

持续阴雨,吃点甜的吧

去年12月,我市日照时数仅36小时 往年12月平均日照时数达136小时

昨天,冬日里不常见的滂沱雨水,拉开了新一轮降水的序幕。

阴沉沉、湿哒哒,是入冬以来天气的常态,这种常态极有可能要持续到这个月中旬。刚刚过去的2018年12月,日照时数之少,破历史同期最低纪录;降雨量之多,跻身历史同期前三。

阴雨天要持续到本月中旬

看起来,只有用“又双叒叕”才能够表达我们对新一轮降水的无奈。

据市气象台预报,从昨天开始到周日,我市有一次明显降水过程,局部雨量中等。

浙江省气象台之前预测过,整个1月上旬,我省暖湿气流活跃,阴雨天较多;冷空气也会来“刷存在感”,但多是“小打小闹”,因此不排除偶尔有阳光的可能性,不过,大晴天什么的,就不用想了。

昨天,市气象台也发布了我市未来10天天气预报,下周(7日-13日)我市仍将以阴雨天气为主。

日照时数刷新历史最低纪录

不知大家有没有这样的感觉:自去年12月7日入冬以来,我们就没见过几天太阳。说它“旷工”已经算是轻的,简直是要“罢工”的节奏。

太阳到底有多“偷懒”?浙江省气象局官方微信服务平台“浙江天气”昨天发布了一组数据:2018年12月1日到2019年1月3日,全省平均(日照时数)45小时,比常年同期偏少102.6小时,各地分布在22.9小时(北仑)至64.7小时(庆元)之间。

市气象部门也进行了对比:2018年12月,我市日照时数36小时;往年12月,全市平均日照时数136小时。日照时数之短,毫无悬念地刷新了历史同期日照时数的最低纪录。

此外,2018年12月,我市累计降水量162毫米,较历史同期(55毫米)偏多1.9倍。这个降水量跻身历史同期降水量“前三”,仅次于1994年的185毫米和2004年的181毫米。

持续的阴雨天气跟活跃的暖湿气流有关。冬天本是冷空气“唱主角”,但这个冬天到目前为止,强势的冷空气来得不多,弱冷空气频繁出没,加上暖湿气流活跃,造成我市雨雪天气较多。

别减肥了,吃点甜的吧

阴雨寡照,给我们带来的影响远不止日常生活上的不便。

古代的文学作品常把阴雨天和冷清、孤独、压抑、难过、低落的情绪联系在一起,比如“夜来风雨声,花落知多少”“清明时节雨纷纷,路上行人欲断魂”“寒雨连江夜入吴,平明送客楚山孤”等。

这并非文人墨客“为赋新词强说愁”,而是有着科学依据:人的情绪和人体激素分泌密切相关,而人体激素分泌又与光照密不可分。持续的阴雨寡照,会影响人体新陈代谢,不仅让人无精打采,甚至还会诱发抑郁情绪。

何以解忧?借酒消愁愁更愁,不妨适当增加运动,出出汗,这有助于疏导情绪;又或者暂时放下减肥的念头,吃一点蛋糕、冰淇淋、甜品等甜食,有助于精神的安慰和满足。

当然,阴雨寡照还可能诱发呼吸道感染、支气管炎、哮喘等呼吸系统疾病,或者导致风湿病、神经痛等旧病复发,患者要“遵医嘱”及时进行防范或治疗。

小寒不寒

在持续的阴雨中,今天进入二十四节气中的小寒。

寒,即寒冷。小寒代表寒冷的程度,正如《月令七十二候集解》中说:“十二月节,月初寒尚小,故云。”

虽说“月初寒尚小”,但民间历来有“小寒胜大寒”的说法。一来,“小寒节,十五天,七八天处三九天”,而“三九天”被认为是一年中寒冷的一段日子;二来,相比之前的冬至,小寒时地面的热量散发到最低点,虽然白天稍长,太阳的光热略有增加,仍处于入不敷出的状态,因此还是只有一个字“冷”。

