

我市发布冬季气候趋势预测,明年1月中旬后期至2月上旬

或将出现阶段性低温雨雪天气

本报讯(记者吴青朋 通讯员尹航)今年冬季气候趋势如何?7日,市气象部门发布冬季气候趋势预测,预计我市前冬暖后冬冷,总体呈略暖偏干趋势,可能出现阶段性偏冷和低温雨雪天气过程。

气温方面,今年冬季我市气温总体略高,前冬暖后冬冷。气象专家预计冬季平均气温6~7℃,与常年同期相比,偏高0.5℃左右。极端最低气温-5℃左右,最冷时段可能出现在明年1月中旬后期至2月上旬。

降水方面,降水总体偏少,夏秋冬连旱的可能性较大。预计冬季降水量160毫米左右,与常年同期相比,偏少1~2成,发生夏秋冬连旱的可能性较大,出现

重度以上持续气象干旱的风险大。

冷空气活动方面,有阶段性低温雨雪,冷空气活动主要出现在12月上旬中后期,明年1月中旬后期至下旬中期和2月上旬。其中,1月中旬后期至2月上旬出现阶段性低温雨雪天气的可能性较大。

火险等级方面,森林火险气象等级高。冬季我市气温高、降水少,总体呈略暖偏干气候趋势,森林火险气象等级高。另外,大气自净能力总体较弱。预计冬季我市大气扩散条件总体一般,但降雨少不利于空气污染物清除。霾日数可能与常年冬季持平。

气象专家建议,明年1月中旬后期至2月上旬出现阶段性低温雨雪天气的可能性较大,适逢春节假期,煤电油

气运需求多,能源保供难度大,需提前做好迎峰度冬各项准备。此外,还需加强防范低温雨雪对越冬作物、交通运输、人体健康等带来的不利影响。夏秋连旱已经达到历史同期最强,冬季降水持续偏少,需抓住一切有利时机做好蓄水保水,加强水资源调度,制定应急方案,最大程度统筹好生活和生产生态用水。冬季森林火险气象等级偏高,加之受夏秋连旱影响,部分林区腐殖质层偏干,林下可燃物增多,森林防火形势严峻。提前做好重污染天气防范准备。前冬需重点防范长期静稳天气叠加弱冷空气而造成大范围污染,后冬需重点防范冷空气南下引发的输入型重污染。

咸安经济开发区
出资打通断头路

村民出行更便捷

本报讯(记者陈志茹 通讯员雷海华 黄涛 吴丰)“谢谢你们,出资为我们修好了断头路,现在出行方便又省时!”11月8日,咸安向阳湖镇铁铺村的群众黄子炎拉着开发区干部的手说道。

黄子炎每次开车回家必须经过邻居家的晒谷场,晒谷场被压坏了很多次,修了很多次,每次维修时,费用分摊都很难,导致附近几家群众闹得不开心。与此同时,旁边排水管也被堵了好久,一直没人管,只要一一下大雨,群众出行十分不便,邻里关系比较紧张。

咸安经济开发区在推进“下基层、察民情、解民忧、暖民心”活动中,集中力量解决人民群众的急难愁盼问题。在推动铁铺路绿化及园区建设工程项目时,召集铁铺村干部群众,共同商议修缮方案,提出了资金来源渠道,排出工程建设时间,积极动员附近几户群众积极参与路基退地、平整等工作,不到一月时间,投资10万余元,完成了排水管网建设,硬化了5米宽,200多平方米的断头路,成为当地村民茶余饭后拉家常、谈家乡变化的话题。

共同缔造幸福生活

11月8日上午,咸宁工行党委主要负责人秦强率本部近30名志愿服务者开展学习宣讲党的二十大精神进社区暨“共创社区美好环境 共同缔造幸福生活”主题党日+活动,以实举践行咸宁工行人金融为民初心。

