

岛城晴好天气“限时返程”

周末最高温直冲19℃，下周阴雨雾天需警惕

□记者 陈佩佩

本报讯 在连续多日被阴雨笼罩后，舟山本周末终于迎来好天气的“限时返程”，市民得以暂别湿冷，邂逅久违的春日暖意。

这个双休日，雨水按下暂停键，全市以多云天气为主。随着阳光归来，气温也开启回升模式，预计周日最高气温将攀升至19℃，南风轻拂，暖意融融。这两天堪称未来一周里的“黄金时段”，不仅是户外踏青的绝佳时机，也非常适合晾晒衣物。市民朋友不妨趁着降水间隙，走出家门，到公园、郊外去拥抱春日生机，或是把衣物、被褥拿出来洗晒。

不过，好天气稍纵即逝，下周雨水又将回归，阴雨天气预计将持续至26日左右。受冷暖气流先后影响，23日夜里有中雨。此外，受暖湿气流影响，22~24日早晚时段，我市局部地区容易出现雾天，特别是22日夜、23日早晚及24日早晨，能见度较低，市民朋友早晚出行务必注意交通安全。

气温方面，未来一周总体较为

平稳，最高气温在15~19℃之间徘徊，最低气温维持在7~11℃。风力方面，未来七天风力均在7级及以下。

据市气象台预报，阴雨天气下，体感会偏于阴冷，“春捂”依然不可松懈，请及时关注最新天气信息，合理安排生活与出行。

逐日天气预报

3月21日(周六):多云;7~16℃;东北到东风5~6级。

3月22日(周日):阴到多云,夜里局部有雾;10~19℃;东南风5~6级。

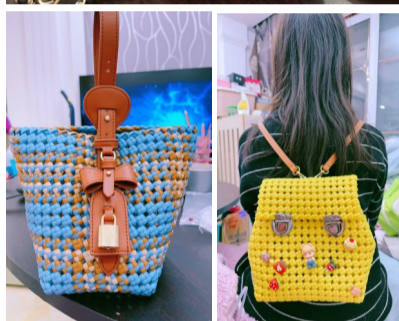
3月23日(周一):阴有阵雨,夜里雨量中等,早晨和夜里局部有雾;11~16℃;东北风5~6级阵风7级。

3月24日(周二):阴有阵雨,夜里起阴局部小雨,早晨局部有雾;10~15℃;东北到北风5~6级阵风7级。

3月25日(周三):阴到多云;10~17℃;北到东北风5~6级。

3月26日(周四):多云转阴有阵雨;9~18℃;东到东南风5~6级阵风7级。

一针一线织就业梦 基层培训赋能共富路



□记者 李晓旭
通讯员 周艳文/摄

本报讯 近日，新城舟中社区活动室内暖意融融，一场别开生面的结业作品展吸引了众多居民驻足观赏。经过为期3个月的系统学习，社区首期劳动技能编织培训班的20名学员顺利结业。

展台上，一件件色彩斑斓、精巧别致的编织作品，不仅是学员们3个月辛勤付出的成果，也见证了她们从“零基础”到“巧手匠”的华丽蜕变，更为基层技能培训走向“长效赋能”提供了生动的实践样本。

本次培训是舟中社区精准对接辖区待业女性就业需求、精心策划的一项民生实事项目。培训着眼于“实效”与“长效”，设置了10节系统课程，采用“理论讲解+实操教学+一对一辅导”的渐进式教学模式，确保学员真正掌握一技之长。

培训期间，每一位学员都成功

完成了至少3件完整的编织作品。

“以前只是爱好，现在掌握了系统的技法，感觉将来无论是自己接点零活，还是开个网店，都有了底气。”一位学员兴奋地表示。

“我们追求的不仅仅是上完10节课，而是要让学员们真正学有所获、学有所乐、学有所用。”舟中社区相关负责人表示，社区不仅注重课堂上的教学质量，更关注学员技能的后续转化与应用。此次编织培训，为20名待业女性打开了灵活就业、居家增收的新路径。

下一步，舟中社区将持续聚焦居民的多元化就业需求，常态化开展家政服务、手工制作、电子商务等更具针对性、更富实效的技能培训项目。同时，积极搭建学习与就业对接的“长效平台”，做好培训后的跟踪与服务，让技能培训的成果能够切实转化为居民增收的实效，为提升基层治理温度、绘就共同富裕新图景贡献一份力量。

学懂急救知识 掌握急救技能 六横举办红十字 “急救侠”培训



□通讯员 刘生国 文/摄

本报讯 昨天，普陀区六横镇开展红十字“急救侠”能力提升培训。本次培训特别邀请浙江省一级应急救护师冯林轶、陈晓燕授课，为学员们带来专业、系统的应急救护知识与技能培训。

本次培训，吸引了近80位村、社区干部，千岛救援队队员，学校老师等报名参加。培训内容围绕应急救护核心技能展开，重点学习心肺复苏、自动体外除颤器(AED)的正确使用、气道异物梗

阻的急救处理以及创伤救理论术与实操培训等。这些技能不仅是应对突发意外的“救命法宝”，更是基层工作者保障群众生命安全的重要能力储备。

据了解，这是六横镇今年举办的首期“急救侠”能力提升培训班，考试成绩合格者将由普陀区红十字会颁发红十字救护员证书，不合格的还要进行补考。今年4月，六横镇还要举办一期“急救侠”能力提升培训班，确保每个村、社区有3名以上持有红十字救护证书的“急救侠”。

1.38公里精细化再升级 6月底这条道路美颜亮相

□通讯员 胡思佳 张艇
叶子楠 李嘉丹 李军柯

本报讯 定马线白鹭吞至大西吞段提质提升工程近日启动，这条连接定海城区与马吞的“交通纽带”迎来精细化升级。

据了解，该工程在去年定马线城北加油站至白鹭吞段改造提升基础上，向顶河岭隧道段延伸，全长1.38公里，总投资约373万元，重点围绕道路断面优化、景观颜值提升两大核心，通过拆除护栏、铣刨非机动车道沥青、重塑侧分带绿化等“绣花式”施工，实现从“通达之效”到“颜值之美”双重提升。该

路段完成后，还将分段式推进虹桥互通段改造，实现定马线全路段品质升级。

据了解，此次改造秉持“精细化提质”理念，科学调整行车道与非机动车道宽度，优化中分带及机非隔离带布局，并通过苗木选配、色彩搭配，丰富路域景观层次，打造“步步见景、一路皆美”的通行环境。

为最大限度降低施工对市民出行的影响，项目采用对向车道双向通行模式，分阶段交通疏导。目前率先启动城北村至顶河岭隧道侧道路改造，预计5月中下旬完成该侧施工后，启动另一侧改造，6月底实现全线完工。

全市天气:今天多云。明天阴到多云,夜里局部有雾。今天最高气温:16℃,明天最高气温:19℃。今天最低气温:7℃,明天最低气温:10℃。舟山市区:今天东北到东风5~6级。明天偏南风5~6级。今天蓝天指数为:三级,天色微蓝或有点蓝。今天森林火险指数为:三级,可以引起森林火灾,林区注意控制野外用火。

舟山市气象台2026年3月20日17时发布

请您关注天气预报