西安市气象台发布高温黄色预警

本报讯(记者 陶颖 实习生 李佳瑶)7月11日,记者从西安市气象台获悉,受副热带高压控制,未来一周西安有持续性37℃以上高温天气,其中7月14日起高温强度进一步加强,最高气温将攀升至40℃以上。本轮高温天气持续时间长、范围广、强度大,午后热力不稳定易触发雷暴大风、短时强降水等对流性天气,需特别注意防范。

西安市气象台7月11日10时33分发布高温黄色预警信号:预计未来连续三日新城区、碑林区、莲湖区、雁塔区、灞桥区、未央区、阎良区、临潼区、长安区北部、高陵区、鄠邑区北部、周至县北部、蓝田县北部、西咸新区的大部分街道(乡镇)日最高气温将升至35℃以上,局地可达37℃,请注意防范。

据预报,西安7月12日:晴天间多云,午后南部山区有分散性阵雨或雷阵雨,27℃~38℃;7月13日:晴天间多云,28℃~39℃;7月14日:晴天转多云,29℃~40℃;7月15日:多云间晴天,30℃~41℃;7月16日:多云转晴天,29℃~41℃;7月17日:晴天间多云,午后南部山区有分散性阵雨或雷阵雨,30℃~41℃;7月18日:多云间晴天,午后偏西地区有分散性阵雨或雷阵雨,29℃~40℃。

高温来袭 防暑有"方"

近期,全国多地同步进入一年中气温最高且潮湿闷热的时段。据气象部门预报,未来一周西安高温天气持续,局地气温可达38℃以上,令人体感闷热难耐。面对持续"烤验",市民如何科学应对?记者走访多位专家,为您送上一份"高温防御指南"。

街头市民花样防晒。本报记者 阮班慧 摄

衣:红色衣服更凉快?专家揭秘科学穿搭

"夏天穿红色衣服比浅色衣服更凉快?"这一说法近期在网络流传。对此,西安纤维纺织品监督检验所专家给出了肯定答案。

西安纤维纺织品监督检验所专家告诉记者:"红色衣服既能反射波长较长的红光,还能吸收日光内的紫外线,从而减少热量的聚集,而像白色这种比较浅系的衣服,虽然吸热较慢,不遮紫外线也不吸光,如果穿的时间久了,体温会直接飙升。"所以在夏天大家可以选择穿红色的衣服。

"除了颜色方面,材质方面也要首选吸汗透气能力强的。"专家说,市民购买夏季衣物时首选棉、麻、真丝等材质,比较透气吸汗。避免不透气的化纤面料,款式上可以选择宽松轻薄剪裁简单的H型、A字型衣服,这类衣服可以保证空气流通,帮助散热。除此之外也要做好防晒工作,在长时间外出时,尽量佩戴黑胶遮阳帽、太阳镜,穿着防晒衣或冰袖。

食:高温天食欲不振?营养专家推荐解暑食谱

随着高温天气来临,不少市民出现食欲不振的情况。那么,究竟怎么吃才能既解暑又养生?

西安营养协会副秘书长张旭支招,此时饮食应遵循"清热解暑、健脾祛湿、补充营养"原则。具体而言,可多补充优质蛋白质,如瘦肉、牛奶、鸡蛋;多吃蔬菜水果,尤其绿叶蔬菜,此类蔬菜既能补充维生素,又能提供膳食纤维,促进肠道消化。

同时,高温天气人体出汗多,需及时补充水分和电解质。适当吃些生姜或喝姜茶,有助于温胃散寒。

张旭提醒,夏季饭菜需现做现吃,一定不能贪凉,过多食用冰冷食物易导致胃肠功能紊乱,引发腹泻等问题。

住:室内也会中暑?科学防治不可忽视

"这几天又闷又热,真难受!"最近身边此类的交谈声此起彼伏。很多人认为"只有室外才会中暑",实则不然。宝鸡市蔡家坡耳鼻喉医院院长王素文指出,若房间长期封闭不通风、楼层矮或墙体薄,经长时间太阳直射后,室内温度会大幅升高,人体长期处于此类环境中,易引发中暑甚至热射病。王素文说,一旦出现不适,应及时开窗通风,用湿冷毛巾或冰袋敷于额头、颈部、腋窝等部位,同时打开空调、电扇帮助散热;若患者意识清醒,可适量补充淡盐水及电解质饮料;若患者意识不清,应立即拨打急救电话,同时在他人帮助下采取物理降温措施,等待救援。

本报记者 赵丽莉 见习记者 宋可青 张桢璐

解暑又出新"招" "抱冬瓜睡觉"能防暑?

