



弱冷空气弱爆 “非典型”霜降来了



昨天,宁波和义路边的绿植叶子已泛红,透露出秋意

据《中国天文年历》显示,北京时间10月24日1时20分,我们正式进入霜降节气,这属于秋季的最后一个节气。

是不是有点难以置信:明明窗外阳光还好,最近两天的气温也大有“反弹”的架势,怎么就已经到了霜降,这样一个光听名字就让人一哆嗦的节气。

□记者 石承承/文 张培坚/摄

接二连三的弱冷空气 只是来“打个酱油”

雨水“爽约”,秋燥依旧。接下来虽有接二连三的弱冷空气,但也只是来“打个酱油”。

昨天,我市大部分地区并未见到“传说中”的小雨,仅鄞州、奉化、宁海的部分地区有

市区天气

今天:多云 16℃-24℃ 明天:多云到阴 15℃-23℃
今天市区空气质量:良 二级 首要污染物:臭氧

弱降水过程。相比之下,阳光越发显得“勤快”,直接导致午后气温节节攀升。市区最高气温达到24.6℃,奉化、宁海两地的最高气温更是攀升至25℃以上。

下一次降水会在什么时候?

从市气象台的预报看,10月26日,受弱冷空气影响,我市局部地区有弱降水过程;接下来10月28日前后,同样是受弱冷空气影响,我市还会有一次局部弱降水过程。

不过,对于这两次降水,大家也不用抱太大希望,“雷声大雨点小”的可能性很大。

在提及未来十天天气预报时,市气象台用了一句“气温总体平稳”来概括。

今日霜降注意秋燥 会有咽干、鼻干、皮肤干等症状

10月24日,霜降。

《月令七十二候集解》中说:九月中,气肃而凝,露结为霜矣。说的就是霜降最大的特点:天气渐冷,初霜出现。

说起霜,有人以为它就跟雪花一样是从天上飘下来的。事实上,它更像露水,是由空气中的水汽凝结而成的。

特别是没有或者少云层覆盖的夜里,地面散热快,更容易形成霜。民谣“霜重见晴天,瑞雪兆丰年”说的就是这种现象。

霜降,并不是“小透明”。

虽然霜降带来的气候特征不是很明显,

但它给我们的日常生活带来的影响已逐渐显现。比如秋燥,感觉一直在喝水,可咽干、鼻干、皮肤干等症状,始终无法消除。

多吃时令蔬菜和水果 被霜打过的蔬菜会很甜

好像也没有更好的办法,多吃些生津润燥、宣肺止咳的时令食物吧,像梨子、苹果、石榴、荸荠、葡萄、萝卜、香蕉、银耳等。

除了这些时令的水果、蔬菜,眼下还有一个值得一试的法子:喝粥。

熬粥用的米,也算是时令食材。特别是过去,江浙一带的农户都要赶在霜降前收完稻谷。新米上市,不用来熬粥,熬出那股特有的清香,感觉都有点对不起稻谷的颗粒饱满。

霜降,值得期待。

虽说眼下距离降霜还有段时间,但是一想到被霜打过的香甜、软糯的蔬菜、萝卜,是不是内心又充满了期待?

这其实算是植物的一种抗寒本能。

进入霜降节气后,随着天气渐冷,为防止霜冻害,很多植物会采取一种自我保护举措,本身所含的淀粉会在淀粉酶的作用,经由水解成麦芽糖酶,又经麦芽糖的作用,变成葡萄糖。

糖分的增加,有助于细胞液不容易因为霜打而脱水。而葡萄糖溶解在水中,意外使得口感变得有些甜。

社工张春苗: 以感恩心待人,以平常心对事



新党员张春苗

娇小的个头,说话温声细语,就像邻家小妹的感觉……她是鄞州区单体体量最大的安置社区——下应街道洋江水岸社区的一名社工,张春苗尽管入行时间不长,凭着一股子能吃苦、爱钻研的劲头,一步步蜕变成了社工骨干。走访入户,深入居民家中,替居民排忧解难,哪里有需要她就出现在哪里。

“以感恩心待人,以平常心对事。”言简意赅的12个字,却是张春苗一路向前的“指南针”。她感谢身边的党员榜样,不忘初心跟党走,牢记使命勇担当。

□记者 樊莹 通讯员 钟鸣 摄影记者 张培坚

建立共享花园,把盆景变成风景

随着城市化进程的加快,城中村居民大批“进城”,但由于长期的生活习惯、生活理念并没有随身份的转变而发生改变,管理起来并不容易。比如,居民对社区事务参与度低,且社工也相对不足、缺少管理经验等。

“2017年9月刚来时,自己像白纸一张,也挺迷茫的。”在很多人的观念里,社工往往要练就一副“大嗓门”,做起事来风风火火,而张春苗的形象大相径庭。如何扮演好这个角色,她试着观察周边的老社工。

2018年的年中,社区第一批新房装修结束,大量居民入住,各种问题凸显。最突出的是占用楼道堆放杂物的问题,本来是紧急情况下用来疏散的逃生通道,但有不少居民占用空间堆放鞋柜、储物柜、自行车、泡沫箱等。

“在社区居民陆续搬入新家后,一些生活习惯短时间内很难改变,比方说,以前大

家都喜欢种点花木之类的,还有些居民舍不得丢掉的旧物件、旧家具就堆在了楼道里,虽然我们也非常理解,但社区是个大家庭,需要大家共同维护,占用了楼道,意味着别人出行可能受到影响,同时存在安全隐患。”张春苗说。

为了解决问题,老社工党员除了帮助居民清理掉不需要的物品,同时对这些居民逐户走访,收集可行性的建设意见。沟通过程中,也会有情绪激动的社区居民,但面对指责大家第一反应是耐心安抚,直到把问题真正解决。

“共享花园的建立,就是给堆放在公共区域的花木找了个家,把盆景变成风景,化解社区治理难题。”说到这里,张春苗一脸骄傲。她渐渐认识到,社工既是社会政策的宣传员、沟通交流平台的搭建者,也是社会资源整合链接者。

城市记忆馆,收藏居民家中老物件

很快,张春苗向所在的党组织递交入党申请书,同时不断学习党的理论知识,与实际工作结合起来,进行创新思维,更好为居民提供服务。

去年,有居民提到家里老底子的东西没地方放,张春苗跟同事们又开始动脑筋,如何将它们集中展示给更多人看到。

留声机、手拉钻、纺车、美孚灯、肉扎勾、三五牌台钟……过了一段时间,有人惊奇地发现,社区150多平方米的城市记忆馆开放了,里面收藏的正是居民家中一件件老物件。社区通过向各村的村委会与居民收集资料和物件,并与设计公司共同规划布置了这一场馆,让居民

回味过去、了解过去。

现在,从村民到居民,从村庄到社区,居民在感叹生活幸福指数日益提高的同时,对旧时村庄记忆也有了可以怀念的地方。社区里的热心党员居民也会轮流值班,打扫卫生、维护秩序,尽一份心力参与其中。

2019年7月11日,经过党组织的严格考察后,张春苗如愿成为一名预备党员。她表示,自己将用党员的标准严格要求自己,自觉地接受党员和群众的监督,努力克服自己的缺点和不足,争取早日成为一名正式党员,成为居民心中的合格社工。

