

# 泉州加入降温群聊 厚衣服快翻出来

主持人  
陈小芬

冷,是阴冷的那种。上周末,泉州天气给大家的感觉就是“只想埋在被窝里”。昨天则是我市今年立冬以来最冷的一天,虽然风力不大,但气温低,体感冻人。昨天清晨,全市气温普遍在10℃以下,德化、永春和安溪大部最低气温降到4℃以下,高海拔山区甚至低于0℃,山区出现大范围低温霜冻天气。昨天0时至19时25分,共有16个乡镇低于0℃,其中3个乡镇低于-2℃,极端低温出现在德化赤水镇。

还没翻出厚衣服的小伙伴赶紧翻出来吧,泉州已经加入“降温群聊”了。昨日,德化发布霜冻黄色预警信号,安溪、永春、南安发布霜冻蓝色预警信号。预计今明两天,全市多云到晴,气温略有回升。今天白天,大部分地区最高气温16℃~18℃,最低气温在10℃以下,山区则是4℃以下,大范围低温霜冻天气仍然持续。空气干燥,呼吸道疾病多发,提醒市民朋友,新的一周冷空气仍是主角,要持续做好防寒防冻工作。

每年冬天都是心梗、中风等心脑血管急症的高发期。一夜睡眠会使血液循环变慢,血液更黏稠。睡醒后,人体由抑制状态转入兴奋状态需要一个过程。再加上冬天气温低,血管更容易处于应激状态。因此当睡醒时,若马上起床,身体未必能立即适应,容易出现头晕、心悸,甚至引发心血管疾病。提醒高血压、糖尿病患者尤其要避免起床太猛。清晨睡醒后,先静卧3分钟,伸伸懒腰,让关节充分舒展,随后坐起2分钟再下床。这5分钟可以给血管和心脏一个缓冲时间,还可以增强四肢的灵活性,提高面对突发情况的反应速度,防止受伤。

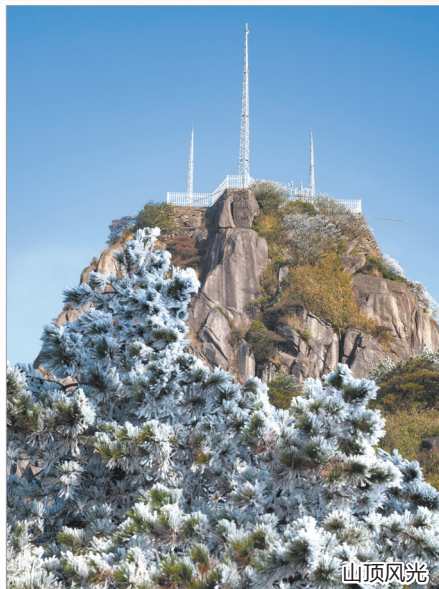
## 泉州市区天气预报

16日 晴 10℃~17℃  
17日 晴 11℃~18℃  
18日 晴转多云 10℃~18℃  
19日 晴 10℃~16℃  
20日 晴 11℃~18℃  
21日 晴 10℃~18℃

## 上周末九仙山迎今冬首场雾凇



扫码看视频



山顶风光

上个周末,德化九仙山开启“银装素裹”模式。

14日清晨6点多,在九仙山景区开小卖部的老张就是被亮眼的一片白光唤醒。“从窗户看到外面树上挂雾凇了,一早就有游客上山拍照。”老张说,当天早晨雾很大,能见度只有三四十米,小卖部外面的桌子、凳子都结冰了,还好路面不滑。

“我们看了天气预报,知道周末会降温,就提前一天入住山下的酒店,想碰碰运气,早上5点30分起床准备上山。”游客小高和男友第一次

看雾凇很激动,他们和十几名游客一起乘坐接驳车上山。“乘接驳车一路往上都能看到雾凇,山上的雾凇会更厚一些。”小高说。

记者从泉州市气象台了解到,雾凇的形成需要两个条件:一是气温低于0℃,二是较高的湿度。上周六凌晨九仙山气温跌破0℃,并于当天早上6点40分降至-3.5℃,为当日最低温,加上湿度较高,便形成今冬首场雾凇。气象台工作人员表示,若有大范围的雾凇,他们会提前预报,有兴趣的市民可留意相关天气信息。

融媒体记者 陈玲红 庄丽祥 通讯员 赖建明 文/图



游客看到眼前洁白的雾凇,纷纷拿起手机拍摄。



枝叶上挂着白霜,晶莹剔透。

## 即日起 务工人员可预约购买春运火车票

早报讯(融媒体记者陈小芬)记者从铁路部门获悉,12月15日,铁路12306手机客户端务工人员预约购票服务上线,符合条件的旅客朋友可通过专区预约购买2025年春运期间往返车票,重点群体旅客春运出行将更加便利。

据介绍,铁路部门在总结2024年春运务工人员预约购票工作经验的基础上,科学分析出

行规律,优化铁路12306系统功能,2025年春运期间继续推出务工人员预约购票专区服务。2024年12月15日至2025年2月7日,已通过实名制核验的务工人员可在铁路12306手机客户端“务工人员春运预约购票服务”专区,预约购买2024年12月31日至2025年2月23日的火车票,同一账户最多可同时提交3个订单,每个订单可添加1个乘

车日期的5个“车次+席别”的组合,最多可为包含本人在内的9名旅客预约。务工人员可提交开车前17天(含)以上的预约购票需求,最晚可预约2025年2月23日的车票;在开车前17天23时前在12306手机客户端提交购票需求,在开车前16天查询兑现结果,兑现成功后须在当日23时前支付票款;逾期未支付的,订单自动取消。

铁路部门提示广大旅客,铁路12306网站(含手机客户端)是中国铁路唯一官方火车票网络售票平台。旅客通过第三方平台购票,不仅可能遭遇附加费、捆绑销售服务等“陷阱”,还存在个人隐私信息泄露风险。旅客朋友一定要认准12306官方网站,同时确认票款的收款方为“中国铁路网络有限公司”,避免后续退票、改签时无法收到应退款项。