

气温缓步上升 雨水随之上线

主持人
陈小芬



昨天我市以阴天天气为主,天空阴沉沉的,沿海一带还刮着5~6级的东北风,大部分乡镇午后最高气温停留在10℃~15℃,测得的最高数值为南安市石井镇的16.2℃。

今天我市的天气将略有好转,以多云天气为主,同时白天的气温也会稳步

回升,全市大部分乡镇最高气温约为15℃~18℃,到了明天将再次升高,达到18℃~20℃。不过明天山区部分乡镇将伴随小雨,大家出行要记得携带雨具。需要特别提醒大家的是,夜晨山区部分乡镇最低气温仍会低于4℃,可能会出现霜或霜冻,需提前做好农作物的保温防护,避免受冻。

尽管气温在回升,但雨水将随之而来。泉州市气象台预报,预计未来十天,我市将多阴雨天气,其中1月25日—27日、1月29日—2月1日,部分乡镇将

有小雨。由于此次降水过程偏弱,加上前期我市降水偏少,大家依然要关注气象干旱的发生发展情况。下一次冷空气过程预计出现在1月27日—28日。

过了腊八意味着拉开了过年的序幕。尽管要等到下周一才是腊八,但不少小伙伴显然已经等不及了。由于今年春节的大年初一已经是立春之后十多天,按照气候的节律,冷空气势力会有所减弱,极端低温事件概率比较低。但从气象学看,一年当中最冷的时段通常就是小大寒到立春初。虽然此时气

温整体呈上升态势,但初春时节冷空气的活动依然频繁,常会出现倒春寒。建议大家平时多关注天气预报,及时调整衣物,做好行程安排。

泉州市区天气预报

1月24日	多云	10℃~20℃
1月25日	阴	13℃~21℃
1月26日	多云	14℃~23℃
1月27日	小雨	11℃~18℃
1月28日	多云转晴	9℃~18℃
1月29日	晴转小雨	10℃~20℃

我市开展“星青年”就业心理疗愈系列活动

重塑职业自信 搭建走向社会的桥梁

本报讯(融媒体记者许奕梅 通讯员黄磊 陈琪 文/图)为破解“星青年”就业心理壁垒,助力构建职场自信与社会联结,日前泉州市残疾人康复中心开展“星青年”就业心理疗愈系列活动,通过专业心理疏导的方式帮助“星青年”发现自身优势,重塑“我能行”的职业自信,搭建起从家庭走向社会的温暖桥梁。

孤独症青年因认知特点与社会偏见,在就业过程中常面临社交恐惧、规则适应困难、自我价值感缺失等心理障碍,成为其融入职场的主要瓶颈。音乐与运动疗愈是叩响“星青年”心扉的钥匙。活动室里,轻柔的旋律缓缓流淌,心理老师与大家围坐成圈,手持着摇铃等简单乐器随节奏轻敲配合。没有复杂的指令、没有强迫的交流,欢快的鼓点与轻柔的哼唱便是跨越隔阂的语言。在心理老师温和引导下,“星青年”们放下拘谨,随旋律舒展身体,于律动中释放情绪、建立默契,沉默的脸庞渐漾笑容,眼神与肢体互动唤醒了社交意愿。

伯努利原理气球实验为“星青年”打开科学趣味之门。活动巧妙融合了科学体验与情感表达。心理老师首先演示了气球在气流中悬浮旋转的现象,并用通俗语言讲解背后的伯努利原理,“星青年”们随后亲手操



“星青年”们放下拘谨,眼神与肢体的互动唤醒了社交意愿。

作吹风机,亲自感受这一奇妙过程。在志愿者的协助下,每位“星青年”依次跨越悬空的气球环,完成一次小小的“勇气挑战”。最后,大家领取代表情绪或压力的气球,在安全、支持的氛围中将其踩破,借清脆的声响完成一场象征性的释放与重启。

大自然曼陀罗活动让“星青年”的心灵在自然中沉淀。志愿者带领大家采集落叶、花瓣、树叶等素材,在地面搭建专属曼陀罗图案。曼陀罗

象征内心平衡,“星青年”们从中心向外摆放素材,每一次捡拾与排布,都是与自然的对话、与自我的和解,在专注的创作中焦虑得到消散。作品完成后,大家互相欣赏、轻声分享,在自然中收获心灵疗愈。

