

1 天气

38°C强高温正式终结 这几天午后有雷阵雨



过去的一周,杭州在副热带高压控制下,大清早往往是蓝蓝的天,万里无云的景象。而高温更是越来越勇猛,周六的体感温度都要快到40°C了。不过不用紧张,因为这可以算是高温的“回光返照”,副热带高压已是强弩之末。到了昨天,高温的威力大不如前,空气湿度大,云量多,气温上升也变慢了。到了傍晚,更是下起磅礴大雨,气温直接降到31°C。




虽然现在我们还依旧处在副热带高压的控制下,但由于中低空有偏北气流渗透南下,加上连

连降雨,副高显然已经没有力量独霸舞台了。这周开始,今年的强高温天气(≥38°C)正式宣告节结束了。回头来看,今年的夏天其实还不算特别热,7月最高气温是40.3°C,比去年还好一些。

新的一周,天气主要以多云为主,但午后出现阵雨或雷阵雨的概率大增。这是因为前期连续晴热高温,大气层结不稳定,一旦开始出现雷阵雨,往往容易出现雷雨大风和短时暴雨天气,大家要注意防范哦。

本报记者 王舒畅

具体天气表

					
周一 8月22日 多云 27~35°C	周二 8月23日 多云 27~36°C	周三 8月24日 雷阵雨转多云 27~36°C	周四 8月25日 雷阵雨转多云 29~36°C	周五 8月26日 雷阵雨转多云 26~37°C	周六 8月27日 雷阵雨转多云 25~34°C

2 养生

处暑将到,温差大,莫贪凉

下周二就是处暑了,天气由此将逐渐转凉。这个时候,病毒易乘虚而入,借助呼吸道疾病侵入人体,尤其是老人、孩子、孕妇,小心着凉。

“这段时间容易咳嗽、咽干不适、鼻燥口干,所以要注意补水。居室内要经常开窗通风,可以在早晚较凉爽时多参加健身活动。生活应有规律,睡眠充足,一旦出现类似流行性感冒的症状要及时就诊。”方回春堂下沙馆的徐医生介绍说。

另外,天气逐渐凉爽,人体毛孔张开不再排汗,湿气内留。人们为贪图凉快,晚上开着门窗睡觉或久居阴凉潮湿之处,都是感受寒湿的原因。

徐医生建议,入睡时莫贪凉,窗户也不宜全开,防止寒气入侵。

此外,还要注意饮食卫生。徐医生说:“这段时间吃东西要有规律,不要暴饮暴食,尽量不吃剩饭剩菜。还要注意不让自己受到冷刺激,如喝冷饮料,冲冷水澡、用冷水洗脚等。”

除此之外,肺炎、哮喘等呼吸道疾病,也容易在夏秋季节交替的时候发作。所以除了要注意温差变化,适当添衣之外,在平时可适当多做一些运动,增加身体的抵抗力。

本报记者 李思璇

3 演出资讯

《我爱XXX》

这是孟京辉最爱的喜剧,一部可以“听”的话剧,一部你可以看不懂的话剧,一部可以让你思想飞起来的话剧——穿越二十年的反情节传奇《我爱XXX》。据说,当年孟京辉和著名编剧史航在宿舍攒出了这部话剧。

1994年,《我爱XXX》最初的演出阵容中不乏郭涛、徐静蕾等如今的一线大咖,而2016年最新版的《我爱XXX》,由孟京辉戏剧工作室最年轻的一批演员出演,表达最年轻一代的呐喊和思考。

这部没有任何故事情节的戏剧,通过“词语嫁接”和“词语繁殖”的语言结构方式,以“我爱”贯穿全剧,把伟人言论与市井粗话进行戏谑式的拼贴,以一种近乎残酷的方式大胆表现生活,挑战思维定势,将一种执拗的疯狂推到了极致。

这部戏剧以一种戏谑的方式真诚地反思历史,形式简单明了,问题却穿透现实,直指人心,大胆颠覆了传统观剧经验,上演一出“语言狂欢”。

时间:9月21日-9月22日 每天19:30-21:00

地点:杭州艺苑剧场

票价:128-888元

陈佩斯话剧《戏台》

《戏台》是一部年度大戏,由编剧毓钺创作,喜剧表演艺术家陈佩斯担当导演,并携手杨立新等著名演员共同主演。

这部戏于2015年7月16日作为北京喜剧院的开幕大戏上演,首轮演出轰动京城,更引起了热烈讨论。

喜剧讲述军阀混战的民国时期,闻名全国的五庆班在德祥大戏院准备演出时发生的故事。

陈佩斯在其中扮演戏班子里的侯班主,他一次次被挤进夹缝里。为了顶住各方压力,他被迫做出妥协,看似笑料百出,但是背后却蕴含着历史的深刻力量。

《戏台》凝聚着他对于现实、历史和艺术的思考,当然还有他作为艺术家的良知。这是一部寓庄于谐的讽刺喜剧,它为我们备足了笑料,我们在笑声里陶醉,也在笑过之后回味。

时间:12月17日~12月18日 每天19:30

地点:杭州大剧院歌剧院

票价:180-1280元

本报记者 王舒畅