



晴天



临沂天气

今天



多云间阴，北部地区有阵雨或雷雨，偏南风3级，气温26~33℃。

明天



多云间阴，北部地区有阵雨或雷雨，东南风3级，气温26~32℃。



其他地市

济南:大雨23~30℃  
德州:暴雨23~28℃  
聊城:大雨23~29℃  
泰安:中雨25~31℃  
莱芜:中到大雨24~31℃  
菏泽:中雨转雷雨27~33℃  
枣庄:雷雨25~31℃  
济宁:雷雨25~32℃  
日照:多云26~31℃  
青岛:阴27~31℃  
烟台:多云26~31℃  
威海:多云转阴25~30℃  
潍坊:多云转阴26~32℃  
淄博:雷雨转中雨24~28℃  
滨州:大雨24~29℃  
东营:小到中雨25~30℃

浮云难遮烈日 阵雨不解闷热

## “桑拿天”至少再持续三天

本报8月19日讯(记者 张纪珍)虽然已经出伏,但19日临沂的最高气温又超过了34℃,“桑拿天”杀了个回马枪。记者从气象部门获悉,一直到22日,虽有短时小范围阵雨,高温却难降,闷热将持续。

今天,临沂是多云天气,但浮云并没有遮住烈日,太阳不时露出头来,火辣辣的阳光丝毫不逊于盛夏时节。当日临沂多个县区

的最高温度重新突破34℃,加上潮湿的空气,天气闷热难耐。

已经出伏了,为啥还这么热?气象专家解释说,这是因为近期临沂一直受副热带高压控制,副热带高压的典型特点就是高温高湿。

根据气象预报,22日之前临沂北部一些县区会出现阵雨或雷雨天气,但这种小范围、短时雷阵雨天气,对气温的影响不大。未来

三天,临沂的最高气温仍在32~33℃徘徊。天气虽热,但毕竟已经立秋了,早晚还是比较凉快的。

具体天气预报为:20日多云间阴,北部地区有阵雨或雷雨,偏南风3级,气温26~33℃;21日多云间阴,北部地区有阵雨或雷雨,东南风3级,气温26~32℃;22日多云转阴有雷雨或阵雨,偏南风3级,气温25~32℃。

这段路

该安装路灯了

兰山区有位市民反映:市区金坛路(通达路与蒙山大道之间),路两旁一直没有路灯,每到晚上黑灯瞎火,连路都看不清,路的两旁都是小巷,晚上经常有人被抢包,居民的电动车也经常丢。上个星期他家里门被撬了,丢了两辆电动车,他邻居也丢了一辆。没有路灯小偷也猖狂,这段路真的太需要路灯了。

记者帮办:

记者19日联系到临沂市住建委路灯处,将情况说明后,宋科长表示近期就要解决这个问题。今年五六月份的时候,他们已将城中道路安装路灯的计划上报市政府,拨款2千万,但具体安装哪几条路的路灯还没确定。最近他们又经现场考察,将比较迫切需要安装路灯的几条路列入计划上报,其中包括金坛路,并已经将路灯杆位置划好。宋科长表示,大概一个月内,这条路就能有路灯了。

帮办记者 崔洪英



本期明星宝宝

姓名:黄俊铭;出生年月:2009.06.12;爱好:坐车、笑。

宝贝趣事:宝贝1岁了,越来越调皮,看看小家伙在干什么:宝贝背对着奶奶低头站着,半天不动,奶奶问他干什么,他抿着嘴回头笑笑,原来他站着撒尿(穿开裆裤),还拿一只鞋接着。



投稿邮箱:  
qlwbjrym@126.com  
咨询电话:  
8137701

丫头:

我知道我错哪了,再给我一次改正的机会吧。无论如何都要把自己的缺点改掉!是你让我学会了成长,好想你!

——小胖子

宝贝儿帆帆:

我爱你!以前可能我做的不好,但是以后我会好好的照顾你。希望你可以原谅我以前的错误!永远爱你!

——爱你的东东

小妹:

8月19日是你的生日,在你生日到来之际,祝你生日快乐,越来越漂亮,永远健康!

——大姐



冰块  
妙用

治皮炎:夏季如果身上长痱子或出现小红疹,可用冰水擦洗患部,既止痒,又能使痱疹早日消退。

治外伤:撞伤及扭伤后,不可热敷,这会使小血管破裂出血,而应在伤部冰敷,可减轻血管出血,防止血肿形成,有利于挫伤恢复。

治虫咬:毒蜂、虫叮咬后,伤口会疼痛、肿胀。除用药物治疗外,均可在局部冰敷,既止痛,又可防止毒素扩散。



朱女士:想用自己闲置的一瓶玉兰油防晒霜,换同品牌的爽肤水一瓶。

王女士:想用全新的老粗布床上用品一套,换1.8米床用的床上用品一套。

丁先生:想用全新的电磁炉一台,换全新品牌浴霸一台。

## 临沂火车站设立汽运售票点 客运总站全力迎接返校大军

本报8月19日讯(记者 王健)暑期即将结束,很多大学生准备乘车返校。记者从临沂汽车客运总站获悉,为了迎接学生返校大军,客运总站采取多项措施,保证学生旅客顺利返校。

19日,记者在临沂汽车客运总站售票厅看到,很多大学生前来购票返

校。据临沂汽车客运总站工作人员介绍,这几天,学生客流越来越多,预计高峰将出现在25日左右,客流方向省外将主要集中在北京、上海、南京等地,省内则将主要集中在济南、青岛、潍坊等地。

“为避免客流高峰给旅客出行带来不便,有出行需要的旅客最好提前购

票。”该工作人员说。

据了解,临沂汽车客运总站为了迎接学生返校大军,乘客可以提前15天购票,同时,乘车学生可凭学生证享受八五折优惠,此外,8月9日,临沂汽车客运总站在临沂火车站售票厅开设客车售票点,方便买不到火车票的乘客选择汽车出行。



一听到快开学了就心烦

## 不少孩子得“假期综合征”

本报8月19日讯(记者 韩筱雨)还有10多天暑假就结束了,学生们即将进入新学期。部分家长注意到,临近开学,孩子出现了焦虑、烦躁、低落、抗拒等情绪。专家表示,家长应帮助孩子恢复上学作息,做好开学心理、物质准备。

暑假就快结束了,市民孙女士发现自己上小学的女儿总是莫名其妙地焦躁和焦虑,一提醒她要准备开学投入学习了,她就和自己顶嘴,而且每天早上不想起床,晚上不想睡觉。这些

反常行为让孙女士有点担心。

了解到,开学前夕,不少家长都发现自己的孩子出现烦躁、抗拒等情绪,孩子的玩耍兴致并没有因开学而消退。

对此,教育专家表示,放假时,许多孩子的生活秩序被打乱了,心理一直在“放假”,假期结束前后,很多学生会出现“假期综合征”,这种症状在中小学生群体内最为普遍。由于自我控制和调节能力较弱,许多孩子在长假过后很难进入学习状态,出现

烦躁、焦虑、精神不济等症状。

教育专家提醒,家长应该提早让孩子恢复上学时的作息时间,可以让孩子在开学前模拟一下正常的学习生活,带孩子去买一些新学期必备的文具,同时对孩子进行适当鼓励,做好开学之初的物质、心理准备。如果孩子一时无法习惯,家长应予以适当的监督,让他们尽快地把心理状态调整到学习上来,以适应即将到来的新学期紧张的学习生活。