

今日天气晴好 冷空气马上再来

昨日,本市受冷空气影响,风力较大,最高气温4℃左右,气温较前日下降明显。今日继续延续晴朗天气格局,午后最高气温4℃左右,气温虽然较低,好在阳光充足。

周五至周六又有冷空气影响

津城,届时将有大风降温来袭,20日至21日有西北风4-5级,气温再次下降。周六最高气温下降到1℃左右,市区最低气温-4℃,北部地区最低气温只有-7℃左右。

未来几天,本市气温整体不

高,提醒大家添衣保暖,谨防感冒和心脑血管疾病。

根据气象监测分析,今日晴间多云,北风3-4级转微风,最高气温4℃,最低气温-3℃。

新报记者 张珊珊



天气晴好,市民在王串场公园内运动。新报记者 周伟 摄

天津地铁可以刷支付宝微信乘车了

昨日记者发现,天津地铁乘车码在支付宝和微信都已上线,对于市民和外地游客来说更加友好。

支付宝

首先要开通账户,打开支付宝首页,点击上方“出行”按钮。进入出行服务-地铁,点击前往开通,勾选左下方同意条款协议,输入支付密码领取卡片,领券成功,立即使用。跳转至乘车码页面,完成开卡。以后乘坐地

铁时,可以提前打开支付宝中的乘车二维码,对准闸机一刷,即可乘车。

微信

搜索“天津地铁”,点击进入“城市通”小程序,即可出现天津地铁乘车码。同意相关条款协议进行实名认证,然后开通免密支付。在乘坐地铁时,即可扫码进入闸机。目前还可享受每天首单8折的活动。

新报记者 李文博



图片由轨道交通集团提供

12月21日起加密天津飞大阪航线

记者从天津航空获悉,12月21日起天津航空将加密天津至大阪往返航线。至此,天航承运的天津与大阪之间航线由每周7班增至每周11班往返。

加密的天津至大阪航线每周一、周二、周四、周六执行四班往返,去程GS7979航班北京时间12:20从天津滨海国际机场起飞,当地

时间16:00到达大阪关西国际机场;回程GS7980航班当地时间13:15自大阪起飞,北京时间19:30抵达天津。同时,现阶段每天执行的GS7977、GS7978天津至大阪往返航班时刻不变,加密后共有11个往返航班。开航初期GS7979天津至大阪单程票价380元起,GS7980大阪至天津320元起(价格均不含税,

以实际查询为准)。

为迎接即将到来的寒假、春节,在复航天津至札幌航线的基础上再加密天津至大阪航线,每周运营中国至日本国际往返航班共21班,通航城市覆盖日本本州及北海道主要都市圈及旅游热门目的地。

新报记者 张珊珊

关节“咔咔”作响 需要就医吗?

久坐后转动头部,脖子会发出“咔咔”的弹响声;从蹲位站起时,膝盖也会发出清脆的“咔咔”声。天津市河西区疾病预防控制中心表示,运动时关节突然发出的“咔咔”声,被称为关节弹响。

转动脖子、扭腰、下蹲起身、按手指关节时,关节发出的弹响是一种生理性弹响,并不会导致明显的疼痛以及活动受限,不需要特别在意。

如果能听到关节摩擦的声音或“嘎吱”声,并伴有疼痛,应立即停下所有可能导致关节发出声音的活动,及时到医院就诊。病理性关节弹响患者若不及时就医,可能会引发关节炎、关节变形。

关节和骨骼的健康重在平时的保养,而且越早越好,可以通过保养,让骨骼和关节保持健康状态。首先是维持正常体重,减轻体重能使膝关节的发病率降低25%~50%。

其次是科学运动,运动频率以一周不少于3次为宜。单次运动的时间不要大于1小时,运动量也应循序渐进。

还应注意不要忽视疼痛,关节出现疼痛或肿胀时,应该及时就医。最后一点就是,患有关节炎的老年人可在医生的指导下,适当补充氨糖和软骨素。

新报记者 徐燕
通讯员 高菲

持续推进“防高处坠落”专项行动 筑牢高空作业安全防线

2024年以来,中国一冶天津分公司积极开展预防高处坠落事故专项治理工作,深入在建项目施工现场,排查安全隐患,提高管理人员、作业人员安全生产的意识和能力。

据介绍,该公司多部门深入现场,对现场是否进行高处作业、高处作业项目作业许可证建立情况、高处作业人员岗位责任落实情况、从事高处作

业的人员持证情况、高处作业人员档案建立情况、高处作业人员教育培训情况等进行了详细检查。通过“检查+宣讲”的方式,提高分包企业对防止高空坠落有关工作的知晓程度和整改力度。

此外,公司各项目积极开展高处作业规范操作演示及事故案例警示教育,安排管理人员就高处作业相

关的法律法规和安全规范进行详细讲解,并现场演示正确的操作方法和技巧。并就如何预防高处坠落、如何正确处理突发状况等安全知识进行了深入的剖析和讲解。

下一步,中国一冶天津分公司将常态化开展预防高处坠落事故专项治理行动,加强对现场的监管和指导。

新报记者 安元 通讯员 张志建

