



今天市区天气

多云,局部阴有雷雨或阵雨
南风4-5级,雷雨地区雷雨时
阵风7-9级
18~29℃



明天市区天气

阴
南风转东北风3-4级
22~26℃



后天市区天气

中雨转多云
南风转偏西风3-4级
20~28℃

今天局部雷雨 市区最高气温29℃

本报讯(YMG全媒体记者 纪殿国)今天多云,南部地区阴,有雷雨或阵雨,南风为主,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。明天多云转阴,局部有阵雨或雷雨,局部有雾或轻雾,南风转东北风。后天阴,有雷雨或阵雨,局部中雨,南风转偏西风,雷雨时阵风7-9级。

烟台市气象台12日发布天气预报:
烟台市区,13日白天,多云,局部阴有雷雨或阵雨,南风4-5级,雷雨地区雷雨时阵风7-9级,最低气温18℃,最高气温29℃。
14日,阴,南风转东北风3-4级,22~26℃。
15日,中雨转多云,南风转偏西风3-

4级,20~28℃。
烟台各区市,13日白天,多云,南部地区阴,有雷雨或阵雨,南风,沿海及内陆4-5级,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。最低气温,沿海18℃,内陆16℃;最高气温,沿海29℃,内陆31℃。
13日夜間到14日白天,多云转阴,局

部有阵雨或雷雨,局部有雾或轻雾,南风转东北风,海面5-6级,沿海及内陆3-4级,19~33℃。
14日夜間到15日白天,阴有雷雨或阵雨,局部中雨,南风转偏西风,海面5-6级,沿海及内陆3-4级,雷雨时阵风7-9级,19~31℃。



满月

6月11日,一轮满月如银盘般悬在天幕边缘,将疏星点缀的夜空晕染出朦胧的诗意。

张建 摄



近日,鲁东大学生命科学学院170余名学子走进昆嵛山,先后在罕石村、单耳山村开展生态实习和研学。他们辨药材、攀山径、采野茶、测群落,开启了一场别开生面的生态实习和自然教育之旅。

YMG全媒体记者 信召红 摄

莱山区创新开展环保主题教育活动



本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜 通讯员 张萌 王永平 摄影报道)近日,莱山区综合行政执法局联合凤凰社区走进区实验幼儿园,开展“垃圾分类进校园”主题宣讲活动。通过知识宣讲、趣味竞赛、宣誓仪式等,将环保理念与传统文化有机结合。

活动中,蓝天环境讲师采用生动形象的PPT演示,为小朋友们讲解垃圾分类知识。针对幼儿认知特点,讲师创新采用了“动物爱吃啥”的类比教学法,将四类垃圾桶拟人化为不同的小动物,帮助孩子们快速掌握分类要领。“蓝色垃圾桶像大海龟,最爱吃可回收的报纸和塑料瓶!”一位幼儿兴奋地向小伙伴分享学到的知识。

活动最后,40名幼儿庄严宣誓成为“环保小卫士”,并用稚嫩而坚定的声音承诺:“垃圾分类,从我做起!”

空调怎么用省电?

入夏之后,多地气温逐渐升高。大热天里,空调成为消暑“利器”。

虽然空调好用,但错误的使用方法很有可能让它成为家里最费电的电器。

晚上睡觉这样开空调 舒服又省电

夏天空调到底应该开多少度?怎么用空调才最节能舒适?

此前,湖北省标准化与质量研究院资环所所长黄荣接受采访时建议,夏天白天将空调温度设置在26℃,晚上可以设置在28℃,既省电环保,体感也舒适。

因为晚上的气温有三个不同降温的体感:

1.晚上10点-12点,人体在活动阶段体温比较高,空调设置26℃是十分舒适的;

2.凌晨2点-3点,身体已进入睡眠状态,体温也会下降一点,这时再开26℃就会感到冷了;

3.凌晨4点-6点,我们就会感到冷得不行,所以晚上空调开26℃是不适合睡觉的。

因此,晚上睡觉的时候空调开到28℃是最舒适也是最省电的!

想要健康吹空调 记得做好这8点

分享给大家几个夏季使用空调的小妙招:

1.定期清洗空调。长时间不用的空调在使用前最好及时清理。建

议每半个月清理一次滤网,一来是为了获得更洁净的空气;二来长期使用后,滤网上面会聚集灰尘,导致进气和出气不畅,降低空调的性能,耗电量也会增加。

2.避免骤冷骤热。我们机体的适应力是有限的,如果从很热的环境突然进入到空调房内,或从空调房内突然进入很热的环境,机体容易出现免疫功能紊乱、免疫功能低下等问题。

3.晚上空调调成睡眠模式。睡觉时可以将空调设定为睡眠模式。睡眠模式会在睡眠期间逐步调高温度,既能避免睡眠时人体着凉感冒,又可节省电能。以常用的设定6小时来计算,整晚可提高约3℃;再搭配定时关机,如早上6点起床,则5点左右即可关机,既能利用室内余温保持凉爽,还能节省不少的电费支出。

4.风向朝上更制冷。开空调制冷时,最好把空调风向调为朝上,让冷空气由上而下循环。冷空气一般会向下走,热空气向上走,这样利用冷热空气自身的物理特性,会达到均匀舒适的室温。

5.避免直吹身体。避免冷风直吹身体,尤其是头面部、膝盖、小腹、

腰部等对温度比较敏感的部位。如果直接对着头颈部吹,头皮温度下降,容易引起脑血管收缩,对于有脑血管疾病的老人而言,严重时可能诱发中风。

6.空调的出风口前放盆水。空调会将室内水分抽走,使空气变干燥。尤其是相对干燥的北方,人长时间待在空调屋里,口鼻、眼睛很容易变得干涩、酸胀。不妨在空调的出风口放盆水,能有效缓解干眼症状。

7.每天也要适当开窗通风。每天早晚开窗通风半小时以上,有助于保持室内空气新鲜,补充氧气,排出二氧化碳和其他有害物质。

8.老人也要及时开空调。老人可能在“不觉得热”的情况下出现“隐性中暑”。随着年龄升高,老年人的皮肤温度感受器敏感性下调,对外界的温度、湿度的体感变得不明显,所以即便室温偏高,他们也可能感觉不到很热。

长期处在高温高湿、不通风的室内环境,很容易出现脱水、散热不佳、体内电解质紊乱的症状,从而中暑。因此应该及时开空调,并保持室内适当通风。

本报综合

老于帮办 天猫家电

免费为市民清洗家电

咨询电话: 18660548841 13176911881

天一蜂蜜

天一蜂业甘肃合水养蜂基地所产的优质槐花蜜喜获丰收,首批新蜜现已上市。

为回馈广大消费者30余年来对天一蜂业的支持与信赖,特推出优惠活动:纯正槐花蜜售价20元/500g。因产量有限,建议有需求的顾客及时选购。

同步供应:二日龄蜂乳、油菜花蜂王浆、槐花浆。

承诺:如发现掺假行为,按售价十倍赔偿。

地址:亚细亚后楼天一总店

电话:13806388092

二马路店:

天鸿凯旋城交通银行西50米天一蜂业

电话:15106558652