修缮外墙，更换雨棚的玻璃和大理石。

那么，万象华府一期外墙线条砖再次发生脱落的原因是什么？是否和此前一样？其他居民楼外墙线条砖是否存在脱落风险？小区开发商、施工单位及物业将如何杜绝这类隐患？相关进展，记者将继续关注。

发现身边问题，请您继续通过以下方式反映：拨打热线81850000；打开甬派App，在“e点通”栏目留言；微信搜索“nb81850”，关注后直接留言；登录宁波民生e点通群众留言板。

昨天宁波最高气温冲上23℃

本周天气先雨后晴 气温先降后升



本报讯（记者孙肖）受强盛的暖湿气流影响，昨天白天太阳时不时从云缝中露脸，气温回升，宁波到处暖洋洋的，最高气温直接冲上了23℃。看完了升温表演，接下来迎接我们的是今晨开始影响的一波强冷空气。据市气象台消息，本周我市先雨后晴，气温先降后升。

降温幅度7℃~9℃，明天至16日最低气温将降至1℃~4℃。另外，今天到明天我市沿海海面 and 渔场风力9~10级，杭州湾和沿海地区风力7~9级，内陆地区有6~8级的偏北大风，请注意防范大风带来的不利影响。

虽然气温会下降，但这股冷空气也将使天气从明天开始好转。15日起放晴可见阳光。气温方面，明天至17日，我市最低气温1℃~3℃，最高气温8℃~18℃；18日至19日，我市最低气温回升至9℃~11℃，最高气温19℃~21℃。市气象台提醒市民请根据天气变化，及时添衣保暖。

“救”在身边



昨天，宁波首个新时代文明实践应急救护培训基地在江北区新时代文明实践中心正式成立，为市民提供“救”在身边的应急救护知识培训服务，弘扬“人人学急救，急救为人人”的社会文明风尚。

(陈结生 刘雨 摄)

101岁农民画家以画为乐

每日画半天，年均超过300幅



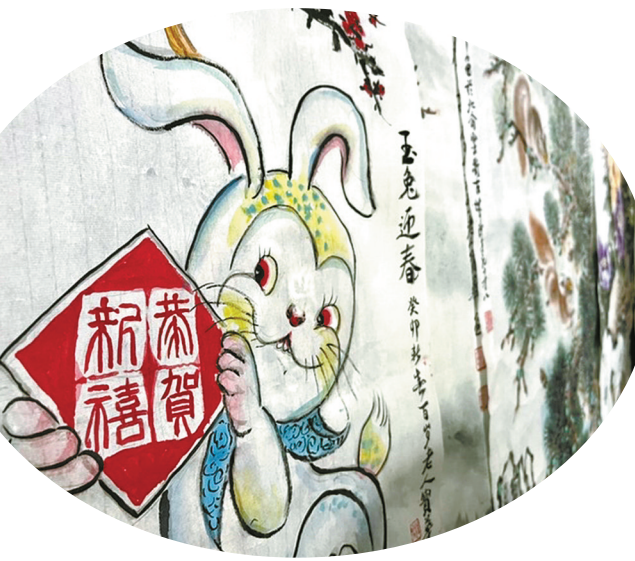
记者 孙肖 许天长
通讯员 俞莞尔 胡琦琦

“今年是兔年，我画了不少和兔有关的画，杭州亚运会也要来了，我还想画点和亚运有关的。”在北仑郭巨，汪宝华是小有名气的农民画家，今年101岁的他依然笔耕不辍，每天保证半天的作画时间。

昨天，记者来到位于北仑郭巨街道的南门村，慕名拜访了101岁的农民画家汪宝华。



农民画家汪宝华在作画。



汪宝华的兔年作品。(许天长 俞莞尔 摄)

老人的家是一栋两层的农村小楼，房前屋后被青枝绿叶包围着，十分清幽。汪宝华的画室在二楼，爬楼对他来说显然不是什么难事，他边说边悠闲地带着记者上了二楼的画室。

一到二楼，墙上、走廊上，目之所及都挂着汪宝华前几年的画作，在4平方米画室的墙面上也挂满了老人近期画作。老人热情地向记者介绍起他的作品。虽然已是耄耋之年，他除了听力有些大不如前，但作起画来手不抖眼花，落笔稳健，聊起自己的作品来滔滔不绝。

