

这碗腊八粥 有你更暖心 臻美物业出资五千 助力送粥活动

全媒体记者 陆超群

本报讯 大爱的慈溪，这碗腊八粥有你更暖心。上月25日，由本报“益起来”公益小分队与绿恒缘婚姻家庭公益服务中心、爱心壹加壹志愿者协会的成员。前几年，她作为志愿者参与了浓情腊八全城送粥活动。在沈华平看来，如果能用一碗热气腾腾的腊八粥，拉近人与人之间的距离，既应了节日气氛，又能传递暖暖真情。“今年想以公司名义出资，也是多种方式参与，为新一年的送粥活动增添温暖力量。”

沈华平是该公司负责人，同时，她也是我市开心一族环保志愿服务队、野生动物保护协会、红豆缘婚姻家庭公益服务中心、爱心壹加壹志愿者协会的成员。前几年，她作为志愿者参与了浓情腊八全城送粥活动。在沈华平看来，如果能用一碗热气腾腾的腊八粥，拉近人与人之间的距离，既应了节日气氛，又能传递暖暖真情。“今年想以公司名义出资，也是多种方式参与，为新一年的送粥活动增添温暖力量。”



碧桂园情暖冬日 为近百位老人送上腊八粥

全媒体记者 陆铭铭

本报讯 早上5点多，天还没亮，观海卫镇平村尚处在雾气之中。而就在朦胧中，有间屋子里灯火通明，一群红马甲正忙着熬粥。原来这群红马甲是碧桂园浙东区域的志愿者们。他们想为观海卫镇慈东老年公寓的老人熬制一碗热腾腾的粥，共度腊八节。

地竖起了大拇指，朝志愿者夸赞“味道交关好”“这粥烧得香甜软糯”。“这碗腊八粥真暖心！”今年67岁的方大伯坐在活动室外，一边喝着粥，一边不停地夸着志愿者，“过节还能想到我们，真是太感谢了！特别感谢碧桂园浙东区域的志愿者记挂着我们，夏天送来杨梅，冬天又送腊八粥。”

俗话说过了腊八就是年，在腊八这天喝上一碗暖粥，也是桥城家家户户辞旧迎新、祈福迎祥的习俗。为老人们送上新年祝福，碧桂园浙东区域携手慈溪日报、市博宣社举办“情暖腊八节公益活动”，提前为老人们送去腊八粥，希望他们在冬日里感受到浓浓暖意。

给老人们分完粥后，志愿者们拿出剪刀，将活动室变成理发店，开始帮老人修剪头发，有的志愿者则陪在老人身边聊家常。听到老人们说腊八粥好评不断，正在现场忙碌的志愿者张女士特别高兴，当天她正好轮休，听到活动后便主动报名参加当志愿者，“老人们的笑容，就是我们最大的收获。”

这碗腊八粥不光食材丰富，熬制时放入了桂圆、白木耳等，还凝聚着碧桂园浙东区域等组织的爱心。为了让老人喝到香喷喷的腊八粥，活动前一天，志愿者们就开始准备熬粥事宜，浸泡红豆、白米等食材。

热粥驱寒气，真情暖人心。小小的一碗腊八粥看似不起眼，但慈东老年公寓的老人们感受到了碧桂园浙东区域的祝福和关怀。碧桂园浙东区域相关负责人表示，作为碧桂园在浙江重点布局的专设区域，碧桂园浙东区域一直积极践行集团理念——希望社会因我们的存在而变得更加美好，“在腊八到来之际，希望这一碗碗热腾腾的腊八粥能够传递爱心与温情，这是我们第一次举办腊八送粥活动，今后也会继续下去。”

翻了！ 核载两吨足足装了三吨

全媒体记者 龚益 通讯员 沈策 周学

本报讯 近日，杭州湾跨海大桥南岸服务区附近发生一起货车侧翻事故，占据了第二车道和第三车道。正在路面巡逻的高速交警姚豪杰正好到达对向车道，他立即翻过中央护栏后马上对路面进行管控。

