“消酷暑”的莲藕,“赛人参”的黄鳝……

这个小暑湿哒哒,美食带来仪式感

7月7日,二十四节气中的“小暑”。据市气象台消息,7月7日下午到7月8日,我市多云到阴,有时有阵雨或雷雨,局部地区雨量中到大。而今天的气温也不高,市区最高气温为32℃。

□记者 石承承

今日小暑 又湿又闷

据市气象台消息,7月7日下午到7月8日,我市多云到阴,有时有阵雨或雷雨,局部地区雨量中到大。

真的是很不开心呢,连个完整的双休日都不肯留给我们。

如果你以为这就是“暴力梅”放的“大招”,那就太天真了。

从目前的预报看,7月7日和7月8日,雨水的冲刷也无法阻挡气温攀升的脚步,这两天我市的最高气温将达到31℃-32℃。

弄啥嘞?又是湿哒哒的雨,又是热烘烘的“高温”,一股潮湿、闷热的气息扑面而来,感觉整个人都不好了。

高温天气 多在中旬

顾名思义,一“小”,一“暑”,就已经将“小暑”这个节气的特质刻画得淋漓尽致:天气开始变得炎热,却又还没到最热的时候。

民谚说“小暑过,一日热三分”,用来形容“小暑”节气期间气候的变化还蛮精准的。

“小暑”节气始于7月上旬,横跨整个7月中旬。它的热,多是“后半程发力”。

从近5年(2014年-2018年)我市的气温统计数据看:

我市7月上旬出现35℃以上高温的日数总共仅有5天,其中2014年、2015年和2018年7月上旬均未出现35℃以上的高温;

相比之下,我市7月中旬出现35℃以上高温的日数总共17天,仅2018年7月中旬未出现35℃以上的高温,而2017年7月中旬“一口气”出现了9个35℃以上高温日。

出梅推迟 雨水不少

和往年相比,今年的“小暑”看来是“不走寻常路”。

参考中国天气网的客观数值预报,整个“小暑”节气期间,我市大部分日子的最高气温将在25℃-30℃之间浮动。

“小暑”节气的到来,通常意味着长江中下游地区的梅雨季即将结束。按照常年统计,我市会在每年7月7日出梅。

显然,今年的梅雨还没有“玩够”:

据中央气象台预测,7月7日-7月10日,新一轮强降雨来袭,从贵州至江南、江淮一带将陆续遭遇大到暴雨,局部地区甚至有大暴雨;接下来的7月12日-7月14日,长江中下游、华南北部地区还将有一次较强降雨过程。

啥时候出梅?

从中央气象台的长期天气展望看,未来11-20天(7月15-24日),长江中下游及江南降雨呈减弱趋势,雨带北抬到淮河流域。

三伏将至 不妨“食补”

今年的入伏时间是7月12日;“三伏天”的日数长达40天,其中,“中伏”为20天。

如何应对这种闷热、潮湿的天气,民间流传有各种“食补”的方法。

比如吃藕。推荐一个家常的做法:鲜藕以小火煨烂,切片后加适量蜂蜜,可随意食用,有安神入睡之功效,可治血虚失眠。

此外,民间还有“小暑黄鳝赛人参”的说法。

每年“小暑”前后一个月,恰好是黄鳝肉质最肥美的时候。夏季往往是慢性支气管炎、支气管哮喘、风湿性关节炎等疾病的缓解期,黄鳝性温味甘,具有补中益气、补肝脾、除风湿,强筋骨等作用。

除了去菜市场买黄鳝,可能很多人还喜欢亲自去钓。

黄鳝属于底栖性鱼类,喜欢生活在湖泊、塘堰、河道、沟渠、稻田及池沼中等各种淡水环境底部。其中,又以水稻田里黄鳝最多。

此外,黄鳝有昼伏夜出的习惯,白天潜到泥底、池堤或石缝中,等到夜间再出来觅食。

想要试着自己抓黄鳝的,不妨循着这些“线索”出发吧。

●市区天气

今日:多云到阴,局部阵雨或雷雨;23℃-32℃

明日:阵雨或雷雨,局部雨量中到大;25℃-31℃

今日市区空气质量:良,二级;

