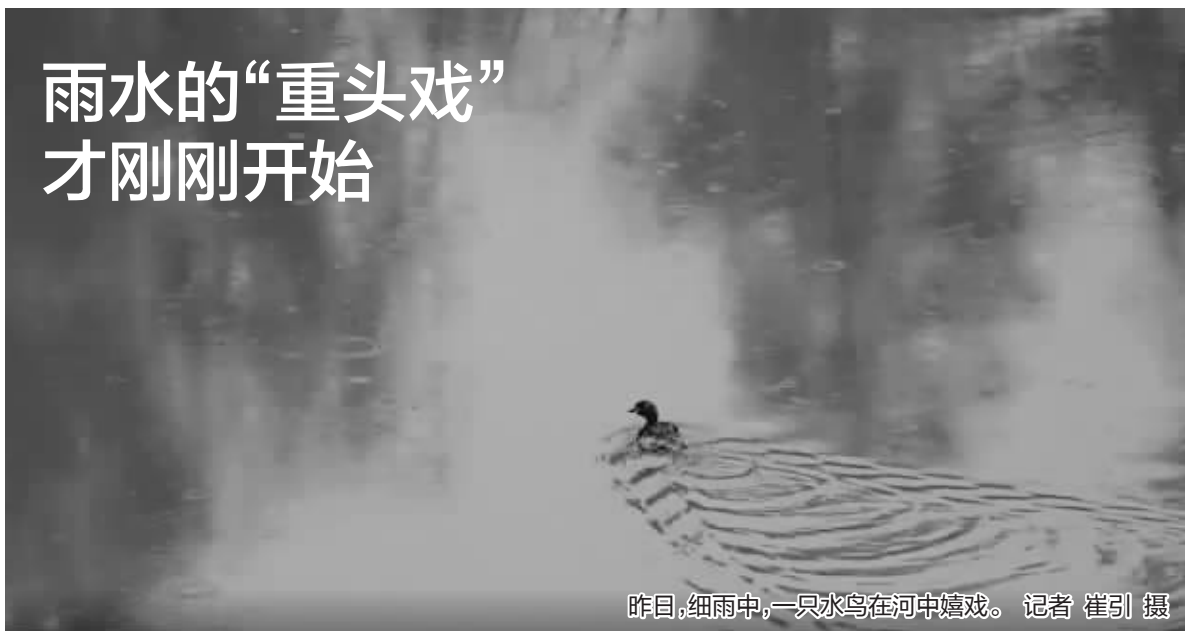


【承承看天】

雨水的“重头戏”才刚刚开始



昨日,细雨中,一只水鸟在河中嬉戏。记者 崔引 摄

湿滑的路面,“潮哒哒”的衣服……时密时疏的雨水,多多少少搅乱了日常生活的节奏。

很多人可能没料到,这只是一个开始。

市气象台说,5月12日到5月13日上午,我市将迎来降水的最集中时段,雨势明显增强,阴有阵雨,局部雷雨,雨量中到大,局部地区甚至有暴雨。

上班路、下班路的拥堵,户外行动的不便,还有阴雨天气给心情带来的影响……光是想想都觉得有点儿糟心,大伙儿还是要及早做好心理准备。

这次的雨水过程,主要受低涡东移影响。由于低涡移动速度较慢,因此雨水的影响时间也相对较长。

雨水什么时候落下“休止符”,

这就看冷空气了。从目前的预报看,5月13日冷空气将抵达,有望帮我们“驱赶”雨水。

在雨水和冷空气的打压下,气温难以有上升表现。5月11日到5月14日,市区最高气温只有21℃-22℃,后期甚至可能跌至“1”字头,大伙儿要及时根据气温变化调整衣着。

记者 石承承

市消防救援支队
关注消防员心理健康

疫情期间,消防救援队伍内部执勤与防控压力剧增,为有效解决消防救援人员出现的各种心理问题,宁波市消防救援支队切实做好消防救援人员心理服务工作,确保当前队伍安全稳定。

该支队利用网络心理健康平台开展“望闻问切”式问诊工作,让消防救援人员通过网络平台与心理咨询师交流探讨,系统地学习提升心理疏导方法和积极心理学原理。

同时,该支队将奥体中心方舱医院消防勤务站人员作为重点帮扶对象,主动建立心理健康个人档案信息。对于驻勤期间出现心理障碍和相应倾向的驻勤人员,第一时间进行心理干预,有效化解心理问题,确保驻勤人员思想稳定。

该支队还以“集体谈心”和“一对一谈心”等方式逐人分析摸排,做到思想时时有人跟进了解,问题随时有人帮助解决。并通过经常性开展小游戏、小比赛、小演讲、小创作等灵活多样、短平快的文体活动,引导消防救援人员培养积极向上的兴趣爱好和乐观豁达的健全人格,实现自我心理健康管理。

