



财神送红包。严龙摄于宁海黄坛弘杨村

假期记得动一动健健身哦 各运动场馆大多对外开放,具体时间请您留意

本报讯(记者 戴斌 通讯员 徐迪) 春节假期,合家团圆、亲友欢聚之际,吃吃喝喝自然少不了,不过大家也要记得健健康康过大年,多吃一些适合自己的运动。记者从体育部门了解到,假期前后我市各地都安排了休闲体育活动,各大运动场馆大多对外开放。

春节体育活动中,最热闹的无疑是舞龙舞狮,大型活动包括:

1月27日至2月11日奉化布龙“迎新春闹新年走乡进村种文化”活动;

2月10日“乐满港城”北仑区龙狮争霸嘉年华;

2月11日,2017全国“龙腾狮跃闹元宵”大联动暨宁波市舞龙表演大赛在市体育中心综合馆四楼篮球馆举行。

另外,市本级活动中还有“第九届贺新春轨道车、素质体育机器人挑战赛”,将于2月5日在市体育中心综合馆四楼篮球馆举行。

各县(市)区也都因地制宜组织活动,比如余姚承办省春季少儿围棋段位赛、武术文化大联欢等活动;慈溪开展象棋、围棋、桥牌等多项智力比拼;奉化有气排球友谊赛、门球赛、春节环城跑等活动;鄞州为老年人组织门球、象棋、竞技麻将等比赛;宁海组织“好运俱乐部”迎春对抗赛、围棋名人赛;象山青湾畅游、登山生态游等系列活动从1月28日延续到2月中旬。

体育场馆方面,宁波市体育局直属体育场馆大多保持开放,需要提醒市民的是,场馆有可能出现爆满情况,所以建议大家最好提前预约。其中宁波市游泳健身中心1月27日至30日闭馆,原因是热水供应商休假而无法供应热水。

海曙区文体中心、江北足球中心、鄞州游泳中心、宁波(鄞州)网球中心等各县(市)区的主要体育场馆也都每天开放,不过运行时间小有调整,前往锻炼的市民朋友尽量提前了解。

一些体育场馆春节期间开放时间

场馆名称	开放时间	项目	联系电话	
宁波市体育中心	笼式足球场、羽毛球馆	1月27日-30日 12:00-17:00 1月31日-2月2日 10:00-17:00	足球、羽毛球	87780641 87780616
	综合馆	1月27日 9:00-16:00 1月28日-2月2日 14:00-20:00	羽毛球、乒乓球、室外篮球、门球	87086966 87086988
宁波市小球中心训练中心 网球馆、网球场	1月27日-30日 12:00-17:00 1月31日-2月2日 10:00-17:00	网球	87776669	
宁波市游泳健身中心	1月27日-30日 闭馆 1月31日-2月2日 13:00-21:00	游泳	56155066 56155088	
宁波市蓝天健身中心	1月27日 6:00-16:00 1月28日-31日 9:00-16:00 2月1日起 6:00-22:00	羽毛球、笼式足球	87113198 18158291336	
宁波市中山广场篮球场	1月27日-2月2日 7:00-17:00	室外篮球	15757825267	
海曙区文体中心	1月27日-29日 10:00-15:00 1月30日-2月2日 9:00-22:00	篮球、笼式足球、羽毛球、网球	13305747437 徐	
江北足球中心	1月30日-2月2日 9:00-16:00	足球	13905745508 颜	
宁波(鄞州)网球中心	1月27日-30日 9:00-11:00 1月31日-2月2日 13:00-16:00	网球	15306630515 翁	
鄞州游泳中心	1月27日 9:00-11:00 1月31日-2月2日 13:00-16:00	游泳	13056918616 杨	

别让“年夜饭”成“年夜烦” 市消保委提醒: 要事前协商,留存证据

本报讯(记者 毛雷君 通讯员 宣文) 春节将至,年夜饭市场供求两旺。不少商家推陈出新,年夜饭无论是菜式搭配还是提供服务的方式方法都有了新变化。

记者从宁波市消保委了解到,近年来,关于年夜饭的消费投诉总体呈下降态势,但是,对上门年夜饭、网购年夜饭等新兴年夜饭的投诉有所增加。为避免“年夜饭”变成“年夜烦”,有必要提醒市民,要多方比较、权衡利弊、事前协商、细约定、留存证据。

上门服务型年夜饭:

一般来说,提供这种上门服务的厨师多为二三线厨师,其烹饪技巧和水平参差不齐。选择此类服务的消费者,最好请相熟的厨师,并事先就菜谱、食材和烹饪方式等作详细约定。

网购年夜饭:

消费者应从菜品质量、运储方式、已购顾客评价、卖家信誉以及网络图片与实物可能存在差距等方面综合考虑比较后再订购。网购年夜饭的菜单多为格式条款,可供选择的范围较小,且菜品多为半成品或冷藏运储,收货后仍需二次加工,一定程度上可能影响口感。对有些偏远地区,卖家可能会追加一定运费。因此,消费者应事先与卖家沟通确定相关细节,同时注意留存通信或对话记录以备佐证。

餐馆年夜饭:

选择正规的餐馆,并尽可能细化预订协议,比如套餐收费标准、具体菜品数量及品名品质、是否自主增减菜品、用餐时间段、是否允许自带酒水等。总之,双方尽可能提前对可能发生的问题及责任进行协商约定,避免事后推诿扯皮。

消保委提醒,证据留存是维权关键。如商家不同意签订书面协议,消费者与商家沟通联系的录音在不涉及商业秘密、不侵犯公共利益的前提下也可作为证据。如就餐时发现食品安全问题,应立即将有问题的饭菜保持原状并与饭店负责人交涉;若所点饭菜尚未食用或尚未造成健康问题,可与饭店协商解决或向消保部门投诉调解;若发生疑似食物中毒事件,应及时到医院救治,保留可疑中毒食品,保存病历卡、检验报告等相关证据及时向属地市场监管部门和卫生行政部门报告。

●●● 相关新闻

春节前抽检了一批食品 8批次不合格

本报讯(记者 毛雷君 通讯员 宣文) 近日,宁波市市场监管局公布春节生产和流通环节食品安全监督抽检结果:共抽检351批次样品,不合格8批次,总合格率97.7%。

本次生产环节共抽检131批次,包括水产制品、酒类、糕点、肉制品、蔬菜制品、炒货。抽检发现有2批次产品不合格,其中1批次为糕点,1批次为黄酒。目前不合格产品生产企业所在地市场监管部门已责令企业查清问题产品流向、实施召回并分析整改,下一步还将依法作进一步查处。

本次流通环节共抽检11类食品共220批次样品,发现不合格产品6批次。这11类均为我市春节市场较为畅销的食品,包括方便食品、薯类和膨化食品、蔬菜制品、水果制品、炒货食品及坚果制品、蛋制品、饮料、豆制品、糕点面包、蜂产品及速冻米面制品。发现的6批次不合格产品分别为:2批次蜂蜜菌落总数超标,2批次糕点面包防腐剂含量超标,1批次非发酵性豆制品豆干山梨酸含量超标,1批次饮料蛋白质含量不符合要求。