

台风“摩羯” 磨磨蹭蹭到南阳

今明两日,我市局部地区有大雨,并伴有短时强降水、雷暴、大风

本报讯(记者 陈书洁) 8月14日,记者从市气象局获悉,8月15日至16日,我市有阵雨或雷阵雨天气,提醒相关部门做好防范工作。

今年第14号台风“摩羯”已于8月13日夜间减弱为热带低压,8月14

日5时,其中心位于山东省单县境内。预计“摩羯”将以每小时20公里左右的速度向北偏西方向移动,强度还将减弱。预计台风“摩羯”对我市的影响较弱。

市气象台预计,本周降水量5毫米至50毫

米,较常年同期均值正常;周平均气温26℃至27℃,较常年同期均值略偏高;周极端最高气温32℃至34℃。8月14日下午到夜里,多云间晴天,局部有分散性阵雨或雷阵雨;8月15日至16日,阴天有阵雨或雷阵

雨,局部大雨,并伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气。

气象部门提醒,目前,我市西部有旱情,要注意做好抗旱工作;各类病虫害进入发生危害高峰期,要做好病虫害的监测和防治工作。

南召县林业局

全力防治病虫害

本报讯(记者 王勇 通讯员 杜丰)近日,南召县林业局组织防治专业队,冒着酷暑,转战全县15个乡镇,分别对S248及重点旅游景观道路两侧及东部、南部与邻县相接壤的皇后乡、云阳镇、太山庙乡、石门乡、四棵树乡等乡镇和二广高速、S333、S331、S231、G207等主要交通要道进行了地面喷药防治。

此次地面喷药防治主要使用仿生制剂阿维菌素·灭幼脲3号混配剂1500至2000倍液,高效低毒,对人畜和植物安全无害,对环境无污染,不影响居民日常生活。通过近期持续性高压态势防治作业,南召县林业局有效防止了虫害的发生、传播,把林业病虫害危害降低到最低限度,为全县林业生态建设持续健康发展提供了基础保障。

又到开学季 忙忙备行装

临近开学,许多准大学生购买笔记本电脑,为即将开始的大学生活做准备。图为8月13日,一位大学生在七一路某电脑店选购笔记本电脑

本报记者 吴秋水 摄



毕祖金散文《椰岛椰韵情》 两项大奖揽入怀

本报讯(记者 田园 特约记者 李远)日前,由中国散文网、华夏博学国际文化交流中心联合举办的“第五届中外诗歌散文邀请赛”落下帷幕,我市青年作家毕祖金的散文《椰岛椰韵情》荣获一等奖和最佳散文奖。这是毕祖金继散文《故乡那口老井》获2017年“第四届中外诗歌散文邀请赛”一等奖之后,再获殊荣。

本次大赛收到来自世界各地的众多参赛作品,组委会根据综合创作成绩,优中选优,同时评选出10个最佳诗歌奖和10个最佳散文奖。毕祖金散文《椰岛椰韵情》以优美的语言、真挚的情感、深沉的情怀、唯美的意境脱颖而出,荣获一等奖和最佳散文奖。此外,毕祖金还被授予“中外诗歌散文先锋人物”荣誉称号。

毕祖金,中国散文诗协会会员、《中国散文诗刊》签约作家、南阳市卧龙作协副秘书长,作品散见于《奔流》《躬耕》《南阳日报》《南阳晚报》《南都晨报》等国内报刊杂志,近年来,以散文创作引人关注。

打球、快走、慢跑,变着法儿出出汗

走出空调房 夏夜去健身

□本报记者 王勇

立秋之后,天气依旧炎热,但越来越多的人开始走出空调屋,变着法儿让自己出点汗。一到晚上,市体育中心的篮球场火爆到要早早去“占场”,白河国家城市湿地公园健身步道更是人潮澎湃。

晚上的市体育中心篮球场,灯火通明,人声鼎沸,哨声、加油声此起彼伏。虽然篮球场有好几个,但想打球的人太多,大家都自觉打半场球。“现在是暑假,孩子白天要么上各

种培训班,要么就闷在家里吹空调,晚上把小孩拉出来出出汗,对身体好。”市民马先生说,为了让孩子加强锻炼,他和儿子与黄先生父子结对打篮球。马先生的儿子上初中二年级,这个暑假经常被爸爸拉出来打球。“为了打球,爸爸每天下班后就带我来占场,一开始不习惯,觉得太热了,现在慢慢习惯了,感觉出出汗也蛮舒服的。”马先生的儿子说。

晚上的白河国家城市

湿地公园,成为许多人消暑休闲的好去处。健身步道上,每晚都是人来人往,跑步的、快走的,为了呼吸新鲜空气,很多人把锻炼的场所从健身房移到了室外。在健身步道快走的李女士说:“以前,一到夏天就觉得透不过气,调理了好几年都改善不大。今年夏天,每天晚饭后坚持出来快走一小时,明显感觉整个人都轻松了很多。”

从空调房转移到户外,夏夜纳凉方式的转变不仅

仅是为了亲近大自然,找回传统生活的感觉,更是出于对自身健康的关注。“长时间在空调房的人群应当适当增加运动量,让自己多出出汗,有利于自身健康。”南阳医专副教授、瓮氏医馆负责人瓮恒说,虽然已过立秋,但现在还是三伏天,气温依然较高,健身运动要注意运动量,不宜参与过分激烈的运动项目,以防大量流汗导致电解质紊乱,出现血钾偏低等现象,诱发心脏疾病。



开奖公告	
体彩	
排列 3/5 (2018219 期)	8 7 1 5 2
七星彩 (2018094 期)	1 2 5 6 4 9 7
福彩	
3D (2018219 期)	3 9 1
双色球 (2018094 期)	04 07 16 20 24 30 05
(以当日开奖公告为准)	