

百家单位·百名记者**双百惠民行**

民生服务热线：81850000

第四期

“有了驿站，我们心里就踏实”



实习生 余铅 韩鑫
记者 郭婷茜

昨日上午，慈城镇骑士驿站飘出一股奶油甜香。外卖骑手小杨刚停稳电动自行车，撩起衣摆擦了把汗，推门进去，看到桌上摆着切好的蛋糕和码放整齐的清涼物资，愣了一瞬：“这是……为我们准备的？”

这是一场专为“城市超人”准备的“骑士节”活动，也是“清凉一座城”的善意回响。

大厅长桌上，防暑药品、矿泉水、毛巾一字排开，由江北区总工会与慈城镇总工会的相关负责人、志愿者逐一递到骑手手中。每递出一份，都附上一句“辛苦了，注意防暑”。

小杨在宁波送了6年外卖，是驿站的常客。“里面有空调、



骑手们围在一起准备切蛋糕。

(余铅 韩鑫 摄)

冰箱、微波炉，还能充电，不送单的时候我基本在这儿。”他指了指旁边的几位骑手，“大家一起聊聊天、吐吐槽，挺好的，还认识了新朋友。”

慈城镇总工会相关负责人丁丹丹介绍，这家驿站去年5月开始运营，初衷就是让“城市超人”有个能坐下来歇脚的地方。

切蛋糕环节最热闹。蛋糕盒一打开，原本散坐在充电区和休息椅上的骑手们纷纷围拢过来，有人掏出手机拍视频，有人端着盘子大口吃起来，满屋是笑声。

骑手们边吃边聊起驿站的变化。有人说以前夏天最难熬的是中午没地方休息，只能在树荫下蹲一会儿，“现在驿站里有空调，能躺

下眯一下，比什么都实在。”另一位骑手小刘接话：“有了驿站，我们心里就踏实。”

角落里，刚满18岁的小苏安静地坐着。这是他跑外卖的第二个月，受过餐送到了却被客人说没见着的委屈。“那也没办法，还是得把自己的活干好。喜欢在这儿。”他说话时，手里还捧着刚分到的蛋糕。

“前些时候台风天，我们提前为骑手们准备了泡面、热水，现在给他们准备了防暑物资，希望他们在这里工作能感到安心。”慈城镇景明社区相关负责人严修成说。

“天热，骑车注意安全，尤其是轮胎，别不当回事。”说话的是当地车行老板黄海，语气严肃却透着关切。现场安静了片刻，几名骑手点头应了声“晓得了，谢谢老板”。这次活动黄海也捐了物资：“骑手们常从我这儿路过，我跟他们关系好，平时能帮一把是一把。”

驿站不大，但装着的善意却很满。一块蛋糕的甜、一瓶冰水的凉、一次空调风里的小憩、一句记挂着安全的叮嘱——这些细碎的小事，一点点慰藉着骑手们的夏日奔波。



在宁波,看见文明中国

跨越八年的“生命接力”

奉化一单位三人相继捐献造血干细胞

记者 陈敏

通讯员 康诗文 高雨峰

昨天上午，宁波大学附属第一医院方桥院区造血干细胞采集室内，血细胞分离机发出平稳的低鸣。奉化经济开发区管委会投资促进科的竺先生，躺在采集床上。温热的血液从他左臂静脉流出，经设备分离提取造血干细胞后，再从右臂缓缓回输体内。

他兑现了十四年前许下的生命承诺。

“身体没有明显不适，心里特别踏实。”望着采集袋中缓缓汇聚的造血干细胞混悬液，竺先生神情从容。这份即将跨越山海的“生命种子”，将为远方一位素未谋面的血液病患者，带去重生的希望。

至此，竺先生成为浙江省第1441例、宁波市第223例、奉化区第18例造血干细胞捐献者。令人动容的是，奉化区第7例捐献者裘先生、第13例捐献者盛女士，都曾就职于奉化经济开发区管委会投资促进科。

一个科室，三任同事，八年接续，完成了一场温暖动人的“生命接力”。

时间拨回到2012年6月，裘先生在一次无偿献血中主动留存血样，正式加入中华骨髓库，一颗爱心的种子就此悄然扎根。2018年4月，他成功捐献202毫升造血干细胞混悬液，成为奉化区第七例造血干细胞捐献者。

