

深阅读



重庆昨日再发“高温红色预警信号”
预计明晚到后天下雨降温

热情不减 坚守不退

17日,重庆市气象台连续第三天发布“高温红色预警信号”:预计渝中、沙坪坝、大渡口、江北、九龙坡、南岸、两江新区、高新区、渝北、北碚、巴南、潼南、合川、大足、铜梁、璧山、荣昌、永川、江津、綦江、长寿、垫江、涪陵、丰都、忠县、梁平、万州、开州、云阳、奉节等31个区县海拔400米以下地区,日最高气温将升至40~42℃;城口、巫溪、巫山、南川、武隆、彭水、石柱等7个区县海拔600米以下地区日最高气温将升至37~40℃

截至17时,我市大部地区晴间多云,午后东北部地区出现阵雨或雷雨,开州、城口等2个区县的5个雨量站达暴雨;全市包括江北、九龙坡、开州、云阳、奉节、彭水等21个区县最高气温突破40℃!晴热暴晒模式依旧,紫外线强烈,街头市民防晒装备纷纷亮相。

重庆市气象台预计,17日夜间到19日白天,我市大部地区晴到多云,部分地区有阵雨或雷雨,大部地区日最高气温37~39℃,局地可达40~41℃。19日夜间到20日白天,中西部地区阵雨或雷雨,局地大到暴雨(30~60毫米),部分地区高温天气将得到缓解。

——天气预报——

今天,大部地区晴到多云,东部部分地区有阵雨或雷雨,气温23~40℃;中心城区:晴到多云,气温32~40℃。

明天,大部地区晴到多云,部分地区阵雨或雷雨,局地大雨(25~35毫米),气温22~40℃;中心城区:多云,有分散阵雨,气温30~37℃。

后天,中西部地区阵雨或雷雨,局地大到暴雨(30~60毫米),其余地区多云有分散阵雨,气温22~37℃;中心城区:阵雨或雷雨,气温27~34℃。

上游新闻-重庆晨报记者 石亨 实习生 陈鑫

高温下的坚守 火情瞭望者

“呼叫平安法治办!天险洞村龙塘湾山林发现浓烟,请马上派人到当地排查烟点、火点……”7月17日上午9点过,在渝北大盛镇云龟山顶森林防火瞭望哨值守的森林防火队员李朝波、新年果打来预警电话,向大盛镇平安法治办应急救援大队报告刚刚发现的紧急火情。

应对高温连晴 森林防火联合演练不停步

“云龟山顶森林防火瞭望哨,已收到你们的预警。天险洞村龙塘湾山林正在进行山林防火演练,请继续保持警惕,观察瞭望火点、烟点,及时报告并联系。”

7月17日上午,渝北大盛镇组织辖区的天险洞村、菊花坝村、鱼塘村,并联动周边的统景镇、洛碛镇、石船镇,出动消防应急队员、基干民兵、镇村干部、护林员近百人,以及4台消防车、3台洒水车,联合举行森林火灾片区联动应急灭火演练。

演练现场,大家紧密配合,熟练应用无人

他们坚守在海拔1020米 只为守护这一片绿水青山

机、风力灭火车、喷雾水枪、油锯等机械化装备,科学有效地组合灭火方式,在40分钟内迅速控制火势蔓延。整个演练过程紧张有序、配合默契,展现出各部门快速反应、科学决策和高效指挥的专业素养,达到了预期的演练效果。

紧盯火点火情 他们坚守在海拔1020米高处

大盛镇平安法治办相关负责人介绍,森林防火的关键在于早发现、早预警、早处置,最大限度减少火灾损失。尽早发现火点、火情,无疑是其中关键,而位于云龟山顶海拔1020米高度的“一碗水”森林防火瞭望哨,以其得天独厚的海拔和地理位置,无疑称得上“渝北森林上空的一双眼睛”。

