

N海都记者 周婉怡
北京日报 中国天气网

今天,我们迎来了秋季的最后一个节气——霜降。在古时,人们把霜降分为三候:“一候豺乃祭兽;二候草木黄落;三候蛰虫咸俯”。霜降的到来,象征着秋天即将结束,冬天即将到来。那么,霜降前后天气如何?又应该如何养生?



唐昊/制图

霜降悄然至 人间秋色尽

泉州今起三天天气			
24日	晴到多云	21℃~28℃	昼夜温差较大,早晚较凉,注意增减衣物。
25日	晴到多云	21℃~28℃	
26日	多云转阴	23℃~28℃	

气温 泉州本周气温“前高后低”

“霜降,九月中。气肃而凝露结为霜矣。”由此可见,当霜降到来,天气将逐渐变冷,开始降霜。可是据气象预报,今明我国大部地区持续升温模式,最高气温20℃线将一路北上,抵达东北中部。华北大部、黄淮及其以南地区最高气温也将回到25℃以上,大江南北将尽享秋日暖阳。泉州天气方面,今起三天最高温都在28℃左右,用热气腾腾来形容霜降的气温也毫不为过。值得一提的是,今起三天午后炎热,夜晨凉爽,最低温多在21℃~23℃之间,一天宛如穿越两季,谨防感冒。不过本周后期,随着冷空气和降水的到来,气温又将下滑,周日最高温降至24℃,冷暖转换之间,气温又将开启过山车模式。

饮食 霜打蔬菜分外甜

民谚云“一年补透透,不如补霜降”,霜降正值秋末,是乐享“秋实”与“补嘴空”的好时节。与其他果蔬相比,柿子在“霜降美食排行榜”中可谓名列前茅。经历秋露凝霜的洗礼,柿叶红若霜枫,枝头朱实累累,给萧瑟深秋带来明艳与丰收

的色彩。由于枝柔果重,柿子必须在半熟稍硬时摘下,故民间有所谓“霜降不摘柿,硬柿变软柿”之说。脱涩后的柿子皮薄肉鲜味美,清热润肺生津,自古至今不乏嗜食的拥趸。蔬菜表面如能适时适量结霜,就可借自然之

力提炼出植株内的糖分,形成霜降时节特有的美味。其原理在于,植株在气温骤降时会开启“防冻保护模式”,将体内淀粉转化为糖分,使蔬菜味道变得更加清甜可口。古人早就发现了霜打菜的秘密,农谚有“霜打蔬菜分外甜”的说法。

养生 霜降养生有“三要”

四季的变换有着亘古不变的定律,而人们的养生与节气也有着非常紧密的联系。据福建省第三人民医院陈慧云介绍,霜降养生,一要宁心安神,二要防范贼风,三要润燥养胃。

陈慧云认为,情志方面,秋季容易产生悲凉忧郁的情绪,精神养生是关

键,要树立乐观精神,可以常去户外走走、唱歌等舒缓情绪。同时,可以适当增加锻炼,也不要运动过量,平时可以做六步降糖减脂操、八段锦、慢跑等,周末可以去爬山、远足等。在起居方面,注意防寒保暖,避免邪气入体。比如可在脖子上佩戴小丝巾,晚上睡前用热水泡脚等。

立案查处,泉州一别墅业主被罚5000元!

N海都记者 柳小玲

近期,安溪县城市管理局依法对安溪县某别墅业主野蛮施工挖破燃气管道作出处罚决定,责令李某某改正违法行为,对造成的损失依法承担赔偿责任,并处以5000元罚款。

擅自挖掘施工,引起天然气泄漏

记者采访了解到,事发于今年9月11日,安溪县城市管理局接报告称,安溪县某小区别墅区业主在庭院装修开挖过程中,挖破埋地管道,引起少量天然气泄漏。安溪县城市管理局组织人员到达现场后发现燃气泄漏已得到妥善处置,未造成严重后果。9月12日,安溪县城市管理局对该业主李某某进行立案调查。

经查,9月11日上午,李某某组织在其别墅室外庭院施工时,未与燃气经营者共同制定燃气设施保护方案,擅自组织使用大型挖掘机械对庭院进行挖掘施工,引起天然气泄漏,造成别墅区的天然气停气约40分钟,李某某的行为已构成毁损燃气设施的事实。“这名别墅业主毁损燃气设施的行为,违反了《城镇燃气管理条例》第