捐献结束后，裘先生并未止步于个人善行。针对大众对造血干细胞捐献“伤身、危险”的误解，他主动化身公益

宣传员，立足单位、结合日常工作分享亲身经历，普及捐献知识。“只需连续几天注射动员剂，采集过程和普通献血相近，身体一周到两周就能完全恢复。”他的现身说法，有效打消了身边不少人的顾虑与偏见。

同一办公室的盛女士，被他这份触手可及的榜样力量深深触动，随后加入造血干细胞捐献志愿者队伍。2021年7月9日，捐献匹配的通知如期而至，彼时盛女士正准备二胎。一边是个人家庭规划，一边是陌生患者的求生希望，她毫不犹豫地作出选择：“救人是一辈子的大事，个人计划可以延后。”最终，她成功捐献116毫升造血干细胞混悬液，成为奉化区第13例捐献者，也是全区第二位女性捐献者。

善意代代传递，榜样生生不息。竺先生作为同科室的第二棒，接力起跑。

“2012年入库的时候，我就想好了，这是一份承诺。”竺先生说。今年5月，初配成功的电话响起，如同两位前同事一样，他的回答坚定又干脆。

“能和素不相识的患者配型成功，是难得的缘分，更是一份沉甸甸的责任。能用自己的热血，为他人点亮生机，我倍感荣幸。希望我的经历，能让更多人正视、了解造血干细胞捐献，主动参与进来，让这份温暖持续传递。”他说。

造血干细胞移植，是目前救治白血病等重症血液病最有效的方式之一。据统计，宁波市已有1.8万余人登记加入中华骨髓库。从裘先生到盛女士，再到竺先生，同一科室的“三人接力”，成为宁波这座城市文明高度的生动注脚。

大批高考录取通知书派送



工作人员正在派送录取通知书。

(通讯员供图)

本报讯（记者金鹭 通讯员周蕾）记者昨天从中国邮政宁波市分公司获悉，宁波高考录取通知书派送已进入高峰阶段。截至目前，全市累计投递高考录取通知书约6920份。其中，7月16日送出1615份。

今年，全市预计派送高考录取通知书约5万份。其中，本科录取通知书投递将持续至8月上旬，专科批次通知书投递会从8月初启动，持续至8月中旬。

“我们已开通‘金榜专递’绿色通道，全市所有揽投站点设

置专人分拣、优先派送录取通知书邮件，不与普通快件混流处理，全力保障投递时效。”中国邮政宁波市分公司有关负责人说。

工作人员提醒，派送前投递员会提前致电考生预留手机号，当面完成签收。

若是考生本人签收，需准备身份证件原件与高考准考证，准考证遗失可出示电子证件。

委托家人、亲友代收的，需要同时提供考生证件以及代收人本人身份证，投递人员会做好代收信息登记。

安全行

记者 李睿清

通讯员 王董 马文文

入伏以来，宁波连续高温，不仅人被烤得难受，连不少汽车都跟着“上了火”。

近期，余姚街头一辆皮卡突然自燃。仅几分钟，火舌便从车辆引擎盖里蹿出，吞没了整个车头。好在两位热心市民连同执勤交警及时出手，压制住了火势。消防员抵达后，明火被顺利扑灭，未造成人员伤亡。

近日慈溪一辆满载石料的货车也在行驶途中着了火。消防员抵达时，车辆右后侧的三个轮胎已被火舌包裹。经过12分钟紧

急处置，明火被成功扑灭，避免了更大损失。

两起事故的起火点，指向车辆自燃的两个高危部位——发动机舱与轮胎底盘。而诱发火灾的元凶，就是“热”。

记者从消防部门获悉，夏季，运行中的发动机舱内环境温度可升至100℃以上。高温更容易导致橡胶油管或电线绝缘皮老化、开裂，一旦油液滴落或电线短路，火苗往往能在一瞬间蹿出。

轮胎与底盘的情况更为隐蔽。虽然轮胎的燃点通常在350℃以上，但橡胶属于热的不良导体，行驶中积蓄的热量难以快速散发。若夏季白天长时间行车，胎内温度极易逼近甚至超过燃点，引发自燃。