驾驶员夏师傅坦言，他从嘉兴出发载货去周巷，为了节约运输成本，核载两吨的小货车老板足足装了3吨多才让出发。在行驶到南岸服务区附近时，车辆不堪重负发生爆胎，夏师傅使出浑身解数也没能保持住车辆平衡，最后发生了侧翻事故。

虽然车辆侧翻，但所幸没有造成二次事故，驾驶员也没有受伤。后续支援警力和排障部门第一时间到达现场，对车道采取分流措施。在调取了监控视频后，交警部门对整个事故过程有了了解。监控视频显示，蓝色货车在第二车道行驶过程中，左右轮胎突然爆胎，车辆瞬间失去平衡。在左右摇摆后，货车最终还是失去了重心，侧翻在高速路上。

高速公路排障部门在研究了现场情况后，为了尽快打通行车道，确定了施救方案：先人工将货物卸下来，再用吊车将货车扶正，最后用平板拖车拖离。经过近40分钟的施救，终于将事故车转移到应急车道。

高速交警提醒，运输超载问题不但严重影响驾驶员自身安全，还会使车辆部件磨损加剧，车辆寿命陡减，同时损害道路路面。车辆超载也会使车辆制动、转向等性能降低。

高速交警提醒，运输超载问题不但严重影响驾驶员自身安全，还会使车辆部件磨损加剧，车辆寿命陡减，同时损害道路路面。车辆超载也会使车辆制动、转向等性能降低。

冬季护鼻子助防病

冬季护好鼻子，不但能预防感冒，还是预防呼吸道及心肺感染的关键。具体要做到以下几点。多呼吸新鲜空气，改善鼻黏膜的血液循环。早晚洗脸之后，坚持用冷水洗鼻，不但能增强鼻黏膜对寒冷气候的适应能力，还能及时把细菌病毒、灰尘、花粉等致病微生物、过敏原清除掉，从而预防与减少感冒。

每个人的鼻腔内有小气候，调节鼻腔内环境，使之保持温暖湿润很重要。在寒潮、冷空气过境的天气里，尤其要注意鼻部的保暖，同时可适时进行局部加温。如果感到鼻子干燥不舒服，或鼻孔痒不干净时，可用棉签蘸温水洗鼻腔，不能用手挖，以免损伤鼻黏膜引起炎症；冬天长时间呆在有暖气的居室内易使鼻腔干燥，可向室内洒水。此外，按摩鼻部可促进血液循环，有效预防感冒和鼻病。



（郑军辉）

全媒体记者 冯梦琴 通讯员 沈柏涛

本报讯 2020年的第一天，有这样一群人，他们从四面八方赶来献血屋，以无偿献血的方式庆祝新年的到来。昨日，市献血办开展“红色行动，让爱流动”主题献血活动，100余名爱心人士利用假期参与无偿献血，实际完成献血85人，累计27400毫升。

上午9点30分，市献血屋里人头攒动，暖意融融。不少市民已经完成了献血，还有不少市民在工作人员的指导下填写献血登记表，他们有的来自城区，有的来自乡里。

市民韩岑迪早早地赶到献血屋，成功捐献了400毫升血。他是一名有着10余年献血经历的资深志愿者，还荣获过全国无偿献血奉献奖。不过，虽然他多次献血，但在元旦这一天来献血还是首次。“今天是个好日子，所以特意来献血，为2020年开个好彩头，也希望新的一年家人身体健康，万事顺心。”韩岑迪笑着说。

“今年是第四年来献血了，往年元旦假期我都是跟女儿一起来的，今年她要上培训班，所以我就一个人来。”市民许女士笑着说，自己平日献血并不多，但元旦献血已经成了她的惯例，往后也会保持下去。“我希望新的一年从奉献爱心、收获快乐开始。”

