

天气指数

空气质量 **二级**

空气污染指数为 64,属于二级,空气中可有吸入颗粒物,呼吸道疾病人群需注意防护。

(空气质量指数最高级别为五级,最低为一级,指数值为 300 或以上为五级,指数越高代表污染越重)

紫外线指数 **三级**

紫外线强度为 5,属于三级,在室外戴好遮阳帽等,涂擦防晒霜。

(紫外线指数最高级别为五级,最低为一级,指数值为 10 或以上为五级,指数越高代表紫外线强度越大)

信息时报记者 赵安然



秋风秋雨 防“秋愁”

昨日下午广州市区突降阵雨,把不少没带备雨具的市民淋了个措手不及。受降水影响,气温有所下降,昨日市区最高气温仅有 24.4℃,是入秋以来首次低于 25℃。气象部门表示,降水是有弱冷空气和昨日生成的热带低压造成,今天市区局部仍有小阵雨,明后天转为多云。

今天广州仍有小阵雨

昨日下午,在海南岛西南部海面的一个热带扰动发展成热带低压,傍晚热带低压中心已移到海南岛西南部的莺歌海海域,中心气压 1005 百帕,中心附近最大风速成 15 米每秒,相当于 7 级的风力。受热带低压外围云系和北方弱冷空气共同影响,全省天气比较凉爽,最

高气温均在 30℃ 以下。昨日白天广州市阴天间多云,下午突降阵雨,截至 18 时五山实况站录得 3.9 毫米降雨记录,白天最高气温仅有 24.4℃,最低气温 22.0℃,是今年入秋以来录得的最低气温。

广东省气象台预测,海南岛西南部的热带低压将以 15 公里左右的时速向西北方向移动,逐渐靠近越南北部沿海。与冷空气共同影响,广东沿海海面有 6~7 级东北风。今天粤西大部和珠江三角洲南部有阵雨,局部大雨,最高气温 25~28℃,其余地区以多云天气为主,局部有小阵雨,最高气温 27~30℃;明后日副热带高压加强西伸,粤西沿海多云,局部有阵雨,其余地区晴到多云,全省气温回升。广州市区天气今天阴天到多云,有小雨,明后转多云。

时至秋季,台风活动仍然活跃,对此气象专家解释,台风的形成与海水温度有关,而海水温度随着季节的转换而变化,从夏到冬海水温度逐渐降低,而海水温度变化存在滞后性,使秋季海水温度仍很高,且大于 26℃~27℃ 的范围较广大,这就为秋季形成台风提供了充足的能源。

秋雨天气情绪易低落

“怎一个愁字了得”,这个“愁”字就是由“秋”和“心”相叠而成,在秋季时有出现萧瑟秋雨,正所谓“秋临夜雨”,临床心理研究发现,人在秋天容易产生焦虑、抑郁、烦躁等情绪病,因此有秋风、秋雨常令人顿生“秋愁”的说法。

研究也发现,在天阴、冷雨天气状况下,人的精神状态会变化,情绪低落,容易觉得困。专家认为,要治疗“秋愁”,首先,生活要有规律,要按时作息,保证精神饱满,同时,工作之余应多做户外活动,接受阳光的沐浴,参加一些有益身心的娱乐活动,如跳舞、唱歌、听音乐等,使人心旷神怡,精神振奋。

天气女郎

Roberta
身高:171cm
三围:83 60 89
发色:棕
眼睛:棕

品牌提供: VOLLERS 英国妮兰丝古着服装
服装提供: 虎门富民服装商务中心
模特提供: 英模国际
摄影: 任壬 (A 摄影)
(http://www.asheyng.com)
造型: 晓滨
(http://blog.sina.com.cn/loklllll)
场地提供: 8 月印象 三米设计
统筹: 田卿

国内城市

北京	晴转多云	10℃~23℃
上海	多云转晴	16℃~25℃
天津	晴	11℃~25℃
重庆	晴转多云	18℃~27℃
香港	小雨	24℃~27℃
澳门	多云	24℃~29℃
武汉	晴	17℃~27℃
长沙	多云转晴	16℃~26℃
南京	阴转晴	17℃~25℃
台北	多云转阵雨	21℃~27℃
成都	多云转阵雨	16℃~24℃
深圳	多云	23℃~29℃

旅游城市

三亚	阵雨	25℃~30℃
青岛	多云转晴	14℃~22℃
厦门	多云	21℃~27℃
桂林	多云	20℃~28℃
丽江	晴转多云	4℃~23℃
黄山	晴	8℃~16℃
张家界	晴	16℃~28℃
吐鲁番	多云	12℃~24℃
敦煌	晴	4℃~24℃

国际城市

纽约	晴	16℃~24℃
东京	多云	16℃~23℃
悉尼	多云	15℃~28℃
开罗	多云	19℃~28℃
莫斯科	小雨	8℃~11℃
柏林	多云	9℃~16℃
罗马	多云	12℃~23℃
伦敦	多云转阴	11℃~18℃
巴黎	多云	10℃~23℃
旧金山	晴	14℃~23℃

实用电话本

供电服务热线: 95598

供水服务热线: 96968

煤气公司热线: 83962222

交通违章查询: 96110110

白云国际机场: 86130088

广铁订票热线: 95105105

省客运站咨询: 86661297

天河客运站: 37085070

做个文明识礼人

乘电梯 咫尺间犹有温情

1. 乘电梯时要讲究进出礼节。等候电梯时,应站在电梯门两侧,不要妨碍电梯里的人出来。电梯门打开时,应先让里面的人出来后,再依此进入。

2. 自动电梯如有司机,则应先让老人、小孩、女士或客人进入;如无电梯司机,年轻人、男士或主人应先进入,站在电梯按钮旁提供服务。

3. 当电梯关门时,不宜再强行挤入。当人数超载时,应主动退出。

——摘自《广州市市民礼仪手册》

天气女郎话你知

“秋愁”是这样形成的

在人的大脑底部,有一个叫松果体的腺体,能分泌一种“褪黑激素”,这种激素能诱人入睡,使人意志消沉,抑郁不乐。充足的阳光能抑制褪黑激素的分泌,但入秋之后,光照时间减少,特别是碰到阴雨连绵时,松果体分泌褪黑激素相对

增多,甲状腺素、肾上腺素的分泌就会受到抑制,人体细胞就会“怠工而偷懒”,人的情绪也就低沉消极,精神萎靡不振。也就是说,“秋愁”是“见光死”的病状,只要多接受阳光照射,保持心境开朗,“秋愁”自然不药而愈。 信息时报记者 赵安然

天鹿湖 Tinalok Water 天然矿泉水
统一零售价 15 元/箱
十四年的品质 订水热线:020-89010967