

|天气·服务|

今日天气

 15℃~28℃
多云间晴天
偏东风2级~3级

未来几天

9月11日	多云	18℃~29℃
12日	阴有阵雨	18℃~28℃
13日	多云转晴	20℃~33℃
14日	晴间多云	20℃~35℃
15日	晴转多云	20℃~31℃
16日	晴转多云	18℃~31℃

(注:以上信息来源于网络,仅供参考)

空气质量

9月9日
污染指数 66
空气质量状况 良
首要污染物 可吸入颗粒物

【诗读四季】

秋词

□刘禹锡(唐)

自古逢秋悲寂寥,
我言秋日胜春朝。
晴空一鹤排云上,
便引诗情到碧霄。

【译文】自古以来每逢秋天都会感到悲凉寂寥,我却认为秋天要胜过春天。万里晴空,一只鹤凌云飞起,就引发我的诗兴到了蓝天上了。

天气凉了 心情爽了

是不是“秋冻”,看自己的体质 老人和孩子最好不要“冻”



天气凉爽精神爽,空竹抖得嗡嗡响
见习记者 杜卿 摄于洛浦公园

□记者 杨凤轩 通讯员 姬鸿丽

天凉好个秋,出游正适宜。一场秋雨过后,空气清新,气温宜人,若有空闲,不妨多去户外走走。

本周天气凉爽,周四会有弱降水

“都说一场秋雨一场凉,天儿是比前一段凉了。不过这天让人感觉最舒服,不冷不热的。况且,雨后空气湿润。”昨日的哥赵师傅对洛阳晚报记者说,这些天出车时他都开着窗户,空气凉凉的,很清新。

“有的年份中秋节前后会再热一段时间,不知道今年还会再热吗?”最近天气比较凉爽,但还有不少朋友担心天气会再热起来。他们说被前一段的“热老虎”吓怕了。虽然暂时无法推断今秋是否会再热起来,但记者从市气象部门获悉,至少本周天气比较凉爽。

市气象台预计,本周无明显降水天气过程,周平均气温接近常年。周四受高空浅槽影响有弱降水产生,其他时间以多云天气为主。

据市气象台预报:今天全区多云间晴天,偏东风2级~3级,最低气温15℃~17℃,最高气温26℃~28℃;明天全区多

云,气温18℃~29℃。

“秋冻”要适当,老人孩子不适宜

俗话说“二八月乱穿衣”。正值农历八月,人们穿衣打扮真是“混搭”。这几天走在路上,有的人穿着短袖,热裤还在过夏天,有的人已经穿上了长袖长裤进入秋天。

“春捂秋冻,我要坚持再穿一段时间短袖。”网友“轻尘”在天气版QQ群里说,自己年轻时短袖能一直穿到10月底。

“春捂秋冻,不生杂病”是广为人知的保健防病谚语。专家认为,适当地捂一点儿或冻一点儿,对健康是有好处的。夏去秋来,是从热到冷的过渡阶段,有个渐变的过程。通过适当的“秋冻”,让人体慢慢适应下降的气温,从而为即将到来的寒冬作准备。“秋冻”能在无形中增强人的体质。另外,在中医理论上,秋天是养阴的季节,如果穿得太多,就会助长阳气,对身体不利。

不过,“春捂秋冻”也因人而异。“秋冻”,是为了提高人们对逐渐变冷环境的耐受性,但如果个人体质本来就弱,最好还是不要冻,老年人、儿童、心脑血管病患者、慢性肾脏病人、胃及十二指肠溃疡患者也不宜“秋冻”。

【微言天气】

@兰星:天气真好,最适合旅游。劳累了一天的朋友,到外面走走吧,很舒服的。

@润西/雷冰:想起了刘禹锡笔下的秋——自古逢秋悲寂寥,我言秋日胜春朝。喜欢秋天是因为它更能让人感觉到温度的存在。站在夏的尾巴、秋的始端,回头怀念夏的迷茫,猜想秋的丰硕。坐拥良辰美景,尽享秋季中最美的时刻!

@西工李荣勋:“白露”过后,天气渐凉。提醒年老体弱的朋友“与时俱进”,注意保暖;“电摩”一族要适时添加衣服,远离感冒。

@喜欢书法的人:又到秋风起,凉爽洛阳城,只见清风舞,惬意写人生。



天气版记者:杨凤轩
天气版QQ群:307978071
天气版新浪微博:@晚报四季天



9日,周王城广场,老外悠闲地逛街
首席记者 高山岳 摄



洛阳社区 洛阳人的网上家园

时事

文学

休闲

BBS

教育

户外

娱乐



BBS.LYD.COM.CN

广纳言论、开放包容的大型网络互动交流平台

注册人数超过30万 日均页面点击量超过6万