

◎ 三日天气 ◎



晴间多云，北风4-5级
海区7-8级阵风9级，-8℃～-2℃。



晴到少云，北转南风3-4级，-10℃～1℃。



晴到少云，南风3-4级，-8℃～5℃。

◎部分城市天气◎

北京

晴 北风4-5级 -10℃～-3℃

上海

中雪 西北风5-6级 0℃～5℃

济南

晴 北风3-4级 -7℃～-2℃

青岛

晴 北风5-6级 -6℃～-1℃

广州

中雨 微风5℃～16℃

◎ 生活指数 ◎



紫外线指数:最弱
无需特别防护。长期
在户外,建议涂擦
SPF在8-12之间的
防晒护肤品。



洗车指数:适宜
未来持续两天无雨
天气较好,适合擦
洗汽车。



旅游指数:一般
天气晴朗,万里无
云,温度稍低,而且
风稍大,外出注意防
风保暖。



约会指数:较不适宜
天冷,室外有风,外
出约会可能会让恋
人受些苦,最好在温
暖的室内促膝谈心。



黄淮及以南有大范围雨雪 贵州湖南防冰冻灾害

预计未来三天,黄淮及其以南大部地区仍将有较大范围雨雪天气,并伴有6～8℃降温,局地降温10℃以上,贵州、湖南部分地区可能出现的雨雪冰冻灾害,对交通、电力、农业生产不利。

黄淮及其以南仍有大范围雨雪

中央气象台预计,14～16日,黄淮及其以南地区仍将出现大范围雨雪天气。西北地区东南部、江淮、江汉、江南大部、贵州、云南东北部等地小到中雨转雨夹雪或雪,部分山区或地势较高的地方有大雪或暴雪;贵州中北部、湖南西北部等地部分地区有冻雨(主要在15至16日);山东半岛北部有中到大雪;华南大部、西南地区东部小到中雨,其中江南中南部、华南北部部分地

区有大雨。

期间,全国大部地区将出现6～8℃降温,局地降温10℃以上,江淮、江汉、江南中北部、贵州部分地区将出现霜冻;14～15日,冷空气主体南下,长江中下游及其以北大部地区将先后出现4～6级偏北风;16日,大范围雨雪天气过程将趋于结束,江淮、江南北部的最低气温将下降至零下3℃～零下1℃。

防范对交通、电力、农业生产不利影响

此次雨雪天气具有影响范围广、南方降雨强度强、累计降温效应明显等特点。雨雪天气将对缓解江淮及其以南部分地区的旱情有利,但对南方部分地区的交通、电力、农业生产等有不利影响,需做好防范工作。

雨雪天气期间,能见度低,

坊市气象局专家介绍,从16日开始,风力减弱、气温缓慢回升,最高气温重回冰点以上,在17日,白天最高气温将升至5℃。

气象专家认为,虽然潍坊14日、15日、16日将遭遇严寒考验,但从整体来说,潍坊近段时间明显偏暖,平均气温比常年平均偏高1到2摄氏度。“不过,一段时间的温度偏暖并不能说明今冬就是暖冬。”

专家介绍,由于这次冷空气势力较强,持续不断补充过来,虽然人们外出感觉不到有多大风力,但对于气温的打压比较明显。最低气温-10℃与往年同期相比属于正常范围。从现在预报来看,冷空气还在不断南下,15日潍坊仍有大风降温,15日、16日的气温将继续走低,最低气温可能达到-10℃,可能接近历史同期极值。

四季养生 多吃酸味食物 提高抵抗力

秋冬季节,气温变化大,人容易感冒,提高免疫力就显得极为重要。营养师介绍,平时不妨多吃些酸味食品,能有效提高人体对病菌的抵抗力。

研究表明,口感酸的水果所含的维生素C往往比较多。100克枣就含900毫克的维生素C。此外,山楂、猕猴桃和沙棘果都含有丰富的维生素C。维生素C是一种强大的抗氧化剂,能防止细胞癌变和细胞衰老,增加身体抵抗力。维生素C还能促进胶原蛋白合成,使皮肤细腻,还能抗衰老。缺乏维生素C则会引起牙龈、毛囊出血,倦怠,肌肉、关节疼痛。

气象
科普

什么是地穿甲



在墨西哥召开的《联合国气候变化框架公约》缔约方大会目前正在坎昆就未来气候变化的全球战略进行谈判。在本次大会最后一天的总结性峰会上,国际竹藤组织等20多个国际机构应邀代表所有参会的国际机构在峰会上发言强调,竹子的可持续经营和利用能够帮助推动绿色经济增长,为气候变化和贫困双重难题的解决提供双赢的方案。

