

百家单位·百名记者

双百惠民行  
第二季

# 3万名骑手 点App可就近找驿站充电乘凉

清凉行  
记者 王岚 通讯员 郑善子

“打开骑手送餐地图，‘骑手暖心驿站’点就会在路线图上显示，如果我们想歇会，可就近找过去。”闪送骑手杨洋边说边打开App，演示给记者看。

昨天，由宁波市市场监管局、宁波市总工会联合主办的百家“骑手暖心驿站”点亮仪式在海曙区举行。现场，150家“骑手暖心驿站”在美团、饿了么、闪送、达达、顺丰同城等即时配

送平台上线，骑手打开手机App上的配送地图，就能查看所处地点周围的驿站分布情况，快速获取所需服务。

随着互联网快速发展，骑手数量不断增长。截至目前，宁波已有各类骑手3万余名。为进一步服务好平台经济劳动者，宁波市市场监管局依托宁波市总工会设立在各区（县、市）的户外劳动者驿站资源，为骑手们送上一份“夏日里的关爱”。

海曙区银泰百货时代电影院旁边，有一家工会户外劳动者驿站。驿站落地玻璃上贴有管理制

度和服务公约，明确周一至周日，从早8点到晚10点提供服务，包括免费提供饮水设备、空调、冰箱、微波炉、手机充电、休息桌椅、图书阅览、医药用品、维修工具、爱心雨伞等。“这个站点，平时由银泰商场的志愿者管理，各行各业户外工作者在门口处‘刷脸’，门会自动开启。”宁波市市场监管局相关工作人员说。

据悉，在150家“骑手暖心驿站”中，有22家驿站24小时对外开放。部分驿站还将引入专业力量，适时开展法律咨询、安全培训、夏送清凉、冬送温暖等系列活

动，满足骑手个性化需求。据悉，宁波是全国首个同时在5大即时配送平台上线“骑手暖心驿站”的城市。

“我们期望借助‘骑手暖心驿站’这一载体，更好保障新就业形态劳动者权益，不断提升劳动者职业素养，助推我市平台经济高质量发展。”宁波市市场监管局网监处相关负责人表示，后续，相关部门还将充分发挥骑手群体优势，鼓励引导其积极参与文明城市创建、平安宁波创建、食品安全监督、垃圾分类宣传等志愿服务行动。

# 这两组实验告诉你，艾灸养生要小心

安全行  
记者 李睿清  
通讯员 俞佳梦 骆承

三伏天，正是冬病夏治的好时候。自15日入伏以来，中医养生被不少市民提上日程，而艾灸疗法也受到热捧。只是养生虽好，但你可知，若不留神，艾灸也可能引来一场火？

昨天，宁波市消防部门就用一场实验展示了艾灸背后的危险。

本场实验共分为两部分，分别模拟使用艾灸后忘记熄灭和艾灸没有完全熄灭的场景。

在第一组实验中，消防员首先点燃一根常见的艾条，经过测

温仪测量，艾条点燃处温度最高超800℃。随后，消防员将点燃的艾条插入专用的艾条罐中，并将其放置在一块毛巾上。

经过测试，仅用时2分19秒，艾条正下方的毛巾便被烧出一个洞，更下层的布料也被烧成焦黄色。此时，毛巾温度已达到183℃。

“一般棉制品的燃点在130℃至350℃之间，而艾条点燃后的温度可达600℃至700℃。若用完艾条没有及时熄灭，很可能会引起火灾。”东钱湖消防救援大队防火监督员李晓彤提醒，在熏艾时应有人看守，点燃的艾条应放置在陶瓷、金属等不易燃物品上，并应远离酒精、家具、杂物等可燃物品，

“另外，在使用艾条时，应尽量避免将其放在门窗及空调风口处，以免艾绒飘落引燃房内物品。”

既然艾灸用完需及时熄灭，那正确的熄灭方法是什么？若未正确熄灭，又会引发什么后果？

在第二组实验中，消防员分别点燃直径1.6厘米的无烟艾条、直径1.8厘米的有烟艾条和直径4厘米的雷火灸，并将这三种生活中常见的艾条用水浸灭，随后拿起放入盛有纸张等易燃物品的容器。

当艾条刚出水时，燃烧部分看似被熄灭，也没有烟雾冒出。但经过测温仪测量发现，三款艾条被点燃部分的温度均超过100℃，其中无烟艾条的温度可达391℃。

经过不到1分钟的静置，三根

艾条皆出现“死灰复燃”现象，点燃处温度一路飙升，其中雷火灸温度最高，一度达682℃。而放置在艾条下的易燃物品也出现“阴燃”现象。例如，放置在直径1.8厘米的有烟艾条下的纸巾很快被烧焦并出现火星，破洞也随之而来。

