

### ◎ 三日天气 ◎

## 今日“腊八”，五级大风到潍坊

# 今明两天持续低温干冷



11日  
晴间多云,西南风3-4级  
转北风4-5级,海区6-7级,  
-9℃~0℃。



12日  
晴间多云,北风转南风  
2-3级,-9℃~1℃。



13日  
晴间多云,南风2-3级,-  
7℃~3℃。

10日,进入了“三九”的第二天,气温也相应地再次下降到冰点以下。潍坊市气象局预报,本周没有明显降雪,天气依旧晴朗无雪,低温干燥。11日是“腊八”了,俗语说“腊七腊八,冻掉下巴”,大家可别忘了喝“腊八粥”。

10日,潍坊阳光明媚,但气温却跌至冰点以下。潍坊市气象局监测站显示,早上气温-7℃,比前天同一时刻下降了3℃。15时的气温也

只有-2.5℃。11日,又是另一个寒冷的标志——“腊八”了,腊月是农历一年之岁尾,正值寒冬。

进入“三九”后,气温还会继续下跌吗?为何近日南方多见雨雪天气,而潍坊却没有降雪的迹象呢?潍坊市气象局专家解释,潍坊冬季的雨雪量在一年中本来就很少,1月份平均降水量才仅有1.2毫米。现在来看,没有较大降雪的原因主要是冷空气偏强,速度移动太快,

暖气团根本无法与之抗衡,所以大风降温天气居多;其次是水汽条件不够充分。而我国的南方地区由于从来不可缺少水汽,冷空气势力偏弱,很容易形成降雪或降雨天气。

进入“三九”后,潍坊未来一周还将以大风降温天气为主,气温会出现小幅波动。周内虽然有两次冷空气活动,但势力不算太强,降雪的可能性极小,市区极端最低气温为-7℃至-8℃,大约出现在周

后期。11日开始未来两天,潍坊市以晴间多云天气为主,最高气温维持在冰点上下,最低气温-9℃。

潍坊市气象局专家介绍,总体来说,天气寒冷,大家外出时一定要以保暖为主。“寒从脚起”,所以脚的保暖尤为重要。老年人外出最好穿布棉鞋、毛巾袜,外出戴帽子、围巾,防止脚和头部着凉。冬季气候干燥,大家一定要注意补充水分,多喝些水才有利健康。



## 南方新一轮低温雨雪 黔湘桂滇将有冻雨



### 气象科普

### 腊八节的由来

农历十二月初八,是我国汉族传统的腊八节,都有吃腊八粥的习俗。腊八粥又称腊日祭、腊八祭、王侯腊或佛成道日,原来古代欢庆丰收、感谢祖先和神灵(包括门神、户神、宅神、灶神、井神)的祭祀仪式,除祭祖敬神的活动中,人们还要逐疫。腊八粥是用八种当年收获的新鲜粮食和瓜果煮成,一般都为甜味粥。而中原地区的许多农家却喜欢吃腊八咸粥,粥内除大米、小米、绿豆、豇豆、小豆、花生、大枣等原料外,还要加肉丝、萝卜、白菜、粉条、海带、豆腐等。



### 四季养生

### 今日腊八 喝粥暖胃肠

1月11日是传统的腊八节。中医学认为,早餐进清淡柔软之汤粥,可滋润胃气,生津滑喉,特别是在寒冷的冬季。这就是俗话说说的“三九补一冬,来年无病痛”。而喝粥更能促进营养吸收,达到养胃养生的目的。

不同人群喝腊八粥很有讲究。比如糖尿病患者,在制作腊八粥时应该以燕麦、荞麦为首选;老年人吃可多放点大豆,能预防骨质疏松症。中青年人则对能量要求高,在腊八粥中不妨多放些富含碳水化合物的米类,也可适当多放些栗子、莲子等既富含淀粉又有一定保健作用的坚果。此外,制作儿童版腊八粥所选原料尽可能丰富一些,3岁到5岁的孩子多吃些粗粮。肠胃功能不是很好的市民,尽可能把粥熬得稍稠些,同时吃些如面包、馒头片等干的食物;因为稀的食品容易使胃酸分泌过多,刺激肠胃引起疼痛。

### ◎ 部分城市天气 ◎

北京  
晴 北风3-4级 -11℃~-1℃

上海  
多云 北风3-4级 -2℃~5℃

济南  
晴 微风 -9℃~-1℃

青岛  
晴 北风4-5级 -9℃~-1℃

广州  
小雨 微风 5℃~8℃

9日,我国南方地区出现新一轮低温雨雪天气过程,同时,南方地区冰冻天气加强,贵州、湖南、广西、云南等地将有冻雨。气象专家提醒,新一轮低温雨雪冰冻天气将再次给前期受灾地区产生不利影响,各地需提前做好防御准备。

1月1日以来,贵州、湖南等地持续出现冻雨天气,其中以2日冻雨范围最大,之后冻雨范围有所减小。6日白天至8日早晨,贵州中西部、云南东北部局地仍然出现了冻雨。

由于气温较低,积冰或积雪融化缓慢,道路结冰和电线覆冰的现象持续存在,各地交通受到较大影响。

据民政部门消息,截至1月7日7时统计,1月1日以来的低温冷冻和雪灾造成江西、湖北、湖南、重庆、四川、贵州等6省(直辖市)950.6万人受灾,因灾死亡2人,农作物受灾面积389.9千公顷,直接经济损失28亿元。

中央气象台预计,11日开始到13日,我国南方地区将出现新一轮低温雨雪天气过程。贵州大部、云南东部、江南、华南大部等地维持低温状态,江南南部、华南北部最低气温为2℃~零下2℃左右。湖北大部、安徽南部、江南、华南、西南地区东部将先后有小到中雪或雨夹雪(雨),其中,湖北南部和

