

## |天气·服务|

### 今日天气

0℃~6℃

阴天 部分地区有小雨  
或零星小雨  
大部分地区有轻雾或霾  
偏东风2级~3级

### 未来几天

#### 12月

24日	阴天转多云	1℃~9℃
25日	晴天	-1℃~10℃
26日	晴天	-1℃~13℃
27日	晴天到多云	-3℃~6℃
28日	多云转晴天	-2℃~6℃
29日	晴天	-4℃~10℃

(以上信息来源于网络,仅供参考)

### 空气质量

#### 12月21日

污染指数 253  
空气质量状况 重度污染  
首要污染物 PM2.5  
(洛阳市环境监测站12月22日发布)

#### 12月22日

PM2.5(μg/m<sup>3</sup>) 191(18时)

## 雾霾持续 只等风来

### 今天部分地区有小雨或零星小雨

□记者 范瑞 通讯员 禹东晖

昨天冬至,尽管天气阴沉沉的,但丝毫不影响大家吃饺子的热情,朋友圈里被各式各样的饺子“刷屏”,天儿虽冷,但有美食相伴,让人心中多了些暖意。今明两天仍然是阴天,气温较低,您可要注意保暖哦!

#### 雾霾笼罩,部分地区有小雨

雾霾笼罩,时间仿佛也过得慢了,觉得最近一次出现好天气已经是好多天前的事了,盼啊盼,蓝天白云让人等得好心急。

昨日10时20分,市气象台继续发布霾黄色预警。

“我家已连着三四天没开窗了,室外污染严重,感觉室内也好不到哪儿去。大风赶紧刮起来,把雾霾吹跑吧!”家住西工区的杜先生说。

中国天气网昨日发布的环境气象公报预测,24日8时至25日8时,受弱冷空气影响,华北、黄淮等地的雾霾天气有

所减弱。河北中南部、山东西部、河南中北部、安徽北部等地空气污染气象条件为3级到4级,仍有轻至中度污染。看来要等雾霾消散,还需要更大的耐心。

今明两天,在恼人的雾霾中,我市部分地区还会下小雨。具体预报为:今天白天全区阴天,部分地区有小雨或零星小雨,大部分地区有轻雾或霾,偏东风2级到3级,气温0℃到6℃;明天阴天转多云,部分地区有小雨或零星小雨,气温1℃到9℃。

#### 冬日进补,羊肉自然少不了

冬至是冬季进补养生的最佳时间,天气寒冷,当然要吃一些温热御寒的食物。中医认为,羊肉味甘而不腻,性温而不燥,具有补肾壮阳、暖中祛寒、温补气血、开胃健脾等功效,因此羊肉历来被当作冬季进补的重要食物。

羊肉的好处自然不用多说,但搭配禁忌您可要记清楚:

■南瓜与羊肉都是温热食物,一起

食用,极易上火;

■茶是羊肉的克星,因为羊肉含丰富蛋白质,而茶叶则含较多的鞣酸,吃羊肉时喝茶,会产生鞣酸蛋白质,容易诱发便秘;

■吃羊肉时最好搭配些凉性蔬菜,如冬瓜、油菜、菠菜、白菜等,能起到清热、解毒、去火的作用。

涮羊肉是冬天里不少吃货青睐的美食,但如果羊肉没有熟透就吃,容易使人染上旋毛虫病。吃涮羊肉时,羊肉至少在沸腾的锅内烫1分钟,看到肉的颜色由鲜红变成灰白才可以吃。



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  
记者新浪微博:@杨凤轩V



## 金鑫珠宝 第三届“二蛋”文化节

JINXIN JEWELRY THE THIRD FESTIVAL TWO EGGS

活动时间: 2015年12月24日-2016年1月3日

# 钻石 = 蛋蛋 价

10分钻石512元

【钻石】满 2000元 返 1000/500元

【金价触底】黄/铂金每克优惠20元

灵云翡翠 2000只手环 厂价直销!

超高性价比 1224元起!

活动期间随意退货!

更多精彩活动店内详询!

多品牌、买放心、重服务,是金鑫特色。 网址: [www.jxzb9999.com](http://www.jxzb9999.com)

★金鑫珠宝上海市场店:64225888 64239999  
★丹尼斯金鑫珠宝专柜:64602006  
★老凤祥银楼华阳店:63271588

客服电话: 400-678-678-7

★金鑫珠宝八角楼金店:63992286  
★金鑫珠宝泉舜店:80883280