记者 马涛 通讯员 鲍小静

福彩开奖信息

6+1第2022052期:3 0 9 3 5 1 羊
15选5第2022121期:09 10 12 13 14
3D第2022121期:7 6 5
七乐彩第2022052期:
03 09 10 16 20 24 25 28
快乐8第2022121期:
01 04 07 13 15 19 22 26 30 32
33 39 40 56 62 64 71 72 75 78

体彩开奖信息

大乐透第22052期:
01 13 18 29 35 04 09
20选5第22121期:01 03 04 09 12
排列5第22121期:6 2 1 5 9
(均以公证开奖结果为准)

【国内消息】

公安部公布五类
高发电信网络诈骗案件

当前,电信网络诈骗犯罪已成为发案最多、上升最快、涉及面最广、人民群众反映最强烈的犯罪类型。公安部11日公布五类高发电信网络诈骗案件,进一步提升广大群众识骗防骗能力水平,有力震慑违法犯罪分子。

公安部公布,刷单返利、虚假投资理财、虚假网络贷

款、冒充客服、冒充公检法五种诈骗类型发案占比近80%,成为最为突出的五大高发类案,其中刷单返利类诈骗发案率最高,占发案总数的三分之一左右;虚假投资理财类诈骗涉案金额最大,占全部涉案资金的三分之一左右。

据新华社

上海8个区
实现社会面基本清零

记者从11日举行的上海市新冠肺炎疫情防控新闻发布会上获悉,上海徐汇区达到社会面基本清零标准,截至目前,上海已有8个区和浦东新区部分街镇社会面基本清零,这8个区分别是奉贤、金山、崇明、青浦、松江、普陀、嘉定和徐汇。

上海市疾控中心表示,

据新华社

怎样才能边吃边瘦?
吃对就行!

5月11日是世界防治肥胖日。最新的《中国居民营养与慢性病状况报告》显示,我国超过一半的成年居民超重或肥胖,因超重和肥胖引发的糖尿病、高血压、心血管病、代谢性疾病也逐年增加,

并呈年轻化趋势。

发胖容易,减肥不易。辛苦节食瘦了几斤,一不小心就反弹;不想动只想吃,还想瘦……怎样才能边吃边瘦?还是要有科学的方法。

据央视新闻



扫码了解
科学方案

【甬上发布】

鄞州一“黄金地块”
征收补偿方案公布

5月10日,鄞州区房屋拆迁服务中心发布《轨道交通7号线(体育馆站-曙光路站区间、曙光路站)项目征收意愿征询公告》。

征收意愿征询自5月10日起至5月16日,征收范围内90%以上被征收人同意征收的,则启动下一步征收工作;如未达到90%的,视作房屋征收意愿征询未通过,原则上五年内优先安排其他符合条件的项目。

同时,该项目的征收补偿方案也已公布,被征收人可选择货币补偿与产权调换两种补偿方案。

依据此前信息,本次拟征收地块房屋总建筑面积约5万平方米,涉及被征收总户数723户,其中住宅695户,非住宅28户。

记者 施文



扫码了解
更多内容

我市建设人获
“茅以升科学技术奖”

这是全国土木工程界最高奖之一

日前,2021年度茅以升科学技术奖获奖名单揭晓,我市建设人俞国际榜上有名,为宁波市市政工程领域第一个获此荣誉的注册一级建造师。

俞国际是宏润建设集团股份有限公司宁波公司总工程师,工作近30年来,他一直在工地一线从事道桥施工技术和项目管理工作,宁波市东外环-通途立交工程、宁波市澄浪桥及接线工程等重大项目都留下了他的身影。

“茅以升科学技术奖”是国家奖励办批准设立的国家级科技奖励项目,是为了纪念我国杰出的桥梁专家、教育家和社会活动家茅以升先生,该奖已成为我国土木工程界公认的最高个人奖项之一。

记者 周科娜



扫码了解
更多内容

宁波实现异地
公积金还贷提取全省通办

5月11日,记者从宁波市住房公积金管理中心获悉,为解决缴存职工异地办事“多地跑”“折返跑”等痛点难点问题,尤其是破解疫情防控期间出行难问题,从今年5月1日起,我市住房公积金实现了异地公积金还贷提取全省通办,异地公积金还贷提取即时受理,“零等待”办结,极大方便了市民的业务办理。

目前,市民可通过浙江政务服务网、浙里办APP和支付宝市民中心这三大线上办事渠道办理异地还贷提取业务。

该业务适用于纯公积金贷款且本人申请办理情形,无论是还贷期间或者贷款结清均可办理提取。

记者 周科娜
通讯员 张彩娜
林丹姝



扫码了解
详细办理流程