



告别来回跑 户口簿业务线上能办了

提交申请寄递到家 省时又省心

以前办理户口簿相关业务,要专门抽时间跑窗口,排长队提交材料,还要来回折腾,耗上大半天时间不说,还得耽误工作。如今,办理户口簿相关业务不用跑大厅排队了。从市公安局政务服务总队获悉,天津公安民生服务平台可以全程网上办邮

政寄递到家,省时又省心。

户口簿业务线上办理流程非常简单,先打开微信,在顶部搜索栏输入“天津公安民生服务平台”,找到对应小程序点击进入;完成登录并实名认证;登录后在首页搜索栏输入“户口簿”,点击搜索,根据自身需

求,选择对应的户口簿补发、换发业务,按照页面提示填写相关信息、上传所需材料;提交申请后,等待公安机关在线审核(审核进度可在小程序内查询),审核通过后,新户口簿可通过邮政寄递到家,全程无需到场、不用排队。 记者 张艳



荧屏早知道

电视剧

■ 天津卫视

19:30 工人大院(25—26)

杨玉寰与工程师安建确立了恋爱关系,但一次工作意外,安建不幸离世,此时杨玉寰已怀有身孕。身怀六甲的杨玉寰趁陆镇海醉酒之时刻意留宿陆家,让乔芳草误会陆镇海。陆镇海心灰意冷,远赴环境艰苦的大西南支援当地工业基建工作。时光流转,多年后陆镇海功成归来,任职电厂总工程师兼副厂长。

专题

■ 天津卫视

21:20 爱情保卫战

小罗和女友小汶相恋3年,现在小罗想结婚,小汶却想分手。小汶说,男友什么都管着她,大事小事都要否定她、指正她,让她压抑又倍感束缚。小罗却觉得自己很委屈。他说,自己不抽烟、不喝酒、不出轨,每月工资按时上交,每件事都事无巨细地为女友着想,不知道女友为什么总想分手。

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:工人大院

21:20 爱情保卫战

■ 新闻频道

18:30 天津新闻

18:57 都市报道60分

■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:我的仨妈俩爸

21:10 鱼龙百戏

■ 影视频道

17:30 傍晚剧场:我的小姨

19:00 强档剧场:战地枪王

■ 都市频道

18:20 津津有味

21:45 都市生活剧场:无所畏惧

■ 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

20:42 二哥说事儿

(节目如有变动 以当天播出为准)

周六起最高气温持续30℃+

昨日天空阴沉,中午前后偏北风风力加大,15时全市大部分地区气温在24℃上下。预计今日晴间多云,白天仍有北风4—5级阵风6—7级,夜间风力减弱至微风,最高气温24℃,最低气温14℃,体感

温度最高24℃,最低13℃。今日花粉过敏气象指数为2级。

周五到周日以晴到多云天气为主,气温持续升高。周五市区最高气温28℃,最低气温18℃。周六有西南风3—4级阵风6级,周日

有西南风转西北风3—4级,两日最高气温将升至30℃—32℃,最低气温也将达到21℃。

下周一到周三也是晴到多云的天气,最高气温30℃—33℃,最低气温18℃—21℃。 记者 王婷



天津国展中心海河绿道全面建成开放,成为市民休闲游玩的好去处。河岸草木青翠、景致宜人,完善的慢行赛道吸引了不少骑行爱好者打卡。市民沿河漫步观景,惬意畅享初夏滨河风光。 记者 赵建伟 摄

通勤802路开通 两站接驳地铁4号线

昨天一早,通勤802路公交车正式开通,这是一条专门接驳地铁4号线的线路,虽然只有两站,单程距离却有5公里,可以解决延吉道通用集团、产权登记中心等周边通勤需要。

从天津公交第一客运公司获悉,通勤802路是为了进一步满足市民通勤出行需求,高效接驳轨道交通

网络而设置的。京津公路车队在集纳了居民需求并实地考察后,特意选在假期后开通。线路直接接驳地铁4号线果园南道站,打通了周边单位职工、居民通勤出行“最后一公里”,为市民上下班、办事出行提供更快、更舒适的公交选择。

通勤802路始末站为延吉道朝阳路站至果园南道地铁站,主要行

经延吉道、朝阳路、龙门东道、京津公路等道路,设有延吉道朝阳路站、果园南道地铁站,共2个站点,单程5公里,预计行驶时间为12分钟,这条线路的首末班运营时间,延吉道朝阳路站:7:45至9:05、17:10至19:10;果园南道地铁站:7:30至8:50、17:25至19:25,分别为上下班的高峰期。

记者 徐燕 通讯员 刘雨晴

哮喘发作有先兆 别再“谈激素色变”

哮喘患者需格外警惕急性发作,病情严重可危及生命,日常该如何做好病情管理、规范治疗?

哮喘患者急性发病前都会有先兆,频繁咳嗽且夜间、凌晨加重,伴随胸闷、喘息、喉咙发痒等,都表明气道受到刺激,需及时警惕。

天津市第一中心医院呼吸与危重症医学科主任蒋萍表示,哮喘急性加重时,患者要先稳定情绪,过度紧张会加重病情,及时使用随身

携带的沙丁胺醇等快速起效吸入制剂自行吸入。若症状缓解可继续观察,缓解不明显则要立即就诊。

如今吸入式药物是哮喘治疗常用手段,但不少患者因药物含激素成分心存顾虑。今年世界哮喘日主题为“让每位哮喘患者都能获得抗炎吸入剂——这仍是当务之急”,正确认识吸入式药物至关重要。

蒋萍介绍,哮喘吸入制剂剂量以微克计算,远低于口服药物毫克

级剂量,激素是治疗气道炎症最有效的药物,吸入激素剂量小,全身副作用也很小,无需“谈激素色变”。

医生提醒,过敏性哮喘占比最高,患者可通过过敏原检测做好防护,也可接受脱敏治疗。日常多吃蔬果、瘦肉等富含维生素、蛋白质的食物,运动可选择游泳,减少过敏原接触的同时,也能降低对气道的刺激。

记者 刘大为 宛艳峰

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 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 眼都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日 20:00 武清怡笑坊相声会馆

(么家佳)