

## | 周末·天气 |

### 今日天气

0℃~6℃  
小雨转阴天  
偏东风2级~3级

### 未来几天

3月		
1日	阴转多云	0℃~9℃
2日	多云转阴	3℃~12℃
3日	阴转多云	3℃~10℃
4日	晴	3℃~13℃
5日	阴	2℃~9℃
6日	多云	6℃~16℃

(注:以上信息来源于网络,仅供参考)

### 空气质量

2月26日  
污染指数 196  
空气质量状况 中度污染  
首要污染物 PM2.5  
(洛阳市环境监测站2月27日发布)

2月27日  
PM2.5(μg/m<sup>3</sup>) 44(18时)

**晚报**  
**四季美**  
天气版记者:范瑞  
天气版QQ群:307978071  
天气版新浪微博:@晚报四季天

## 吹面轻寒剪剪风 楼台朦胧细雨中

### 明天气温逐渐回升,春天的气息越来越浓了

□记者 范瑞 通讯员 陈红霞

对付雾霾,果然还是冷空气比较给力。昨天,略带寒意的清风拂过,细细的雨丝随之飘落,空气渐渐变得清新。希望经过这次“洗礼”,雾霾天能远去。

“昨晚睡觉时,听到门被风吹的晃动声,冷空气果然来了。”市民祝先生说,早晨推开窗,明显感觉一阵寒意,虽然天空还是阴沉沉的,但透彻了不少,能见度明显比前几天高了很多。

向窗外远眺,远处高楼的轮廓依稀可见。到了中午,细雨逐渐飘落,潮湿的空气里夹杂着泥土的味儿,虽然还是有点冷,但春天的气息越来越浓了。

洛阳市城区环境空气质量实时发布系统的数据显示,昨日17时,我市的空气质量(AQI)为64,空气质量为良。唯一遗憾的是清新的空气没能与明媚的春光相伴,阴雨天气还要持续几天。受冷空气影响,今天我市的气温偏低,明天气温逐渐回升。

市气象台预测,今天白天全区小雨转阴天,偏东风2级到3级,最低气温0℃,最高气温6℃。明天阴天转多云,最低气温0℃,最高气温9℃。

### 【微言天气】

@小禹:春意阡陌柳才醒,寒流细雨又来拂。冷暖无常何时休?感念有情却想无。

@风飞:还有什么比清新的空气更让人感动幸福的?终于送走了雾霾,可是蓝天白云还没来,期待明媚的春光,期待温暖的春风。

### 【四季健康】

## “伤春女”,要多出去走走哦

□记者 范瑞

“女伤春,士悲秋”,春季天气变化频繁,女性的情绪很容易出现波动,主要表现为阳春时节精神容易疲惫,思维迟钝,烦躁不安,极易动怒;阴雨连绵时常陷入不知所措、沮丧或抑郁状态。

研究表明,在春季,光照时间开始延长,光照强度加大,脑松果体褪黑激素分泌受到抑制,情绪和性腺功能相对活跃,会引

发躁狂、抑郁症状的发生。

预防改善“女伤春”的状况,最好的办法是多晒太阳、多运动,春暖花开的时候多到大自然中参加户外活动,呼吸新鲜空气;多参加体育运动,强身健体;多跟人交往,激发热爱生活、热爱生命的兴趣与热情,能有效地预防抑郁情绪。

眼下,我市还是阴雨天气,如果身边有抑郁的女性朋友,可要多多理解她们哦。

**青年票务** 洛阳票务第一品牌  
价格最低 品种最全  
**云南深度游1280元**  
(代购景区门票、火车票、机票、租车服务)  
地址:数码大厦A座601 电话:63120681

**美容健康 万店连锁**  
**中国驰名商标**  
加盟热线:18638898928

### 【诗读四季】

## 春行寄兴

李华(唐)

宜阳城下草萋萋,涧水东流复向西。  
芳树无人花自落,春山一路鸟空啼。

【译文】

宜阳城外,长满了繁盛的野草,连绵不绝,山涧溪水向东流去,又复折回向西。

春山之中,树木繁茂芬芳,然空无一人,花儿自开自落,一路上鸟儿空自鸣啼。



# 阿新脱脂鲜牛奶——健康升级版

(保存条件: 2℃~6℃冷藏)

所谓脱脂牛奶,是指脂肪含量低于0.5%的牛奶(国家标准)。而我们阿新公司的脱脂鲜牛奶脂肪含量仅有0.05%,相对于传统牛奶来说,它完整地保存了牛奶中的蛋白质及其他营养成分,却将脂肪剔除在外,符合现代人“高蛋白、低脂肪”的健康需求。阿新脱脂鲜牛奶不但适用于三高、肥胖人群,对于正常成年人以及青少年来说也更加健康。在英国学校给儿童和青少年提供的正餐和加餐中的牛奶,以及

在学校售货机中售卖的奶制品都只能为低脂或脱脂牛奶,这一营养标准正是出于对青少年健康的考虑。

因此,脱脂牛奶已经越来越受到消费者的重视和追捧,但是因为种种原因,市场上的脱脂牛奶供应却十分紧张,甚至根本买不到。鉴于此种现状,阿新奶业推出新产品脱脂鲜牛奶,保证不含任何添加,让广大用户喝得更健康,更放心。阿新脱脂鲜牛奶,将健康和欢乐送给你!

全市所有奶点、晚报物流、大张超市、大商新玛特超市、易客来24小时便利店均可订购。



阿新脱脂鲜牛奶



阿新脱脂酸牛奶

服务热线: 0379-63188866 63181158 网址: www.axin.cc QQ: 545574339 894016224

洛阳阿新奶业有限公司·专业低温奶制造商