

# 高温还要持续一周 这就热得受不了? 还有39℃等着你

刚过去的双休日,大家热怕了吧?然而,更恐怖的是,高温这部连续剧没有广告、没有休息,还将继续上演。本周,江苏仍以晴热高温为主。工作日遇上高温,不得不提醒大家注意防暑降温。尤其是,交警、环卫工、建筑工人等室外工作人员,一定要做好防护措施,安排好工作时间,随身携带好消暑防暑药品。

现代快报/ZAKER南京记者 徐焘

## 37℃以上城市有24个

能打败今天高温的,只有明天的高温。持续高温天气,火力持续加热,每天出门都感觉更热了。7月16日,江苏省气象台继续发布高温黄色预警信号,预计到7月17日,苏州、无锡、常州、南京、镇江、泰州、南通、扬州大部分地区及盐城南部地区最高气温都将升至37℃以上。从预警信号就可以看出,高温范围再一次扩大了。

7月16日,高温就已经蔓延了。除了江苏最北部地区气温在30℃左右,江苏大部分地区都落入了35℃高温圈。前几日热得发烫的苏州,最高气温再次攀上38℃。无锡则异军突起,热到了38.2℃,成为全省最热的地方。从全省来看,达到37℃以上的城市就有24个!

在这样的“炎值”考验下,南京的最高气温36.3℃,已经排到全省30名开外了。然而,这并不代表南京不热。7月16日,南京

市气象台发布今夏首个高温黄色预警,提醒大家37℃的高温正在逼近。所以,更大的“烤”验还在后面。

## 高温还要持续一周

新的一周,指望凉快一点的小伙伴们,梦要碎了。高温连续剧还要继续上演。休息日还能躲在家里吹吹空调,工作日必须出门上班了,请小伙伴们一定要做好防范准备。

目前来看,7月17日到19日,淮河以南地区将持续高温,最高气温达37℃。淮北地区则有雷阵雨,气温暂时被压制在33℃左右。江苏南北地区这样明显的天气差异,生动形象地表现了什么叫“水深火热”。尤其是气温差异,连“江苏气象”也调侃:想去淮东北地区避暑顺便洗个澡。

## 气温将热上39℃

不过,晴热大背景下,淮北地区这样的“特殊情况”也维持不了几天!7月20日起,雨水一



7月16日,南京街头,骑车市民为了防晒“全副武装”出行 CFP供图

旦远离,淮北地区的高温也会蹭蹭飙上35℃。江苏全省都只有一个热字。最可怕的是,本周中后期,最高气温还将不断突破自己的极限。

7月22日,迎来“大暑”节气,同时进入三伏天的“中伏”,这是一年当中最热的一段时间。现代快报记者查看一周天气预报发现,7月21日起,全省高温也还要再上一个台阶。南京等地最高气温都将在38℃左右,而苏州要热上39℃。这意味着,真正的烧烤模式还在后头。

晴热无法避免,我们只能做好防范工作了。提醒大家一定要注意休息,多喝水、多吃水果。

出门要防晒,同时注意防暑降温。室外工作者要多注意自己的身体情况,调整好工作时间,随身携带药品。能避免外出,就尽量不要出门啦!

## 南京三日天气

今天 晴到多云,午后到上半夜局部有时阴有阵雨或雷雨,偏南风3到4级,27~37℃

明天 多云,午后到上半夜局部有时阴有阵雨或雷雨,28~37℃

后天 多云,午后到上半夜局部有时阴有阵雨或雷雨,27~36℃

## 苏宁少儿足球青训营开营啦

快报讯(记者 王卫)昨天,由苏宁置业联合苏宁体育举办的“中国星足球梦”首届少儿足球青训营在江苏省江宁足球训练基地正式开营,20名来自全国各地、脱颖而出的足球小将齐聚金陵,共同圆梦,参加为期一周的足球交流、学习活动。活动现场,苏宁男足球员吉翔与孩子们交流互动,告诉他们有梦想就要坚持下去。

