

今日“立冬”，冷空气到访

明起雨水增多 申城渐入深秋



本报讯 (记者 马丹) 秋雨绵绵潜入夜,昨天半夜前后,雨水悄然到访,其中,金山降水最为明显,今日0时到7时金山的累积雨量达到了18.2毫米,其余各区都在0到7毫米之间,上班早高峰也有雨水相伴。今天中午前后,雨势渐弱,本市会转为阴有时有小雨天气,下午转偏西风,风力3到4级,长江口区

4到5级,但是,今天夜里雨势再起,到明天白天还有一次较明显的降水过程。

据上海中心气象台预报,未来一段时间,申城会从之前的秋高气爽切换到阴雨增多的模式,除了9日暂时放晴,为多云天气外,10日夜間起受低层切变线影响,又将有一次降水过程。雨水增多也缓解了秋燥,今天相对湿度60%~95%。

今天进入二十四节气里的“立冬”。“立:建始也,冬:终也,万物收藏。”意为秋季作物全部收晒完毕,

收藏入库,动物也已藏起来准备冬眠。对上海来说,此时天气虽已凉却未寒,11月上旬上海多数情况正进入深秋时节,气象意义上的冬天离申城还尚有时日。

今天夜里北方一股冷空气也将随着“立冬”节气到访,将申城进一步推进深秋。据预报,受冷空气影响,本市气温将有所下降,同时风力增大到4到5级西北风,预计周五、周六的最低气温只有11~12℃,郊区更低,预计将跌破10℃,为7℃,恰如其分地印证了何谓

“一场秋雨一场寒”。

其实“一场秋雨一场寒”,是秋季季节变换过程中冷暖空气博弈的结果。秋季,冷空气从西伯利亚不断南下进入我国大部分地区,当它和南方正在逐渐衰退的暖湿空气相遇并交锋时就容易形成了雨。冷空气越来越强势,逐渐占据上风,暖湿气流则或者越退越远,或者在交锋中败下阵来,冷空气过境的地方就会在一次次秋雨之后气温节节下跌,一步步向冬季走去。



新民随笔

过度消费

易蓉

最近搬家,断舍离的精神贯穿始终,丢的送的捐的,辛苦了楼道的保洁阿姨和来回奔走的快递小哥,依旧是搞不完理还乱……

仿佛坐在一堆“废墟”间寻找生命,不得不开始反省,究竟什么是生活的必需?

最先“断”和“舍”的,是所谓“最流行”的东西,从某季流行款的衣服和配饰到某阵子时兴的小家电。可实际上,最初的时髦赶得有多快,淘汰的速度也就有多快。更有些黑色幽默的是,一些所谓能够有助“简单生活”的物件,其实根本多此一举。

便宜的团购,方便的支付方式,超快速的物流,眼花缭乱各式各样的聪明营销,分秒之间“买买买”的快感都还没来得及及享受,账单倒是已经多了好长一截。许多人都曾有相似的经历——密集下单,快递没来都想不到买了什么。我们的生活究竟是由谁来主导的?消费需求早已守不住“按需购买”,而是不断被刺激出的新需求,电商得意地宣扬一次次空前成功的营销,就连平日里精打细算的精明消费者也难以理智,一样被套牢。

随着社会发展和科技金融的崛起,代际间的消费状况已大为不同。今年2月中国银联与京东金融联合发布《2017消费升级大数据报告》,在随机抽取40万活跃样本用户近三年消费数据并进行交叉分析后发现,虽然70后仍是社会消费总额的首要贡献群体,年轻一代的后劲更足,90后消费增幅是70后的近两倍。

正确的消费观念能赋予社会经济以活力,但对于过度消费的隐忧正浮出水面。本月初,中国人民银行前行长周小川在第二届钱塘江论坛上谈到青年群体消费习惯,他犀利指出快速发展的消费信贷,有“过分诱导年轻一代提前消费、借贷消费”的嫌疑。

二手网站上混杂着“全新”的商品,真正的绿色循环反而不受待见。归根结底还是消费观念的问题。狂欢式的消费或许能在朋友圈收获一些点赞,却必然会令现实生活不可承受——无论是经济上的,还是物质空间上的。

“双11”的正日子还未到,又一场消费狂欢却早已开场。或许可以再认真整理一下“购物车”,甚至再整理一下家里的置物架和储藏间,还为时不晚,去年下单的“爆款”是否还有没拆封的?