东部、湖南大部、江西中北部、贵州北部等地的部分地区有中到大雪,局地暴雪。

同时,南方地区冰冻天气加强,到13日,贵州大部、湖南西部和南部、广西东北部、云南东北部将有冻雨。

气象专家提醒,南方地区新一轮低温雨雪冰冻天气将再次给前期受灾地区产生不利影响,各地各部门需做好各项应急力量和物资调配工作,加强公路、铁路、机场、桥梁等道路积雪清除、电力和通讯设施的维护融冰、城乡居民生活必需品的正常供应以及农作物防冻等工作。



## 气候变暖威胁驯鹿生存 种群数量大幅减少

虽然全球变暖不会在短期内将大量冰川消融,但它的影响却是持久而深远的。在俄罗斯和芬兰的一些地区,由于气候变化的影响,随季节迁移的驯鹿种群数量正在大幅减少。科学家们担心,在不久的将来,这些地区的驯鹿可能会消失。

在处于北极圈内的俄罗斯亚马尔半岛上,古老的游牧民族——涅涅茨人在风雪中放养着驯鹿。涅涅茨人祖祖辈辈靠驯养驯鹿为生,但是受到气候变化的影响,现在的涅涅茨人已经很难再沿着父辈的足迹放牧了。

在这里,气温的轻微提升都可能非常危险。一旦气候变暖,部分积雪将消融。在严寒的北极圈内,融化的积雪马上又会冻成冰,灾难就此降临。因为驯鹿主要以积雪下面的苔藓为食,如果积雪中混杂了冰层,那么驯鹿将会找不到充饥的食物。而如果春秋两季再出现冻雨的话,情形将会更加糟糕。



漫画:家园

在芬兰拉普兰地区的罗瓦涅米,也就是传说中圣诞老人的故乡,全球变暖也正在影响着圣诞老人的“坐骑”。

为了给驯鹿充饥,不少放牧人还花费高额成本从南方购买干草饲料,但运输环节毕竟会消耗掉大量的燃料,这些都会对环境造成危害,

因此不是长久之计。 圣诞新年时节,孩子们都期待着圣诞老人在平安夜里乘着由驯鹿拉的雪橇从天而降,悄悄地把礼物放到靴子里。但科学家们担心,由于全球变暖,驯鹿已经濒临食不裹腹的境地,未来可能没有力气拉着圣诞老人游遍全球了。

### ◎ 生活指数 ◎

紫外线指数:弱  
紫外线强度较弱,建议出门前涂擦 SPF 在12-15之间、PA+的防晒护肤品。

洗车指数:适宜  
适宜洗车,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,温度稍低,风稍大,会对外出有一定影响,外出注意防风保暖。

约会指数: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。

## 男科 4S 店落户北方男科医院

- 一、男科:由 30、40、50 余年经验丰富男科老专家北方 男科医院亲诊
- 二、男科:超群顶级男科新技术首家落户北方 男科医院
- 三、男科:尖端男科设备体外消融仪落户北方 男科医院
- 四、男科:最尖端男性功能诊断仪落户北方 男科医院
- 五、男科:早泄微创神经阻断分离术落户北方 男科医院
- 六、男科:阴茎短小、阳痿、性功能障碍治疗仪落户北方 男科医院
- 七、一流的服务、顶尖的人才、尖端的设备、精湛的技术、诚信为本、百姓满意、签约治疗,保证疗效。

(八)元月1日-31日六大优惠,八大免费进行到底,提高夫妻生活质量,延长夫妻生活时间。

- |                          |                     |
|--------------------------|---------------------|
| 1、男科化验费 538 元仅收 2 元      | 1、男科全电脑海极光仪 1200 元免 |
| 2、病毒疣细胞移植费 600 元仅收 5 元   | 2、男科全电脑海极光仪 850 元免  |
| 3、男科体外消融仪 1200 元仅收 50 元  | 3、男科全电脑短波仪 50 元免    |
| 4、包茎、韩式微创仪 1200 元仅收 20 元 | 4、男科全电脑红光仪 280 元免   |
| 5、药品大降价、大优惠、厂家直销         | 5、前列腺微米光仪 50 元免     |
| 6、新农合医疗,城镇职工医保、居民医保跨区报销  | 6、前列腺体外波仪 280 元免    |
|                          | 7、包茎包皮环切仪 300 元免    |
|                          | 8、包茎包皮微创仪 350 元免    |

## 妇科、痔疮、狐臭 由 30 40 50 余年 临床经验老专家

### 免费大检查进行到底元月 1 日-31 日

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| (1)高科技妇科尖端设备治疗仪落户北方 医院         | (11)狐臭一次性韩式微创根除术一次治疗                          |
| (2)妇科化验费 538 元仅收 2 元           | (12)腋臭韩式秋冬微创根除仪 780 元仅收 20 元                  |
| (3)妇科海极光仪 1200 元全免             | (13)男科:早泄由 50 余年临床经验丰富名老专家精湛技术超微创神经分离术一次专治早泄。 |
| (4)妇科海极光仪 850 元全免              | (14)男科:阴茎短小,阳痿由 50 余年名老专家精湛技术一次性微创            |
| (5)妇科微米光仪 550 元全免              |   |
| (6)妇科体外波仪 280 元全免              |   |
| (7)痔疮 O 波微创仪 980 元仅收 50 元      |   |
| (8)痔疮无痛微创仪 850 元全免             |   |
| (9)药品大优惠、大降价、厂价直销。             |   |
| (10)新农合医疗、城镇职工医保、城镇居民医保即可跨区报销。 |   |