



今明最高温直冲32℃

本周有雨有风气温起伏 升温挡不住

昨日,津城气温较此前明显回升,最高气温达到28.2℃,暖洋洋的感觉又回来了!接下来这一周,津城天气仍是多变的格局,有雷雨、有风,气温也有起落,但升温是本周天气的主要趋势。

今天夜间至明天白天,本市天空以晴到多云为主,微风吹拂下,津城气温一路上扬,今明两天最高气温在30至32℃,最低气温也将超过20℃,短袖、裙装可以安排上了。然而周二夜间开始,津城天空转阴,风力加大到3至4级,预计周三将出现雷阵雨天气

过程,气温有所回落,预计最高气温24℃左右,夜间最低气温在15℃左右,届时提醒市民外出要携带雨具,远离大树、电线杆等物体,确保自身安全。

降雨过后,晴空回归,预计周四、周五偏南风来助力,风力加强,将分别出现4至5级、3至4级偏南风,气温升高,周五最高气温将攀升至33℃,夏天的步伐正日益靠近。气象部门表示,预计本周气温有波动,提醒市民根据天气变化,及时调整着装。根据气象监测分析,今日晴到多云,微风,最高气温

30℃,最低气温16℃。

5月中旬至6月上旬 气温偏高降水偏多

此外,记者从天津市气候中心发布的最新信息了解到,2025年5月中旬至6月上旬气候趋势预测为,预计这段时间内,天津全市大部分地区气温较常年同期略偏高,降水量较常年同期略偏多。预计该时段全市平均气温为23℃左右。预计该时段全市平均降水量为45至50毫米。

记者 张珊珊

本市成人超重肥胖率超六成

61个健康主题公园遍布全市 等你来锻炼

昨天“世界防治肥胖日”,记者从市疾控中心获悉,目前我国成人超重肥胖率已超过50%,天津居民更是达到了60%以上。据统计,本市共有61个健康主题公园,在健康公园里进行运动,比在健身房里更加有趣和愉悦。

肥胖对健康影响很大,不仅会导致机体代谢发生障碍,还会影响多个器官功能,肥胖的人更容易患高血压、高血脂、冠心病、糖尿病、痛风等慢性病,要正确认识并预防肥胖的发生,超重肥胖人群更要通过合理膳食、适量运动的正确方法科学减肥。

夏天到了,清晨和傍晚到公园锻炼身体是不错的选择。有这样一种公园,不仅景观优美、功能完善,还可以让广大市民在游玩、散步、健身、赏景的过程中获得健康知识,这就是健康主题公园。

健康主题公园除了有丰富多样的健康知识宣传,还会依公园条件配备不同大小、形式的锻炼场地及分区,并配有不同的锻炼器材,指导不同人群正确使用。公园内还会不定期组织开展群众性健身活动等多种健康教育和健康促进活动。

截至目前,本市共有61

个这样的健康主题公园,遍布全市,包括和平区的复兴公园健康公园和土山公园健康公园、河东区的富民公园、河西区的西柳公园、河北区的盐坨公园、南开区的天拖中央公园、东丽区的东丽湖东湖公园等。市民可以选择在公园的小道上慢跑,感受微风拂面的惬意;或者在湖边散步,欣赏湖光潋滟,让运动不再是一种负担,而是一种享受。而且,户外运动还可以增加身体的维生素D合成,有助于钙的吸收,对骨骼健康也有好处。

记者 李文博

微信上线“未成年人模式” 这样设置

近日,不少家长留意到,微信新版本推出了“未成年人模式”。但也有部分家长对其功能与操作方法还不甚了解。下面,就让我们一同深入了解这一新模式。

开启微信“未成年人模式”的操作十分便捷。用户只需进入微信页面,点击右下角“我”,再进入“设置”选项,即可一键开启该模式。同时,在开启过程中,用户可以设置密码,并指定一位监护人。

