

开车用手机?

50元,2分!

15分钟内 这个路口有5人因此被处罚

仅15分钟,5名驾驶员因开车使用手机收到罚单,这是12月1日上午,记者在海曙区镇明路与长春路路口看到的整治现场。

每年12月2日是“全国交通安全日”,今年的主题是知危险会避险,安全文明出行,借此时机,公安交警启动“文明开车我参与”,该活动将通过集中整治+宣传教育方式持续推进。除开车使用手机,接下来交警还会紧盯路面加塞、车窗抛物、违规鸣号等违法行为。



昨日,在海曙区镇明路与长春路路口,接连有驾驶员因开车使用手机被罚。 记者 陈焯 摄

开车不能用手机! 交警现场执法

“同志,开车时不可以使用手机,请将车辆靠边!”当天上午约10点,一辆黑色轿车在路口等待绿灯放行,其间车内驾驶员低头操作手机,这一幕落入执勤交警的眼中。驾驶员姓谢,靠边停车后很配合地出示了相关证件,只是接下来发生的事让他傻眼了。

原来,交警现场调查发现,他的驾驶证已记10分,另有11条电子警察抓拍违章未处理。根据相关法律规定,驾驶机动车不得有拨打接听手持电话、观看电视等妨碍安全驾驶的行为,违法者可处罚款50元,记2分。也就是说,谢某的驾驶证再记上这一笔,就真的“一分不剩”了。“我们依法暂扣你的驾驶证,待驾考理论学习

通过后领取。另外,你给朋友打个电话,让对方来把车子开走吧。”

这边还未处理完,路口另一头又查获一起。一名驾驶员边打电话边往路口驶来,当被告知这样的行为要被处罚时,他显得很不服气。“我开了那么多年车,从来没出过事。”

记者发现,15分钟里这个路口一连有5辆车被查获。采访中,大多数驾驶员清楚自己的行为违法,但并没意识到可能会造成的道路安全隐患。“开车使用手机,势必造成视线短暂离开路面,这就等于是盲开。很多交通事故证明,在遇突发情况时,驾驶员根本给不出避险反应。”对此,海曙交警大队民警解释道。

等绿灯时能刷手机吗? 答案是“否”!

那么,等红绿灯时刷一下手机总没事吧?答案是“否”!“我们经常发现,当绿灯亮起时,有些车还停在原地迟迟不走,仔细一看,原来是驾驶员在使用手机。根据相关法规,驾驶员的这种使用手机行为也属于妨碍安全驾驶,影响正常交通秩序。”

当天,记者从市交警部门获悉一个数据:今年1月至11月,全市已查处开车使用手机违法行为35563起,其中现场查处5440起,电子警察抓拍30123起。

接下来,为营造全社会文明开车的良好氛围,市交警部门将紧扣“122”主题,在不放松严查严管各项交通违法行为的同时,启动“文明驾驶人”推选活动。通过交通运输单位、出租车、网约车、企业、机关团体等各行业报送,各地交警遴选把关,未来半年将推选近300名“文明驾驶人”,他们将通过自身的文明行车带动并影响身边人。

记者 陈焯
通讯员 陆明光 徐莹莹

幼儿园开启 “零”垃圾行动 开启了全新环保生活

本报讯(记者 边城雨 通讯员 邱青青 范奕齐)从垃圾分类到“不用、少用、重复用、改造再用”,2020年5月常青藤幼儿园的教职工、孩子、全园家庭共同开启了“零”垃圾生活之旅。在践行垃圾减量的过程中,该园以教育一个幼儿带动一个家庭,

以一个家庭带动一个群体为愿景,向身边的人传递着这个新时尚——“零”垃圾生活。

自5月发起“零”垃圾生活号召以来,常青藤幼儿园的孩子和家庭开启了全新的环保生活。用环保袋代替塑料袋进行购物;自带打包杯、碗,以减少一

次性杯碗的使用;整理闲置衣物,捐给更需要的小朋友;用毛巾代替纸巾等等。从自身做起,尽可能地减少垃圾的产生,以微小的力量带动身边的群体,唤起大家对环保的关注和重视。

