

天气·服务

今日天气

 -3℃~12℃

晴天间多云
偏北风3级左右

未来几天

12月

31日 晴天转多云 -1℃~9℃

2016年1月

1日 多云转晴天 0℃~11℃

2日 晴天 1℃~13℃

3日 多云转阴天 0℃~12℃

4日 阴天 0℃~8℃

5日 多云 2℃~11℃

(以上信息来源于网络,仅供参考)

空气质量

12月28日

污染指数 121

空气质量状况 轻度污染

首要污染物 PM10

(洛阳市环境监测站12月29日发布)

12月29日

PM2.5(μg/m³) 19(18时)

【微言天气】

@曾经的老兵:亲,坐在阳台上晒着暖暖的午后阳光,你是否和我一样,盼望着2016年的第一场雪早点儿到来哟!提前祝愿小伙伴们元旦快乐!

@树上月亮:今天(12月29日)是晴天,阳光也很温暖,午后风稍微大了点儿,使得好天气略打了折扣,不过冬日能有这样的阳光,这样的温度,应该也知足了。

【诗读四季】

幽居冬暮

李商隐(唐)

羽翼摧残日,
郊园寂寞时。
晓鸡惊树雪,
寒鹭守冰池。
急景忽云暮,
颓年浸已衰。
如何匡国分,
不与夙心期。

【译文】正是鸟翅膀被摧残的日子,也是郊外园林寂寞的时节。晨鸡因树上雪光而惊啼,鸭子在严寒中苦守冰池。白天短促很快便到夜晚,垂暮之年身体渐已变衰。我本有匡救国家的职分,再不能与我的夙愿相期?

雾霾短暂消散 出门“约会”蓝天

今日晴天间多云
最高气温12℃,最低气温-3℃

□见习记者 刘心 通讯员 禹东晖

“走在风中今天阳光突然好温柔……”昨日,小记走在去采访的路上,脑中一直盘旋着这句歌词。虽然昨日气温有所上升,但在淡淡雾霾的笼罩下,阳光显得有气无力,不过老天爷还算给面子,今日不但气温持续上升,连日来扰人的雾霾也有可能短暂消散。小记只想对着天空呐喊:谢谢老天让阳光陪伴我们走过2015年最后的日子!

1 恼人的雾霾, 今日有望短暂消散

“太阳睡眼惺忪,风儿偃旗息鼓。上午出去一趟,天气还行!”昨日上午,网友“物是人非”感慨道。昨日中午,太阳正当头,阳光洒在身上暖洋洋的,特别舒服。美好的时光总让人留恋,小记要告诉您个好消息:今天这样的好天气还将持续。据中央气象台发布的消息,今日,受冷空气影响,华北中南部、黄淮中北部、陕西关中、江苏北部和南部、湖北中部、湖南北部、四川盆地中西部等地的霾天气将自北向南逐渐减弱或消散;明日起,华北中南部、黄淮北部、陕西关中等地静稳天气再次建立,将有中至重度霾天气。

市气象部门预计:今天白天全区晴天间多云,偏北风3级左右,气温-3℃到12℃;明天晴天转多云,气温-1℃到9℃。

2 美味冰糖葫芦,吃起来有讲究

在寒冬腊月里,大街小巷随处可见卖冰糖葫芦的摊子。各式各样的冰糖葫芦外脆里嫩,甜酸有度,美味可口。如果您哪餐吃多了,尤其是吃了油腻的食物不消化,拿着一串冰糖葫芦慢慢品味,不仅能促进肠胃蠕动,还不容易囤积脂肪。这对想吃又怕胖的女孩子是件幸福的事情,但是,您是否知道,冰糖葫芦并不是适合所有人哦。

“都说冰糖葫芦儿酸,酸里面它透着甜……”正如歌中唱的那样,冰糖葫芦酸中带甜。甜,是冰糖的功劳。如果糖尿病患者摄入过多糖分,就会导致血糖升高,对病情不利。另外,有龋齿的人,还有小孩也不宜多吃,如果预防不及时,很容易对牙齿造成更大的

伤害。脾胃虚弱的人也需要注意,因为山楂易耗气,应尽量避免多吃。

如果您喜欢饭前来串儿冰糖葫芦,觉得酸酸甜甜的山楂能开胃,这个习惯可得改改了。山楂味酸、无毒,可消积食,补脾,发小儿疹,还有健胃、通结气的功效,但是,由于山楂味酸,空腹吃容易伤害脾胃。人在饭前胃部处于空的状态,进食山楂对胃部产生刺激,久而久之,可能造成胃酸分泌过多,甚至引起胃部疼痛。患有胃病的人,如胃酸过多、胃溃疡、反流性胃炎、反流性食管炎患者,就更不能空腹吃山楂啦。

所以,冰糖葫芦虽然好吃,但并不适合所有人,而且还需要“挑时候”吃,您可要留意哦。

妈妈快来看,今天有蓝天!

- 天气宝宝:唐昊宇
- 性别:男
- 出生日期:2013年4月16日
- 爸妈祝福:祝我们的宝贝健康快乐、快快乐乐地成长!

“天气宝宝”征集宝宝啦!想让您的宝贝登上《洛阳晚报》天气版说天气,成为人人喜爱的“天气宝宝”吗?欢迎联系 aoe 儿童摄影艺术馆哦,地址:中州中路与玻璃厂路交叉口西、南昌路西苑公园正门口北50米。您还可以扫描二维码(见本报A01版)关注晚报微信公众平台(微信号:lywb20),或者登录新浪微博关注@晚报四季天,发送宝宝的艺术照,并附上宝宝的姓名、性别、出生日期,以及您的姓名、联系电话和通信地址,您对宝宝的祝福。

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

