

今日白天大风 体感温度最低0℃

昨日白天阳光明媚,但气温依旧低迷,15时大部分地区气温在11℃左右。今日白天有北风4—5级,阵风6级,夜间逐渐减弱至3—4级,市民需注意做好防风措施,谨防高空坠物。

预计未来一周,本市以多云到晴的天气为主。受大风影响,今明两天市区最低气温下滑至3℃,北部地区(蓟州、宝坻、武清、宁河)最低气温仅在0℃—1℃,最高气温则维持在11℃—12℃,市民要注意防

寒保暖。下周二开始,气温将会缓慢回升。

今日,多云转晴,北风4—5级阵风6级转3—4级,最高气温12℃,最低气温3℃,体感温度最高11℃,最低0℃。

记者 王婷



连日来,随着气温下降,海河教育园区内林木黄绿交织绘就多彩画卷,秋意渐浓。 记者 吴迪 摄

新职业需求缺口大

长期照护师等级认定考试启动

随着老龄化程度不断加深,专业长期照护人才缺口持续扩大,这一新职业正成为就业市场的新蓝海。

据统计,我国60岁以上的老龄人口已经占到总人口的五分之一,其中有一个特殊的群体——失能失智老人。这一群体的人数已达到4500万人,这意味着已经有4500万个家庭每天都在面临着巨大的照护压力。

人们常说一人失能可能全家失衡,谁来守护这些失能的老人和失衡的家庭?失能人员如何养老?为应对这一挑战,长期照护师作为新职业工种应运而生。

今年6月,天津首批长期照护师(五级)职业技能等级认定考试在天津医学高等专科学校顺利举行。

日前,天津发布考试公告,定于2025年10月25日在天津市医学高等专科学校举办天津市长期照护师(五级)职业技能等级认定考试。本期认定评价计划31人,以报名提交时间先后顺序筛选。

长期照护师职业技能等级有哪些?

长期照护师工种现设三个等级,分别为:五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工。

五级/初级工需掌握生活照护、基础护理、应急处置、功能维护相关技能;四级/中级工需掌握生活照护、基础护理、对症护理、功能维护、心理照护相关技能;三级/高级工需掌握基础护理、疾病护理、功能维护、心理照护相关技能。

参加考试需要什么条件?

国家医保局会同教育部等6部门联合印发《关于做好当前长期照护师培养培训工作的通知》,明确了凡中华人民共和国境内年满十六周岁的劳动者,身心健康且具备长期照护职业能力条件的,均可自愿报名参加长期照护师培训。

怎样备考?

为提升长期护理服务质量,国家医疗保障局组织编写了《长期照护师国家职业技能等级认定培训教材》,旨在帮助长期照护服务领域从业者全面掌握长期照护领域的理论知识和实操技能,为顺利通过职业技能等级认定考试打下专业基础。

记者 张艳

自来水纯净水 到底该怎么选?

日常生活离不开水,到底是喝自来水好还是纯净水好?市疾控中心环境健康与公共卫生所有关专家表示,对大多数人来说,凉白开是完全足够人体所需的饮用水选择。出门在外时,可以随身携带水杯装凉白开。如果需要购买瓶装水,一般情况下,普通价格的产品就已经足够。如果使用家用净水设备,应根据使用说明定期进行清洗消毒、更换滤芯滤膜等维护措施,避免造成出水水质的二次污染。

我们常说的自来水是指经过自来水厂净化、消毒后生产出来的符合《生活饮用水卫生标准》的水,能够保证水质的安全性。烧开后的白开水,是目前公认最符合人体需要的饮用水。

纯净水是以符合《生活饮用水卫生标准》的水为原水,通过离子交换、反渗透、蒸馏等深度处理工艺制成的水。经过多道工序后的纯净水几乎不含任何矿物质、杂质和微生物。但需要注意的是,纯净水需要

专门的设备和处理过程,并且相对自来水而言,价格较高。

警惕微塑料

近年来的研究发现,每升瓶装水或者桶装水里,平均约含有24万个可检出的塑料微粒,自来水中也含有塑料微粒。虽然饮水会让我们摄入微塑料,但也不必过度担心。把水烧开后再喝能最大化地减少微塑料进入人体,降低其潜在健康风险。

记者 李文博



荧屏早知道

电视剧

■ 天津卫视

19:30 我和我的传奇奶奶(25—26)

二娘生活落魄,卖掉黑骡子送他的镯子,见到狗娃时,以奶奶和花花都已不在人世为由,要和狗娃接续前缘。狗娃不理,二娘甩给了狗娃一袋大洋,告诉他山里有宝藏,想知道埋在哪里,必须跟她在一起。奶奶在八路军的根据地伤势渐渐好转,看到没爹娘的狗剩,奶奶格外喜欢。

专题

■ 天津卫视

21:20 非你莫属

张旭,玺赞枸杞的副总经理,从不愿接手家业到立志打造“枸杞界法拉利”。他联合七位志同道合的伙伴在中宁找到一片千年未受污染的土地,开始了艰难的开荒种植,并在2015年迎来转机。张旭用10年时间成为中宁枸杞产业升级的标杆人物。

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:我和我的传奇奶奶

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

19:35 多彩剧场:大宅院的女人

21:40 相声大会

■ 影视频道

17:30 傍晚剧场:生命中的好日子

19:00 强档剧场:潜伏在黎明之前

■ 都市频道

18:20 津津有味

21:05 都市生活剧场:王初一与刘十五

■ 体育频道

18:00 旗开得胜

21:25 直播:德甲第7轮 弗赖堡 VS 法兰克福

■ 教育频道

19:25 问律师

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 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19:30 哏都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日20:00 武清貽笑坊相声会馆 (么家佳)