当天中午,记者来到云龟山顶,从“一碗水”森林防火瞭望哨的护栏边向下遥望,只见峰峦起伏,林木葱郁,山下公路、村舍、镇街犹如棋盘,历历可见,是一处绝佳的观察点。

“这边是我们大盛镇、统景、石船,那边是

木耳、兴隆、茨竹,旁边还有长寿的洪湖和万顺镇……”值班的防火瞭望队员李朝波如数家珍地告诉记者,他们的职责不光是观察瞭望大盛镇的火点、火情,凡是目力所及,能够看到的周边乡镇发现火点、火情,他们都会第一时间打电话、发信息,通知当地森林防火和应急部门。李朝波和他的搭档新年果自从2020年“森林防火瞭望哨”设立以来,已是第5个年头在云龟山顶值守火情了。和他们轮流值守这个瞭望哨的还有6名队员,每天早上5点半上山,晚上8点半下山。如果森林草原火灾转为红色预警信号,将进行24小时值守。

李朝波说,云龟山森林防火瞭望哨是“渝北森林上空的一双眼睛”,作为值守队员就要时刻保持这双“眼睛”的敏锐性和警惕性,真正起到森林防火“眼睛”的作用。

同时,森林管护工作人员也增加了无人机巡查次数,配合地面森林防火巡逻队,进行“空中+地面”全方位巡查,采用无人机和护林人员相结合的方式巡山,以智能手段提升森林防火水平。 上游新闻-重庆晨报记者 杨新宇

焊枪火焰下的精密“手术” 确保中欧班列大动脉的安全畅通

“太阳直射下,钢轨表面温度超43℃,焊枪火焰中心温度可达1000℃。”袁烁说,新轨焊接环节堪称高温下的试金石,需要精准掌控预热时间,控制预热温度在800℃~1000℃之间,焊接时长,焊枪喷吐的烈焰对全副武装的焊接人员而言,更是严峻“烤”验。

“每个动作都要快、准、稳。”青工吴小虎全神贯注地校准着每一寸轨缝间距,汗水沿着防护口罩边缘流下。随着最后一道焊光的熄灭,钢轨接头完成了初步熔合。但这仅仅是开始,真正的考验接踵而至。

当最后一道飞旋的火花熄灭,打磨声停止,一条平滑、光洁的焊缝终于呈现在众人眼前。

工作并非就此结束。“探伤组,上!”早已等候在一旁的探伤人员,背着超声波探伤仪,顶着热浪快步上前。他们小心翼翼地、如同医生CT扫描病人般,将探头紧密贴合在尚有余温的焊缝上,眼睛紧紧盯着仪器屏幕。现场人员屏住了呼吸,目光聚焦在那小小的屏幕上,这最后的“体检”结果,将直接决定数小时高温鏖战的成败。

守护 保障2292公里线路安稳

“焊缝质量合格!”一声简短的宣告,如同一阵清凉的风,瞬间驱散了笼罩在众人心头的紧张和疲惫。紧绷的脸上露出了如释重负的笑容。

短暂的欣慰之后,现场作业人员立刻投入到后续的扣件复紧、轨距精调、现场清理等收尾工作中。汗水依旧在流淌,浸透的衣衫紧贴着皮肤,但动作却更加利落——因为他们知道,只有所有环节都完美收工,这条新换上

的640米钢轨,才能有效消灭铁路运输隐患,提升线路设备质量,有力保障中欧班列的安全平稳运行。

在高温“烤”验下,在这条用钢轨交织的交通网络上,无数铁路人正与酷暑搏斗。成渝、襄渝线上,川黔、渝贵线旁,这群“钢轨医生”以汗水浇灌责任,用坚守诠释担当。国铁成都局重庆工务段相关负责人介绍,他们负责2292公里线路的每一寸钢轨,守护着557座桥梁、269个隧道。

上游新闻-重庆晨报记者 郑三波

高温下的坚守 “清凉守护者”

