

抓紧晾晒,今夜到周末全省多强降雨

本周江苏先晴后雨,6月18日夜起一大拨降水来袭,江苏高温天气将暂时告一段落。根据中央气象台预报,未来两周主雨带北抬,长江中下游将出现降雨集中期,“梅姑娘”即将上线。19日,江苏即将迎来晴雨切换,连阴雨或持续至周末,洗晒得抓紧了。

现代快报/现代+记者 徐红艳/文 徐洋/摄



6月17日,南京蓝天白云,气温炎热

阳光余额告急,连阴雨即将开启

昨天,全省最高气温33.8℃,出现在连云港。未来几天,随着暖湿气流逐渐增强,以及副热带高压的北抬,强降雨落区也将有所北抬,从长江以南移至沿长江中下游一线。

18日全省晴到多云,高温天还能“蹦跶”一天。沿淮和淮北地区仍有高温天气,最高温35~36℃,与此同时省内其他地区降温明显,苏南南部地区29℃左右,其他地区32~33℃。

有洗晒计划的要抓紧了,因为随着副热带高压北抬,江苏淮河以南的梅雨季节即将到来。根据省气象台预报,19日起副热带高压北抬,雨带将维持在江淮地区。一直到本周末,全省多强降水过程,并可能出现短时强降水、雷暴大风等强对流天气。

19日起沿淮及以南地区有一次强降水过程。具体来看,18日夜到19日沿淮及以南地区多云转阴有阵雨或雷雨,其中沿淮和苏南地区

雨量中到大,局部暴雨,其他地区多云到阴。全省东南风4~5级阵风6级,有雷雨地区雷雨时短时阵风8~9级;19日夜到20日全省阴有阵雨或雷雨,其中沿淮及以南地区雨量中到大,部分地区暴雨。沿江和苏南地区偏南风4~5级阵风6级转偏西风5级阵风6~7级,其他地区偏东风4级左右,有雷雨地区雷雨时短时阵风8~10级。

雨雨雨不停,最高温也迅速跌至“2”字头。18日最高温:沿淮和淮北地区33~34℃,东南部地区27℃左右,其他地区29℃左右;19日最高温:西北部地区34℃左右,东南部地区28~29℃,其他地区31~32℃。

以南京为例,18日白天继续维持多云天气,受副热带高压影响,19—23日南京持续降水天气,并可能伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气。日最高气温也将有所下降,提醒大家记得带好雨具出门,注意防范降雨的不利影响。

长江中下游未来两周将出现降雨集中期

晴雨转换,“梅姑娘”也将开启北上步伐。根据中央气象台预报,预计未来两周(6月18日至30日),主雨带北抬,强降雨集中在黄淮南部、江淮、江汉、江南北部、华南西部、西南地区等地,其中,贵州南部、广西北部、湖南北部、湖北东部、江西东北部、安徽南部、江苏南部等地降雨量超过300毫米,较常年同期偏多1倍以上,广西北部、湖南西部、安徽中部、江苏南部等地两周累计降雨量将接近或突破6月极值。强降雨时段主要在18日至20日、21日至24日、27日至29日,主雨带将沿长江沿线略有南北摆动。

气象专家提醒,18日至20日、21日至24日和27日至29日,贵州南部、广西北部、湖南北部、湖北东部、安徽南部、江西东北部、江苏南部等地降雨量超过300毫米,较常年同期偏多1倍以上,广西、湖南、安徽、江苏等地累计降雨量具有极端性。贵州、广西至长江中下游一带降雨过程多、强度大,暴雨灾害风险高,尤其是贵州、广西等地叠加前期强降雨,致灾风险极高,建议严加防范山洪、地质灾害、中小河流洪水、城乡积涝等灾害。

此外,长江中下游将进入防汛关键期,建议加强流域防汛工作。

南京三日天气

今天 多云,夜里多云转阴有阵雨或雷雨 东南风4到5级阵风6级 21~33℃

明天 阴有阵雨或雷雨,雨量中雨到大雨,中南部地区暴雨,东南风4级左右,夜里转西南风4到5级阵风6到7级 23~30℃

后天 阴有阵雨或雷雨,雨量中雨到大雨,南部地区暴雨,东南风4级左右,西南风5级阵风6到7级 25~30℃

1—5月江苏民营企业进出口破万亿元



苏州海关关员在智能家电企业调研产品情况 王梓懿 摄

如今,从衣食住行,到机械设备,都可以看到民营企业加速出海的身影。据南京海关统计,今年前5个月,江苏民营企业进出口1.02万亿元,同比增长16.6%,拉动全省进出口增速7.2个百分点,占比较去年同期提升2.9个百分点至46%。

关税优惠、通关简化、贸易投资便利化……包括RCEP在内的自贸协定持续释放政策红利,促进民生用品乘“风”出海。在江苏民营企业重镇江阴,纺织服装是其千亿级特色产业。江阴天蕴国际纺织品集团有限公司的生产线上,一片片布料在智能吊挂流水线上转动,在经过定型、剪裁、缝纫、熨烫等工序后,完成从布料到成衣的蜕变。

在生产线上,南京海关所属江阴海关关员介绍自贸协定优惠政策。“今年1—5月,公司共申请各类优惠原产地证书近1500份,货值超过1400万元,享受进口关税优惠超过40万元。”该公司单证部经理殷杰说。

在隔江相望的泰州,江苏鸿泽瑞医疗科技有限公司生产的卫生用品正通过RCEP协定享受出口。6月11日,该公司生产的一批25587美元的湿巾,在南京海关所属泰州海关关员的监管下发往日本。

