

宁波2024年的第一场雪会来吗？

今天后半夜到明天白天，较强冷空气来袭；近期请关注雨雪冰冻预警信息



本报讯（记者孙肖）昨天我们迎来了二十四节气中的最后一个节气——大寒。市气象台数据显示，宁波1991年至2020年大寒节气日平均气温为5.5℃。大寒迎年，熬过大寒节气，那么春天的脚步也不远了。

但在迎接春天之前，今天我们首先迎来一股较强冷空气，宁波将有一次降温、大风和低温雨雪冰冻过程，日平均气温的过程降温幅度可达7℃至9℃。今天后半夜到明天白天，宁波或将迎来2024年的第一场雪。

据市气象台消息，今天阴有时有小雨；今天后半夜到明天的甬城也将加入“下雪群聊”，明天平原地区有小雪并伴有微量积雪，山区有小到中雪并伴有积雪和道路结冰。后天起天气逐渐转好，但低温冰冻仍将持续，预计23日到25日



受冷空气影响，宁波连日来阴雨连绵。（孙肖 摄）

最低气温-4℃至-2℃，有冰冻，山区最低-8℃至-5℃，有严重冰冻，大家要做好防寒保暖工作。

昨天，市气象台发布沿海海面大风警报。受低涡入海和较强冷空气

先后影响，1月20日至24日沿海海面持续有8级至9级偏北大风，其中明天夜里到后天有8级至10级偏北大风；沿海地区和杭州湾20日至24日有6级至8级、内陆

平原原有5级至7级偏北风。

市气象台提醒，近期宁波雨雪频繁，气温起伏明显，市民需做好防风保暖措施，雨雪天气出行请注意安全，另外及时关注气象部门实时发布的雨雪冰冻预警信息。

雨雪冰冻预警主要包含：低温、道路结冰和暴雪预警信号。昨天下午，浙江省气象局发布《浙江省雨雪冰冻预警大数据报告》。报告显示了近6年来的浙江省内雨雪冰冻预警相关数据。其中，道路结冰预警出现的次数最多，共登场669次，暴雪预警则较少光顾，只出现了102次。

近6年浙江先后经历了19次雨雪冰冻过程，其中2021年、2022年的冬季均有5次以上，预警超过500条，2019年冬季则相对平静，虽有2次雨雪冰冻天气，但影响范围均较小。雨雪冰冻预警常常在12月到次年2月出现，尤其是1月份更集中，近6年出现1060条预警，几乎占总数的一半。

被评为“中国家庭健康守门人” 宁波这两个医疗团队真棒

本报讯（记者陈敏 通讯员邱筱琛 励耀）日前从有关部门了解到，备受瞩目的2023年度“中国家庭健康守门人”评选最近揭晓，宁波市有2个医疗团队榜上有名。这两个医疗团队分别是海曙区龙观乡卫生院的“龙关爱”高山巡回卫生健康党员志愿者服务队（以下简称“龙关爱”）、奉化区大堰镇卫生院的“大雁”巡回医疗队（以下简称“大雁”）。

据了解，“龙关爱”成立于2011年，由15名党员志愿者组成，团队秉持“医疗翻越高山，健康无处不至”的理念，进村入户开展巡回服务，为山区群众提供安全、便捷、优质的基本医疗、健康管理等健康服务。该团队专门配有高山巡回卫生健康服务队，除提供家庭医生签约、健康培训讲座、卫生健康咨询等服务外，还能为群众提供常见病、多发病的一般诊治、慢性病稳定期和康复期的用药指导服务及常规体检。

据悉，“龙关爱”自成立以來，为高山村民提供1.5万余人次的门诊医疗服务，提供慢病体检、健康咨询、健康宣教1.3万余人次，家庭医生签约服务1000余人次。

“大雁”成立于2017年，成立之初旨在为不能到达20分钟医疗圈的村落开展巡回医疗，缓解当地群众就医难题。近几年随着医疗设备完善，该团队建立起“流动式巡诊、定点式坐诊、入户式问诊、集中式急诊”的制度化健康服务体系，成为山里的一座“流动医院”。

据统计，截至2023年12月，“大雁”共开展流动服务100余次，医务人员参加服务918人次，提供门诊医疗服务及家庭医生签约服务1.19万余人次。医疗队受到了百姓们的好评，创新建立的山区医疗服务模式，获评首届健康长三角医疗卫生治理最佳实践案例评选提名奖及首批市级医疗服务品牌优秀案例。