期间,秦强带队走访慰问结对帮扶户百岁老人余晚生,送上了工行的一份关爱,并与工行志愿者服务队人员、社区居民一同开展了环境卫生大扫除,以实举共创社区美好环境,让社区居住环境变得越来越美。

(记者 毛亚轩)



携手灌溉 静待花开

咸宁市香城学校家长开放日活动

本报讯(记者夏咸芳 通讯员余婷)为更好地向学生家长展现学校办学理念和办学特色,搭建学生家校交流平台,促进家校合作。11月8日,咸宁市香城学校举办“携手灌溉 静待花开”家长开放日活动,让学生家长亲身经历孩子在校的学习与生活情况,展示校园风貌、师生风采。

本次活动每班特邀三至五名学生家

长,并按疫情防控要求,让他们佩戴好口罩,出示健康码,行程码和48小时核酸检测结果,有序进入学校。

课堂是教育教学的主阵地。活动中,家长们先是感受了孩子们的早读课,随后,他们走进教室,和孩子们一起沉浸在语文、数学、英语的课堂之中,每逢精彩之处,家长们还不忘拿出手机摄影留存。



在课间30分钟,家长们走进操场,观看孩子们的广播操、韵律操。感受“双减”政策下,孩子们的活力热情,享受运动带

来的快乐。

在亲身体验课堂教学后,全校125名家长们齐聚学校报告厅,聆听了孩子们平时在学校开展的各种德育活动的汇报,汇报后,学校校长洪军保与家长代表进行了热烈的座谈研讨,家长代表纷纷提出自己的想法,意见,助力学校发展,校长热情解答,并一一进行记录。

本次家长开放日活动,旨在让家长了解学校办学理念、了解孩子在校学习生活情况。家长们纷纷表示,通过活动更加拉近家校之间的距离,有力促进家校合力携手灌溉,静待花开。

橘子真的会让人上火吗? 关于吃橘子的五个真相

橘子有什么营养?

橘子味道酸甜,富含维生素C,柑橘类水果中维生素C的含量通常有20~30mg/100g。柑橘中还含有丰富的钾、类胡萝卜素,橙皮素、柚皮素等,都是对健康有益的。所以,在秋冬,橘子绝对是水果中较好的一种。

橘子吃多了会上火?

很多人吃橘子之后就会牙龈红肿,嘴巴溃疡,出现这些问题的原因是橘子中的高糖分。橘子的高含糖量,吃多会让嗓子干涩,一些敏感的人群,可能因为

橘子中的果酸而感到牙龈和胃部不适。如果吃完后没有及时清洁口腔,这些食物残渣、糖分就容易造成口腔内细菌滋生,引起炎症,主要特征是牙龈红肿、容易出血、有胀痛。所以,很多人就会认为吃橘子容易上火。

解决的方法很简单:别贪嘴,每天吃一两颗橘子还是可以的,吃完橘子后及时清理口腔中的果肉残渣。

吃橘子好,还是喝橘子汁好?

当然是吃橘子更好。橘子榨汁后,膳食纤维几乎都被过滤掉了,而且糖分

太多,对健康非常不利。与完整水果果肉相比,果汁没有任何营养优势

橘子吃多了,会变成“小黄人”?

橘子中含有丰富的胡萝卜素,经常吃很多橘子,人体就会摄入太多胡萝卜素,人体不能及时代谢,血液中的含量过高,就会导致皮肤变黄,这种情况被称为“高胡萝卜素血症”,这种症状的典型表现就是手掌、足底明显变黄,严重的会全身的皮肤变黄。不过,它只会短时间地影响“颜值”,不会影响健康。只要暂时不吃橘子,过一两周就能恢复正常。

每天吃几个橘子更健康?

橘子中的含糖量平均是11.9%,甜的橘子还会更高。如果吃太多橘子,糖分摄入可不低。所以,也不要吃太多。根据相关推荐,普通成人的每天吃水果的量是200~350g左右,差不多也就是两三个中等大小的橘子。(科普中国)

科普在身边

咸宁市科协主办