为了服务好前来献血的志愿者，元旦当天他们增加了多名工作人员，还为每位志愿者提供一份小礼品，感谢他们的无私奉献，让这个社会更加温暖。



孕妇家中滑倒 交警“疾行”护送

全媒体记者 叶吟吟 通讯员 胡志东 徐燕

本报讯 “等孩子出生后，一定打电话跟你们报喜。真的是太感谢你们了！”握着杨杨警官的手，四川籍袁先生感激地说道。怀孕3个月的妻子在家中不小心滑倒，肚子疼得厉害，多亏了交警一路开道，及时将他妻子送到医院医治。从拨打报警电话到赶到

医院，周五晚高峰期间仅花了10多分钟，夫妻俩对于交警的帮助感激不已。上月27日傍晚5点半多，谭女士想着将晾晒在外头的衣服收进来，没想到一不留神，就从楼梯上滑了下来。“滑了四五步，之后就倒地了，肚子磕到了旁边的鞋架，整个人都跌在了地上。”说起当时的场景，谭女士仍有些后怕。“我怀孕才3个多月，摔倒

后肚子就开始疼起来，当时特别害怕，就给老公打了电话。”在掌起工作的袁先生接到妻子电话后，立刻着急了。当时正值晚高峰，从工作地方赶到家中极有可能堵在路上。“因为我曾看到过报道交警帮忙开道，就抱着试试看的心态打了110。”袁先生告诉记者，令他安心的是，接警员听了求助情况后，表示会联系交警。而他挂下电话没多久，就

接到了观海卫交警中队杨警官的电话。“你现在在哪，家在哪里，是哪个方向过来的，我们争取早点和你会合。”杨警官告诉记者，当时他刚处理完一个事故，得到指挥中心指令后，听到孕妇滑倒，心就很急，立刻驱车赶往袁先生可能途经的道路。在大润发路口和袁先生会合后，警车一路疾驰，同时向旁边的车子喊话让行，袁先生也紧随其后，很快，一行人就赶到了袁先生

家。“我们赶到时，谭女士躺在床上，脸色很不好。我们和袁先生一起将谭女士送上了车，立即赶往医院。”赶到医院后，交警还帮忙开辟绿色通道进行诊治。如今谭女士身体已经无恙。“医生和我说，我怀孕才3个多月，当时的情况的确很危险。真的是太感谢交警了！要不是他们及时帮忙，真不知道会有什么后果。”谭女士感激地说道。



暖心 腊八粥

腊八节来临，前天早上，古塘街道金桥社区巾帼志愿者们将一杯杯暖心腊八粥送给社区残疾人、清洁工、保安、70岁以上老年人和为社区进行生活污水改造的施工人员。

摄影 全媒体记者 陈邦强 通讯员 王琴

网红舞蹈老师被割喉案二审维持原判 被告人死刑判决依法报请最高院核准

全媒体记者 陆超群

本报讯 备受关注的网红舞蹈老师被割喉案有新进展。记者前天获悉，受浙江省高级人民法院委托，宁波市中级人民法院日前对被告人吴某故意杀人（上诉）一案二审宣判。二审裁定驳回上诉，维持原判，并将对被告人吴某的死刑判决依法报请最高人民法院核准。

2018年的一个夏夜，发生一起刑事案件，一个年轻的鲜活生命戛然而止于刀下。2019年4月3日，宁波中院在慈溪市人民法院第一审判庭公开开庭审理此案。5月30日下午，宁波中院对吴某故意杀人案进行公开宣判，一审以故意杀人罪判处吴某死刑，剥夺政治权利终身。吴某不服，提起上诉，请求从轻或减轻处罚。11月5日，省高院在慈溪法院第一审判庭二审公开开庭审理了此案。从上午9点半开

始直至下午2点20分，庭审持续了近5个小时。日前，该案二审宣判。二审审理认定，2017年初，被告人吴某与陈某（女，殁年22岁）结识后成为男女朋友，后两人关系不睦而分手。吴某为报复多次纠缠陈某，在遭陈某拒绝后怀恨在心。2018年8月1日20时许，被告人吴某先在新浦镇一艺术培训中心门口附近守候陈某下班，后驾车尾随陈某搭乘的同事车辆。

