

阵雨大风来袭 明日降温

昨日以晴为主,15时全市大部分地区气温在25℃上下。今日上午阴转多云(蓟州、宝坻、武清、宁河分散性阵雨转多云),下午多云转阴,夜间阵雨转晴。受冷空气影响,今日白天有西南风3—4级,夜间有北风4—5级阵风6—7级,最高气温28℃,最低气温17℃,体感

温度最高29℃,最低17℃。今日花粉过敏气象指数为2级,花粉浓度中等。
明日晴间多云,白天风力仍然较大,有西北风4—5级阵风6—7级,夜间风力减弱至3—4级,气温下降明显,市区最高气温降至22℃,最低气温14℃。

国庆假期前五日,也就是周四至下周一,以晴到多云的天气为主。周六前后有一次阴天过程,周日有西北风4—5级,市区最高气温21℃—24℃,最低气温12℃—14℃,早晚寒凉感显现,市民还需及时添衣保暖。

记者 王婷

东丽湖旅游度假专线 国庆免费乘坐

为方便市民游客国庆假期前往东丽湖旅游度假区,10月1日至7日,东丽湖旅游度假专线持续运营,该线路连接交通枢纽、地铁、景区和商圈,国庆假期期间免费乘坐。

线路上行:天津站公交站(A2站台)——登州路地铁站公交站——东丽湖生态公园公交站(东湖风景区)——欢乐谷东公

站——东丽湖公交站(万和MALL)线路下行:东丽湖公交站(万和MALL)/观湖城堡酒店——欢乐谷东公交站——东丽湖生态公园公交站(东湖风景区)——登州路地铁站公交站——天津站海河广场(C2站台)
天津站公交站发车时间:9:00(1—7日)、9:30(1—7日)、22:00

(1—5日)
观湖城堡酒店发车时间:19:30(1—5日)
东丽湖公交站发车时间:19:30(6—7日)、20:30(1—7日)
公交部门提醒,假期客流较大,请提前规划时间,在沿线站点有序候车。

记者 徐燕 通讯员 宋纯



“十一”临近,河北区各项文旅活动筹备工作正在有序推进。北宁公园推出“西游奇遇记”沉浸式游园与美食节,意风区引入首店、快闪店等特色业态,首次落地天津的地坛书市也将亮相。系列活动兼顾国潮演艺、休闲消费与书香阅读,以多元文旅场景丰富市民游客假期生活。

记者 吴迪 摄

护航假期健康 科学应对秋冬传染病风险

国庆假期临近,人员流动和聚餐活动增多,传染病的传播风险随之加大。根据本市疾控部门最新监测数据,目前本市传染病疫情总体平稳,但秋冬季防控压力不容小觑。

预计流感病毒活动渐强

进入10月份,预计流感病毒活动将逐渐增强,高峰期可能出现在11月下旬到12月上旬。目前监测到的流感病毒以甲型H3N2型为主。流感病毒传播速度快,容易引起学校等集体单位的聚集性疫情。此外,鼻病毒、副流感病毒等也处于活动状态,多种病原体共同流行的特点仍然存在。

诺如病毒感染将进入高发期

手足口病累计发病数较去年同期有所增加。进入10月,诺如病毒感染也将进入高发期。诺如病毒传播快,易在学校和托幼机构引起暴发,引发群体性呕吐腹泻,需要特别警惕。

蚊媒传染病风险依然存在

本市往年10月份蚊虫仍有一定活动,特别是登革热等输入性蚊媒传染病发生的风险依然存在。国庆假期临近,人员流动和聚餐活动增多,疫情传播风险也会随之加大。

及时添衣 保证睡眠

天津市疾病预防控制中心主任医师董晓春介绍,虽然呼吸道传染病病原多样,但预防的核心万变不离其宗,关键在于构建一道坚固的“个人健康防线”,简单来说可以概括成:增强自身抵抗力、切断传播途径、保护重点人群。

进入秋冬季,早晚温差大,要根据天气变化及时添衣保暖,避免着凉导致免疫力下降。饮食上保证优质蛋白质和多种维生素的摄入,多喝水,保持呼吸道黏膜湿润。作息方面,避免长期熬夜,保证充足睡眠。天气晴好时,适当进行散步、慢跑等户外活动,增强

体质。

科学佩戴口罩仍然是抵御呼吸道传染病最直接的措施,尤其是在人群密集的公共场所、乘坐公共交通工具或去医院就诊时。勤洗手——接触公共物品后、回家后、用餐前,都要用流动水和肥皂认真洗手,要洗够20秒。每天定时开窗通风2到3次,每次15到20分钟,能有效稀释室内可能存在的病毒。

保护重点人群 降低重症风险

老年人、儿童、孕妇以及患有心脑血管疾病、糖尿病、慢性呼吸道疾病等基础性疾病的人群,是感染后易发展为重症的高风险人群,对这部分人群要格外关注。接种流感疫苗是预防流感及其严重并发症最有效的手段,建议在流感高峰来临前获得保护。家人一旦出现发热、咳嗽等症状,应居家休息,避免带病上班、上学,及时就医。

记者 李梅旭



荧屏早知道

电视剧

■ 天津卫视

19:30 八千里路云和月(23—24)

万福在玉娇、太爷的建议下将家常菜包装成“孟府家宴”。张云魁康复时遇士兵争药,他忍痛将老游的药让给濒死的营长,教育众人皆为兄弟,后药品被送回,老游顺利手术。田家泰计划联合邵会长给日方施压。邵会长携中统林长庚来访,邀田家泰任伪政府局长。田家泰表态不攀附任何势力,拒绝出任。老游康复后率弟兄投奔张云魁,杨远征在众人安慰下走出营长牺牲的悲痛,加入抗日队伍。

专题

■ 天津卫视

21:20 爱情保卫战

张先生结婚十二年,感觉自己一直生活在水深火热中:“结婚这么多年,不管我多努力,岳父母也看不到我的好。现在我跟岳父母住在一起,每天敢怒不敢言。”情感作家陆琪表示:“夫妻过日子不要受老人的思维影响,建议你们搬出来,每周去父母家住两天,给老人和孩子一个过渡。”

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:八千里路云和月

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:下辈子还嫁给你

21:20 艺品藏拍

■ 影视频道

17:30 傍晚剧场:心肝宝贝

19:00 强档剧场:怒放的青春

■ 都市频道

18:20 津津有味

21:00 都市生活剧场:蜜语纪

■ 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:话剧《雷雨》

明日 19:30 天津大剧院歌剧厅

★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 嘻都青年相声剧场

(么家佳)