

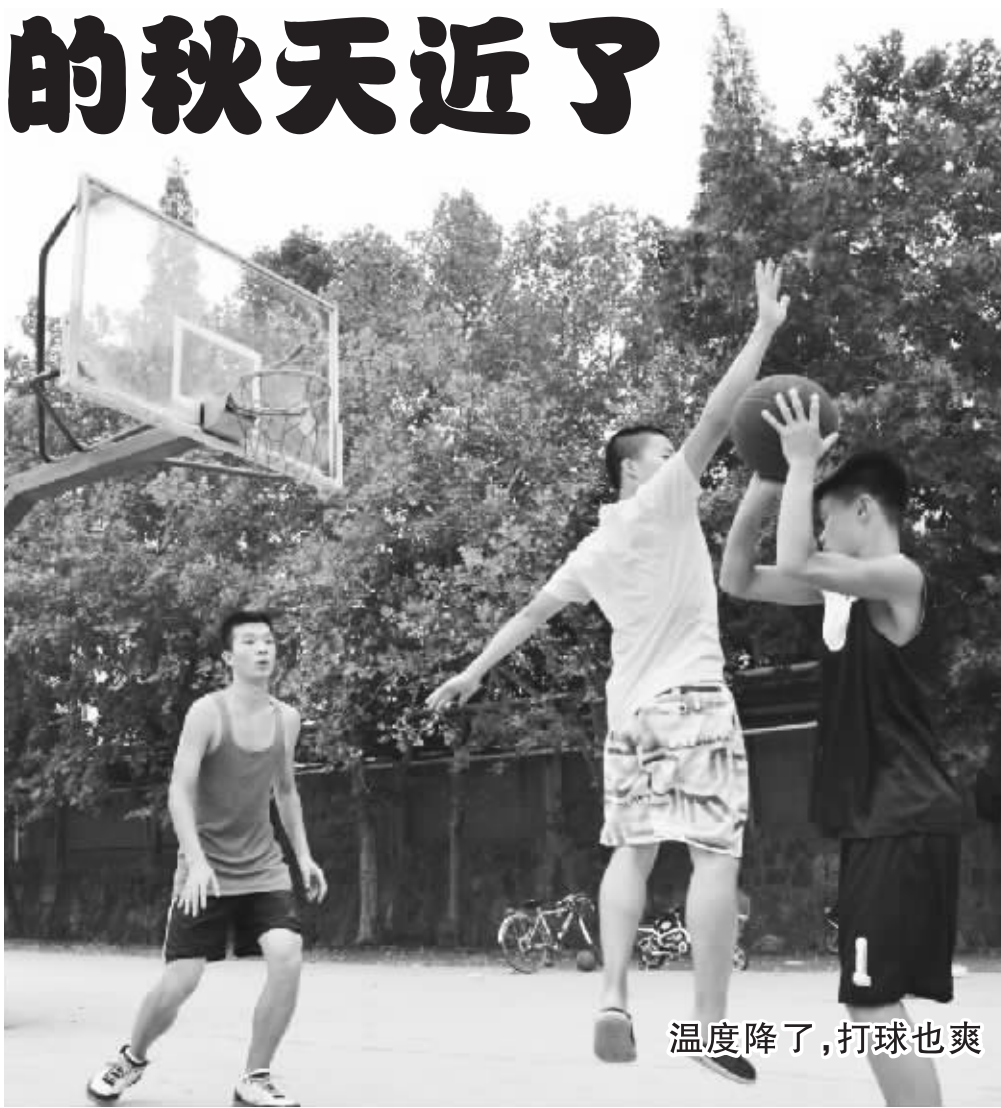
# 今日出伏 凉爽的秋天近了

信阳消息(记者 马依钒 王洋)今日,我市正式摆脱“伏天”的控制,难挨的“三伏天”终于结束。未来几日,我市天气以阴雨为主,最高温度徘徊在30°C左右,“出伏”之后,凉爽的秋天也越来越近。

上周我市的天气状况实在是有点让人哭笑不得。一方面是蓝天高远、白云飘然的美景,另一方面却是跃跃欲试,想要冲破40°C的高温。“此刻信阳不需要蓝天白云,需要的是阴云密布,狂风暴雨!你再漂亮也没人喜欢!”有网友甚至上传实拍美景,发微博吐槽让人无奈的高温。进入本周以来,天气终于解除了持续数天的“高温烧烤”模式,切换到阴雨模式,温度降了,雨水多了,风也凉了,市民外出顿觉神清气爽,舒适度大大提高。

“出伏”意味着夏天中最热的日子已经过去,夏季开始向秋季过渡。根据市气象台预测,23日、24日,我市有小雨,最高气温28°C,最低气温24°C。按照气候学的划分,把日平均气温稳定下降到22°C以下的始日作为秋季的开始。由此,一般年份里,我市等到9月份开始秋风送爽。虽然凉爽的秋天渐行渐近,但如果天气晴好,未来最高气温仍会升到30°C以上,中午时分还会有些炎热。

“出伏”后,早晚温差会变大。市中医院有关专家提醒市民要预防感冒、颈椎病、过敏性鼻炎等疾病的发作。而且“出伏”后空气逐渐干燥,饮食上可多吃些滋养润燥的食物,也要注意改变夏季晚睡的习惯,保持睡眠充足减缓“秋乏”的出现。