为何会出现这种现象？李晓彤解释，艾条燃烧时表面会产生大量灰烬，简单浸水后，虽表面火苗被熄灭，但内部仍在持续燃烧，若放任不管，会存在火灾隐患。

正确的做法又是啥？“市民在用完艾条后，可以将正在燃烧的部分剪下浸入水中，待其泡透再丢弃。也可以将艾条放入隔热的金属容器中，通过隔绝空气，让火苗彻底熄灭。”李晓彤说。

晚气象

# 明天宁波还要升温 台风将进入活跃期

记者 孙肖

昨日，市气象台再次拉响高温警报，余姚、慈溪等地已率先发布高温橙色预警信号，宣告高温天气的正式回归。值得关注的是，昨日余姚站以38.6℃的高温荣登全省第四宝座。

气象数据显示，今天，宁波大部分地区将迎来36℃至38℃的高温天气，局部地区甚至可能突破39℃大关。此外，受高压后部影响，市区风力也显得较为强劲，为这炎热的天气增添了几分不安定因素。

在接下来的日子里，副热带高压将强势“包场”，晴热高温成为宁波天气舞台的绝对主角。特别是明天，酷热天气将达到新的高峰，同时高温天气还带来了不稳定能量，使得明天到周六午

后局部地区可能遭遇雷雨突袭。虽然雨势预计不会像前几日那般猛烈，但市民仍需保持警惕，防范可能出现出现的强对流天气。

面对如此难耐的酷热，市民纷纷询问何时能迎来一场甘霖以解暑热。遗憾的是，根据目前的气象预测，近一周内宁波并无大范围、能带来明显降温的降雨过程。

不过，对于宁波市民而言，改变当前晴热天气格局的希望，或许可以寄托于即将到来的台风。据省气象台消息，热带系统活动即将进入活跃期，目前太平洋水温“高企”，为热带系统的生成和发展提供了有利条件。从7月下旬开始，热带系统活动将逐渐增多。

市气象台提醒，面对即将到来的高温持久战，市民需做好充分的防暑降温和防晒工作。同时，关注台风等天气变化信息。

# “蓝色星球”融合篮球赛 在甬开幕



运动员宣誓。

(吴向正 摄)

本报讯（记者吴向正）昨日上午，江北区云甬篮球公园内人头攒动、热闹非凡，“蓝色星球”融合篮球邀请赛在这里拉开帷幕。来自浙江省杭州、宁波、温州、湖州、金华、衢州、舟山、嘉兴8个城市以及福建省福州市的孤独症、唐氏综合征等心智障碍人士及家庭组建了11支球队，分别参加3V3、5V5、融合投篮三组比赛。

本次比赛由浙江省残联指导，浙江省孤独症人士及亲友协会、宁波市残联、宁波市慈善总会、宁波市慈善总会、宁波市志愿服务基金会等单位联合举办。

“我们打算通过比赛，促进全省各地组建由心智障碍者和健全人组成的融合篮球队，开展日常的训练和比赛，进一步丰富心智障碍者家庭的生活内容，推进全省残疾人体育运动的发展。”浙江省孤独症人士及亲友协会相关负责人表示。

“是社会各界的关爱托起了这场赛事！”宁波市志愿服务基金会理事长俞宁表示。为了保障比赛的顺利进行，宁波市新乐惠篮球俱乐部组织了一批篮球爱好者，成为“融合伙伴”，陪伴家长和孩子们在场上比赛；海曙区篮协、江北区篮协为比赛提供裁判支持；中体拓毅救援服务中心、宁波市第九医院为赛事提供应急救援和医疗保障；宁波市轨道交通集团、江北慈乡红色志愿服务总队等为赛事提供大巴车接送、礼仪引导、现场秩序维护等一系列爱心服务。宁波通商银行、江北区慈善总会、宁波市慈善总会“华倩”慈善基金、宁波志愿服务基金会等单位为赛事提供资金支持。

据介绍，“蓝色”是孤独症的主题色，“星”取自“星星的孩子”，特指但不限于孤独症人士；“球”不限于篮球，还包括足球、排球、羽毛球等球类运动。

此次比赛为期3天。

民生

# 捐书传知，共漾书香

张军伟

“能把我父亲和我两代人的藏书捐到宁波图书馆，我发自内心地高兴，希望这些书籍能够物尽其用、发挥余热，真正帮助需要的人。”在宁波图书馆举行的图书捐赠仪式上，奉化市纪红军从宁波图书馆副馆长沈冠武手中接过捐赠证书，1030册书籍有了新的归宿。（7月16日《宁波日报》）

