



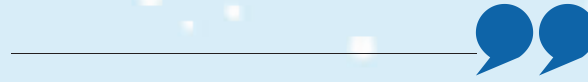
高温橙警拉响，冰雪乐园火了

长沙多个真冰滑冰场、冰雪乐园人气满满 部分场馆需提前预定门票

7月15日16时，省气象台发布2021年首个高温橙色预警，显露出“火炉”的本色。炎炎夏日，如果能裹着厚厚的滑雪服、脚踩雪地靴穿梭于“动感”地带，与冰雪来一场亲密约会，是不是别有一番滋味？

三湘都市报记者走访发现，“冰雪消费”成了爆款。长沙多个真冰滑冰场、冰雪乐园人气满满，有的正处于满负荷接待状态，游客需要预约后方可入园。

■记者 黄亚苹 实习生 黄依婷 廖晓阳 视频剪辑 黄依婷



【体验】
在冰雪世界感受夏日清凉

“唔，好冷！大夏天来滑雪真的太爽了。”7月15日中午，长沙市民廖小姐刚走进湘江欢乐城欢乐雪域，不禁用双手捂住耳朵，抵御-5℃场馆内的阵阵凉意。

不远处的初中级滑雪道上，数名身着厚重滑雪服、手持滑雪杖的孩子们，在滑雪教练的指导下踉踉跄跄地滑行着。尽管他们的滑雪姿势不算娴熟，不时还会摔倒在地，但脸上都洋溢着笑容，享受着炎炎夏日中这份特殊的清凉。

“如果周末来，雪道旁的缆车、滑道都会排起长队。”一名经常来此滑雪的消费者调侃道，滑雪这项小众运动逐渐大众化，用滑雪圈的“行话”来说，滑雪这项运动也坐上了“青云直上”的超级缆车。

此外，在长沙国金中心地下二层的大零长沙IFS溜冰场同样迎来了客流高峰。尽管该溜冰场以1.5元/分钟的价格收费，仍吸引一群“冰刀上的舞者”们在近千平方米的冰面上嬉戏。购买了陪同票的家长们，坐在一旁享受着从冰场渗出的凉爽气息。

【热门】
游客翻番，“冷经济”火了

“作为一个室内面积达3万平方米的超大冰雪王国，在暑期已开放夜场，营业时间延长至晚上9点30分。”湘江欢乐城营销演艺部演艺主管陈维介绍，欢乐雪域正处满负荷接待状态，日均客流量约3000人，建议市民提前预定门票。

另一家滑雪场的负责人介绍，因滑雪场主打家庭亲子消费，游客中不乏从浏阳、宁乡等周边城市的市民，“除了日常游玩，滑雪场也开设了单板、双板滑雪培训，付费学习新技能的市民也在一直增加。”

随着“带动三亿人参与冰雪运动”工作不断推进，冰雪运动产业正被纳入湖南省加快发展健身休闲产业的总体规划。根据《湖南省全民健身实施计划（2016-2020年）》的有关布局，湖南省正在具备条件的地区建设冰世界冬奥文化广场，并将有计划地建设一批公共滑冰馆、室外滑冰场和滑雪场等冰雪运动场地。新华社便在有关报道中指出，湖南省冰雪场馆全年接待人数40万左右，单次体验式的周末休闲游模式为主，冰雪运动仍处于市场培育期。



在湘江欢乐城欢乐雪域内，市民正在享受清凉夏日。湘江欢乐城供图



天气

我省发布高温橙警：局地将超39℃

据省气候中心统计，截至7月14日，本次区域性高温过程持续时间已经10天，平均高温强度36.7℃，平均高温影响范围11.53万平方公里，综合强度指数在1961年以来135次区域性高温过程中排序第29位，综合强度等级为“强”。

省气象台7月15日16时发布今年首个高温橙色预警：预计15日20时至16日20时，长沙、株洲、湘潭、衡阳、邵阳、岳阳东部、益阳西南部、郴州、永州、怀化西北部、娄底地区将达37℃，局部达39℃以上，请做好防范。

提醒

桑拿天牢记“三多两少”

