



今天

20℃至9℃

白天多云有雷阵雨
偏南风4-5级夜间多云有阵雨
偏南风4-5级

明天

15℃至6℃

白天多云
偏西风5-6级夜间晴
偏西风4-5级

后天

14℃至3℃

白天晴
偏西风3-4级夜间晴
西南风2-3级

紫外线指数



2级

紫外线强度较弱，
对人体基本无影响，基
本不需防护。

阔别13年 维也纳广场回来了

本报讯(记者 刘达齐 文/摄)8日,道外区维也纳广场恢复工程完工投入使用。据了解,道外区维也纳广场始建于2004年,为配合地铁施工,2008年起广场部分空间被封闭占用。2021年8月地铁施工完毕后,维也纳广场修复工程随之启动,此次修复修缮了广场办公室、配电室等两处建筑,并更换了广场地面石材,恢复了广场功能,使其成为周边市民休闲娱乐的好去处。



稻浪金黄

昨天是二十四节气的寒露节气,冰城进入山花五色、稻浪金黄的季节。

哈报手机记者 李志欣 摄

今天有雨风力较大 注意添衣保暖

本报讯(记者 陈悦)哈尔滨市气象台预计,受西风槽和南来暖湿空气的共同影响,9日白天开始,全市自西向东有一次明显降雨天气。

9日白天,主城区多云有雷阵雨,夜间为主要降雨时段,过程雨量为小到中雨。降雨同

时风力较大,预计平均风力4-6级,阵风8级,偏南风。

受风雨天气影响,道路湿滑,部分时段能见度低,请大家注意交通安全,防疫人员及公众外出注意及时增减衣物,避免感冒等呼吸道疾病。

寒露时节,中医专家教养生

脚部不要受凉 多吃新鲜蔬果

□本报记者 杨艳

昨天是寒露节气,意思是气温比白露时更低。寒露时节,东北地区即将进入冬季。黑龙江中医药大学附属第一医院治未病中心负责人客蕊介绍,此时养生要养阴气、防燥邪,让机体的各项生理活动顺应自然的变化。

衣着



“白露身不露,寒露脚不露”,此时穿衣要注意保暖,尤其不要露脚。两脚离心脏最远,血液供应较少,且脚部的脂肪层较薄,易受到寒冷的刺激。足部受凉,机体抵抗力下降,病邪趁虚而入,轻则伤风感冒,重则可诱发慢性支气管炎、哮喘等呼吸系统疾病。睡前可用热水泡脚,既预防呼吸道感染性疾病,又能扩张血管,加快血流,有效预防心脑血管疾病,同时还能改善足部皮肤和组织营养,缓解和消除疲劳。

饮食



寒露时节,天气干燥,易出现口干咽燥、皮肤干涩、大便干结等,饮食上宜以温润的食物为主,也可选择有滋补脾胃、润肺养阴功效的新鲜蔬菜和应季水果,如梨、葡萄、香蕉等水果,胡萝卜、山药、冬瓜、藕、银耳等蔬菜,以及豆类、菌类、海带、紫菜等。脾胃虚弱的人,建议喝一些养胃健脾的食疗粥。

霜降节气后,宜适量多食芝麻、糯米、粳米、蜂蜜、乳制品等润燥食物;同时,应少食辛辣之品,如辣椒、生姜、葱、蒜类。

道路

哈新区文旅园内 拟建一条新路

本报讯(记者 李赫)哈尔滨新区文旅商贸园区基础设施建设工程,已经由上级主管部门批准建设,哈尔滨水务投资集团有限公司现对该项目的汕头路(西宁大街—海口大街)道路及附属工程施工和监理进行公开招标。该项目计划工期为2021年10月30日至2022年12月30日(以合同约定的工期为准)。

哈尔滨新区文旅商贸园区基础配套项目将围绕君豪义乌、滨才城等大型居住项目和弘毅学校等公共设施,启动多条道路的建设。这其中,汕头路(西宁大街—海口大街)道路及附属工程施工道路长度为459.14米,规划红线宽度(路宽)40米,规划总占地面积为1.7万余平方米。

交通

京哈高速 俩收费站临时封闭

本报讯(记者 孙莹)记者从省公安厅高速公路交通管理局获悉,为确保京哈高速(G1)长春至哈尔滨方向四车道的路面养护施工顺利完成及期间交通安全,根据相关规定,决定10月8日10时至10月20日17时经京哈高速长春至哈尔滨方向的社会车辆禁止从双城、新兴收费站驶离高速;经京哈高速去往哈尔滨方向的车辆禁止由双城、新兴收费站驶入高速。经京哈高速(G1)出省方向的车辆应正常行驶。

彩票

体彩中奖号码

- 七星彩 第21115期
537806+11
- 排列3 第21267期
700
- 排列5 第21267期
70072
- 6+1 第21077期
766036+7

福彩中奖号码

- 七乐彩 第21115期
01 05 07 09 10 16 18+03
- 3D 第21267期
175
- 22选5 第21267期
01 02 12 16 21
- P62 第21267期
521866+0