

# 末伏已至,凉快天儿已不远

## 吹空调要把握好“度”

信阳消息(首席记者 韩蕾)盼望着,盼望着,三伏天终于快结束了。昨日是末伏的第一天,小伙伴们是不是感受到了丝丝凉意?除了中午的温度突破了30℃,其他时间均在30℃以下,不少市民都感叹:“天气似乎要变凉快了!”

从昨日开始到25日,是三伏天的最后一伏——“末伏”。这意味着,天气将由夏入秋,由热渐凉。进入末伏,暑热渐近尾声,天气也会逐渐变凉爽。

然而,末伏还会出现短暂闷热的“秋老虎”天气。所以,市民除防暑降温之外,还要合理安排个人起居,做到作息守时,生活规律,保证适当的睡眠和休息,避免过度疲劳,提高机体对高温的耐

能力和对“秋老虎”的抵御能力。

同时,由于苦夏的煎熬,这时人们脾胃普遍较弱,所以不可大补。可多食用清热、利湿、健脾的食品,如茯苓、芡实、山药、小米等,使体内的积存湿热排出,以有利于脾胃功能的恢复。

末伏到来,早晚凉意明显,市民要注意适时添加衣衫。太阳出来之后,天气依旧闷热难耐,市民可以选择空调、电扇、铺凉席等方式适当解暑降温,但一定要把握好度,切忌盲目贪凉,空调可设定在25℃至26℃为宜,更不可对着直吹,也不要频繁一进一出空调房,减少在电脑前的工作时间。老人、儿童等免疫力差的人群和长期伏案工作的白领人士尤应注意。

## 秋季水果抢先上市

### “尝鲜价”不便宜

信阳消息(记者 王洋)连日的炎热让人丝毫感受不到立秋的凉意,但是秋季水果已经开始上市了。松脆的枣子、火红的石榴,在西瓜、葡萄、桃子堆里特别显眼,价格相比起来也有点贵。

昨日上午,记者来到胜利路步行街一家超市看到,在时令水果热销的同时,石榴也悄悄出现在超市的摊位上。新鲜石榴用网状的白塑料袋包裹着,每个比拳头大点,表面红润诱人。由于现在石榴数量少,价格不低,超市标价8.8元/斤。一位正在挑选石榴的市民王女士说:“没想到今年石榴这么早就上市了,我先买一个尝尝鲜,过一阵子价格便宜了,再多买。”在位于平桥大道的一家超市内,这里上架的还有进口石榴,每斤售价达48元,一个石榴大约得四五十元。超市的工作人员告诉记者,石榴已经逐渐进入了成熟

期,现在市面上的石榴数量少、价格高,中秋节前后,石榴才会大量上市,那时消费者就可以买到既好吃又便宜的石榴。

当下与各种水果争宠的还有青枣。昨日,记者在人民路一菜市场内看到,不少摊位都摆出了新进的大枣,个头虽小,却新鲜可人,价格自然也不低,10元/斤,跟西瓜、桃子这些时令水果比起来,可以称得上是果中“贵族”。“现在的枣子口感比旺季时稍差些,要尝到口感最好的冬枣,还得等过完‘十一’,到时候价格也会便宜下来。”摊主介绍,目前,秋季水果销量还很小,很多购买的市民都是吃了一夏天的葡萄和西瓜,想换个口味尝尝鲜。



### 爱心助孩子归家

8月16日8时30分,信阳市平桥派出所接110送来一迷路9岁女孩儿。经了解得知,该孩子为平桥一小学生,民警立即与其老师孙颖联系上。得知孩子情况后,孙老师专程从市内赶到派出所,并联系孩子父母来到派出所安全将其接回家。图为孙老师正在安慰孩子,并与孩子家长进行沟通。苏水平 摄

## 生活由我变 精彩更多面

### 风行SX6 加大号家用7座SUV 全情上市

6.99 万起

195mm高离地间隙 2.0L源于标致雪铁龙技术的发动机 2+2+3创新7座空间布局

创新大空间: 2+2+3创新7座布局, 2750mm超长轴距, 进出更便利, 乘坐更舒适  
超强通过性: 新一代平台化SUV高底盘, 195mm高离地间隙, 跨越更从容  
强劲动力: 2.0L源于标致雪铁龙技术的发动机/三菱4A92 1.6L发动机, 四驱5速手动/模拟6速CVT变速箱, 动力更高效, 操控更顺畅

信阳伟业汽车销售服务有限公司  
旗舰店地址: 312国道与京港澳高速交叉口东100米(欧亚汽车城内)  
4S店地址: 312国道与羊山中心大道交叉口东100米(汽配城斜对面)  
销售热线: 0376-3869888 服务热线: 0376-3809795

## 信阳市 G107 线 浉河新桥(虹桥)限行公告

G107 线浉河新桥(虹桥)经专业桥梁技术部门检测并认定为四类桥(危桥),需采取交通限行措施并进行维修改造。现公告如下:

- 一、限行对象:禁止货运及大型车辆通行。
- 二、限行时间:2016年8月13日—2017年8月31日。
- 三、主要绕行方案:由北往南车辆,在G107线沪陕高速入口(甘岸镇以南3公里处)进入沪陕高速绕行;在G107线与十里河立交桥交叉口,绕道G312北环向东,进入京港澳高速绕行。由南往北车辆,在G107线与湖北省广水市S304线交叉口,绕道S304线向东,进入京港澳高速绕行。请有关车辆给予理解、配合。

特此公告

信阳市人民政府  
2016年8月12日