

冷空气正在南下，“秋老虎”还要吼两天

“寒露”节气长沙热破纪录，17日强冷空气或彻底终结高温



扫码看视频

节后返工以来，不少市民就被长沙的天气热到了。不过，好消息是，据中央气象台预计，一场能够赶跑南方“秋老虎”的强劲冷空气正在酝酿。10月13日至15日会有少量冷空气从副热带高压下方渗透南下，14日至15日，南方的高温将略有缓和，从大热变小热。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远

“秋老虎”继续在周末两天“火力全开”

节后的长沙热如盛夏，这可能是不少长沙市民的真实感受。10月10日，进入寒露周期，但走在城市街头仿若盛夏。从路面被太阳炙烤的热浪到市民全副武装的防晒设备，再到家中全天开启的空调，犹如“三伏天”。

截至10月10日16时，全国高温排行榜前十被湖南、江西、重庆站点包揽，其中，湖南衡东站以37.6℃位列全国第三。城市中，武汉、南昌、重庆、长沙都出现高温，均刷新了各自的最晚高温日纪录。

长沙市气象台副台长朱家亮告诉记者，高温天气主要与副热带高压异常强盛且稳定有关。预计一直到12日，长沙还会出现35℃以上的高温天气。

湖南省气象台预计，10月10日至12日白天湖南晴热依旧，局地最高气温可达38℃；明晨湘中局地有大雾，公众请注意防范，炎热程度也是同期少见。周末两天，10月11日，晴天间多云；南风2~3级；最高气温湘中以南35~38℃，其他地区30~34℃，最低气温21~25℃。10月12日，湘西、湘北多云转小到中雨，其中湘西北局地大雨，其他地区晴天间多云；湘西、湘北北风2~3级，其他地区南风2~3级；最高气温湘中以南35~38℃，其他地区29~33℃，最低气温湘北17~20℃，其他地区21~25℃。

后半程冷空气来袭，湖南今年的高温或将终结

连日的高温让长沙仿佛置身盛夏时节。长沙市气象台提醒户外工作者和老人、儿童等体质较弱人群需特别注意防暑降温，尽量避免在高温时间段外出，如果必须外出一定要做好防暑防晒措施。

不过，这样高温的天气即将迎来转折。长沙市气象台预计，下周开始，气温将开始下降，最高气温即将下降10~12℃。面对即将到来的天气“过山车”，公众需密切关注最新天气预报，及时调整着装，注意及时增减衣物，谨防感冒。

同时，中国天气网首席气象分析师信欣介绍，10月13日至15日会有少量冷空气从副热带高压下方渗透南下，因此14日至15日南方的高温将略有缓和，从大热变小热。

时间再往后推，在西伯利亚将有大量冷空气在高空横槽下方囤积，17日至19日横槽逐渐转竖，使得大量冷空气南下，可能一路推进到华南沿海。此后，南方高温明显减弱，今年的高温或将就此终结。



粉黛万姿迎客来

时下，各地粉黛乱子草正烂漫绽放，如云似霞，吸引不少游客慕名前来赏花观景。图为游客在郴州市城东新区城市花海拍照打卡。

黄建华 摄

今起全国铁路实行第四季度运行图 更加方便！长沙5个城际站可前往常德和石门



扫码看视频

三湘都市报10月10日讯

今日，记者从长沙火车站获悉，10月11日起，全国铁路实行第四季度运行图。此次调图长株潭城际铁路的先锋、洞井、湘府路、香樟路、树木岭等5站将新增前往常德、石门县北方向列车7趟，石门县北至先锋、洞井、湘府路、香樟路、树木岭列车6趟，彻底打破以往旅客需经长沙火车站中转换乘的格局，短途出行效率将大幅提升。

此次新增列车从先锋、洞井、湘府路、香樟路、树木岭站出发后，经长沙城区直达常德、石门县北。其中树木岭站作为长沙轨道交通4号线的换乘枢纽，周边配套完善，将成为城南居民跨城出行的重要集散地。

树木岭站出发后，经长沙城区直达常德、石门县北。其中树木岭站作为长沙轨道交通4号线的换乘枢纽，周边配套完善，将成为城南居民跨城出行的重要集散地。

铁路部门提示，在长株潭各城际站乘坐跨线列车时需提前购买车票、对号入座，不支持中铁银通卡和铁路e卡通。旅客朋友们可通过12306网站、12306手机App进行查询、购票。列车具体开行情况以12306官方公告为准。

■文/视频 全媒体记者 李致远
通讯员 潘梦冉 樊思琪 张琳

超级减压！湖南孩子有了专业“心理充电站”



扫码看视频

三湘都市报10月10日讯

湖南省儿童青少年的心理健康有了更专业的解压、赋能场地。10月10日上午，湖南省“2025年世界精神卫生日”主题宣传活动在长沙举办。

活动现场，依托省第二人民医院(省脑科医院)建设的湖南省儿童青少年心理科普基地正式开放，这也是湖南首家以心理健康为主题的科普馆。

三湘都市报10月10日讯

湖南省儿童青少年的心理健康有了更专业的解压、赋能场地。10月10日上午，湖南省“2025年世界精神卫生日”主题宣传活动在长沙举办。

三湘都市报10月10日讯

湖南省儿童青少年的心理健康有了更专业的解压、赋能场地。10月10日上午，湖南省“2025年世界精神卫生日”主题宣传活动在长沙举办。