

今天早知道

重启升温模式

本周末我市最高气温升至20℃以上

本报讯（记者马翔）随着本轮冷空气短暂影响过后，大幅升温已经开始酝酿。根据最新气象数据显示，本周末我市最高气温将上升至20℃以上，但是昼夜温差仍较大，需要做好防范。

广西气象台数据显示，本轮冷空气给桂北大部带来了明显降温和大风天气。从实时变温图来看，桂北普遍降温2℃~6℃，局地达7℃~9℃。比如资源，1月14日下午4时的气温为20.2℃，但15日下午4时的气温就只有11.7℃，气温降幅达到8.5℃。降温同时伴随大风过程，连续两天我市都刮起了3-4级偏北风，阵风最大风力达到6-7级。

根据最新天气预报，预计未来几天，我市将持续晴朗干燥天气，白天在暖阳的照射下，大部最高气温将逐日回升至20℃以上。但是夜间到早晨，受晴空辐射降温影响，白天储存的暖意会快速流失，气温将快速下降，最低气温在个位数，高寒山区甚至只有0℃左右。

具体预报为：1月17日，我市大部晴天，气温7℃~20℃。1月18日，我市大部晴天，气温7℃~23℃。1月19日，我市大部晴天，白天最高气温持续走高至24℃，夜晚仍只有8℃。

气象专家表示，眼下昼夜温差较大，白天和夜晚

呈现两季气温，高寒山区和桂北部分地区，将有冰冻或霜冻出现，请市民继续注意防寒保暖措施。在使用液化气、煤炭等进行烧水、做饭、洗澡、取暖时，一定要注意保持室内通风，避免一氧化碳中毒。

此外，需要注意的是，桂北持续降雨偏少、干燥的天气基调，森林火险气象等级将持续走高，防火意识不能松懈。日常切勿将火种带入林区，不要在林区野炊、烧烤等，避免引发火灾。

城市表情

快讯

桂林外环高速公路 漓江特大桥拱肋合龙

本报讯（记者林扬 通讯员梁艺新）1月15日，随着桂林外环高速公路漓江特大桥最后一节拱肋顺利安装到位，漓江上最长最大桥梁雏形初现，如彩虹般横卧在碧水青山中。

据悉，漓江特大桥位于灵川县境内，全长717米，其中主桥为190米下承式钢管混凝土系杆拱桥，单条拱肋分为8个节段，全桥共16个节段，最长节段约29.64米，最重节段达67.84吨，是整个桂外高速项目的重点控制性工程，拱肋节段采用“缆索吊装+斜拉扣挂”施工工艺进行安装，建造难度大、技术水平高。

目前，桂林外环高速公路全线13座隧道全部进洞施工，涉铁工程也进场开工，各个关键节点按计划展开，为本项目按期完成任务打下了良好基础。

阳朔20个重大项目 集中开竣工与签约

本报讯（记者韦彦青 通讯员钟玲丽 唐一平 陈泽芃 陈曦文）近日，阳朔县在桂林千古情大道旁举行2025年第一批重大项目集中开竣工和签约活动。

此次集中开工项目10个，总投资20亿元，包括阳朔县木浪岗水库扩容工程、桂林遇龙河体育公园及全民健身中心等一系列关乎民生福祉与生态环保的项目。

集中竣工的8个项目总投资17亿元，主要涉及文旅产业、市政设施、公共服务设施等，包括集购物、餐饮、娱乐为一体的海旅免税·阳朔奥莱一期项目，制造加工项目阳朔竹木加工产业园以及城西区排水防涝设施建设项目、桂东北天然气环网桂林阳朔段等基础设施项目。现场签约项目2个，总投资高达21亿元，旨在全力打造个性化沉浸式旅行体验，反映了文旅行业的新业态新趋势。

欢欢喜喜迎新春



喜气洋洋

随着春节临近，市区一些商场都布置了别具一格的摆件，烘托节日气氛。图为1月16日中午，一位市民在摆件旁拍照。

记者邢刚 摄

实用新闻

专家提醒：“三九”时节应警惕“冬病”高发

新华社天津1月15日电（记者张建新 栗雅婷）“三九”是一年中寒冷的时节，与气温下降关系密切的“冬病”也进入高发期。专家建议应预防心脑血管疾病、呼吸系统疾病，日常注意保暖、多饮水、保证睡眠充足。

天津市第一中心医院全科医学一科主任医师王小飞表示，人体呼吸系统、心脑血管系统对气温变化最为敏感，每年1月至2月初，特别是寒潮来袭前后，冠心病、脑梗死等心脑血管疾病以及慢阻肺、哮喘等呼吸系统疾病均处于高发态势，相关病例有所增加，中老年患者占比较高。

王小飞建议，冬季应对心脑血管疾病、呼吸系统疾病提高警惕，日常应注意保暖，保证睡眠充足。北

方室内外温差较大，加之天气干燥，要保证每日饮水量。

老年人、孕产妇、婴幼儿和患有心脑血管系统或呼吸系统疾病等基础疾病的人群，应尽可能减少冷热环境反复交替的刺激，密切关注身体状况，一旦出现不适，应及时就诊。慢性病患者则需坚持服药，积极控制基础病，日常应勤测血压、血糖，出现异常波动要及时就医。

此外，冬季天气寒冷，进行体育锻炼也应格外注意。专家提示，冬季锻炼应量力而行、循序渐进，避免过度劳累，注重运动前热身和结束后的放松活动，运动过程中也需注意适度保暖。