首要污染物:臭氧

中国-中东欧青年齐聚一堂

第三届“未来之桥”研修交流营在宁波举行

本报讯(记者 朱琳 通讯员 施寒潇)第三届“未来之桥”中国-中东欧青年研修交流近日在宁波举办,来自中东欧16个国家的近80名青年代表应邀来华访问。

交流营期间,团中央书记处书记李柯勇、宁波市委副书记宋越舜于7月6日出席了中国-中东欧青年发展论坛并致辞。宁波市委常委、北仑区委书记梁群,浙江省青联主席王慧琳等也出席该论坛。

在以“凝聚青春力量、搭建伙伴之桥”为主题的中国-中东欧青年发展论坛上,3名中方代表和2名外方代表就本国青年政策、青年发展趋势、经贸领域的青年合作等议题进行了主旨演讲。

在甬期间,各国代表考察了宁波汽车制造业、宁波舟山港、新农村建设,参观了天一阁博物馆、中国港口博物馆,领略了宁波优渥的营商环境和“书藏古今、港通天下”的深厚文化底蕴。

本届交流营由中华全国青年联合会主办,中国国际青年交流中心、宁波市政府、浙江省青年联合会承办,宁波市北仑区人民政府和宁波市青年联合会协办。

小区展销贫困地区农产品 受居民热捧

消费扶贫公益活动现场

本报讯(记者 陈善君 文/摄)7月6日上午9点,宁波海曙区天一家园社区中庭广场上,亚太酒店物业主办的“社区力量·消费扶贫”活动启幕。活动现场摆放着来自全国各地贫困地区的农产品,供居民挑选。活动吸引了许多社区居民光顾抢购。据悉,这项公益扶贫活动,由中国物业协会牵头组织,将在全国推开。

记者看到,农产品都是来自全国各地贫困地区,有川西高原的金川雪梨膏、云南昭通的清水笋片、河北赞皇县的赞皇薄皮核桃、湖北竹溪的高山黄土豆等。现场展出了总共18个贫困县域的农产品,受到社区居民的欢迎。

在当天的活动现场,还举行了“社区力量·消费扶贫”启动仪式。接下来,这项活动将在包括浙江、天津、四川等全国12个省27个城市,超过300个项目的亚太酒店物业管理的社区铺开。

税务主动上门退税 企业坐收减税降费“红包”

“没想到税务部门不仅给我们送政策,还会给我们送钱,服务真是太到位了!”6月27日,国家税务总局宁波市镇海区税务局澥浦税务所工作人员来到宁波巨化化工科技有限公司,告诉公司会计董航海,已为他们企业办理了700多万元企业所得税汇算清缴退税。面对上门服务的税务工作人员,董航海非常激动,竖起大拇指连声感谢:“700多万元退税款秒到账,这么一大笔钱退下来,真像一场及时雨,实打实地促进了企业的资金周转。”

同样享受到税务部门工作人员上门服务的还有镇海区九龙湖镇、澥浦镇的183户纳税人。为贯彻落实减税降费精神,高效率、全覆盖完成退税工作,澥浦税务所统筹安排,上下联动,组织前后台力量集中清理退税数据;通过电话通知等形式逐一告知企业,并结合实地上门走访服务纳税人,为企业办理包括企业所得税汇算清缴退税、小微企业普惠政策退税相关手续。

镇海区税务局相关部门负责人介绍:“今年以来,随着小微企业普惠性减税红利密集释放、增值税改革持续深化等各项减税降费政策的实施,税收优惠政策效应正在逐步显现。下一步,我们将持续打通减税降费落实的‘最后一公里’,确保各项政策落地落细,助推地方经济实现高质量发展。”

60岁以上来电领取多功能老花镜

周年庆典报名即可免费领取

价值398元多功能老花镜

注意事项:

1、每人限领一份,重复无效;

2、领取时请携带本人身份证,退休证等有效证件;

3、由于领取人数较多,领取前请务必来电核实身份信息并预约申领时间。

申领条件:仅限年满60周岁以上的中老年朋友!

领取地址:东海曙光大厦18楼A1(原解放军113医院东200米)

坐车到杏阳小区公交车站下车,地铁:江厦桥东站A出口出站。

【申领热线】

18058511959

(报名后方可领取)