国际竹藤组织总干事古珍博士在气候变化大会的峰会上促请

各国谈判代表为能够帮助世界不断增长的人口应对气候变化和发展问题的新途径提供必要动力和途径。古珍博士说“在过去的两周中,我们所听到的最清晰的声音是我们无法将应对气候变化目标与实现发展目标隔离开来。”

据了解,中国竹林面积超过500万公顷,估计总固碳量在6.05

到8.35亿吨。中国的竹子产业是目前世界上最大的竹产业,2008年贸易额达到14亿美元,直接从业人员达到580万人。还有数百万

人其部分或全职工作间接与竹有关。

“中国的竹子产业在世界上

处于领先地位,因此我们鼓励中

国政府继续把竹产业置于其低碳发展规划的优先地位,”楼一平博士补充说,“这样,中国能够为全世界提供一个绿色增长的范例,其他发展中国家可学习其经验,即通过竹子经营和利用能够成功地把应对气候与实现发展目标结合起来。”

在降雪过程中,气温的急剧变化促成了“落雪成冰”,即“地穿甲”现象。降雪开始时,由于雪片的吸热作用,造成路面的大气温度迅速下降,地表落雪马上形成薄薄的一层冰面。行车极为困难,不仅车速缓慢,而且事故频频,给交通带来巨大压力。

地穿甲是北方冬季,时而容易产生的路面现象,可以理解为:地面结冰,这就是所谓的甲,就是壳子的意思。还有的地穿甲是路面上有冰,而后上边再附上薄雪或厚雪,也有的是因为积雪融化,雪水流淌在路上结冰等等,这些是明显的地穿甲的物理现象。一般情况下,雨雪低温就会导致路面出现“地穿甲”现象。

特寻找5类脑瘫儿

自“著名脑病专家徐主任、吴主任等面对面为患儿免费亲诊”喜讯发布后,报名电话不断,此次活动特寻找五类脑瘫儿童:

- 1、不会说话或只能说单字;
- 2、不会走路、脚尖着地,剪刀步、姿势异常;
- 3、肌张力高,手不能灵活拿物,腿不能打弯;
- 4、口眼歪斜,口水不断;
- 5、智力差,脾气暴躁。

专家提醒:脑瘫是脑神经受损,修复受损神经是关键,年龄越小,治疗越早,效果越好。

南京中医药大学钱土明教授指出:神经生长因子NGF和神经节苷脂GM在修复受损神经临幊上,取得显著效

果。一般3—6个月,能说话走路甚至上学了。

喜讯:凡预约报名者:

- ★专业理疗师为患儿免费理疗1次
- ★赠脑瘫康复光盘
- ★赠最新脑瘫康复资料。

请家长抓紧报名!

报名热线:0533-2288448
0536-8855362



中药制剂“百压康”一天一粒 血压稳在120/80

“百压康软胶囊”是目前首个中药制剂降血压产品,独含的“五草四珍”能调理器官微循环,帮助血液重新分配,减少心脏压力,清除血液垃圾,软化血管,修复受损心脑肝肾,不让血压升起来,从而达到源头治疗高血压的目的。

1粒见效,当天可停服降压西药,2—4天平稳血压,头痛、头晕、耳鸣、胸闷、乏力等症状逐渐改善,7天后,睡的香了,眩晕症状消失,脑供血不足,心肌缺血等症状明显好转,部分患者可减少服用量。

1个月内,逐渐减少“百压康软胶囊”的服用量,3天服一粒血压平稳,血脂、血糖降低,心脑肝肾和全身血液循环顺畅,高血压各项指标逐渐恢复正常,腿脚有力,精神好,脑中风、冠心病、心肌梗塞等危险解除。

6个月内,可减停“百压康软胶囊”。随着患者心、脑、肝、肾器官得到全面修复,心脑肝肾功能恢复年轻态,血液分布完全正常,血液

干净,血管有弹性,血压持续平稳,6个月内,1期高血压患者达到临床治愈,即可停药。2期高血压患者只需5—10天服用1粒百压康,即可保持血压持续平稳,冠心病、心绞痛等临床症状消失。3期高血压患者的冠心病、心梗、中风后遗症得到良好治疗,2—3天服用1粒百压康,血压平稳不反弹,不再担心血压高、心梗、中风反复发作、并发症恶化。

原价:32元/盒

现价:19.8元/盒

咨询电话:8965507

经销地址:潍坊颐生大药房(东风东街亨德大厦对面) 诸城:益寿堂药店 高密:百草堂大药房 寿光:东方大药店 安丘:富康药店 临朐:全康医药店 昌邑:仁和药店中心店 青州:金康福药店 昌乐:润生堂药店 寒亭:康德堂药店