江苏民营企业不断开拓新市场、开辟新赛道、增强新动能。

6月11日,江苏沃得农业机械股份有限公司作为中国民营企业500强之一,是一家集研发、生产、销售和服务于一体的大型现代农业全程机械化制造商,拳头产品联合收割机在全

球市场占有率达到40%以上。企业单证员王湖娟说:“在南京海关所属镇江海关的支持帮助下,今年1—5月,公司出口农机超4000万美元,同比增长1.4倍。”

在江苏邦邦智能科技有限公司的仓库里,发往法国、西班牙、韩国等不同国家的电动智能轮椅订单分区区域排列,经南京海关所属常州海关关员检验合格并办理相关手续后,发往海外。“今年以来,公司的海外订单增长明显,1—5月出货数量同比增长235%,销售额同比增长251%,预计全年出口量将实现同比200%的增长。”该公司总经理彭亮说。

不仅如此,口袋造型师吹风机、除螨仪等民营“智造”小家电在向南京海关所属苏州海关一体化通关方式申报后,将通过海运方式发往欧洲。“这次出口的口袋造型师吹风机,折叠之后可以轻松放入包包或者口袋,让吹风机从单一的吹发工具进化为‘口袋造型师’,一经推出就受到了国内外消费者的好评。”追觅创新科技(苏州)有限公司关务负责人周胜奎介绍,今年1—5月,追觅科技累计出口货值超18亿元,同比增长2倍。

下一步,南京海关将进一步推动各项服务措施落地见效,不断释放各类自贸协定政策红利,鼓励、支持各类民营企业加快发展新质生产力,向着更加高端化、智能化、绿色化的发展道路迈进,逐浪更广阔的海外市场。

通讯员 戴蓉蓉 王巧 丁树贵 陈丹军 臧安琪 王梓懿
现代快报/现代+记者 卢河燕

年轻人新时尚,下班后上养生夜校

现代快报讯(记者 顾潇)“左脚开步,与肩同宽,屈膝下蹲……”近日,扬州市中医院“中医养生功法”青年夜校八段锦课程正式开班。现代快报记者了解到,养生类夜校课程受到了年轻人广泛欢迎,报名者大多是80后、90后,八段锦课程在报名系统开放后的2小时内就迅速满员,成为爆款课程。

6月14日傍晚,本已经下班的扬州市中医院一楼门诊大厅内人头攒动,30名青年夜校的学员们陆续赶到现场签到,等待正式上课。

赵静是扬州市中医院的护士长,还是扬州市中医院养生功法协会的负责人。赵静平时工作非常忙碌,当天一下班,她和两位同事顾不上休息,脱下白大褂,就换上淡蓝色的练功服,带上音响设备,还有特地为学员准备的矿泉水和小零食,直奔门诊大厅。此时,她的身份是夜校老师,指导学员们学习目前最流行的养生功法——八段锦。

晚上6时,八段锦课程正式开始,学员跟着赵静一起练习八段锦动作。课堂上,赵静关注每个学员的习练动作,及时帮助他们改正问题。赵静告诉学员们,练完这一套操可以促进血液循环,在一定程度上可以提高人体自身的免疫力。此外,它还有助于拉伸筋骨,对伏案工作者放松肩颈有极大的好处。

36岁的刘婷是八里社区一名工作人员,5月底,她在医院微信公众号看到“中医养生功法”青年夜校开



“中医养生功法”青年夜校爆满 顾潇 摄

班的消息,就立刻报了名。上周五,她上了第一堂课,先了解功效作用,又跟着老师学习了八段锦的一、二式动作。“早就想学八段锦了,都没空。看到中医院开了夜校就报名啦!”刘婷告诉记者,她感觉自己一直处于亚健康状态,想通过这次养生功法的学习来改善身体状况。

另一名42岁的王女士,是经常伏案工作的办公室一族。此前,她注意到不少社区会开养生功法的课,但多是在上班时间,学员也基本是老年人。王女士看到中医院夜校开课消息,也在第一时间抢到名额。

“想不到首期夜校就这么受欢迎!”赵静告诉记者,首期“中医养生功法”青年夜校课程为公益性课程,

共分四期,每周五晚6点至7点授课。开课信息发布不到两小时,名额就报满了,还不断地有市民打电话过来询问。

赵静介绍,八段锦功法是一套独立而完整的健身功法,融合了中华养生文化精粹,适合任何年龄层的人群,如果能够勤加练习,有助于改善亚健康状况。她表示,现代社会节奏快、压力大,许多青年人忽视了健康生活方式,希望更多的学员,通过夜校课程学习和体验中医药传统文化和技艺,建立未病先防、预防为主的健康理念,重视健康的生活方式,如合理饮食、适量运动、充足睡眠、心理调适等,预防疾病的发生,提高生活质量。

7月火车票开售,热门方向购票要趁早

现代快报讯(记者 刘伟娟)6月17日,通过互联网可以购买7月1日的火车票了。现代快报记者了解到,7月进入暑期,北京、西安、成都等热门旅游目的地火车票较为抢手,建议有出行计划的市民购票要趁早。

截至6月17日18:00,铁路12306网站显示,7月1日南京到北京已经有多趟列车售罄,包括G2、G4、G174、G32、G6次等,还有部分列车已经不接受候补购票,比如G112、G114、G12次等。南京到西安也同样,

7月1日当天共开行30趟列车,已有19趟列车售罄,剩余11趟列车中,G1970、D126次等高铁二等座已经售罄。同样热门的还有成都,7月1日南京到成都的14趟列车中,2趟已经售罄。

现代快报记者了解到,7月、8月是暑期出行旺季,许多旅客都是举家出游,热门旅游目的地、中长途方向旅客较多,建议有出行计划的旅客提早购票。另外,暑期出行小朋友旅客较多,建议家长旅客照顾好孩子,尤其是在过安检、过闸机、上下列车时。