

市卫生相关部门进行卫生专项检查 确保高考平安顺利进行

晚报讯 为切实保障高考期间公共卫生安全,做好我市高考考点及住宿场所传染病防控等监督工作,精准落实新冠肺炎疫情常态化防控措施,保障广大师生的身体健康和生命安全。昨日下午,市卫健委、市卫监所相关部门加大检查力度,对我市高考考点及住宿场所进行了卫生监督专项检查。

在南通大学附属中学考点,检查组重点检查了考点学校突发公共卫生事件应急管理体系、新冠肺炎等传染病防控措施落实、生活饮用水卫生管理

和住宿场所卫生等方面的情况。按照规定,用作考点的学校,要全面清洁通风及预防性消毒;带有空调的考场其空调滤网必须进行一次全面清洗消毒后才能使用;所有饮水设施都必须进行清洗消毒,提供的饮用水必须符合国家卫生标准要求。

在考生定点接待酒店之一的文景国际大酒店,检查组实地查看了现场公共场所卫生管理制度建立落实,新冠肺炎疫情防控措施落实、公共用品用具及卫生设施清洗消毒等情况。检查组要求,酒店要高度重视此次高考期间接待工作,落实疫情防控和公

共卫生主体责任,对入住人员开展体温检测和健康码核验,按照规范要求做好场所通风消毒、工作人员及顾客的口罩佩戴和个人手部清洁消毒管理,为考生提供卫生、安全的备考环境。

今年我市普通高校招生报名近2.5万人设7个考区,20个考点(其中乡镇考点2个),839个考场。其中市区设南通中学、南通大学附属中学、南通市第二中学3个考点,共138个考场,有近4000考生。卫生相关部门提醒广大考生和家长,高考期间要加强自我健康管理,提高个人防护,确保高考平安顺利进行。记者李波

以良好的心态迎战高考

专家:过度紧张影响考试水平发挥

晚报讯 随着高考的临近,考生们都在为考试做着最后的冲刺。越临近考试,不少考生往往越紧张、焦虑。昨日,南通四院精神科主治医师丁雅琴提醒:适度紧张焦虑可以维持考生的兴奋性,增强学习的积极性和自觉性,提高注意力和反应速度等;但过度的紧张和焦虑会让考生正常的生理和心理功能发生暂时性的失调,反而会引起学习效率的降低,影响考试水平的发挥。

丁雅琴介绍,考试焦虑症是因为学习压力过大而造成的,而孩子的压力不外乎来自三个方面的压力:自己内心的、

家长的、老师和学校的。为此,丁雅琴建议,广大考生要学会优化情绪,去除杂念,悉心准备,眼下需要找出各学科错题失分的原因,加强复习,强化自信心;当出现焦虑情绪时,给自己积极的自我暗示,如“我能行”“我一定能够成功”“我看好我自己”等;当面临焦虑时,放下手头的学习,做一些感兴趣的事情,如唱歌、听音乐等,当做完这些事情后,烦恼焦虑也往往无影无踪了。

对于家长而言,丁雅琴建议,应理性地看待孩子的分数问题并且营造宽松的家庭氛围,不要因为家有考生就使家庭氛围异常紧张,当发现孩子心理压力过大的时候,

应当允许、鼓励、引导孩子适当地做一些放松,把自己放到一个平稳的、开阔的心理环境中。

丁雅琴还建议,学校、老师给学生的压力要减少,要面对现实。“学生能否成功,除主观努力外,与他的内在因素和外界条件都有关。”她指出,少数考生紧张后会出现明显的失眠、头疼、焦虑、注意力不能集中,这时就需要找心理医生咨询了,必要时可进行心理治疗,如系统脱敏、放松训练等,也可适当辅助药物治疗,根据不同的症状可使用一些抗焦虑药,但这些药物必须在医生指导下使用。

通讯员朱小平
记者冯启榕

南通市图书馆又一部古籍 入选第六批《国家珍贵古籍名录》

晚报讯 昨日,记者从南通市文广旅游局获悉,在文化和旅游部公布的第六批752部《国家珍贵古籍名录》中,南通市图书馆《新雕宋朝文鉴》入选。至此,该馆已有33部珍贵古籍入选《国家珍贵古籍名录》。

为加强中华古籍保护工作,根据中央有关要求,文化和旅游部指导国家古籍保护中心从2018年启动了第六批《国家珍贵古籍名录》和“全国古籍重点保护单位”评审工作。在各级各类古籍存藏单位申报基础上,经专家委员会评审并征求

全国古籍保护工作部际联席会议成员单位意见,共有752部珍贵古籍和23家古籍保护单位入选推荐名单。南通市图书馆申报的珍贵古籍编目号为00589的《新雕宋朝文鉴》在列。

《新雕宋朝文鉴》一百五十卷,目录三卷,由宋吕祖谦辑,明天顺八年(1464)嚴州府刻,弘治十七年(1504)胡韶重修本,曾为莫友芝所藏。钤有“莫友芝图书印”“莫彝孙印”“莫绳孙印”,原签上题名为《宋文鉴》,书中各卷的题名,有“文鉴”“宋文鉴”“圣宋文鉴”“宋

朝文鉴”等多种,开本、版式、刻印字体也有不同。这本珍贵古籍曾于2009年入选《江苏省珍贵古籍名录》。

据悉,时任扬州市图书馆馆长、省古籍鉴定专家刘向东来馆访书,对此书很感兴趣,帮助确定其版本。并指出这部书的珍贵,不仅仅在于文献内容,其版本价值更高,它是一种版刻的标本,展示的是嚴州府刻本所留下来的实物。在第六批《国家珍贵古籍名录》的申报时,以其特殊的版本价值为侧重点,终得以入选。

