



聊天 昨天下午我市多地轻度污染 今天天气还不错

□记者 陈胜男 周科娜

昨天,我市气温又开始回升了,虽然昨天的阳光不是特别好,但市区最高气温还是有29.4℃了。市气象台预计,今天我市多云,最高气温升至31℃,明天又会回落到25℃。

另外,市空气质量平台显示,昨天下午2点起,我市多地有轻度污染,首要污染物为臭氧。

明天起雨日又要增多

气温升升降降都是雨带和副热带高压说了算,副热带高压控制的周二,市区最高气温36.4℃;雨带控制的周三,市区最高气温23.3℃。前后两天最高气温相差约13℃,这样的情况也是比较罕见的。而明天开始雨日又要增多了。

据市气象台统计,在雨带和人工增雨的共同影响下,周二、周三两天我市平均雨量达50毫米,100毫米以上的乡镇有鄞州塘溪镇和横溪镇,宁海尚田镇、莼湖镇、大堰镇、西店镇和深明镇。

进入7月,距离出梅的日子也是越来越近了。常年宁波在7月上旬后期出梅,我市梅汛期的平均面雨量约260毫米,今年自6月7日入梅以来全市平均面雨量已达213毫米。

此外,今年第9号台风“灿鸿”昨天凌晨加强为强热带风暴。预计,“灿鸿”将以每小时20—25公里的速度向偏西方向移动,强度继续加强,今后五天“灿鸿”对我国海域无影响。

中央气象台预报,目前来看,由于环流形势较为复杂,“灿鸿”的路径具有较大不确定性,不过一旦条件允许,“灿鸿”的强度将有可能达到“超强台风”级别。

从卫星云图上来看,“灿鸿”的两侧共有三个热带扰动正处于胚胎期,中央气象台预计这些扰动未来均有可能发展为新的台风。

市气象台专家提醒市民关注下周天气变化,届时“灿鸿”外围或将影响我市。

昨天部分区域臭氧浓度超标

昨天下午2点起,我市多个区域出现轻度污染,平均空气质量指数为101。

江东太古小学、东钱湖钱湖水厂、鄞州万里学院、奉化环保大楼等多个站点空气质量均显示为轻度污染,首要污染物均为臭氧。

昨天下午3点,部分区域臭氧污染物浓度超标。其中,数值最高的是鄞州区,为248微克/立方米,东钱湖和江东区紧随其后,为232微克/立方米。江北的臭氧污染物浓度也不低,为191微克/立方米。北仑区、镇海以及高新区万里国际学院,分别为166微克/立方米、150微克/立方米、158微克/立方米。

按照环境空气质量新标准,臭氧小时平均浓度按一级标准要求应不超过160微克/立方米,按二级标准要求应不超过200微克/立方米。超过200微克/立方米则达到了三级轻度污染。

好在,臭氧污染没有持续多长时间。昨天下午4点,全市平均AQI已经下降至了63,等级转为良,到了下午5点,空气质量转为优。

专家表示,臭氧超标对人体危害很大。那么,市民该如何预防呢?市环境监测中心的专家称,臭氧的浓度跟温度有关,温度升高,臭氧浓度也会随之上升,但在太阳下山后和夜间,浓度会下降。因此,在臭氧浓度高的时间段,市民尽量减少户外活动,尤其是老人、小孩和呼吸道疾病患者,尽量留在室内。

