

每日金句 我们应该有恒心,尤其要有自信心。——居里夫人



▲昨天下午6点多,龙头铺镇,一场暴雨后,天空出现绚丽的彩虹 网友“尚风”摄

“桑拿天”来了!



持续高温,每坚持一天,都是一个小胜利。

市气象台预测,未来几天,整个城市依然晴热高温。在气象学上,当最高气温超过35℃时,我们就将这一天定义为高温日,往往这个时候,市气象台会发布高温黄色预警,也预示着新一轮高温的开始。当副高再慢慢深入并坚不可破的时候,气温会慢慢升高,当升至37℃时,则是“酷暑”了。这时候,高温黄色预警,也将变成“橙色”。

酷暑难耐,很多人很难爱上这样的桑拿天。市气象台曾解释过,在相同的温度下,相对湿度越大,体感温度增幅就会越明显。如果当日最高气温≥32℃,且日均相对湿度≥80%,体感温度就会超过45℃,成为“桑拿天”。

过去的这一周,株洲相对湿度都在60%上下。虽然够不上相对湿度≥80%的“桑拿天”的标准,但是别忘了,这两天整个城市的气温非常高。按照“桑拿天”的体感温度算法,气温在32.2℃,相对湿度在60%时,体感气温就会达到37.8℃。而这几天,株洲每天最高气温都在35℃以上,体感气温恐怕老早超过了40℃。

人体正常温度是36-37℃。人体新陈代谢产生的热量,要通过汗液蒸发等方式向外扩散。如果气温过高、湿度过大,这些热量就不能有效发散,聚积在体内,让人觉得炎热难受。所以,最热的时候,室内要有良好的通风,要避免过度劳累,保证充足的休息和睡眠;同时避免暴晒,中午前后尽量减少户外活动,必须出门时最好打伞。另外,还要多喝水,可以喝得稍微咸一点,以补充体内盐分。

总之,这一波高温还在继续,我们要保重自己,保护家人,然后等着每天凉快一点点。

(记者 王娜)



今天天气 晴 27-36℃

明天天气 晴 28-37℃

后天天气 晴 28-37℃

风力:2-3级 风向:东南风 空气质量等级:良 可吸入污染物:臭氧

一周天气早知道,请拨打电话96121 (市环境监测中心站发布)

征美图

晚报现向株洲爱好摄影的朋友征集天气美图,图片要求为提交当日拍摄,内容为反映株洲天气情况、季节变化和美丽景色的图片,并请附上拍摄者姓名和图片拍摄的时间、地点,图片中的情景、故事等,提交方式:加入株洲晚报摄影QQ群:594612733,直接在群里提交。

开奖

(开奖日期:2020年07月30日)

福彩
双色球 第2020070期
红球号码:01 02 04 06 19 21
蓝球号码:15
3D 第2020163期
中奖号码:8 0 4

体彩
排列3 第2020162期
中奖号码:6 2 8
排列5 第2020162期
中奖号码:6 2 8 1 6

影讯

抵达之谜
10:40 11:35 12:50 13:50 15:00 16:10 17:10
18:20 19:20 20:30 21:30 22:45
谋杀
10:35 11:40 12:45 14:50 16:00 17:00 18:10
19:10 20:20 21:20 22:30
多力特的奇幻冒险
10:00 12:00 14:00 16:05 18:00 20:00 22:15
喋血战士
13:40 19:30 21:50
妙先生
10:00 11:50 15:50 17:40



婴儿玩具脚踏钢琴、健身架、益智音乐摇摇椅,“三合一”,适合5个月以内的宝宝玩耍,可以解放妈妈的手,九成新,50元出售。联系电话:15973369986。



(如果你想出售闲置物品,请扫码加群,上传实物图、物品信息、价格及联系方式。一切交易以当事人沟通为准,晚报概不负责。)

我要晒照



三位“80后”姐妹花,最小的78岁,最大的84岁,平均年龄81岁。我的母亲C位,今年80岁,由于疫情原因未办生日宴,三姐妹有半年未见面。那日,家人们组织农家乐游园、唱卡拉OK,三姐妹半年后第一次相聚一堂,特别开心,笑得特别灿烂。

图文提供:老沈

征集

关注晚报微信晒照片

- 株洲老照片(拍摄于株洲的老照片皆可,可以是原片也可以是翻拍);
 - 天使笑容(您自己或您的父母、子女、朋友等笑容灿烂清晰照片皆可)。
- 随照片请您配上200字左右的文字(图片拍摄时间、地点、内容简述)。



扫微信二维码,关注公众号“株洲晚报”,直接发送图文,或送至株洲晚报217室

庚子年六月十一
2020/07/31
星期五
今日16版

株洲日报社主管、主办
国内统一刊号 CN43-0061

微信公众号 智慧株洲App
新闻热线 28829110
广告热线 28835396
总第6829期

首批25家小区配套幼儿园集体移交 保教费普降,最高每月降了3000多元

A02



与滚烫钢筋较劲

A05



▲工人们凭借体力“硬刚” 记者 李卉 摄

◀清水塘大桥22号主桥墩的部分施工人员在低于水面13米的场地作业,但头顶并无任何遮挡 记者 李卉 摄

明起,医疗费用结算请用社保卡 药店里,现行医保IC卡将无法刷卡买药了

A03

湘赣边区三年计划公布 醴茶铁路拟接入吉衡铁路、长株潭城铁

A06

公益电影按下“重启键” 年内放映500场

A04

独居老人掏肥皂手卡下水道 好在邻居听到了呼救声

A09

撬负一楼门的人竟是开锁匠 如此“上门服务”,业主群炸锅了

A10