

# “超长”三伏虽结束，秋天仍要再等等

## 29日前阴雨为主 虽然气温降低，但我省还未达入秋标准

本报8月26日讯 从7月17日至8月25日，40天的“超长版”三伏天终于结束了。处暑已过，三伏天也结束了，我省恰好又受热带低压影响，暴雨“抢镜”，气温降低，天气着实凉爽。那么，气象意义上的秋天还需多久到来？省气象局表示，从短期来看，还不会达到入秋标准。

### 40天，27次高温预警

周六，即25日，是今年三伏天的最后一天。从7月17日至8月25日，今年的三伏天可谓“超长版”，持续了40天。

在超长待机的三伏天里，我省自南到北、自东到西经历了大范围、长时间的高温炙烤。

记者从湖南省突发事件预警信息发布中心了解到，从7月17日开始到8月25日结束，省气象台共发布27次高温预警，其中7月17日至31日连续15天高温预警不间断。

纵观全国，如果从今年“入伏”的前三天(7月14日)开始，一直到8月15日，中央气象台连续33天发布高温预警，全国大范围的高温持续超过一个月的时间。尤其是在今夏的高温热浪中，往年夏天相对清凉的东北地区也未能幸免。

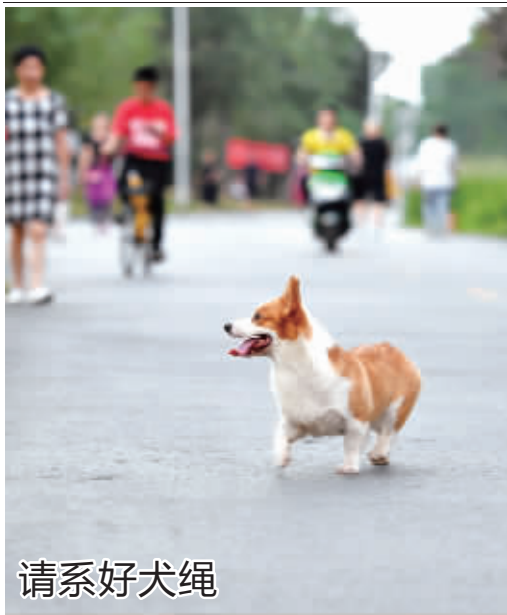
### 虽然凉爽，暂未入秋

三伏天过后，暴雨接踵而至。

受热带低压影响，株洲、永州等多地迎来降雨。高温天气解除，久违的凉爽再次回到人们身边。这也让不少人以为秋天终于要来了。

据介绍，气象学上通常以连续5天日平均气温值低于22℃的开始时间作为进入秋天的标志。

省气象局专家表示，由此看，我省暂时还没有达到入秋标准。短期来看，也并没有强冷空气迹象。



请系好犬绳

8月25日傍晚，长沙市湘江风光带湘江世纪城段，不少遛狗的市民任由狗在路上乱跑。7月初，长沙市公布了《养犬管理条例(草案)》，规定养犬人在严格管理区携犬外出时要用犬绳牵领犬只，犬只必须佩戴智能犬牌，明确主人信息等，但大多数市民没有遵守规定。

记者 田超 摄影报道



## 长沙一社区探索“居家养老”新模式 边玩边学，做个快乐“老顽童”

本报8月26日讯 随着老龄化社会问题的突出，养老需求越来越大，居家养老形式普遍受到关注。8月24日，记者来到长沙市开福区望麓园街道富雅坪社区，20余位老人正在社区活动室内唱起大合唱，幸福之情溢于脸上，而这只是该社区“老顽童”居家养老的缩影。

富雅坪社区是一个老社区，辖区60岁以上老人有1805人。在之前，老人们几乎很少外出活动，今年8月，社区发起以玩乐养老为核心的“老顽童”社区居家养老新模式，请有才艺的老人当老师，通过开展摄影、声乐、走秀、阅读等多项课程，确保周一到周五不重复，让老人们在快乐中学习新知识，在玩耍中结交新朋友。据介绍，这也是开福区首个以玩为主的

家门口养老新模式。

“短短一个月已经有100余人加入到我们的队伍中。”66岁老人洪曼如开心地说。在她看来，“老顽童”让大家聚集在一起学习玩乐，生活更有意思了。一堂堂“快乐学吧”课，教会大家使用微信及网购。“社区好多老人都让我帮忙网购哩，现在微信很方便，大家能随时交流，也化解了不少家庭的矛盾。”60岁老人张云对于活动赞不绝口。

“这种以社区为家的居家养老模式，让大家在玩乐中度过老年生活，也让社区更加和谐。我们将邀请更多老年朋友加入进来，让老人们晚年生活更加精彩。”社区工作人员说。

■见习记者 石芳宇 通讯员 朱秀文

## 每天6瓶啤酒治失眠 39岁全职妈妈染酒瘾

本报8月26日讯 39岁的全职妈妈李女士因为睡眠不好，近5年来每天需要喝2-6瓶啤酒后才能入眠。最近2年，她却发现自己染上了酒瘾，不喝酒就心慌、手抖、出冷汗、情绪不佳。8月24日，记者从湖南省第二人民医院酒瘾网瘾科了解到，经过系列检查，医生诊断李女士患上了“酒精依赖综合症”。