7月17日,在酷热的重庆北站北广场公交站场,一群身着红色体恤制服的志愿者正忙碌地为往来旅客送上冰镇酸梅汤,成为炎炎夏日中最动人的风景线。

重庆火车北站是我市重要的交通枢纽。今年暑运期间,预计到达旅客将达到1574万人次,日均25万人次,同比增长4%。

上午10点,地表温度已超过40℃。志愿者们早早开始准备当天的消暑物资。“我们

他们的热情和微笑 让旅客感到清凉与安心

晨4点就开始熬制酸梅汤,确保足够冰凉。”志愿者何紫裳说,他们不仅要准备饮品,还要检查每台车的急救药品是否齐全。在站台上,志愿者们细心地摆放着防暑药品和清凉饮料,确保每一位有需要的旅客都能及时获得帮助。

“太及时了!这杯酸梅汤真是救命水。”刚从西昌来渝旅游的刘林一家三口,一出站便被热浪包围。志愿者递上的冰镇饮品,让这个带着孩子的家庭瞬间感受到山城的别样温情。站台上,志愿者们不仅提供消暑饮品,还主动帮助旅客搬运行李、解答换乘咨询,汗水早已

浸透他们的衣衫。一位带着大件行李的老年旅客在志愿者的帮助下顺利上车后,连连道谢:“这么热的天,你们还这么热心,真是太感谢了!”

重庆交通开投集团公交两江分公司一分部负责人表示,将持续优化高温服务措施,开展“送清凉”志愿服务活动,为旅客和市民送上安全、舒适、便捷的出行体验,确保旅客在酷暑中也能享受清凉无忧的出行。 上游新闻-重庆晨报记者 郑三波

人物特写

警服上的盐渍 是他坚守的印记



韩涛在执勤

盛夏酷暑,热浪翻滚,高温天气里,交巡警作为城市交通的“护航者”,穿梭在城市道路上,汗水湿透衣背,依旧坚守岗位,保障城市交通秩序。

7月16日,在江北区五里店十字路口,地表温度突破60℃,但重庆市公安局江北区分局交巡警支队勤务三大队民警韩涛仍挺立在滚烫的马路中央,即使警服上结出一层白色的盐渍,姿势却依旧标准。

“在一线工作了15年,严寒酷暑早已习惯。只要能让道路顺畅,每一位驾驶员都能平平安安回到家,我心里也就很踏实。”韩涛说。

“上岗到现在,已经处理了4起小擦挂,好在都没有人受伤。”16日下午4点左右,韩涛刚从周边处理完一起车辆撞挂事故返回。

韩涛的“战场”在五里店十字路口及周边,负责路面巡查、维护交通安全、处置交通警情和接受群众紧急救助等工作。

“上岗前先喝一瓶藿香正气水,既提神,又可以有效预防中暑。”这是韩涛分享的夏季工作小技巧。“最难受的

不是热,而是地面反射的热浪。”韩涛说,阳光直射已经让人难以忍受,而地面蒸腾的热气更是像一层无形的蒸笼。即便如此,他依然在车流中来回穿梭,疏导交通、处理事故,确保每一个路口的畅通。

尽管天气极端,但韩涛执勤标准从来不会降低。手势必须标准,站姿必须挺拔,反应必须迅速——因为任何一丝松懈,都可能影响交通秩序,甚至引发事故。

“我们的每一个动作,都关系到路上的安全。”韩涛说,热归热,但该做的必须做到位。“我们是城市道路的‘护航者’,确保道路畅通是我们的职责所在。”

上游新闻-重庆晨报记者 杨新宇 摄影报道

图上表情

“冰与火”赛跑 6分钟抢运500公斤巫山脆李



“快,脆李必须优先!这些新鲜李子都是冰镇保存的,高温下容易融化,影响口感。”17日下午,一架航班缓缓滑入停机位,监管监督员徐亲义立即上前开启货舱门,将一箱箱装着饱满圆润、色泽翠绿的“国字号”巫山脆李送上货舱。在60℃的灼热机坪上,装卸团队仅用6分钟就完成了500公斤李子的装机作业,上演了一场惊心动魄的“保鲜攻坚战”。

