

本市大部中暑指数较高 请务必注意及时补水

橙色预警持续 今日最高温37℃

昨天又是个大晴天,15时全市大部分地区气温在37℃上下。目前高温橙色预警信号仍在生效,本市大部分地区中暑指数较高,请您务必注意及时补水。

今明两天持续高温闷热。天津市气象台昨天继续发布高温橙色预警信号,预计今天白天,天津中心城区最高气温仍将达到37℃。明

天最高气温35℃,比今天略低。

明日夜间到7月15日,受冷涡低槽影响,本市将有一次阴天过程。

7月15日夜间到16日白天,天气转晴,将有东北风3-4级。这两天高温将略有缓解,15日最高气温33℃,16日最高气温只有30℃。

7月17日-20日,本市以晴为

主,气温逐渐升高,其中17日和18日最高气温分别为34℃和36℃,到周末最高气温将再次高达37℃。

气象部门提醒您,天气炎热,要注意补充水分,可饮用白开水、糖盐水或电解质饮料。

今天,多云,微风,最高气温37℃,最低气温28℃。

记者 王婷

“健康体重 全民行动”大赛开始报名 减肥减得多 就能拿奖励

今年,“国家喊你来减肥”一直是热点话题。记者从市卫生健康委获悉,大型健康体重促进活动“健康体重 全民行动”已经开启报名。活动将科学健走与城市文旅相结合,号召市民“畅走津城”,在科学健走的同时,欣赏天津美景,用脚步丈量美丽津城。

本次活动分为大众赛和精英赛两部分,包括免费体测:赛前赛后双体测(BMI、体脂率等);知识锦囊:活动提供健康体重管理专业知识,还有专业带练视频,带您走上科学健康之路;趣味挑战:组团PK更有动力,自由组队不超过20人,每日步数PK、健康知识闯关,打卡兑换虚拟勋章;健康之路:通过健走解锁健康关卡,用脚步

丈量城市美景;社群打卡激励:晒营养餐、分享突破平台期的秘诀,告别“放弃式减肥”;健康收益:养成健康习惯,掌握健康体重核心技能,吃动平衡融入生活。

还记得电影《夏洛特烦恼》里的“拜拜甜甜圈”吗?“减肥能拿钱”当时成了很多人羡慕的桥段。在本次活动中,如果你的BMI≥24kg/m²,或者男性腰围≥90cm,女性腰围≥85cm,可以报名参加精英赛。精英赛根据健康数据采集结果,结合近1-2月内的体检结果进行综合评估,遵循自愿参与和先到先得的原则,签订知情同意书,进行为期12周的精细化体重管理,名额限200人。奖励设置减重达人奖:综合个人完赛情况

和体重变化情况,根据排名先后,评选出30名体重管理效果明显的减重达人。

报名时间

7月11日-7月27日

活动时间

7月28日-9月25日(60天)

参赛对象

18-65岁天津市常住居民,无严重基础疾病。

报名方式

下载“万步健康App”报名参赛。

奖励设置

健康达人奖:活动结束后,评选出100名健康达人予以奖励。

健康团队奖:以团队为单位进行评选,取排名前6的团队,分别设置一等奖、二等奖、三等奖。

记者 李文博



近日,作为津南区双林街道2025年10项民生实事之一的鄱阳路与外环线交口拓宽工程正式竣工通车。

记者 潘立峰 摄

6月份本市CPI环比上涨0.3%

国家统计局天津调查总队最新监测数据显示,6月份本市居民消费价格指数(CPI)环比上涨0.3%,同比上涨0.4%;上半年,CPI累计上涨0.1%。

与5月份相比,6月份本市食品价格上涨1.1%,非食品价格上涨

0.1%。食品中,6月气温升高叠加降雨天气,影响鲜果、鲜菜、水产品价格分别上涨5.5%、4.1%和0.2%;市场鸡蛋供应充足,加之气温升高需求平淡,影响鸡蛋价格下降7.2%;其他食品供应总体充足,猪肉、禽肉、粮食、食用油、奶类价格平稳运

行,价格波动幅度在1.0%以内。非食品中,随着暑期临近,返乡、出游等需求增加,飞机票、旅行社收费价格分别上涨3.6%和1.7%;受国际价格波动影响,汽油、柴油价格均上涨0.4%,金饰品价格下降1.9%,铂金饰品价格上涨19.9%。

记者 李文博



荧屏早知道

电视剧

■ 天津卫视

19:30 半路父子(8-9)

几个人见店里找不到江欣便跑到家里去闹,江欣躲在家里不敢出来,那些闹事的人堵在门口吵,邻居受不了,逼着江欣解决问题。正僵持着,建军带着人来了。事情解决后,建军的哥们儿先离开,江欣很感谢他。但是江欣心里还是很内疚,她觉得那些人其实也很可怜,一辈子的积蓄就这样没了。建军开导她,说那些人都是贪得无厌才落得今天的下场,一点都不值得同情。为了更好地保护江欣,建军借口自己找不到工作,让江欣给自己一份工作,江欣很感动。

专题

■ 天津卫视

21:20 非你莫属

王紫桐,21岁,新疆农业大学动物医学专业,本科学历。她希望通过节目找一份宠物医生的实习工作,期望薪资3500元。王紫桐最初学的是土木工程专业,大二下学期才转到动物医学专业,源于她在高中时期就埋下的宠物情缘,所以为了梦想的她选择“迂回前行”,又因为家里的经济情况不是很好,兼职赚学费的王紫桐说自己“痛并快乐着”!最终,王紫桐能否获得心仪的实习岗位?

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:半路父子

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:春暖花又开

21:05 相声大会

■ 影视频道

17:30 傍晚剧场:“糊涂”县令郑板桥

19:00 强档剧场:浴血红颜

■ 都市频道

18:20 津津有味

21:00 都市生活剧场:谁来伺候妈

■ 体育频道

18:00 旗开得胜

18:55 体坛新视野

■ 教育频道

19:25 问律师

20:10 大医说

(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 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 红都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日20:00 武清貽笑坊相声会馆

(么家佳)