

今日最高33℃ 明日夜间雷阵雨

下周二至周四多云到阴 三伏天注意防暑降温



电视剧

■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:妈妈为我嫁(14—16)

时光荏苒,十二年的光阴又过去了。月姑家里出了点事,想把船菜馆过继给雯蔚后离开,雯蔚陪着月姑在民务所办手续时遇到了表哥醒民。醒民现在是一家无名小报的记者,有时也画些自以为时弊的漫画,和雯蔚的重逢让他感慨万千,他为自己过去在洪家最需要他帮一把的时候离开而内疚不已,当他发现雯蔚这么多年来一直过得这么艰难,不由心疼,总想要弥补点什么。

专题

■ 天津卫视

21:20 非你莫属

青春无惧追梦,奋斗自有答案。有人精准规划学业顺利名校保研;有人初入职场深陷压力困境、直面成长困惑;有人履历丰富、多岗历练,凭专业能力寻求优质发展机遇。本期聚焦青年就业成长,见证年轻人在求职路上的思考、突破与蜕变。

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:蜜语纪

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

19:00 多彩剧场:妈妈为我嫁

21:20 相声大会

■ 影视频道

19:00 强档剧场:第一声枪响

22:00 晚间剧场:百媚千娇

■ 都市频道

18:20 津津有味

20:55 都市生活剧场:我是刑警

■ 体育频道

18:00 旗开得胜

21:36 世界杯经典回眸:2010年世界杯小组赛 意大利VS斯洛伐克

■ 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 哦都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日 20:00 武清貽笑坊相声会馆

(么家佳)

昨日白天多云,15时本市大部分地区气温在31℃上下。今日多云转阴,微风。最高气温33℃,最低26℃,体感温度最高34℃,最低27℃。

明日白天多云转阴,夜间雷阵雨将再次降临。微风,最高气温

34℃,最低25℃。

下周二至周四以多云到阴为主,最高气温31℃至33℃,最低24℃至25℃。下周五至周六多云到晴,最高气温33℃至34℃,最低25℃至27℃。

气象部门提示,夏季强对流

天气频发,局地性强,其落区、强度及影响时间存在较大不确定性,市民请及时关注临近预报预警,提前做好防范。本市正处于三伏天,湿度大、气温高,市民还需注意防暑降温。

记者 王婷

社保补贴个人可申领 重点群体看过来

近日,市人社局市财政局印发《人力资源和社会保障部办公厅财政部办公厅关于延续实施扩大社会保险补贴范围政策有关工作的通知》的通知。

政策范围

政策适用范围按照人力资源社会保障部要求,同时延续实施《市人社局市财政局关于做好企业职工个人社会保险补贴有关工作的通知》(津人社办发〔2025〕32号,以下简称《通知》),单位范围包括制造业、建筑业、现代服务业、生活服务业等重点行业领域中的中小

微企业。重点群体包括2026届高校毕业生和离校两年内未就业毕业生,登记失业半年以上人员和防止返贫致贫对象。

本通知所称生活服务业,是指按照《国家统计局关于印发〈生活性服务业统计分类(2019)〉的通知》(国统字〔2019〕44号)确定的居民和家庭服务、健康服务、养老服务、旅游游览和娱乐服务、体育服务、文化服务、居民零售和互联网销售服务、居民出行服务、住宿餐饮服务、教育培训服务、居民住房服务、其他生活性服务等十二大领域。

南开生态城澜清溪学校9月开学

从中新天津生态城(以下简称生态城)获悉,坐落于北部区域的南开生态城澜清溪学校,今年9月将迎来首批中小学生。学校传承百年南开底蕴,秉承严谨治学的教育理念与优良校风,师资雄厚、配套先进,目前中学部建设工程正在稳步推进。

近年来,生态城北部区域城

市配套日趋完善,人才吸引力持续提升。天津市新华中学中新生态城北岛学校已配足高水平师资队伍,学生和教职工总数约3870人。与此同时,区域内另开办核工业研究院、北岛第一幼儿园,初步形成幼儿园、小学、中学教育全学段覆盖的完整教育体系。

作为首个国家绿色发展示范

区,生态城始终坚持绿色发展方向,统筹产业培育、城市建设、生态保护和民生服务,持续推动城市功能升级与发展动能提升,正在形成“产业有支撑、城市有温度、生态有底色、生活有品质”的发展新格局。

记者 李梅旭
见习记者 苗娜

夏日选衣颜色有讲究 深浅色温差超20℃

炎炎夏日,阳光暴晒下,不同颜色衣物的表面温差可超20℃。如何挑选合适的衣服兼顾凉爽与防晒,成为不少市民关心的问题。

日常穿搭中,多数市民凭体感选夏装。有市民表示,暴晒天总觉得浅色衣物更凉快,深色衣物闷热感极强。也有人分享,阴天偏向穿深色衣物,光照强烈的晴天大多选择浅色衣物出行。

为验证不同颜色衣物的吸热效果,专业人员将同款的不同颜色面料置于烈日下暴晒20分钟。天津工业大学纺织工程与科学学院副教授宗鼎鼎介绍实验结果:白色面料温度最低,仅24℃;黄色、红色、绿色面料三十余摄氏度;蓝色、紫色面料达四十多摄氏度;黑色面料吸热最明显,最高可达50℃。

专家解释,衣物吸热主要源于太阳电磁波辐射。浅色面料可

反射大部分可见光,升温慢、体感更凉爽;深色面料吸收热量,升温快。红色、黄色面料反射红外线效果更好,升温相对平缓。

但浅色衣物并非夏日最优选择。白色等浅色衣物虽降温效果好,但阻隔紫外线能力较弱,长时间户外穿着易晒黑晒伤。以常见涤纶运动面料为例,防紫外线性能从高到低依次为黑色、藏青色、红色、深绿色、紫色,其中黑色、藏青色、红色涤纶面料的防晒效果更优。专业人士提醒,选衣还需结合面料厚度、是否带防晒涂层等综合判断。不少专业运动服饰采用防紫外线面料,浅色也能兼顾防晒与透气凉爽。

夏季户外运动增多,服装颜色选择更需讲究。宗鼎鼎表示,白天自然光下,荧光黄绿色是户外运动最佳选择,人眼对该颜色波长最为敏感;夜晚光线昏暗,橙

红色和红色可视效果更佳。夜间运动建议穿着带反光材质的服装或佩戴反光带,提升辨识度,规避碰撞风险。

夏季蚊虫活跃,选对颜色还能有效避蚊。宗鼎鼎介绍,昆虫视觉中亮黄、亮绿相当于鲜嫩花草,吸引力极强,蓝色也易招惹蚊虫。前往草木茂密、蚊虫多的户外区域,建议避开亮色,优先选深色服装。

白色衣物拍照美观,深受户外出游人群喜爱。但在突发意外需要救援时,白色易与浅色岩石环境融为一体,大雾、阴天天气下还与云雾相近,增加搜救难度。宗鼎鼎提醒,户外着装核心原则是与自然环境形成最大色彩反差。出行可优先选择橙色、荧光黄、荧光绿、正红色等醒目颜色,尽量避开白色、迷彩、蓝色等保护色,保障户外安全。

记者 王美桓 宛艳峰