

今明两天风雨交加,后天逐渐转晴

□记者 杨元琪

本报讯 记者昨日从市气象台获悉,今明两天我市仍有降水,气温偏低。后天逐渐转晴,气温有所回升。

秋日还没过完,冬天就抢着登场了,一场风雨让小伙伴们有些招架不住。据市气象台工作人员介绍,受南下冷空气影响,今明两天我市仍是风雨交加,气温较前段时间下降明显,预计白

天最高气温仅维持在10℃上下,夜间最低气温在6℃左右。后天天气逐渐转晴,气温有所回升,预计最高气温在16℃左右。大家就不要硬扛了,是时候把秋裤找出来穿上了。

今天白天到夜里,阴有小雨,偏北风3到4级,6℃至10℃。明天,阴有小雨,偏北风3级左右,6℃至10℃。后天,阴天转晴天,西北风3到4级,6℃至16℃。

明日19时32分 迎来“立冬”节气

据新华社天津11月5日电(记者周润健)“北风往复几寒凉,疏木摇空半绿黄。”《中国天文年历》显示,11月7日19时32分迎来“立冬”节气。此时节,朔风起,地始冻,水始冰,天气一天天变冷,草木凋落,树叶飘零,一地金黄。

天津市天文学会理事史志成介绍,“立冬”是进入冬季的第一个节气,从每年的11月7日或8日开始到22日或23日结束。立冬与立春、立夏、立秋一样,都是农历上表明一个新季节的开始。习惯上,我国民间常把这一天当作冬季的开始。当然,气象意义上的冬天尚未到来,人体感觉也还处在深秋时节。

立冬时节,北方冷空气频频南袭,可形成伴有雨雪的寒潮天气。天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳玲提醒说,根据中医养生的观点,此时阳气潜藏,起居调养应以“养藏”为主,注意保暖,常按足底,早睡早起,勤晒太阳;饮食上要少食咸,多吃苦味食物,以助心阳,适合选择的食物包括芹菜、莴笋、生菜、柚子、苦菊等;适当进补,并辅以运动和精神调养。

“黄花独带露,红叶已随风。”尽管气温下降,天气日渐寒冷,大美秋色迎来极致般的绚丽,依然惹人迷醉。



天气变冷 爱心棉被 送上门

昨日上午,社区工作人员将崭新的棉被铺到鹰皇花园小区居民暴风春家床上。据了解,65岁的暴风春因双目失明行动不便,新华区西高皇街道园林路社区将其列为帮扶对象。气温骤降,该社区工作人员及时准备了爱心棉被,登门送给辖区独居老人和困难家庭。

本报记者 张鹏 摄

记录昨天 服务今天 影响明天 鹰城人的都市报 发行量最大 阅读率最高



倾听 百姓的声音

◆《平顶山晚报》全年价 **268元**

征/订/热/线

订报礼品

凡在2018年11月30日前订阅平顶山晚报全年个人均赠送价值77元的三色鸽鲜牛奶一个月(周末停送) 鲁山天龙池风景区门票两张(价值100元)

- ◆读者服务中心 8980198 ◆读者俱乐部 4988096
- ◆中心发行站 2579798 ◆新华发行站 2363788
- ◆卫东发行站 2220366

- ◆湛南发行站 7052439 3730307 ◆东工人镇发行站 3260868
- ◆新城区发行站 2667653 ◆新新街发行站 3739212
- ◆矿区发行站 3586970