记者 边城雨
通讯员 邱青青 范奕齐

这些病,因为阳气不足 十人九虚,天冷该补阳了

“慢性呼吸道疾病、男性前列腺炎、阳痿早泄、下肢水肿、夜尿频多、内风湿关节炎、宫寒不孕……导致这些疾病的根源都是体内阳气不足。”宁波市中医院内科副主任医师朱斐说。

阳气好比生命中的一团火。烈火熊熊,生命旺盛;寒气升腾,火势微弱,疾病丛生,甚至命悬一线。十人九虚,冬天怕冷的人可以开始考虑补阳了。

十人九寒,阳虚体质非常普遍

“扶阳派”是中医一大学术流派,理论上推崇阳气,认为养生的目的就是要达到阳气充足。临床上认为“十人九寒”,强调“温扶阳气”。宁波市中医院内科副主任医师朱斐和他的同事们,近年来一直在研习“扶阳派”医学。他告诉记者,他经过临床观察,发现宁波人即便不是“十人九寒”,至少也有七八人是寒气郁积。一些病人年纪很轻,平时运动不少,阳气也不足,中老年人阳虚症状更是普遍。

朱医生说,现代人的阳虚至少可分为显性和隐性两种,衣服穿得比别人多,稍微吃一些寒凉之物马上拉肚子,是比较典型的显性阳虚体质。还有一些市民,中医九大体质测试显示的是血瘀、湿热,甚至阴虚,其内在根源,很有可能也是阳气不足所致。

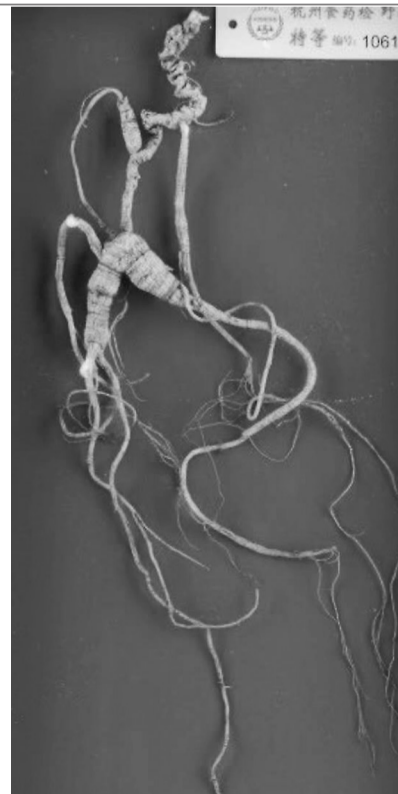
很多疾病根源在于阳气不足

“很多疾病就是体内阳气不足,寒气凝滞所致,中医普遍认可的有宫寒不孕、男性前列腺炎、阳痿早泄、下肢水肿、夜尿频多、内风湿关节炎、慢性呼吸道疾病等等。”朱医生说。

阳气不足,冬天就会比较难熬。阳气是人的能量,天一冷,原本就不足的能量,消耗进一步加大,能够用于免疫的就少了,于是各种疾病接二连三袭来。

阳虚的人冬天非常有必要提前储备能量,减少疾病发生率。中医历来也主张冬藏养生,认为冬天是一年之中养精蓄锐的季节,“冬天进补,来春打虎”,反过来则是“冬不藏精,春必温病”。意思说,冬天如果人体不养精蓄锐,春天发生疾病的几率非常高。

记者 周皓亮



参龄60年的“寿全斋”品牌野山参。

>>>链接

“寿全斋”山参节开始了 15年山参可低至8元/克

“寿全斋”品牌野山参全部来自中国野山参之乡——桓仁同仁堂野山参基地,参龄20年以上,不施肥不人工干预。买山参,怕买错怕买贵,来百年老店寿全斋。22年野山参低至76元/克,15年山参可低至8元/克。

秋季辽参新鲜上市 深海辽参低至30元/支

海参捕捞分春秋两季,秋天的海参膘肥体壮,营养价值更高。《宁波晚报》养生汇精选大连庄河4年深海即食辽参,软糯Q弹无腥味,10支起售,30支以上低至30元/支。

品牌红参8折起

地址:海曙区永寿街6号 咨询电话:87228361