生活关键词

康复治疗

谭大爷的老伴去年做了心脏手术,之后家人不敢让她动,基本就是每天躺在床上。

宁波第二医院心内科主任医师江隆福提醒,心脏病患者的康复治疗并不是大家认为的一定要静养,患者最好要按时“服用”运动处方。

心脏康复治疗中,专业的医生会开运动处方,需要患者按时进行适当的运动康复,降低病情恶化和反复的概率。

在使用运动处方过程中,患者注意不要盲目运动,康复跟普通健身运动不一样,需要在医护人员的指导下,从最初的床上起坐等简单活动,发展到步行、有限度地爬楼梯等。

患者做完心脏手术出院后,可以根据个性化运动处方,采取快走、骑自行车、健身操、游泳等运动方式。

记者 罗湘波 通讯员 郑轲

图说



反恐消防演习

昨天,宁波市公交镇海公司组织一线驾驶员进行反恐、消防实战演习。在模拟公交纵火案和车辆燃烧事件中,驾驶员和乘客们采取有效措施应对突发紧急情况,公司还协调了与消防、公安、医疗救护等部门的联动机制,以确保乘客安全。

记者 林诗舟 通讯员 董美巧 摄



北斗河发黑发臭

昨天下午,记者在海曙公园边的北斗河上看到,河水发出臭味,呈乌黑状,大量鱼儿浮上水面,吸引了许多人扎鱼、捞鱼,甚至有人用大板网捕鱼。

桥上看捕鱼的市民说,北斗河之前水质一直不错,平时是健身、散步的好去处,这两天不知什么原因导致河水发黑发臭。

记者 龚国荣 摄

新江厦 7/3-7/5 年中庆典 百惠全城

CELEBRATION

黄金珠宝区

老凤祥 / 中国黄金 / 明牌 低价巨幅

兆亮 / 富丽 优惠到底

鞋子低价到底

骆驼 / 华伦天奴 / 梦特娇

鳄鱼 / 欧洲名鞋..... 4.5折

大堂鞋子特卖惠

四季风 50-299元 唐鹭 金贵鸟 99-280元

德尼尔森 100-280元 鳄鱼 160-490元

家电体验馆 冰点低价 送清凉

SIEMENS 西门子 SANYO 三洋 INVERTER 变频

HISENSE 海信 PHILIPS 飞利浦 GALANZ 格兰仕 GREE 格力

日立空调 HITACHI 日立 DAIKIN 大金 Rinnai 林内 Haier 海尔 Panasonic 松下 3M

女装重磅出击

太平鸟 夏装新品 一件7.8折 二件以上8.8折

水榭香堤5.8折 菲阁 / 红袖 新品上市

伊芙丽 / 紫淑 满300元减60元 满600元减120元

明示特价商品除外

全楼全馆全场 年中庆价

新品男女服饰/男女鞋子/床品/童装/内衣.....

男装重磅优惠

罗蒙 / 洛兹 6折

爱尔尼 新品5折 部分2-3折 特卖120元起

九牧王 一件7.8折 二件6.8折 部分5折

特卖200-380元

派帝克 / 曼格如 / 步西尼

新品5折 特卖2折起

童装新品缤纷呈现

小骆驼 / 铅笔俱乐部 / 红黄蓝 3折起

加比瑞 / 小熊之家 / 今童王.....

清凉夏日 床品惠 低至1.8折!

veKen Violet 舒尔格途 I.WILL 恒源祥

运动/户外系列重磅优惠

阿迪达斯 Nike 耐克 Lining 李宁 巨幅优惠

户外GERAL爆品皮肤衣99元登山包6.8折

户外系列: 天伦天 / 圣弗莱 / 花花公子

骆驼CAMEL TOP / 蓝天地..... 2折起

购物满100元及以上送刮刮卡一张,以此类推,单笔最高10张。刮刮卡微信再额外赠送刮刮卡一张

投资金、烟酒、茶叶等助农商品不参加。详见店内回使服务台海报

一等奖 美的电风扇 二等奖 六和沐浴套装 三等奖 蓝月亮洗衣液

购物满100元送礼

购物累计满300元及以上送六神香皂一块,单笔限送一份。

黄金、铂金、千足金满1000元及以上送六神香皂一块,单笔限送一份。

礼品总共300份,送完即止。解释权、变更权、最终解释权归主办方

江东店·宁波市中山西路301号(海曙店) 客服热线: 87069117 商品信息如有刊误,以店内海报为准 **实惠·便宜·尽在江厦**