将保安保洁维修工人奉为座上宾 持续17年，这家企业请一线员工吃团圆饭

记者 王博 通讯员 夏宇宇 傅匡宇 李超

“来，大家辛苦了，我敬大家一杯”“胡大姐，多吃点，来个鸡腿”……在腊月初八晚上，在一家饭店内，250余名保安、保洁和维修工人欢聚一堂，共享团圆饭。

他们都是和邦集团的一线员工，请他们吃饭的是公司总经理陈晓云。席间，陈晓云热情地向大家问好，给大家夹菜、倒酒。

像这样的团圆饭，和邦集团每季度都有安排，加上年夜饭，一年共有5次，已持续17年。随着员工队伍的扩大，团圆饭也从原来的二三桌扩大到如今的20多桌。

当晚，陈晓云和管理层干部并没有坐在一起，而是分别坐到各桌上，和一线员工打成一片。考虑到春节将至，他们还提前给每位员工准备了年货礼包和超市购物卡。

记者在现场看到，菜品十分丰富，有红烧肉、土鸡煲、腐皮包黄鱼等宁波家常菜，也有香辣虾、剁椒鱼头等地特色美食。

“我们的员工80%以上是一线的保安、保洁和维修工人。他们主要来自江西、安徽、四川等地，所以在菜品搭配上，也特别考虑到他们的口味。”陈晓云说。

和邦大厦始建于2002年，总建筑面积14万平方米，集聚了265家企业、8000余名白领，入驻率连续多年保持在99%以上，曾获得“长三角示范楼宇”称号。

聂进刚是和邦大厦保安部经理，已在这里工作17年。“我们在这里得到了尊重，不仅有高于同行的薪资，还有工会旅游、带薪年假、健康体检和集体生日会，遇到困难时，公司上下都会提供帮助。”聂进刚说。

“保安、保洁和维修师傅每天都要和楼里的企业打交道，大家的优质服务就是一种正能量。他们工作有幸福感，才能把这种幸福感传递给楼里的白领们。”陈晓云说，秉持这样的初心，集团管理层平时十分关心一线员工的工作生活，每季度安排一顿团圆饭，只是其中一项。

“平日里，集团对我们非常好，很多事情，都会想在我们前头。”保洁员胡林彩说，很多保洁员为了省钱，每天会自己带饭，集团为了让他们吃得好，专门腾出一间60平方米的房间，配备微波炉、冰箱和空调；考虑到保安每天工作时间较长，集团给他们安排下午茶及点心，花卷、面包、蛋糕、饼干等，一周七天不重样。

鄞州慈善机构助“唐宝”就业自立

本报讯（记者吴向正 通讯员龚静）前天上午，两名穿着绿色冲锋衣的年轻人举着一面红色的锦旗，走进鄞州区慈善总会，锦旗上写着“慈善融真情，助残赴共富”的醒目字眼。原来，他们俩是来自鄞州区柠檬树慈善共富基地的小包和鲍，代表基地中受慈善总会帮扶的唐氏综合征患者（俗称“唐宝”）来送锦旗，表达谢意。

2023年5月，鄞州区慈善总会将柠檬树助残中心列为“慈善共富基地”，提供资金帮助机构内的智力残疾青年参加技能培训，掌握一门生存技能，让他们增加同外界正

常交往的机会，最终融入社会、自力更生。

8个月来，柠檬树慈善共富基地为30余名唐氏综合征等智力残疾患者提供了四大类技能培训，包括快递驿站运行、烘焙坊蛋糕面包制作、咖啡制作、地铁“小黄车”爱心售卖。最终16名帮扶对象成功找到了适合自己能力的就业岗位，并在各自岗位上独当一面，体会到“自己赚钱的幸福”。

据悉，目前鄞州区慈善总会共有“慈善共富基地”17个，2023年支出扶助资金3340余万元，扶持慈善共富基地发展，帮助300多名帮扶对象找到就业岗位。

这家医院自制“哄娃神器” 让输液室内的患儿不再害怕紧张

记者 孙肖 通讯员 张诗梦 支倩君

这两天，在北仑区人民医院输液室内，出现了这样一群身影，遇到哭闹不止的孩子，她们就会送上亲手钩织的“龙勇士”徽章，帮助缓解孩子们紧张的情绪，安抚和帮助他们克服就医打针的恐惧心理。据了解，这批热心的阿姨来自北仑霞浦街道黄鹂社区的“针功夫”共富工坊。

“孩子生病很难受，哭闹起来哄也不好哄，多亏了你们，孩子的情绪得到了安抚，帮了我们大忙。”昨天下午，在北仑区人民医院输液室内，一名年轻的家长竖起大拇指向阿姨们表示感谢。