三十四条规定,鉴于毁损燃气设施的行为已造成轻微后果,根据《城镇燃气管理条例》第五十条第一款第四项之规定,责令其立即改正违法行为,对造成的损失依法承担赔偿责任,并处以5000元罚款。”安溪县城管局相关负责人介绍道。同时,安溪县城市管理局、安溪县住房和城乡建设局也对涉事小区物业进行约谈。

开挖作业时,请及时联系燃气公司或小区物业

近年来,随着国家城镇化建设的加快,各类施工项目的日益增多,仍有部分第三方施工单位法律法规意识淡薄,导致了因第三方施工破坏燃气管网的案例频繁发生,严重危害市民的生命财产安全。“小区用户(业主)要进行开挖作业时,请及时联系燃气公司或小区物业,了解、明确地下燃气管道情况,遇小区内施工单位或其他业主进行开挖作业,请及时电话告知燃气公司,询问并要求作业人员联系燃气公司

咨询地下燃气管道情况。”该相关负责人进一步介绍道。记者采访了解到,根据《城镇燃气管理条例》相关规定,未与燃气经营者共同制定燃气设施保护方案,采取相应的安全保护措施,从事敷设管道、打桩、顶进、挖掘、钻探等可能影响燃气设施安全活动的,由燃气管理部门责令停止违法行为,限期恢复原状或者采取其他补救措施,对单位处5万元以上10万元以下罚款,对个

人处5000元以上5万元以下罚款;造成损失的,依法承担赔偿责任;构成犯罪的,依法追究刑事责任。而侵占、毁损、擅自拆除、移动燃气设施或者擅自改动市政燃气设施的,由燃气管理部门责令限期改正,恢复原状或者采取其他补救措施,对单位处以5万元以上10万元以下罚款,对个人处以5000元以上5万元以下罚款;造成损失的,依法承担赔偿责任;构成犯罪的,依法追究刑事责任的。

“监测吹哨,管养(执法)报到” 上月泉州受理城市管理问题2万多件

海都讯(记者 柳小玲)泉州市城市管理局依托“智慧城管”平台实施城市综合管理“监测吹哨,管养(执法)报到”工作机制,9月份共受理城市管理问题22616件;高发案件中,前五名为市容环境类8483件、施工管理类2234件、街面秩序类1905件、公共设施类1599件、创卫类1465件;各部门应处置案件19496件,报到处置19085件,报到处置率为97.89%。

记者获悉,上月市级职能部门应处置案件1823件,报到处置1559件,报到

处置率为85.52%。市委宣传部、市排水中心、地下管网公司、市北渠水资源调配中心和泉州交发智慧出行服务有限公司5个部门报到处置情况较好,报到处置率和按期处置率均为100%。市燃气公司(12.50%)处置率偏低;市园林绿化中心(79件)、市市政工程中心(112件)、市公安局(20件)、市东海投资公司(10件)、国网泉州供电公司(18件)仍有较多遗留问题未处置。而上月区级职能部门应处置案件共1504件,报到处置1467件,报到处置率为

区域	职能部门 总成绩	职能部门数	街道总成绩	街道数	综合得分
鲤城区	366.09	4	780.42	8	95.54
丰泽区	148.59	2	744.85	8	89.34
洛江区	439.24	5	172.17	2	87.34
开发区	170.11	2			85.06

97.54%。洛江区交警大队、丰泽区环卫中心和鲤城区市场监管局报到处置率和按期处置率均为100%。丰泽区城管局(30件)遗留较多未处置案件。上月中心市区各街道

应处置案件16168件,报到处置16059件,报到处置率为99.33%,按期处置率为91.54%。鲤城区各街道案件处置情况较好,处置率为99.98%,按期处置率为96.59%,有7个街道案件处

置率为100%。丰泽区城东街道(75.59%)和洛江区万安街道(77.65%)处置案件不及时,按期处置率低于80%;丰泽区城东街道(73件)、东海街道(16件)和洛江区万安街道(9件)遗留

较多问题未处置,丰泽区城东街道(8件)对群众发起吹哨问题报到处置不及时;丰泽区华大街道和洛江区万安街道均有一条案件处置时存在弄虚作假现象。