



享受暖阳

11月16日，长沙24℃暖阳当空，梅溪湖草坪被露营帐篷“攻占”，大朋友小朋友都出来享受阳光，十分惬意（图①②）。岳麓山菊花展也吸引了不少市民前来打卡（图③）。不过，明起降温来袭，市民朋友注意保暖。

谢佳燊 羊咪米 摄

最低跌至1℃！下半年首场寒潮已发货

湖南将现“断崖式”降温，气温大面积创新低，提醒公众适时调整着装，谨防感冒



扫码看视频

11月16日，据中央气象台消息，今年下半年的首场寒潮已经正式登场，正在自西向东横扫我国大部分地区。湖南的小伙伴周日还能在户外享受温暖的阳光，17日，寒潮将携大风降温，上演天气“大变脸”。

长沙市气象台16日15时31分发布寒潮蓝色预警信号：预计湘江新区、雨花区、天心区、芙蓉区、开福区、长沙县、望城区、浏阳市、宁乡市未来48小时气温降幅将达8℃以上，最低气温降至4℃以下，并伴有7-9级大风，请注意防范。记者了解到，这也是长沙市气象台今年下半年发布的首个寒潮蓝色预警。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远

短袖、卫衣、棉袄、羽绒服……这是周末两天长沙街头大家的穿搭。11月16日下午，长沙市最高气温站上了25℃，很难想象，在11月中旬，仍有部分地区开着冷空调。“这两天还是有点暖，店内都开了冷气。”长沙某咖啡店老板说。

然而这温暖的周末过后，下半年首场寒潮即将来临。这股寒潮的威力不容小觑，将一举逆转全国大部冷暖格局，气温会纷纷降至常年同期偏低水平，并大面积刷新下半年以来新低。

湖南省气象台预计，16日晚至18日受强冷空气南下影响，有次寒潮天气过程，其中湘西北高海拔山区局地有零星小雪。届时，全省大部地区将创下下半年以来气温新低。尤其是17日，湘北最低气温1~4℃，其他地区4~6℃。相较于16日，最大气温降幅超10℃以上。

湖南省气象台首席预报员周慧表示，17日开始，降温范围将迅速南扩至南方大部。18日，降温

重心转向长江以南，湖南大部地区的最高、最低气温低点将大多出现在18日或19日。

由于冷空气南下速度快，抵达南方时仍能保留相对强的实力，因此不仅北方有大风，南方也会出现大风，浙江、江西、湖南、广东、广西等地部分地区风力同期较强，公众需防范高空坠物。

展望后期，本次寒潮降温虽然猛烈，但来去匆匆，18日开始北方气温又会大幅回升，19日至20日多地气温将转为较常年同期持平或者偏高，而且最高气温波动幅度明显大于最低气温。例如长沙16日最高气温还将有25℃，17日就会降至11℃，21日再度回升至19℃，气温起伏如坐过山车。

周慧提醒，公众请根据天气变化适时调整着装，谨防感冒。此外，需防范湘北湘东霾天气造成的低能见度、17日高海拔山区雨雪天气造成道路湿滑等对交通出行安全的影响。

健康

羽绒服如何穿更保暖

眼下，我们已进入冬季的第一个节气立冬。尽管湖南尚未开启入冬进程，但随着本轮寒潮天气来临，不少地区的温度降至个位数以下，体感温度明显下降。天气越来越冷，羽绒服怎么穿更保暖？记者进行了梳理。

首先，需保持适度蓬松。天再冷，也不要采用多层紧紧包裹的穿搭法，这会让衣服间的空气变少，无法隔绝冷空气，也会限制血液循环，保暖效果反倒不好，适度的蓬松更有利于保暖。同时，大风天，羽绒服加外套更抗风。遇到气温不低但风力较大的天气时，薄款羽绒服可能出现透风情况，可以在外搭上防风外套，既保暖又不会太厚重。

此外，穿着封闭性强的羽绒服更保暖。衣服的

领口或下摆宽大，容易让热量流失，可尽量选择小领口、立领，袖口、下摆为收口式设计的羽绒服。

身处湖南的我们，湿冷天气选对内搭很重要。内搭中间层需保持干燥，尽量避免选择棉质这种易吸水的材料，贴身可选择莫代尔、合成纤维等材质的保暖内衣，中间层穿羊毛衫、抓绒衣、羽绒马甲等。

湖南省气象台首席预报员周慧提醒，此次寒潮过程影响范围广，降温可波及我国大部地区，同时北方大风相伴，风寒效应会进一步加剧寒冷感，压箱底的羽绒服要及时找出来了。希望小伙伴们及时穿上羽绒服，巧用穿搭小技巧，寒潮来袭不发抖。

连线

岳麓山秋色正浓 菊香伴野果引客来

三湘都市报11月16日讯

11月中旬的长沙岳麓山迎来秋季游览高峰。据景区官方预约通道显示，15日单日客流突破3万人次，16日约4万人次。记者实地探访发现，当前景区红枫、银杏已进入最佳观赏期，叠加第二十一届菊花展启幕，步道游客密集，热门打卡点需错峰等候。

4万盆菊花遍布7大展区

11月16日，阳光明媚，记者沿索道线路观察发现，271棵古枫香树叶片从浅橙渐变为深红，与云麓宫前千年银杏的金黄形成对比。阳光穿过枝叶形成斑驳光影，不少游客停下脚步拍摄这一“红金交织”的秋景。

在东大门入口处，造型独特的菊景前排起长队，游客有序轮换位置，用手机记录菊花形态。“今年菊花品种多，特别是‘绿朝云’，花瓣层层叠叠像玉石雕的，很特别。”来自长沙县的周女士向记者展示照片时表示，她特意选周末早间错峰前来，“没想到人还是不少，能看出秋色受欢迎程度”。

菊展共布置了4万盆菊花，涵盖86个品种，除响鼓岭主展区外，爱晚亭、索道上下站等7处分展区各有特色，“枫菊共舞”“金秋菊韵”等主题景观将菊花与秋景结合。在爱晚亭旁湖畔，白菊倒映水中与红叶相映，不少游客驻足观赏，部分摄影爱好者架起三脚架拍摄。

步道野果引捡拾

在爱晚亭至云麓宫的步道上，柑橘、柚子、柿子、南酸枣树挂满果实，部分成熟果实自然掉落，吸引游客捡拾。市民高女士捡起一枚落地橘子放进布袋，对记者说：“每年秋天来捡野果，晒干了当摆件，能留纪念又不破坏树木。”她同时提到：“安全第一，野果看是好看，但不确定能不能吃，不会随便尝。”

记者注意到，步道边的枫树正值观赏期，巴掌大的枫叶随风飘落。不少游客捡起完整的叶片，有的夹进笔记本当书签，有的用钢笔在叶片上写寄语或诗词。在景区文创店，刚选购完文创的王女士手持一片枫叶。“把岳麓山的秋天‘装’进钱包和笔记本，回去给朋友当伴手礼，比普通纪念品有心意，他们能感受到这里的秋意。”王女士说。一对情侣互相在枫叶上写对方名字，再放进透明手机壳中。“这样每次翻手机，都能想起在岳麓山的这个秋天”。

■文/视频 全媒体见习记者 羊咪米