记者李波

体彩情报站

南通体彩监督电话:83512260

南通打工仔领走体彩大乐透1618万大奖

随着体彩大乐透9.9亿大派奖在彩市中愈演愈烈,本就是中奖大户的江苏购彩者最近中起大乐透来也是愈发的频繁。前不久,南通小伙子小程在朋友的陪伴下来到江苏体彩兑奖大厅,领走大乐透1618万大奖。

守号3年
单式追加力擒1618万元

小程年龄不大,很早就出来打工了,空闲的时候也喜欢玩玩彩票,当然他最钟情的玩法自然是体彩的大乐透,在此之前他中的最大奖也只有600元,不过别小看这

福彩直通车

南通福彩网 <http://ntfcw.tt17.com/>

南通彩民喜获“超级幸运”幸运大奖20万

近期,福彩“超级幸运”刮刮乐火热面市。为庆祝“超级幸运”即开票上市,中国福利彩票发行管理中心自6月6日至7月15日为彩民“发福利”,开展“超级幸运刮刮乐回家”5000万元幸运派奖,活动期间,凡中得一等奖至四等奖的则奖金翻倍!

6月6日,派奖活动开始首日,位于南通市崇川区青年东路的32060283福彩销售点捷报传来,一幸运彩民刮中“超级幸运”三等奖10万元,加上派奖活动的福利,这位彩民共斩获奖金20万元!据了解,中奖彩民施女士是位90后,平日里就喜欢买刮刮乐。6日下午,施女士陪同朋友一起去接小孩,等待间隙,刚好看到附近有家福彩销售点,便走进去试试手气。她见“超级幸运”票面精美,又正好有派奖活动,便拿了一本刮了起来,刮到一半的时候忽然发现自己似乎中到大奖了,便找店主来确认。当得知自己确实中得20万大奖后,施女士兴奋不已,不敢相信超级幸运真的降临,感觉就像在做梦一样。6月8日一大早,这位幸运彩民和朋友一起来到南通市福彩中心兑取了这份超级幸运大奖。

“超级幸运”共设12个奖等,每张刮刮乐共有25次中奖机会,有趣的玩法,超多的福利,就等你来。

福彩双色球 2元可中1000万

“梅姑娘”频频发威 南通今年梅雨量 已超常年平均值

晚报讯 入梅以来,“梅姑娘”频频发威,大风、强降水天气时不时就要出来刷一波“存在感”。受多场强降水影响,我市梅雨量也是一路走高。记者从市气象台了解到,自6月9日入梅以来,全市各地累计梅雨量已超常年平均梅雨量。

来看今年梅雨季的“成绩单”,据统计,从6月9日8时至7月3日8时,各国家观测站累积雨量分别为:南通255.1毫米,海安383.7毫米,如皋282毫米,如东241.9毫米,通州264.9毫米,海门369.6毫米,启东338.9毫米,均已超过各站常年梅雨期全部降水量。其中,海安、海门、启东超过常年50%以上。对于广大市民关心的出梅日,市气象台工作人员表示,今年出梅时间仍要看上旬末到中旬的

天气变化。

根据最新气象资料分析,受梅雨带摆动影响,这个周末仍然逃不过雨雨雨的“魔咒”。好在,白天基本以云系变化为主,有分散性阵雨或雷雨。有出行计划的小伙伴,还是要随身带好雨具,说不定这波雨就有可能下在你外出的那会。不过,到了晚上,强降水天气又会重新上线,其中4日雨量中到大,5日雨量中到大、局部暴雨。

【今明后三天天气预报】4日:阴转阵雨或雷雨,夜里雨量中到大雨,东到东南风4级左右,气温21℃~27℃;5日:阴有阵雨或雷雨,雨量中到大、局部暴雨,东南风4~5级,气温22℃~29℃;6日:阴有阵雨或雷雨,雨量中到大、局部暴雨,西南风4级左右,气温24℃~28℃。

记者俞慧娟

(合作单位:南通市气象局)

专场招聘会开进城职院校园 让更多毕业生找到理想职业

晚报讯 昨日下午,江苏城市职业学院(南通校区)经管学院毕业生专场招聘会在该校中远校区举行,有14家用人单位挂出招聘广告,招聘会吸引了城职院经管学院近百名应届毕业生。

江苏城市职业学院(南通校区)经管学院党总支书记江军介绍说,此次招聘会,有中天钢铁、凤凰航空、谊昌奥迪等14家单位提供了近80个岗位,涉及会计、营销、空乘、培训、商务英语等,

记者王全立



一蝶一世界

你用蝴蝶翅膀和芝麻作过画吗?近日,“一蝶一世界”侯旭手工艺作品展在南通沈绣博物馆开展,涵盖十二生肖、秀美风光、南通名人的近百幅芝麻画、蝶翅画以及700余只标本蝴蝶首次与南通市民见面,构思新颖、独出心裁,令人耳目一新。本次展览将持续至7月20日。记者徐培钦

体彩开奖

7月3日 21:38

7位数第20078期

1、3、7、9、9、2、8

排列5第20135期

6、0、3、3、6

福彩开奖

7月3日 21:48

七乐彩第2020059期

4、5、7、13、17、18、26、22

15选5第2020136期

8、9、11、12、15

3D第2020136期

7、4、6