

天气·表情



昨天下午，市区下起小雨，短时出现中到大雨。 记者 许天长 摄于琴桥

与你聊天

今明晴到多云 未来几天晴雨转换频繁

□记者 董程红

昨天白天的天气有些阴沉，傍晚时分，全市范围下起小雨，局部中到大雨。这场雨持续到了今天凌晨，清早出来晨练的人们可以感受到雨后的一丝凉爽和清新的空气。

今明两天基本都是晴到多云的天气，今天早晨局部还有些雾。今天的最高气温有29℃，较昨天的22℃上升了一大截，最低气温也在20℃左右，说明我市将进入初夏。这几天出门最好避开中午至下午2时之间，这是一天里最热的时间段。

未来几天，老天爷像淘气的小孩，晴雨转换会相当频繁。市气象台首席预报员董杏燕说，本周的降水以小雨为主，南部地区雨势会略大些，局部会有中雨，风力

普遍不大，气温也没有大的波动，总体来说人体感觉还是比较舒适的。

春末夏初仍是踏青的好时节，在野外，大家还是要注意防晒。少去田野草丛，最好穿上长袖衣裤，防止蚊虫咬伤。看到形形色色的野蘑菇，不要随意采摘、食用，鲜艳的蘑菇大多有毒，有些不起眼的蘑菇同样不安全，毒性甚至更强。

随着初夏的临近，市场上蔬果也更加丰富了。专家提醒广大市民，要多吃时令蔬果，少吃反季蔬果。天气热起来后，人的脾胃功能也会相应减弱。所以，荤腥油腻和辛辣的食物要少吃，以免造成消化不良。气温上升后，细菌、病菌也会活跃起来，日常饮食要注意卫生，少吃、不吃隔夜菜，以免诱发急性肠胃炎。

微提醒



明天轨道交通1号线万人试乘 注意事项乘客要记牢

明天早上9时开始，宁波轨道交通1号线一期工程将对外开放试乘。昨天，宁波轨道交通发布多条提醒试乘乘客注意事项。

轨道交通提醒说，试乘券是体验试乘的凭证，限单人、单次、单程使用，乘客在不出站的前提下，可以在指定的任意站点往返乘坐。

据介绍，轨道交通1号线一期工程部分服务设施有待进一步完善，尚不能完全对乘客开放。出于安全考虑，试乘券

客须按照手中试乘券券面上标注的日期乘坐，以避免因拥挤而造成的安全隐患。试乘的时间是21日至25日9:00—17:00，每日17:00以后轨道交通站内试乘乘客必须出站。特别提醒试乘乘客，每日最晚进站时间为16:00。

此次试乘将有不少老年乘客，宁波轨道交通方面建议70岁以上的老人避开试乘高峰时段，错时试乘，最好有人陪护。

吴明京 张晓庆

今日起公交333路、805路调整运营

根据洪塘南区区域居民实际出行需求，自今天起，对333路、805路进行段面调整。

其中333路往锦江年华方向，单向庄浦路后改走广元路、长兴路，洪都路后恢复原线运营，单向增设长兴东路停靠站点，单向撤销北环西路、部分洪塘中路走向及单向福达刀片厂停靠站点。

向及单向福达刀片厂、前后潘停靠站点；805路（含各支线）往洪塘颐和美苑方向，单向庄浦路后改走广元路、长兴路，洪塘中路后恢复原线运营，单向增设长兴东路停靠站点。单向撤销北环西路、部分洪塘中路走向及单向福达刀片厂停靠站点。

林诗舟 毛敏尔

微发布



双休日市二院有两场健康讲座

本周末在市第二医院4号楼9楼学术报告厅，有两场健康知识讲座。

第一场讲座在本周六下午2时至4时，由该院甲状腺外科吴贤江副主任、朱盈盈主管护师，讲解甲状腺疾病的预防诊治和饮食及康复指导。第二场讲座在本周日下午2时，由该院骨科中心手足外科杨长春

主任医师和余霄博士，讲解跟痛症的预防与治疗。跟痛症是中老年人的常见病，轻则单侧足跟痛，重则双脚都有此症，出现不同程度行走困难等。当天医务人员还将为前来听讲座的市民提供免费足底压力检测登记。

林诗舟 罗央清

福彩



6+1 第2014057期 基本号： 7 4 8 5 5 7 生肖码：牛
15选5 第2014131期 基本号： 01 07 10 13 15
3D 第2014131期 开奖号码： 8 7 0

开奖号码以浙彩中心公告为准

想休闲·到奉贤 www.fengxiantourism.com

美丽奉贤 生态休闲

奉贤，上海南部的一颗璀璨明珠，风光秀丽的滨海城市，距宁波2.5小时车程，凭借着春逛浪漫花海、夏玩清凉大海、秋看鸪鹭鸶飞、冬迎新春祈福等一系列贯穿四季的节庆活动，带您体验多姿多彩的休闲时光。奉贤欢迎您！



WeChat 微信公众平台

iTravels 奉贤



上海市奉贤区旅游局
上海市旅游公共服务中心奉贤分中心
奉贤旅游网 www.fengxiantourism.com
咨询电话：021-57427180

新浪微博 @想休闲到奉贤