小小的“龙勇士”徽章给许多患儿带去了心灵上的温暖和力量，成了医院输液室的“哄娃神器”。该院门诊输液护士长郑飞告诉记者：“这些暖心、细心的举措不仅治愈了孩子的心，也提升了我们医护人员的工作效率。”

黄鹂社区党委书记谢芳芳介绍，社区和医院是共建单位，前不久她从医院得知，当下是呼吸道疾病高发时期，就医的孩子多，哭闹声成了输液大厅的“主旋律”。为了帮助小朋友缓解紧张的就医情绪，黄鹂社区便组织“针功夫”共富工坊的“巧娘”，钩织了一批龙年“勇敢者”徽章，为他们加油打气，祝愿他们早日康复、生龙活虎。



年货市集真热闹

昨日，为期两天的“一老一小·朝夕美好”——年货有礼暨第二届时光农市集在高新区新明街道滨江社区举行。现场设有60个摊位，展销品涵盖水产、蔬菜、水果、炒货、肉制品、蛋类、豆制品、五谷杂粮、美学文创品等。同时，滨江社区居委会联合嘉和阳光居家养老服务

今年过年海鲜礼包变实惠了 价格同比跌两成到三成

记者 余建文

春节即将到来，海鲜是宁波人过年餐桌必备的“硬菜”。这两天，很多单位、市民开始选购海鲜礼包，用来馈赠亲友、客户或自己过节消费。今年宁波人的海鲜礼包有啥变化？节前海鲜价格有何变化？前天上午，记者赶到位于路林的宁波水产品批发市场“领市面”。

在这个市场，已能提前感觉到过年气氛，很多商户在忙着备货，联系客户，也有三三两两的市民前来采购海鲜。上午11时许，在“阿良海鲜大世界”里，几名员工在地上铺开一排泡沫箱，往箱子里按序放入鱼、虾、蟹，加上碎冰后封箱，准备发运。海鲜行老板毛坤良在一旁用手机视频通话，为客户详细介绍各类海鲜的规格、价格。

“节前采购刚刚开始。昨天，我们的海鲜礼包发货量有600余箱，接下来的10多天里，销量还会往上走。”毛坤良对记者说。

毛坤良卖了30多年海鲜，对这一行的规律摸得“透熟”。他对记者分析了今年春节的海鲜行情，说一般的鱼、虾、蟹的价格与去年同期基本持平，比前段时间略微涨一点。“高档的（即规格大、品质优的）海鲜，与去年同期相比，价格回落明显，普遍有两成到三成的下调。”他说。

高档海鲜的价格，很大程度上取



决于供应量的多少。据了解，从去年秋冬季捕捞情况看，鲳鱼、带鱼、梭子蟹等品种的捕获量都不小，这直接抑制了春节海鲜价格的涨幅。毛坤良说：“一些单位采购的海鲜礼包数量有所减少，但市民个体采购的热度没有减。”

记者从这个市场的多家商户处了解到，今年的海鲜大礼包，以六七百元这一档为最多，最受消费者欢迎。便宜的也有三四百元一箱的。

“像1000元一箱的礼包，算比较高档的了，能配足梭子蟹、黄鱼、带鱼、鲳鱼、马鲛鱼、大乌贼、大对

虾、海鳗这样的‘八大件’，送人也拿得出手。”毛坤良说，“去年这样一箱礼包要1300元左右，今年的海鲜礼包性价比提高了许多。”

在专营冻品的“三颗红”水产行，员工正在分拣红膏呛蟹。员工老王告诉记者，现在只重5—6两的顶级红膏呛蟹，售价100元/斤，卖得挺不错。“价格没怎么涨，与同样规格的鲜活红膏蟹售价几乎持平。”

水产批发商老林告诉记者，距离过年也就20来天了，今年的行情总体比较平稳，接下来一段时

间，高档海鲜价格或会涨一点，但幅度不会太大。“因为无论是水产商还是消费者，都比较理性，不太可能再出现像去年那种‘顶级大鲳鱼卖到1000多元一斤’的情况了。”

供应量变化对海鲜价格涨跌影响最大。毛坤良说，他们时刻关注天气的变化，如果刮大风、气温骤降等因素影响海上捕捞作业，短时间海鲜供应量会锐减，海鲜价格或许会“跳一跳”。“趁着现在价格平稳，市民想买优质海鲜的，不妨早点出手。”毛坤良建议。

▲各类海鲜产品。

▲海鲜行员工在配货。（余建文 摄）