“我小学读了四年半就休学了，下地种田，还去上海当过学徒工。”汪宝华回忆，小时候学画是自己琢磨的，当时没有系统地学

习，甚至连画本都没有。他就临摹小人书、烟壳子上的画，或是戏台上唱戏的人。后来，为了谋生，他白天工作，有空时就自学画画。真正全身心投入画画是在1996年他74岁退休回到老家郭巨的时候。“88岁那年，我举办了第一场个人画展。”汪宝华告诉记者，现在他在北仑、宁波城区等地举办的个展或联展，累计有十余场。

在他的画室，记者看到他笔下的梅兰竹菊千姿百态，他画的飞禽走兽栩栩如生。从连环画到宣传画，汪宝华的画烙着浓浓的印记。从1996年开始，他创作进入高峰期，各种画作将近万幅，平均每年300多幅，是名副其实的高产画

家。他的作品获得过全国大型老年书画艺术“北京奥运”邀请赛金奖等几十个奖项。

“我现在每天早起锻炼，洗漱、早饭后就开始画画，上午画半天，下午就看报纸、电视。”汪宝华聊起自己长寿的原因，认为可能是时时保持对外界新鲜事的好奇心，还有就是对画画的热情，这让他觉得每天都有事可做，精力充沛。接下来，他还打算画一些和亚运会有关的画作，现在还在构思中。

“汪老创作的很多画都是免费送人的，平时也很热心公益事业，好多次都拿出精心创作的作品参加慈善义卖。”提及他，郭巨街道文化站的工作人员和村民都表示敬佩。

好心劝架反被打 司法救助暖人心

记者 吴向正
通讯员 朱诗盼 李伟萍

俗话说，在家靠父母，出门靠朋友。可是有一天，“兄弟”与人起了冲突，好心劝架，反而被“兄弟”一拳打致右眼失明，这朋友还能做得成吗？

事情还要从2021年2月说起。一天，唐某与周某一同在KTV唱歌喝酒，后周某与人起冲突打了起来。因对方身材比较高，唐某怕周某吃亏，赶紧将周某拉到包厢外面。周某被拉出包厢后，越想越生气，认为唐某拉架，没有帮自己，在唐某走到楼道的时候，怒从心头起，冲过去用拳头打在了唐某的右眼上，又拳打脚踢将唐某打倒在地。

经鉴定，唐某右眼外伤致玻璃体积血、视网膜出血，手术治疗后，右眼视力指数<0.01，损伤达到重伤二级。案发后，唐某花费医药费1.6万余元，鉴定费1200元。周某的家属向唐某赔偿4.5万元，双方签订谅解协议书。

宁海县检察院以周某犯故意伤害罪，向宁海县人民法院提起公诉。法院审理期间，唐某提起附带民事诉讼，请求法院判令周某赔偿其医疗费、伤残赔偿金、误工费、护理费、营养费、交通费、伙食补助

费、鉴定费，合计49万余元。去年7月26日，宁海县法院判处周某有期徒刑五年六个月。但法院认为，根据司法解释规定，伤残赔偿金及相关鉴定费用于法无据。唐某的医疗费、误工费费用合计4.7万余元，周某家属已代为赔偿4.5万元，而唐某自愿出具的谅解书载明“后期费用不再追究”这一内容系其真实意思表示，驳回了唐某的附带民事诉讼请求。

接到判决书后，唐某多次到宁海县检察院反映，表示其签订谅解协议是为了获得赔偿而引起的重大误解。其右眼失明已造成一辈子的残疾，但周某前期只赔了4.5万元，相比其损失而言只是杯水车薪。

检察官了解到唐某是外来务工人员，家境贫寒。唐某右眼失明致使工作来源减少，收入几近于无，生活压力非常大。为缓解唐某的经济困难，检察官多次上门和唐某谈心谈话，并组织简易听证，依法给予唐某司法救助2.4万元。“谢谢检察官给我送来救助金，让我重拾生活的信心！”近日，宁海县检察院为唐某送去司法救助金时，唐某紧紧握着检察官的手激动地说。

检察官提醒，在日常生活中，大家要增强法律意识，遇事冷静对待，切莫因一时冲动，造成难以挽回的损失，最终害人害己。

红烧盖饭、轻食、麻辣烫…… 怎么吃更健康？营养师教你点外卖



记者 陈敏
通讯员 金秋妍 郑轲

点外卖，已成为我们生活中习以为常的消费行为，红烧盖饭、牛肉拉面、麻辣烫、汉堡套餐、三文鱼寿司、中式套餐和轻食……这些常见外卖，究竟哪个更健康？怎么点才健康？一起来看看营养师的分析。