市残疾人康复中心通过持续开展此类支持性活动,为“星青年”的社会融合与心灵成长提供长久的陪伴,愿以爱为土壤,以专业为光芒,照亮他们前行的道路。

1月30日起 晋江启用及优化 10处电子警察

本报讯(融媒体记者吴水保 通讯员姚冬媚 蒋巧玲)昨日记者从晋江交警大队了解到,1月30日起,晋江将启用、优化10处电子警察,主要抓拍机动车在道路上违反规定停放、违反禁令标志指示、闯红灯、不按道、压线、未系安全带、拨打接听手持手机等交通违法行为。

新增电子警察具体点位如下:晋江市英林镇金山路英林中心小学路段,晋江市英林镇金山路英林中心小学路段(抓拍机动车违反禁令标志指示07:30—08:30,15:00—18:00,限时段单行道),晋江市迎宾路与晋宁路交叉口(抓拍机动车违反禁令标志指示07:00—23:00,禁止重型汽车通行),晋江市和平路与阳光路交叉口(抓拍机动车违反禁令标志指示07:00—23:00,禁止重型汽车通行),晋江市安海镇东石连接线与苏厝村路段交叉口。

优化升级电子警察具体点位如下:晋江市安海镇鸿江路恒安路交叉口,晋江市安海镇鸿江路与大深路交叉口,晋江市长兴路与晓聪路交叉口,晋江市迎宾路与晋宁路交叉口,晋江市和平路与阳光路交叉口。

此外,晋江还新增多部铁骑鹰眼,分别位于四中队辖区(新塘街道)、五中队辖区(灵源街道)、龙湖中队辖区(龙湖镇)、磁灶中队辖区(磁灶镇)、深沪中队辖区(深沪镇)。

晋江交警部门提醒,根据以上电子警察监控的记录,在上述路段有交通违法行为的车辆,交警部门将根据电子监控记录的信息对相关违法行为予以处罚。请广大机动车驾驶人严格遵守道路交通安全法律法规,安全驾驶,文明出行,共同营造安全、有序、畅通的道路交通环境。

理论宣讲进社区 文明实践暖民心

本报讯(融媒体记者龚翠玲 通讯员张炜杰)为深入学习贯彻党的二十大精神,推动党的创新理论在基层落地生根、深入人心,1月21日下午,泉州市党的创新理论“百人千场进万站”文明实践示范宣讲活动(丰泽专场)在丰泽区泉秀街道华丰社区新时代文明实践站举行。

在本次活动中,区委常委、宣传部部长,区新时代文明实践中心办公室主任庄睿梅作《全会精神指航向文明实践新动能》主题宣讲,围绕城市精神文明建设,结合工作与生活体会,深入阐述其时代意义与实践路径,生动介绍丰泽区在打造文化品牌、创新社区治理等方面的探索。紧

接着,两位宣讲员用乡音土话和身边故事传递理论温度。市委讲师团宣讲员童婷香紧扣党的二十大精神与“十五五”规划建议,以“加减乘除”为脉络,联系大政方针与日常生活,鼓励青年将个人奋斗融入国家发展;丰泽区第二实验小学教师王迎迎结合簪花文化,讲述埭埔村蝶变故事,展现文商旅高质量发展的丰泽实践。

活动中还揭晓了丰泽区第二届“小小簪花推荐官”评选结果,并举行证书颁发仪式。“小小簪花推荐官”公益活动通过拍摄公益短视频、研学等一系列活动,展示了丰泽丰富的文化遗产和美丽的自然风光,激发未成年人

文化传承意识,让青少年成为文化传承与理论传播的纽带。

现场同步开展了“文明实践我行动 服务惠民暖民心”系列惠民活动。通过政策宣传、家电维修、健康义诊、非遗体验、饮水科普、眼科检查等多元化便民服务,将温暖送到群众身边。

下一步,丰泽区将以党的创新理论“百人千场进万站”文明实践示范宣讲活动为载体,依托新时代文明实践阵地,开展更多互动式、便民化的理论宣讲与志愿服务,让党的声音传得更开、更广、更深入,为建设21世纪“海丝名城”核心区、谱写中国式现代化丰泽实践新篇章贡献磅礴力量。