医生:降温有原理 使用需谨慎

最近,"抱着冬瓜睡觉"在网络上悄然走红,据称其能有效防暑降温,且保质期长、价格低。在这股热潮下,不少西安市民已加入"抱冬瓜大军"。这看似新奇的降温法靠谱吗?

家住西安市莲湖区的王玲是"冬瓜降温法"的较早尝试者,5月中旬,她在网上刷到相关分享后,当天就去菜市场挑了个近10斤重的冬瓜,裹上两层保鲜膜后塞进被窝。7月11日,王玲对记者说:"躺进被窝没几分钟,就明显感觉到了冬瓜散发出的凉意,往年夏夜翻来覆去、浑身冒汗的情况都没了。"

7月11日中午,在西安市碑林区一菜市场内,家住附近的李文哲一边挑选冬瓜一边对记者说:"我妈有高血压,天一热就喊头晕、睡不着,开空调怕温差大加重不适。网上说冬瓜水分多、凉性足,是天然的'降温神器',所以想买回去试试。"

记者采访中,对于抱冬瓜入眠这一方式,西安市民态度有别。不少尝试者反馈感受很好,但也有市民表示难以接受。

"从物理原理来看,冬瓜确实能带来一定的清凉感。"通用环球中铁西安医院康复医学科主任田鲲鹏解释道,冬瓜含水量高达96%,质地紧实且导热性较好,刚从阴凉处或冰箱取出时,温度比人体皮肤低5℃-8℃,接触时可通过热传导带走热量,带来即时凉爽。但这种降温效果存在明显局限,冬瓜的清凉感依赖初始低温,2小时至3小时后便会逐渐与人体温度趋近,降温作用大幅减弱。

田鲲鹏提醒,冬瓜不是所有人的"解暑神器"。冬瓜的凉性对脾胃虚寒人群并不友好。这类人群通常表现为易腹泻、手脚冰凉、吃生冷食物后肠胃不适,若长时间让冬瓜接触腹部,可能导致寒邪侵入脾胃,引发腹痛、腹泻等问题。

本报记者 陶颖 实习生 李佳瑶

西安市慈善协会举办宣传工作培训会

本报讯(记者 王伟伟)7月9日,为全面提升慈善工作者的宣传素养与专业技能,提高宣传质效,西安市慈善协会举办慈善宣传工作培训会。此次会议聚焦新闻写作、摄影及宣传视频制作三大核心能力,旨在为西安市慈善事业高质量发展注入宣传新动能。

本次培训会特邀陕西省慈善协会副会长赵浩义作专题辅导。赵浩义以《构建大宣传格局 开辟慈善公益新路径、新业态、新功能——陕西慈善宣传工作的实践与探索》为题,阐述了慈善宣传工作的重要意义及对促进慈善事业高质量发展的作用。结合多年实践经验,赵浩义从慈善宣传的探索历程、核心任务、当前短板、格局创新、实践方法等维度,深入剖析宣传稿件写作技巧与要领,并辅以实例点评和优秀稿件推荐。

现场还有摄影记者系统讲授优秀新闻照片的拍摄理念与实用技巧,强调拍摄者要善于思考、发现细节,精准捕捉。新媒体主管分享了新媒体领域的实战经验,详细讲解不同资讯类型的视频应用场景、拆解视频生产的"1+3+7"法则、四大核心要诀以及前沿的视频创新形态。

西安市慈善协会各部门、50支直属志愿服务队宣传骨干,以及各区县、开发区慈善(协)会代表近100人参加培训,省慈善协会宣传部负责人也出席了会议。学员们纷纷表示收获颇丰,不仅学到如何让文字更具感染力,还掌握了运用镜头和影像生动传递慈善故事与温度的方法。

西安市慈善协会将以此次培训为契机,持续强化队伍建设,推进宣传创新,为慈善事业蓬勃发展营造更浓厚的社会氛围。

《山河为证》文物特展今日启幕

展出珍贵抗战文物300余件

本报讯(记者 王伟伟)记者7月11日获悉,为纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年,大型文物特展《山河为证》7月12日至8月15日在陕西省图书馆高新馆区举行。

该展览由陕西省图书馆、陕西省收藏家协会联合主办。此次展览汇聚了来自全国各地的珍贵抗战文物300余件,其中有记录九一八事变的东北军将领王以哲回忆录、七七事变中二十九军使用的大刀、淞沪战场的手榴弹及防毒面具、南京保卫战出土的钢盔等实物。展览分为"抗战记忆""历史实物""档案文献"和"精神传承"四大主题板块,全景式展现中华民族艰苦卓绝的抗战历程与伟大精神。