据了解,青训营期间,孩子将会接受足球英语、足球美术、足球理论、足球实战等多方面的训练,并全部由专业教练执教。在学习踢球的同时还能增强英语口语、培养动手能力、增加足球知识。在7月22日的中超比赛中,20名孩子还将牵手中超球员一起登上正式比赛的场地,在全国观众面前作为球童亮相,接受球迷的欢呼助威。不仅如此,7天的时间,青训营的孩子们将会独自深入一个团队,提升独立能力,增强团结意识。

此外,本次青训营由国际米兰资深青训教练担任技术顾问、苏宁足球俱乐部教练担任教学指导,届时会为营员们带来个人技术、团队技术、个人意识、团队战术、个人体能、协调性、心理控制等方面的训练。通过课程的实践,让孩子们在踢球的“苦”与“累”中感受快乐。

现代快报电商  
特供优品,品质的保证

# 首批快报定制优质大米热销中

特惠价:60元/20斤  
订购热线:  
025-96060/84783555  
欢迎企事业单位团购



火爆!火爆!火爆!现代快报电商平台特供优品定制的句容绿色优质大米新鲜出炉,快报热线96060和特供优品热线025-84783555被打爆,特供优品微信商城“快报定制大米”同步接受订购。

每年,现代快报都会定制一批性价比极高的优质大米,受到了广大市民的高度认可。此次推出的大米来自句容绿色原生态种植基地,从育种、种植、加工各环节均采用先进管理手段,无公害种植,保持产品的天然成份,含有较多铁质、镁质、钙质等微量元素及维生素C。米粒皎莹如玉,气味清淡溢香,颗粒饱满,晶莹剔透,煮出的米饭更是香味纯正、富有弹性、冷而不硬,口感绵软滑润,媲美进口大米。该款大米为优质保鲜稻,今年7月11日生产加工。我们层层把关,确保够绿色、够营养、够安全。

现代快报探访发现,同产地同品质的优质大米,有经销商卖到了148元一袋(20斤)!我们不忘回馈广大忠实消费者的初心,坚决不加价!20斤装句容优质大米继续特价,只要60元!

## 五香枸杞驴肉



天上龙肉,地上驴肉。驴肉性平且不易上火,特别适合燥热的夏季食用。驴肉比牛肉的纤维更细,没有猪肉的肥腻,也没有羊肉的膻味,是肉类中的上品。快报电商推出100%纯驴肉,真空包装,开袋即食。

尝鲜价:26元/220克

## 酸梅粉桔子粉



采用上等原料制成的酸梅粉和桔子粉,酸酸甜甜的味道,即冲即饮,冰镇后口感更佳,生津止渴。

优惠价:18元  
(两袋装,每袋300克)

## 常州水蜜桃

无农药,无添加。个头大,果肉饱满,汁多甘厚。24小时新鲜直达。

特惠价:78元/箱(7斤,约12只)  
产地直供,每周三发货配送



## 柴达木野生黑枸杞

野生黑枸杞营养价值高,含有丰富的花青素。正宗纯野生黑枸杞,表面光亮,而且黝黑黝黑的,颗颗饱满且肉厚。野生黑枸杞入水后,或呈蓝或呈紫,非常绚烂。建议使用冷水或温水(温水需60℃以下)冲泡,因为高温会使花青素降解。

特惠价:158元/100克



## 宁夏枸杞

宁夏栽培枸杞已有几千多年的历史了。这里光照充足,有效积温高,独特的“塞上江南”地理环境和小区域气候为枸杞生长提供了更优越的自然环境。

特惠价:39元/500g



## 未打鸣的童子鸡

童子鸡均为发货当日凌晨在农场宰杀后冷链速配至南京。拨打96060订购,南京主城区免费配送!每周三配送。

特惠价:49元/只 90元/2只



跑山鸡草鸡蛋  
特惠价:35元/30个

童子鸡(1只)+草鸡蛋(30枚)=80元

另送两斤有机蔬菜(黄瓜、豇豆、西红柿、韭菜、茄子、空心菜随机搭配)

快报电商特供优品  
更多商品更多优惠



(地址:洪武北路55号置地广场现代快报社1812室,预约电话:96060/025-84783555/13675161791) 广告