中国科学院大学宁波华美医院的徐斌斌主任医师按照搭配种类、烹饪方式、能量与营养素三大类，对这7种常见外卖进行了打分，打分的结果令人意外。

麻辣烫，是不错选择

让很多人意想不到的是，麻辣烫居然是一个不错的外卖选择。营养师分析，这主要和麻辣烫更方便自主搭配食材种类、控制食材数量有关。只要点餐者有足够的合理膳食意识和自觉性，除了粗杂粮在麻辣烫食材中还比较少见，其余肉蛋鱼、蔬菜、大豆制品等基本都能满足。原本多油、多盐的汤底，也可以点餐者要求变为清汤、少盐。

红烧盖饭，最不推荐

红烧盖饭通常以过量白米饭为主，主食过于单调和精细。配菜则多为红烧的肉类和少量蔬菜。红烧类食物常多油、多盐、多糖，加上盖饭酱汁常和米饭混为一体，难以

避免摄入过高饱和脂肪和能量；蔬菜不足，缺乏鱼类、蛋类、豆制品等，又造成微量营养素、优质蛋白、膳食纤维等不足，是典型的能量密度高、营养密度低的外卖。

轻食，蔬菜不足

如今轻食被很多年轻人推崇，主要因为它食材分量少、烹饪方式简单、口味清淡，且看起来食材搭配全面。轻食在提供优质碳水和优质蛋白质方面确实有一定优势，但和很多外卖一样，存在蔬菜不足的问题。

轻食怎么会蔬菜不足？其实，轻食中的蔬菜之所以看起来多，是因为它们大多是生食，没有经过翻炒。大家可以留意一下，市面上30元以下的轻食，大多蔬菜分量比较少，一般蔬菜越充足，整份轻

食的价格也就越高。此外，点轻食外卖因为无法提供足够能量的搭配，吃了容易饿，很可能导致后续额外“加餐”，要小心生食的食品安全风险。

点外卖，这样做更健康

其实“一棍子打死”说外卖不健康是不客观的，外卖是否健康要看吃什么、怎么吃。营养师建议，对于戒不掉外卖的“外卖族”，要小心生食的食品安全风险。给轻食额外加一份蔬菜、点一份搭配丰富的清汤麻辣烫、放弃轻食里的蛋黄酱吃油醋汁、吃前涮掉中式套餐上的油……

另外，要平衡膳食不能只盯着单一一顿外卖，而要放到全天的能量摄入中来考量，并长期坚持。

整治未“对症”，才有一直“怪”



王锦南

据《宁波日报》民生版报道，去年12月19日，网友“甬之浪子”在宁波民生e点通群众留言板上反映，江北区慈湖人家西区的围墙上开了很多圆形、方形的瓦片花窗，很有古典气息，可部分业主为了抄近路，竟恶意砸毁花窗，并通过洞口进出小区，影响小区整体面貌。业主曾多次向物业反映，三年了却始终没有解决。

对此，有关方面进行了修复，但“旧疾”屡屡复发。从表面上看，这是某些居民“抄近路”所致。因为如果没有居民“抄近路”，就不会如此“怪”。

但笔者以为，“慈湖人家居民竟喜欢从花窗中进出”跟相关方面未能采取“对症下药”的措施有关。居民“抄近路”是贪图方便，

既然如此，有关方面能不能给居民规划一条近路出来，让居民无须“抄”也近呢？此其一。

其二，居民“恶意砸毁花窗”是对公共设施的破坏，这涉嫌违法。既然如此，为何不追究破坏者的责任，而只是“一味”地修复了事呢？如果有关部门将破坏者揪出来并依法处罚，就能产生震慑，让人不敢破坏花窗。

此外，还可组织人员在“抄近路”的高峰期守候在附近，对“抄近路”者予以劝阻。

可以说，有关方面若是始终只有修复这一招，就会让人觉得相关部门“技止此耳”，“恶意砸毁花窗”就会屡屡发生。这已经有事实证明。笔者认为，要想解决问题，需要有关方面采取“对症下药”的措施，才能治标又治本，彻底解决问题。

(欢迎投稿，来稿请发民生邮箱 1871684667@qq.com)