阴雨绵绵,若是再加上冷,想都不敢想这日子要怎么过。值得庆幸的是,由于暖湿气流活跃,加上冷空气比较弱,虽然阴雨绵绵“无绝期”,但气温在近期不会出现大的波动。据市气象台预报,未来10天,我市最低气温将维持在4℃-7℃,最高气温也将停留在8℃-10℃。

记者 石承承 通讯员 顾思南

三改一拆进行时

海曙打响2019年拆违第一枪 万国商城违建商铺被拆除

▶ 拆除现场



本报讯(记者 边城雨 通讯员 顾东栋 张翔 文/摄) 昨天上午,海曙区2019年拆违第一枪在石碶街道万国商城打响。

据介绍,该处违建存在已有10多年,是万国商城一带脏乱差的典型。海曙区综合行政执法局石碶中队执法人员姚高峰说:“原先这里是一个过道,后来搭了很多违建,导致车辆和行人出行不便,也影响环境卫生。今年1月2日前下发了整改通知书,要求相关负责人自行腾空违建内的物品。经过前期沟通,许多经营户从起初的不配合、不理解,转为理解支持,并主动参与整治工作。”据悉,违建拆除腾出的地方,将用于建设停车场、绿化带等设施。

海曙区综合行政执法局相关负责人表示,今年,海曙区将按照“应拆尽

拆、应改尽改”的要求,全面有效处置存量违法建筑,在拆违过程中,严格按照市、区拆违工作部署,执行统一的工作标准、流程,做到一户一档,明确拆违时间节点,按照公开标准的原则进行操作,确保公平公正,切实做到一把尺子量到底。下一步,在加大“三改一拆”行动和“无违建”创建的基础上,海曙区综合行政执法局将继续开展违建点位拆除和沿街店铺排摸工作,对于违建,发现一处,拆除一处,绝不手软,尽快补齐西片区域工作短板,力争全域尽快创建“无违建区”。

记者从市三改一拆办了解到,截至2018年12月底,我市累计拆除违法建筑1819.36万平方米,为全年任务的129.95%;累计完成“三改”总建筑面积1948.60万平方米,为全年任务的162.38%。

好阿胶,东阿产,胶润美颜阿胶固元糕,中国太平洋保险承保,品质保障 每盒500g
正宗东阿好阿胶 产地直销特卖



一场秋雨一场凉,眼下天气越来越冷了,秋冬进补也正当时,对中老年人来说,秋冬进补,选阿胶再合适不过了。

阿胶因始产自东阿而得名,《神农本草经》将阿胶列为“上品”,阿胶糕组方是用阿胶、黑芝麻、核桃仁、冰糖、黄酒等制作出的食品。胶润美颜阿胶固元糕上市多年以来,受到广大朋友青睐。

为了让众多食用胶润美颜阿胶固元糕的朋友,在冬季能更好地进补。东阿恒裕阿胶有限公司特举办产地直销特卖活动:

1. 活动仅针对年满50周岁的中老年朋友;
2. 一元/盒,每人限购9盒,不得重复够买;
3. 一组量为10盒,不零售,10盒仅收取1盒的原价费用加9元;
4. 不收快递费,免费送到家;
5. 活动截止日期1月12日。

抢购热线:400-991-3577

工厂价直供高山放养羊奶粉 每盒仅22元

巍巍拔地而起,龙盘虎踞八百里的秦岭,是闻名的“黄金奶源带”。因此八百里秦川也有“奶山羊之乡”的美誉。

本羊奶粉是真正的关中奶山羊所产。研究表明:奶山羊所产的羊奶在脂肪、热能、维生素C等均明显高。其次,羊奶的脂肪球体积小,营养丰富。

为了让全国百姓都能品尝到优质的羊奶粉,陕西三原康尔健乳业有限责任公司研究决定拿出2000盒羊奶粉全部以厂价直供市场,这样将仓

储、运输、营销费用、人员工资等一降到底。现仅售22元/盒,人人喝得起。

凡参加本次活动成为会员客户,终身享受工厂直供价,还有机会参加羊奶文化节,参观位于秦岭山的关中奶山羊基地。

抢购热线
400-180-9590
数量有限 先打先得 陕西三原康尔健乳业有限责任公司 广告