“自从那一次我无意中发现了喝了酒后睡得特别沉，不做梦，我就喜欢上了用喝酒来改善睡眠……”一谈起酒精成瘾的原因李女士后悔不已，“起初，我每天是喝一瓶啤酒，头晕乎乎了就可以睡着，后来，必须要喝6瓶左右的啤酒才行……”

李女士回忆，自从7年前自己用啤酒来改善睡眠后，酒量越来越大，酒瘾也加重，每天送完孩子上幼儿园后就想喝酒，上午、下午、晚上不分时间且经常喝醉。同时她脾气也越来越大，对生病的丈夫不能包容，无法完成家务及照顾孩子。

“我知道喝酒不好，也试着戒过酒。”李女士说，自己尝试过短期的戒酒，但只要一停下喝酒就会心慌、手抖，出冷汗，还情绪低落。“但是，只要把酒一喝症状就消失了。”

专家表示，近年来女性酒瘾患者增多，社交酒局增加、职场压力大喝酒减压、偏信红酒美容等是原因。酒瘾对身体和精神伤害都巨大，需要及时治疗。

■记者 李琪 通讯员 饶曼娜 徐珊

## 预测

### 29日前阴雨为主

据实况统计显示，25日08时至26日08时，长沙、株洲等湘东地区多云，部分地区出现阵雨或雷阵雨，其他地区以晴天到多云天气为主；最高气温大部为32~34℃。

湖南省气象台预计，27日白天：湘西州、张家界、常德及怀化北部多云间阴天，有分散性阵雨或雷阵雨，其他地区阴天有小到中等阵雨或雷阵雨，其中永州、郴州部

分大雨，局地暴雨；最高气温湘西北29-31℃，其他地区26-28℃，最低气温湘西20-22℃，其他地区22-24℃。27日晚到28日白天：阴天有小到中等阵雨或雷阵雨，其中湘南部分大雨，局地暴雨。28日晚到29日白天：阴天有小到中等阵雨或雷阵雨，其中湘南部分大雨，局地暴雨。

■记者 李成辉 通讯员 张倩

## 延伸

### 明、后年仍将有“超长版”三伏

26日，长达40天的三伏落下帷幕。记者了解到，其实这已经是我国连续4年遭遇40天的三伏，而且这样的“超长版”还将再持续两年。

据了解，“三伏”的具体日期是由节气的日期和干支纪日的日期相配合来决定的。庚，在天干中排列第七，在与五行搭配中属金，金怕火，在数伏天气中逐日消减，因此古人以庚日来计“伏”。

初伏和末伏都是10天，中伏天数不固定。当夏至与立秋之间出现4个庚日时，中伏为10天；当出现5个庚日时，中伏为20天。“今年夏至到立秋有5个庚日，因此今年的中伏是20天。”天文教

育专家、天津市天文学会理事赵之珩说。

赵之珩指出，统计显示，从2015年至2020年，连续6年的三伏都长达40天。这一纪录到2021年被终止，这一年的三伏为30天。

天文专家表示，伏天和整个夏季究竟有多热，是由大气环流背景，副热带高压的位置、强度和控制的时等多种气象因素造成的，因此，40天的伏天的夏季不一定比30天的伏天的夏季要炎热。

保健专家提示，出伏后，虽然天气逐渐凉爽，但白天有时仍然很热，特别是久晴无雨时，因此，公众还要继续注意防暑降温。

■据新华社

## 出38元就能获苹果手机？小学生被骗4000余元

本报8月26日讯 株洲一名六年级学生小丽在QQ中看到一则广告，称只要38块钱邮费，就能免费获得苹果手机，于是联系了对方，待支付邮费后，对方不仅没有给她手机，反而以各种名义不断让其打钱，共骗取其4000余元。近日，株洲警方破获该起案件，并通报了相关情况。

据小丽的家长介绍，7月31号，小丽在聊QQ时看到一名QQ好友的空间里有一条“你出38块钱邮费，商家免费送最新款苹果手机”的广告，于是就添加了对方的QQ。

简单聊了几句后，她马上用家人手机支付给了对方38元，但对方随后以需要购买激活码、关税、保证金等名义，不断让小丽打钱。

信以为真的小丽按照对方的要求，通过充值Q币、支付宝转账等方式，支付了4735元，结果被告知还要支付5000元的押金，这才意识到自己被骗了。

随后，小丽的家人向荷塘公安分局刑侦大队报案，民警随即立案展开侦查。经调查发现，该广告由一个四川成都的QQ号发布。民警随即赶赴成都，在当地警方的配合下，找到了发布该诈骗广告的窝点，现场抓获5人及老板林某。

目前，林某已被警方依法刑事拘留，案件还在进一步办理之中。民警提醒，天上没有掉馅饼的事，对于网上那些来历不明的广告，市民不要相信，谨防上当受骗。

■记者 杨洁规 通讯员 刘肖翔 段光亮