数载留存赠珍藏，万卷书中添新香。父子两代人捐书活动是对市图书馆藏书数量的有益补充，为广大读者提供了深入了解宁波历史人文的窗口，架起了一座文明和谐、充满文化底蕴的桥梁。

笔者觉得，书籍是通过心灵观察世界的窗口，住宅里没有书籍，犹如房间里没有窗户。但是，如果你家藏书多，且长期不用，又没有足够的空间放置，那不如将其中一部分转移到公共图书馆去。图书放在家里，读者面是很受限制的；而捐赠给公共图书馆，能让广大读者分享阅

读，方便大众，惠及社会。不是书多得没地方搁，而是觉得捐给图书馆发挥的作用更大。

父子两代人让多年收藏的心血来到图书馆，沿着书架铺成的道路流通起来，输送更多养分给读者，可能是给予藏书最好的待遇吧。如同给成年的女儿找个好人家嫁了，从此不再担忧她的人生。把书放在身边只能服务个人，捐给图书馆可以服务更多的群众。

纪先生两代人捐赠藏书看似小事，其实很有意义。希望此事能带动更多人捐赠个人收藏书籍。这是实现书籍效用最大化的一种手段，同时，对推动全民阅读也很有好处。希望有更多的人把自己不用或使用率很低的图书捐赠给公共图书馆，变个人拥有为公众分享，为全民阅读、书香宁波建设贡献一份力量。

书籍只有流动起来才有意义，开卷有益，期望纪先生两代人捐赠的这些书能和更多的读者“对话、交流”，让读者在书中收获启示，更好地实现书籍应有的价值。

（欢迎投稿，来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com）

# 嬉水觅清凉

连日来，天气炎热，在余姚市凤山街道月湖水上乐园，不少市民来到这里嬉水消暑，寻觅清凉。

(吴大庆 陈结生 摄)



# “今天我发布”探索自然专场发布会举行 童第周之子发来视频勉励宁波“昆虫少年”

本报讯（记者沈莉萍）“三名‘昆虫少年’如此热爱自然，为探索自然、保护生态贡献自己的力量，让我看到宁波在科学教育方面的精神传承。”昨日，“昆虫少年·今天我发布”探索自然专场发布会在周尧昆虫博物馆举行，“中国克隆之父”童第周之子——童时中，特地发来视频点赞宁波“昆虫少年”。

本次发布会由宁波市新闻办主办，宁波日报报业集团都市报系承办。

从蹲在路边观察一只螳螂、一只蜗牛、一只蚂蚁开始，三名“昆虫少年”施则行、李於言和褚南钦推开了昆虫世界的大门。

“寻找昆虫的过程中，经常要忍受暴晒与高温，你是怎么坚持下来的呢？”“为了理想，不怕辛苦！”年仅11岁，看上去文文弱弱的李於言用这句话回答主持人的提问。这个拥有近40万粉丝的昆虫科普视频博主，带着他的“好朋友”中华大扁锹上台，分享了它在四个不同阶段的



“昆虫少年”施则行正在发布。

(徐能 摄)

样貌特征、生活习性。

13岁的施则行是儿童科普小说《虫虫圆梦记》的作者。施则行提到，《虫虫圆梦记》的诞生源自一次“打赌”：台湾儿童作家邹敦

伶到学校演讲时和大家约定，每天坚持写一点东西，超过100天，就可以得到她刚出版的新书。

为此，施则行每天放学完成作业后，会先观察昆虫，然后开始创

作，累了就去喂一会儿小动物，等灵感来了，又跑回去写……结果，奇迹真的发生了，他在100天里完成《虫虫圆梦记》的创作并出版发行。

这次已经是褚南钦最近几天里第三次到访周尧昆虫博物馆。除了担任此次活动的发布人，他还有一个身份——博物馆的“小小饲养员”，同时他还承担着博物馆的一部分讲解工作。10岁的褚南钦，被朋友们亲切地称为“行走的昆虫百科全书”。

受邀出席发布会的资深媒体人、自然摄影师、博物作家张海华倍感惊喜：“我的探索是从30岁以后才开始的，而这三名‘昆虫少年’不过才10岁出头，就已经对昆虫如此痴迷，是真正的后生可畏！”

除了童时中，著名昆虫学者、科普作家张巍巍也录制视频勉励三名“昆虫少年”，希望他们在今后的成长过程中，把昆虫作为“一辈子的爱好”，同时，他也希望更多青少年热爱大自然、保护大自然。