开启“未成年人模式”后,微信中的“看一看”“搜一搜”游戏、直播、附近、购物、微信豆等功能将默认全部不可访问,且不支持用户自行更改设置。这一举措得到了不少家长的认可。有社区居民表示:“孩子打游戏或者刷直播时常常没有时间概念,容易沉迷其中。而未成年人模式对游戏和直播设置了不可访问权限,对孩子起到了很好的约束作用,让我们家长在管控孩子手机使用方面

轻松了许多。”另一位社区居民也说道:“推出这个模式后,我们肯定会给孩子开启,这样我们心里也踏实,不用担心孩子长时间盯着手机,这确实是对孩子进行良好管理的一种方式。”

除了基础的访问限制功能,“未成年人模式”还具备定制化服务。为防止未成年人出现无节制的网络消费行为,监护人可在该模式下设置微信支付的限额,包含“每日消费限额”和“单次消费限额”。如此一来,未成年人在使用微信支付时,将受到明确的额度限制。

此外,监护人还能为未成年人筛选适合其观看的微信视频号内容,并对微信公众号、小程序等部分功能的使用范围加以限制。若未成年人想要阅读或观看这些受限内容,必须向监护人发起临时访问申请。监护人确认内容适合未成年人后,方可进行远程

授权。

对于微信新推出的“未成年人模式”,天津师范大学教育学部教授何睦给予了高度评价。她指出,该模式旨在为未成年人营造一个更安全的网络环境,其主要保护作用体现在多个方面。首先,在时间管理上,它有助于减少网络使用对未成年人学习和休息时间的占用,保障他们有足够的时间投入到学业和休息中。其次,通过技术手段,该模式能够自动过滤不适合未成年人身心健康的信息,引导他们合理使用网络,培养健康的上网意识和良好的生活习惯。

微信“未成年人模式”的推出,为家长监管孩子网络使用提供了有力工具,也为未成年人的网络生活筑牢了安全防线,让他们能够在更加健康、有序的网络环境中成长。

记者 王瑞强 王喆



荧屏早知道

电视剧

■ 天津卫视

19:30 雪迷宫(29-30)

梁嘉驹通过监控看见警察,意识到自己被包围,快速作出决定,电话通知姜小海千万别回来,尽可能逃走重开一局。姜迎紫正在工厂里盯着货,忽然接到梁嘉驹打来的电话,便让人立刻销毁所有原材料以及成品。等到顾一燃汇报证据全都取好,郑北立刻下令展开行动。

专题

■ 天津卫视

21:20 非你莫属

天津大学能源动力专业的硕士研究生艾茜,过硬的专业技能与处理问题的冷静思维引来企业家的拼抢。天津电子信息职业技术学院软件技术专业的赵柏宇,希望寻找一份前端开发工程师的工作,在校接受过多项企业项目化实践的他用实力证明“能力比学历更重要”。天津职业大学的张昊,希望依靠嗓音优势寻找一份技术培训讲师的岗位;来自天津海运职业学院的崔健林,风趣幽默擅长曲艺;来自天津轻工职业技术学院的张照忠,兼具耐心与细心的自我要求赢得了企业家认可。

每一位求职者都兼具实力与技能,能否通过招聘专场成为实现职业理想的圆梦人?

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:雪迷宫

21:20 非你莫属

■ 新闻频道

18:30 天津新闻

18:57 都市报道60分

■ 文艺频道

18:45 多彩剧场:女人何苦为难女人

20:15 每日笑吧

■ 影视频道

17:30 傍晚剧场:大哥

19:00 强档剧场:猎手

■ 都市频道

18:20 津津有味

21:00 都市生活剧场:守婚如玉

■ 体育频道

18:00 旗开得胜

18:55 体坛新视野

■ 教育频道

19:20 法眼大律师

20:10 百医百顺

(节目如有变动 以当天播出为准)

明日演艺

★剧目:相声专场

明日19:30 名流茶馆

★剧目:相声专场

明日19:30 谦祥益文苑

★剧目:相声专场

明日19:30 哏都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日19:30 天津市西岸相声剧场

★剧目:相声专场

明日19:30 民园相声茶馆

★剧目:相声专场

明日20:00 武清贻笑坊相声会馆

(么家佳)