百口紫铜锅开炉熬膏

上海市民冬季养生拉开序幕



■ 今天上午,岳阳医院百口紫铜锅开炉,拉开冬季养生序幕

本报记者 陈梦泽 摄

本报讯 (记者 左妍) 今日立冬,标志着冬季正式来临。今天上午,上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院的膏方制作室内,100口紫铜锅开炉熬膏。药师将经过6个多小时浸泡的第一批膏方药材入锅煎煮,拉开了上海市民冬季养生的序幕。

我国有冬令进补的传统,而随著市民养生保健需求的不断提升,膏方越来越受到追捧。岳阳医院是上海唯一具备膏方独立制作加工能力的中医医院,每年都要制作两万多料膏方。岳阳医院院长周嘉说,如今,岳阳膏方已成为上海市民心目中的经典养生品牌,今年膏方门诊预约已过万人次。多年来,医院坚守传统工艺,坚持用紫铜锅熬制膏方,一人一方一锅煎制的成膏都必须经过配方、浸药、提取、浓缩、收膏、分装、晾膏这七个步骤。经过一天半到两天的时间,最终出炉的是原汁原味的膏方。

专家提醒,膏方虽好,但保健养生要讲究科学。膏方滋补的重要原则是一人一方,辨证后开方,必须由经验丰富的中医师根据个人体质制定。在过去,中医界有“宁看十人病,不开一膏方”的说法,可见,要开具一剂好膏方,对医生的要求非常高,专家所耗费的精力也更多。

上海3位科技工作者获何梁何利基金奖

本报讯 (记者 马亚宁) 昨天下午,何梁何利基金2018年度颁奖大会在北京举行。上海市有3位科技工作者获奖,同济大学陈杰院士、上海大学张统一院士获科学与技术进步奖,中国科学院上海药物研究所吴蓓丽研究员获青年创新

奖,上海获奖比例占全国5.3%。

何梁何利基金是由何善衡慈善基金会有限公司、梁銑珷博士、何添博士、利国伟先生之伟伦基金有限公司出于崇尚科学、振兴中华的热忱,各捐资1亿港元于1994年3月30日在香港注册成立的社

会公益性慈善基金,也是目前国内规模最大的民间科技奖励基金。本年度何梁何利基金授予1位科技工作者“科学与技术成就奖”,37位科技工作者“科学与技术进步奖”,18位科技工作者“科学技术创新奖”。

自1994年设奖以来,何梁何利基金已奖励了1306名优秀科技人员,成为我国社会力量创建科技奖项的成功范例,为激发我国科技发展的活力、培养自主创新人才发挥了积极作用。到目前为止,上海已有147人次获何梁何利基金奖,其中钱伟长、苏步青、谷超豪、林元培4位科学家获何梁何利科学与技术成就奖殊荣。

全球零售电商中国峰会在沪开幕

本报讯 (记者 江跃中) 今天上午,上海市对接进博会30个重点活动之一的2018全球零售电商中国峰会,在上海圣诺亚国际会议中心开幕。本届峰会以“全球汇聚、全线融合”为主题,从电子商务、互联网+两个维度,以全球视角、产业聚焦,突出“一个领域(跨境零售)、一个专业(生鲜水果)”,同步举办跨境电商、生鲜新零售2场国际论坛,吸引了来自20多个国家的嘉宾和观众。峰会同时发布了由中外电商研究者、行业从业者撰写的《“一带

一路”与中欧跨境贸易》研究报告。

峰会重点围绕国际消费城市视角下的“上海购物”特色承载区品牌建设,进博会——让全球品牌商与中国线上电商、线下店商共同拥抱无界零售新时代两个方面展开,同时还就电子商务法、新零售、区块链、跨境电商全球供应链等热点话题进行交流,中外学者、企业家共同探讨全球背景下零售电商领域的发展路径和行业前景。

峰会的主办方之一普陀区中环商贸区,日前刚刚在商务部100家国家级电商示范基地测评中荣获第一。作为全国电商建设的高地,以中环为代表的上海电商示范园区建设,不仅以传统商贸转型在全国竖起了线上线下产业融合的标杆,更是借进博会的东风,尝试走出了上海电商园区国际化合作的新路。

上海市经济管理学校

重视人文素养 引领人生发展

www.sems.cn

口臭口苦口干

对因治疗要重视 口臭口疮便秘胃难受 请用养阴口香合剂

有些胃热津亏、阴虚郁热的人群,因熬夜、烟酒过量、多食辛辣肥腻、工作压力大,有时会出现:口臭、口苦口干、胃灼热痛、口腔溃疡、肠燥便秘等症,胃热津亏、阴虚郁热上蒸所致的上述症状可用养阴口香合剂。

贵州万顺堂药业有限公司的高原苗药养阴口香合剂,国药准字,选用贵州名贵金钗石斛鲜品入药,从药材源头把关,精选十余味地道药材而成。具有三大功能:滋阴生津、清胃泻火、行气消积,用于胃热津亏、阴虚郁热上蒸所致的:口臭、咽干口苦、舌生疮、牙龈肿痛、肠燥便秘、胃灼热痛等症。一次30毫升,一日两次。疗程服用方法详见说明书。

全市各大药房有售 电话:62041665

灰指甲

品牌推荐中 复方聚维酮碘搽剂

用心治灰甲,对抗真菌,有信心! 按疗程使用,灰了指甲,不灰心!

适应症: 1. 由于真菌、外伤、头癣、花斑癣、手足癣、甲癣、皮肤癣菌感染也可使用。2. 用于甲、趾甲可发、手足多汗症。

56元/盒 60ml/盒

全市各大药房有售 电话: 62041665