

|天气·服务|

今日天气

7℃~27℃

晴天到多云
偏南风2级~3级

未来几天

3月

18日	晴转小雨	8℃~16℃
19日	阴转多云	4℃~15℃
20日	多云间晴	4℃~15℃
21日	多云到阴	5℃~16℃
22日	多云	4℃~16℃
23日	多云	12℃~23℃

(以上信息来源于网络,仅供参考)

空气质量

3月15日

污染指数 71
空气质量状况 良
首要污染物 PM10
(洛阳市环境监测站3月16日发布)

3月16日

PM2.5(μg/m³) 61(18时)

【微言天气】

@双月:忽冷忽热的天气,真有点儿不适应,好像从冰山一下子跳到火焰山,难以承受。

@小白:早上穿羽绒服,上午穿衬衣,中午穿短袖,下午到晚上,衣服又一件一件再穿回来,这一天过得真够丰富的。

一天“过四季”叫人“没脾气”

明天受冷空气影响,气温骤降,请注意防寒保暖



人比花娇

记者 李卫超 摄

□记者 范瑞 实习生 刘会丽 通讯员 姬鸿丽

双休日持续晴天,我市的最高气温连续“破二奔三”。今天的最高气温将达27℃,您是否打算短袖上阵,开启“夏天模式”了?不过您可别以为夏天这么快就要来了,连续升温后,明天我们将迎来一场小雨,气温也会下降。

“春天也太短了,还没反应过来,就直接入夏了!”市民周先生说。刚刚过去的双休日,恰巧应了“春脖子短”这句话。据中国天气网的数据,昨天我市的最高气温达到26℃。虽然气温向高处蹿得很快,但昼夜温差仍然很大,昨天7

时我市的气温仅有9℃,昼夜温差达到17℃。

据市气象局预测,本周我市基本无大范围明显的降水过程;气温起伏较大,周一气温较高,周二到周三受较强冷空气影响,大部分地区有4级左右偏北风,气温较前期下降明显,您要随时关注天气,及时增减衣服。

今天我市持续晴好天气,升温势头不减,最高气温27℃,最低气温7℃,偏南风2级到3级;明天将迎来小雨降温天气,全区晴天转阴天有小雨,气温8℃到16℃;周三阴天转多云,偏北风4级左右;周四多云间晴天;周五多云到阴天。

青年票务 洛阳票务第一品牌
价格最低 品种最全

皇城相府一日游198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



抢购凤翔温泉票
扫二维码六十元

【四季健康】

春季养肝 吃清淡点

□记者 范瑞

春季是养肝的好时节,不少人认为“以形补形”的观念,认为养肝一定要多吃动物肝脏类的食物。实际上,春天应当少吃甚至不吃动物肝脏。这是因为,食用动物肝脏过多的话,会造成人的肝火越来越旺。

在春季,保肝养肝要依靠调节饮食及作息时间。在饮食方面,应当多吃水果和蔬菜,少食用动物油脂。腌制、熏制的食物很容易感染细菌等,会伤害人的肝脏,春季应当少吃,最好不吃。此外,春季千万不要酗酒,因为酒精对肝脏的伤害尤为严重。

【诗读四季】

卜算子 春情

秦湛(宋)

春透水波明,寒峭花枝瘦。
极目烟中百尺楼,人在楼中否。
四和袅金凫,双陆思纤手。
捻倩东风浣此情,情更浓于酒。

【译文】春水清澈透明见底,花儿含苞欲放,枝条嫩展,意中人在百尺楼上尽目远望,不知道人在不在楼中?我想象着伊人在熏风和煦之时,乘一叶精美的扁舟,荡漾在碧波之中,倩姿与涟涟绿水相融,多么渴望在春风吹拂中与佳人在柳下做双陆游戏,那该多么惬意呀!假如把东风请来,把自己深深的恋情洗涤得更清纯,使它比酒还醇香,比酒更浓醇。

晚报
四季天
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

绿色出行 倡导低碳生活 保护生存环境

2014洛阳春季名优电动车展

主办: 洛阳欣闻报业广告有限公司
场地协办: 大商新玛特 建业凯旋广场
时间: 2014年3月21日-23日
地点: 建业凯旋广场·大商新玛特北门前广场

参展品牌: 雅迪、绿源、爱玛、小刀、新蕾、立马

报名火热进行中……

咨询电话: 13837930975 (杨先生) 65233721 地点: 开元大道218号报业大厦3楼西厅