即便车辆处于怠速停放状态，排气管表面温度最高仍可达800℃。此时若底盘下方有干草、

枯枝或塑料等易燃物，火苗就会迅速蹿起。

“对于火灾，前期防范永远比后期补救重要。”我市消防部门工作人员提醒，夏季行车，市民应养成定期检查机舱的习惯，重点关注电源线、油管是否存在软化、破损或松动现象，零件表面是否有油渍渗出，一旦发现問題应及时检修。同时，切忌私自改动车辆电路或油路，以免因负荷过大或短路“引火烧身”。

行车途中，建议将胎压调整至比标准值低5%至10%，降低爆胎风险。若需长途驾驶，应适时停靠休息，让轮胎与发动机充分降温。目前，全市已启用多个汽车“冲凉点”，供过往司机为轮胎降温。停车时，应尽量选择地面干净、无可燃物的场地；若条件受限，应避免长时间原地怠速，以防排气管高温引燃地面杂物。

宁波高速21个点位可为车“冲凉”

高速交警牵头推出新服务，通过给车辆物理降温减少爆胎和自燃风险。目前，宁波高速已有21个点位启用喷淋降温系统，分布在多个服务区 and 收费站。

(徐晨杰 王晓峰 摄)



扫码看具体点位



“甬贸全球 嗨购中东欧”消费盛宴启幕

百万福利与多元场景点亮中东欧经贸合作

为积极落实商务部“共享大市场·出口中国”、省商务厅“浙里买全球”系列活动工作要求，立足我市中国—中东欧国家经贸合作示范区、进口贸易促进创新示范区建设优势，进一步扩大优质进口，昨日，“甬贸全球嗨购中东欧”活动启动仪式在中东欧国家特色商品常年馆盛大举行。

本次活动以惠民消费、经贸联动、场景创新为抓手，通过消费券发放、国际市集、特色专区、经贸对接等形式，搭建中东欧优质商品展销与贸易合作平台，让市民畅享全球好物，助力宁波打造中东欧商品进入中国市场的首选地。

本次活动，从7月17日持续到7月30日，重磅推出“嗨购中东欧”消费券，设

置爆品券与通用满减券两大类，让利力度空前。爆品券面额从5元至888元不等，覆盖中东欧国家特色食品、酒水饮料、美妆护肤、清洁日化、工艺品等爆款，让市民以超值价格入手全球尖货。通用满减券推出50元减15元、1000元减300元等多档优惠，适配不同消费需求，进一步降低购物成本，点燃全民“嗨购”热情。

活动现场打造“味美浙江 韵满甬城”主题市集，汇聚中东欧多国及浙江特色商品与文创好物，营造沉浸式消费氛围。市集集展示、体验、选购于一体，让市民足不出甬，一站式感受中东欧多元文化与优质商品魅力。

本次活动精心规划八大专区，业态丰富、亮点纷呈，全面满足消费、贸易、体

验等多元需求。八大特色专区分别为：外贸智品、宁波老字号、跨境优品、宠物用品、大宗商品、体育潮品、冷链鲜品、医药产品。其中，外贸智品专区融入潮流科技元素，市民可与当下热门机器人互动体验，科技感与趣味性拉满，成为现场人气打卡点。各专区精准对接市场需求，从民生消费到产业贸易、从传统老字号到国际新品牌，实现多品类、多场景覆盖。

活动期间同步举办各类经贸对接活动，搭建供需对接、商务洽谈、合作交流的专业平台，推动外贸企业、进口商、品牌方与采购商精准匹配，促进订单达成与贸易落地，以消费带贸易、以贸易促合作，持续放大中国—中东欧国家经贸合作示范区效应。



中东欧国家特色商品常年馆。

下一步，活动将以更丰富的场景、更实惠的福利、更高效的对接，持续释放消费潜力、拓展贸易空间，助力宁波“甬贸全球”品牌建设，推动中东欧优质商品走进千家万户，为中国与中东欧国家经贸、人文交流注入新动能。

(傅春翌)



2026甬贸全球·嗨购中东欧主页面

扫码领福利