上游新闻-重庆晨报记者 郑三波

“专业社工+志愿服务” 为快递小哥等新就业群体送清凉



7月17日,义渡暖“新”四重奏大渡口区委党建引领“专业社工+志愿服务”融合服务项目启动仪式暨新就业群体清凉集市活动在大渡口区网球中心开展,50余名大渡口辖区骑手、配送员、货车司机等新就业群体参与此次活动。活动现场,清凉集市爱心摊位内容丰富,集市上,爱心企业和志愿者们为新就业群体准备了丰富的物资与服务。现场,共有6家爱心商户参加活动,捐赠矿泉水、饮料、清凉包等爱心物资共计400余份。

上游新闻-重庆晨报记者 陈军

42℃到-5℃的魔幻体验 重庆市民在“冰箱”里滑雪避暑



7月17日,在户外热浪滚滚之际,两江新区际华园室内滑雪馆却呈现出截然不同的景象——在-5℃的恒温环境下,数百名市民身着羽绒服,在雪道上飞驰,上演着现实版的“冰火两重天”。“外面热得冒烟,里面冷得打颤,这种体验太魔幻了!”市民张先生带着全家五口人专程前来避暑。记者在现场看到,滑雪馆入口处排起了长队,游客们迫不及待地想要进入这个巨型“冰箱”体验清凉。据场馆数据显示,近日单日接待量突破2000人次,较平日增长超30%,创下开馆以来暑期客流新高。

上游新闻-重庆晨报记者 郑三波

健康提醒

夏天猛灌冰水 小心“脑结冰”

连日来,重庆持续高温,好多人直呼需要冰水降温,但又担忧对身体有伤害,这是真的吗?7月17日,市妇幼保健院营养科主任孙海岚称,夏天可以喝冰水,但喝太猛、喝太多,对某些人群确实有健康风险,比如会导致肚子疼、头疼等。

孙海岚说,人体有“中央空调”:冰水进入口腔、食道时,身体会迅速启动“升温模式”,等水流到胃里时,温度其实已经被中和了不少。

但猛灌水确实可能带来这些麻烦:

- 1.“脑结冰”来袭:**
大口灌冰水时,冰冷刺激口腔上颌神经(翼腭神经节),信号传到大脑,可能引发短暂、剧烈的太阳穴头痛——俗称“冰激凌头痛”“脑结冰”!
小妙招:小口慢饮,让冰水在嘴里含一会儿再咽!
- 2.肠胃痉挛“抗议”:**
冰水突然刺激娇嫩的胃肠黏膜,血管猛地收缩,肠道加速蠕动,可能引发痉挛、腹痛、腹泻,尤其是肠胃敏感或患有肠炎、胃溃疡的人。
- 3.心血管敏感人群,特别是已有冠心病、高血压的人群更要注意:**
冰水刺激可能导致冠状动脉(给心脏供血的血管)痉挛收缩,诱发心绞痛。
- 4.女生特殊时期更要注意:**
冰水可能刺激子宫平滑肌收缩,加重痛经或导致月经不调。生理期请拥抱红糖姜茶或温水。

夏日科学饮水指南 冰水怎么喝才健康?

- 1.小口慢饮是王道:别“吨吨吨”!** 含在嘴里几秒再咽,减少刺激。
- 2.一次别超500ml,少量多次补水,**比一次性灌冰水更解渴。
- 3.避开特殊时机:** 比如剧烈运动后喘粗气时空腹(尤其早上)时饭后立刻喝(影响消化)
- 4.这些人请优先选温水:** 老人、小孩、孕妇、肠胃病、心脑血管病患者正在痛经的女生
新重庆-重庆日报记者 李珩 实习生 陈思竹

中国体育彩票排列3
第25188期开奖公告
本期开奖号码:8 2 3

中国体育彩票排列5
第25188期开奖公告
本期开奖号码:6 2 3 7 3



游客在热浪中行走