高温热浪在全球造成的死亡人数远高于龙卷风、洪水、强风暴等灾害，“热死人”真不是开玩笑的。牢记“三多两少”五要点，巧妙应对桑拿天。

多通风：保持周围环境自然通风，不要在空调环境中呆的时间过长。

多喝水：尤其出汗多时，要喝一点淡盐水。

多休息：有规律地生活和工作，增强免疫力。

少外出：避免在10-16时这一气温最高时段外出，切忌长时间暴露在太阳下。

少耽误：一旦出现头晕、恶心、胸闷等中暑早期症状，应立即休息，并喝凉水降温，病情严重的立即到医院治疗。 ■记者 李成辉

南北方高温“比拼”：闷热VS干热，“蒸桑拿”完胜
“蒸桑拿地图”来了，湖南热力如何

最近，南北方一同开启高温模式，北方炙烤，南方焖蒸。干热湿热谁更热？

中国天气日前在微博发起《干热和闷热哪个更难受》投票，结果显示，3.2万位网友选择了“闷热蒸桑拿”，占比高达八成，而选择“日晒烧烤”网友仅有两成左右，“闷热蒸桑拿”可谓碾压式获胜。

同样是热，为什么大家觉得“闷热”比“干热”更难受？

国家气象中心副首席预报员张峰解释，桑拿天之所以让人如此难受，主要是因为人体内的热量无法及时散播出去。天热时，人体通过出汗来降温，因为汗液蒸发吸热，带走身体的热量。当周围环境的湿度大时，汗液的蒸发速度会大大降低，而风速小会导致空气的流动速度小，

使得皮肤周围保持高湿环境，更不利于蒸发。

省气象台气象专家表示，从理论换算来说，气温37℃配合相对湿度28%造成的体感温度约等于气温32℃配合相对湿度60%造成的体感温度。也就是说，桑拿天并不等于高温，当气温达到35℃即可判定高温，相比之下，桑拿天对气温的限定略低，需要综合考虑气温、相对湿度、风速三个因素。

根据中国天气网日前发布的全国蒸桑拿地图显示，海南、广东、福建等地为桑拿天“打卡”最频繁的区域，年均桑拿天数超过45天；湖南、湖北等地经历闷热的日数次之，年均均在30天以上。

■记者 李成辉 实习生 朱玲 通讯员 罗丹 张婷婷 张成成

服务

66家暑期免费开放场馆开启预约

近日，长沙市体育局公布2021年暑期向中小學生免费开放游泳场所和开展体育项目免费培训有关事项。7月19日至8月27日，长沙将有66个培训场馆免费向中小學生开放，这也是长沙市政府购买服务的第13个年头。

除23家游泳馆外，免费培训项目还包括足球、篮球、乒乓球、羽毛球、网球、排球、体育舞蹈、棋类、击剑、滑雪等10个项目。7月16日零点，市民可在“我的长沙”APP预约。

盘点

长沙这些地方可滑冰滑雪

- 大零溜冰场(IFS国金中心店)
地址:解放西路188号IFS国金中心B2层
- 悦飞溜冰场
地址:井湾路79号金领家族b栋
- 欧悦滑冰俱乐部
地址:湘府中路18号德思勤四季汇购物中心L4
- 长沙冰雪世界
地址:开福区三一大道浏阳河东金鹰文化城内
- 雪猴俱乐部室内滑雪训练馆(乐运魔方店)
地址:经开区凉塘路三一工业园8号乐运魔方
- 湘江欢乐城欢乐雪域
地址:岳麓区潭州大道二段168号
- 三只熊冰雪王国
地址:天心区西湖大道西湖小区
- 奥山冰场(梅溪湖步步高店)
地址:麓谷街道步步高梅溪湖商业中心D区购物中心225号

微信连连看

夏天安全节约用电
小妙招看过来

炎炎夏日，每天空调、冰箱、电风扇等各种电器齐上阵，交电费的时候就是各种心疼啦。扫码看你的电费到底花在哪里了？要怎么做才能省电呢？此外，小编还准备了一份安全用电指南。