特别值得一提的是,该展览立足陕西本土,通过展出守卫黄河天险的陕西军队装备、黄埔军校第七分校历史实物,以及缴获日军的弹盒、弹袋等战利品,生动再现了三秦儿女保家卫国的英勇事迹。

刘民安散文诗词集《岁月回声》出版发行

本报讯(记者 夏明勤)近日,陕西作家、军旅诗人刘民安创作的散文诗词集《岁月回声》由中国国际广播出版社正式出版发行。该书内容涵盖小说、散文、诗词等多种文体,集中展现了作者多年来的创作成果与人生感悟,是一部兼具思想性与艺术性的文学力作。

《岁月回声》题材广泛、内容丰富。书中既有对军旅生活的深情回忆,如散文《大漠军魂》、诗词《胡杨林赞》,讴歌了戍边军人的拼搏与奉献;也有对"三农"问题的关注,通过《桂嫂》《青玉案·秋分》等作品,展现浓厚的乡土气息和对土地与乡亲的深厚情感;还有对古都长安的礼赞,如《过秦楼·长安颂》,描绘了古城的历史遗迹与人文风貌;更有融合历史知识的作品,体现作者对传统文化的深入思考与独特表达。

榆林市德隆环保综合性区域危险废物处置中心项目环境影响评价信息第二次公示

本项目环境影响报告书征求意见稿已完成,现向社会公众征求环境影响方面的意见和建议:一、项目概况:本次项目为扩建和技改,项目建成后,危险废物刚性填埋场,总库容10.8万立方米,同步实施填埋场智慧化监控系统;油泥油脚资源化热解总处理规模3万吨/年;危险废物全过程信息化管理系统1套,应用于处置中心各个环节;对现有焚烧系统实施智慧化改造,包括工艺设备的升级和焚烧系统的自动化控制升级;具备危废资源化及处理技术研发、数字化科普培训教育和区域突发环境事件救援能力。二、建设单位名称和联系方式:建设单位:榆林市德隆环保科技有限公司;联系人:张德林;联系电话:13309120252。三、环境影响报告书编制单位名称:编制单位:榆林市优悦环保科技咨询有限公司;联系人:马普庭;联系电话:13409144665;邮箱:15899745740@qq.com。四、项目拟采取的环保措施:建设单位在认真落实本次评价提出的各项污染防治措施,强化环境管理、确保环保设施正常稳定运转,主要污染物可达标排放;在采取一系列风险防范措施后,环境风险水平可以接受。从环境保护角度分析,项目的建设是可行的。五、环境影响评价报告书链接:https://pan.baidu.com/s/1GWU65k45sYH45eVudnCQlw?pwd=iaza提取码:iaza。六、公众提出意见的方式和途径:公众可以下载填写公众意见表后发送至建设单位联系人电子信箱,或信函邮寄,或电话告知等方式。自本公告发布之日起10个工作日内。

西安市灞桥区烟草专卖局公告

2025年6月18日,我局稽查人员在西安市未央区汉城街道尚耘路西安顺丰汉唐中转场查获黄鹤楼(硬平安)1条、黄鹤楼(硬1916)1条、中华(软)4条等合计13个品种41条卷烟。2025年6月19日,我局稽查人员在西安市未央区汉城街道尚耘路西安顺丰汉唐中转场查获芙蓉王(硬闪带细支)1条、中华(双中支)5条等共8个品种20条卷烟。请物主于公告之日起60日内到我局接受调查,逾期不至将按规定处理。

债权申报公告

安康新茂生物科技有限公司(以下简称"本公司")统一社会信用代码:91610921MA70P5B93H,因拟转让IP6在建项目及在建工程,现依法向与本公司就与IP6在建项目及在建工程存在债权债务关系的各方债权人公告如下:自本公告发布之日起至2025年7月28日止,相关债权人需依法向本公司申报债权。相关债权人未在规定期限内行使上述权利的,IP6在建项目及在建工程将按照法定程序转让,不再另行通知未申报债权人,特此公告。

债权申报联系人:曹女士,联系电话:18700100847

债权申报地址:陕西省安康市汉阴县月河工业园区。

安康新茂生物科技有限公司 2025年7月11日

遗失·声明·公告专栏 029-88665588

省级媒体 权威发布 天天刊登 欢迎刊登各类声明公告