陈某发现后，在浒山街道一商业区下车奔逃欲摆脱吴某，吴某停车后佩戴口罩、携带尖刀在后紧追，终在商业区一商店门口道上陈某，并将陈某强行推入内。在店内，吴某持尖刀连续捅刺陈某腹部、颈部等部位，致陈某头臂干被刺破急性大失血死亡。吴某随即逃离现场，后又向公安机关投案。

省高院认为，被告人吴某因与被害人陈某分手后求复合不成，蒙面持尖刀在公共场合连续捅刺被害人身体要害部位，致一人死亡，其行为已构成故意杀人罪。被告人吴某主观恶性与人身危险性大，犯罪手段残忍，犯罪后果严重，社会影响恶劣，且被害人不存在过错或激化矛盾的责任，故被告人虽有自首情节，仍不足以获得从轻处罚。原判定性和适用法律正确，量刑适当，审判程序合法。依照相关法律规定，裁定驳回上诉，维持原判，对被告人吴某的死刑判决报请最高人民法院核准。

一周病情报告

本周气温变化较大，周初气温高，随后冷空气到来，下降明显，最低达到零度。由于气温的不稳定，导致疾病的多发。特别是小儿和老年人，病情反复，迁延难愈。人民医院的门诊量变化不大，最高的门诊量仍旧达到近6000号。感冒的发生率仍旧较高，患流感的人不在少数，从门诊来看，小儿科、呼吸科的患者极多。

呼吸系统的发病率增加仍旧较快，而且疾病的严重程度也会增加。肠道传染病的发病情况正常。祖国医学认为，诸病从寒起，寒从足下生。所以保持双足的适当温度是预防疾病从脚底入侵必不可少的一环。温水洗脚既能清洗保洁足底，又能保持足温，防止寒从脚底入侵，还能促

进末梢血液循环，保证人体新陈代谢功能的正常运转。洗脚能健脑安神、补肾健体、防治失眠，还能消除疲劳，恢复健康。特别是冬天，睡前泡泡脚，可以暖和整个身体。病房住院在逐渐紧张，个别科室还要预约住院。其他小儿科、外科、妇产科、骨科的住院人数均较多。

（郑军辉）

小儿肺炎的预防

小儿肺炎是小儿最常见的呼吸疾病之一，在冬春季多发，如治疗不及时或不彻底，易迁延、加重，影响孩子的生长发育，因此需要积极治疗。目前正是肺炎的高发季节，尤要引起重视。肺炎最初的症状往往跟感冒很相似，但是如果发热3-4天不退，且咳嗽症状越来越重，宝宝出现呼吸急促或者吸

气性凹陷等症状，要高度怀疑肺炎的发生，需及时就诊。即使是感冒引起的轻微咳嗽，如果持续1-2周以上的时间，也应及时就诊，排除肺炎。

治疗小儿肺炎除了选择适宜的抗病毒药物或抗菌药物控制感染外，还要注意以下几点：1. 注意休息，多补充水分。2. 在饮食上要吃营养丰富、易消化的食物。如果孩子没有食欲，可以少食多餐。

3. 孩子咳嗽时可轻拍孩子的背部，有利于痰液的排出。需要注意的是拍背时要从下往上拍，从外向内拍。4. 保持室内空气新鲜，温度

以18摄氏度到20摄氏度为宜，湿度以60%左右为宜。预防小儿肺炎，要让孩子加强体育锻炼以增强体质；室内经常通风，保持空气新鲜；注意手部卫生，避免交叉感染；进行户外活动时，要注意适当增减衣服；不要带孩子去拥挤的公共场所；家里有人感冒时，要做好隔离；必要时可以在医生的指导下接种疫苗。

本栏目由 市人民医院 协办