温度降了,打球也爽

熬过连续高温的申城终于迎来了凉爽的天气。许多市民纷纷走出家门,享受久违的户外清新。上图为昨日中午,一群年轻人在解放路一运动场打篮球。下图为不少市民趁着凉爽的天气,带着家人到百花园游玩,聊天、合影留念,悠闲十足。本报记者 马依钒 王洋 吴楠 实习生 陈革荣 摄



不热了,也有心情照相了



## 快开学了,有学生抱怨“没玩够”

老师提醒:从现在开始,家长和孩子就要一起“收心”

信阳消息(记者 王洋 马依钒)还有10天左右的时间,我市中小学即将开学,学生们又要投入到紧张忙碌的学习中去。据很多家长介绍,过了两个月轻松愉快的暑期生活,许多孩子心态一时难以调整,不愿从假期中走出,对新学期的开始有排斥心理。针对这种情况,老师建议家长从现在开始就帮孩子们“收心”,争取在开学前调整到最佳状态,迎接新学年。

学生:快开学了 还没玩够

今年6岁的李浩辰,开学就要

上一年级了。从7月初放暑假一直到现在,他都是在奶奶家度过的,白天和小伙伴打篮球、玩陀螺,晚上就和大人一起逛超市,玩得不亦乐乎。眼看快开学了,而且是要从相对轻松的幼儿园过渡到真正意义上的小学生活,最近几天他有点不高兴。“上小学就要写作业了,我不想上学,还没玩够,想一直过暑假。”李浩辰对记者说。

街头采访中记者发现,对暑期的留恋,对新学期的恐惧和排斥,是不少学生在开学前的心态。“开学就意味着无穷无尽地上课、做作业,我现在一想起开学

后,满满一教室的人,堆满桌子的课本,就心生恐惧,再掰着指头算什么时候能再放假,就有度日如年的感觉,真希望时间能过得慢一点,让我在暑期多待一会儿,尽情地玩、睡。”即将升入高一的学生方立伟说起快乐的暑期生活和即将开始的新学期,完全是两种截然不同的态度。

家长:孩子玩得“疯”有点着急

孩子的这种心态,对于“望子成龙,望女成凤”的家长来说,不免有

些担忧、着急。

“暑假两个月,孩子完全变成了‘夜猫子’,晚上打游戏到很晚,白天一睡就是一上午,然后吃午饭、看电视,快开学了,他每天还是这样子过,完全没有要上学的紧迫感、时间感,真不知道怎么办。”对开学就上初二的儿子,市民严女士很担心,怕完全颠倒的作息时间、暑期养成的懒散习惯不能及时调整过来,影响了学习。

家住谭家河乡的王女士,女儿在市内一所初中就读,平时住校。暑假难得一家人在一起的两个月,王女士放松了对孩子的要求。“快开学

## 看管尾颜色选牙膏 业内人士称不靠谱

信阳消息(记者 吴楠 实习生 陈革荣)近日,一则“牙膏管尾色标识别论”的消息在网上广为传播。这则消息称,牙膏管尾底部的色条共分为绿、蓝、红、黑4种,其中绿色代表纯天然,蓝色代表天然+药物,红色代表天然+化学成分,黑色则代表纯化学。这则消息被很多网友转发,并称以后买牙膏时一定要注意,首选纯天然牙膏。

昨日,记者在市区一些超市采访时发现,很多知名品牌的牙膏,包括很多儿童牙膏的管尾处,大都是黑色、蓝色的长方条,只有少量牙膏的管尾是绿色。“不用看了,这款牙膏的管尾是蓝色的。”正在记者刚要看管尾颜色条时,一位售货员对记者说道。据这位售货员介绍,最近一段时间,来超市买牙膏的顾客,大多都会拆开盒子看牙膏管尾的颜色条,寻找“纯天然”的牙膏。顾客的这种做法让售货员很无奈。“有些顾客在查看时,不小心会将牙膏包装盒弄破,这样我们就很难卖出去了!”

该售货员表示,她们也听说了“牙膏管尾色标识别论”,但是对于它的真实性是无法判断的。她告诉记者,据她的销售经验了解,所有牙膏里都有化学成分,纯天然的牙膏她至今也没见到过。

那么,牙膏管尾的颜色究竟和牙膏成分有无关系呢?对此,记者采访了市食品药品监督管理局的工作人员了解到,牙膏管尾的颜色与牙膏成分没有关系,“牙膏管尾色标识在生产时为了确保牙膏装灌完毕后封尾时,包装处于正确的位置而特制的。它还有个专业名称叫‘电子定位点’”。除了牙膏,还有很多软管包装的食品、化妆品也都有此类色标。该工作人员表示,目前市面上没有完全从植物中提取而不加化学成分的牙膏,市民在选购时,只要选择符合国家标准的牙膏就行了,无需在意是否纯天然,更不可轻信网上的传言。

了,还在赶暑假作业,真害怕开学后,我们不在她身边,生活、学习没了约束,玩得更疯。”王女士说。

老师:从现在开始,家长和孩子要一起“收心”

针对孩子的心态和家长的担忧,有着多年高中教学经验的市二高牛老师表示,家长和孩子要一起“收心”。在暑假期间,不少家长不需要接送孩子上下学、督促孩子完成每天的作业,自己在无形之中也放松了。快开学了,家长首先要紧张起来,不要再带着孩子到处游山玩水,尽量减少娱乐活动,用行动向孩子传达“快开学”的讯息。带头进行有序的作息,减少孩子看电视、上网、玩游戏的时间。同时,陪伴孩子进行一些功课的复习和预习,制订新学期学习计划,营造良好的学习氛围,让孩子快速进入学习状态。