



市场星报电子版 www.scxb.com.cn
安徽财经网 www.ahcaijing.com



赢考2023

市场星报

07

2023年5月29日 星期一
编辑/江 锐
组版/李 静 校对/刘 洁

涉考车辆轻微违法将及时放行

安徽交警多措并举护航高考

星报讯(记者 徐越蕾) 高考即将开始,记者昨日从安徽交警总队获悉,安徽各地公安交管部门正全力做好全省高考交通管理工作,实地踏勘考场周边道路,优化交通组织,完善设施设置。充分挖掘考场周边停车资源,开辟临时场地,设置停车引导标志。

高考期间,交管部门将加强警力部署,增设护学岗,严查考场周边乱停乱放、乱鸣喇叭等交通违法行为,必要时将采取临时交通管制措施。严管面包车超员、客车超速、货车违法载人等违法行为,严防发生涉考交通事故。对涉及高考用车的轻微交通违法行为,教育警告后及时放行。对发生涉及考生交通事故的,迅速出警、快速处理,必要时帮助联系车辆转送考生。

此外,依托铁骑设立护考小分队,加强考场周边主要路口和重点路段的巡逻,为考生提供紧急援助服务,开辟“绿色通道”,全力保障考生安全及时应考。加强与气象、应急、市政等部门的沟通协调,及早掌握雨情、汛情和险情灾情,做好恶劣天气交通应急处置准备。

安徽交警提醒广大考生及家长,应提前熟悉考场周边道路情况,科学选择出行方式及线路;如遇交通拥堵、忘带证件等问题,请及时报警求助,交警将尽力提供紧急援助服务。其他社会车辆如行经考场周边道路,请严格遵守法律法规,做到降车速、禁鸣笛、按序通行,共同营造安全、畅通、宁静的护考环境。

合肥考生家长注意了! 居民身份证“绿色通道”开启

星报讯(记者 徐越蕾) 2023年中、高考在即,记者从合肥警方了解到,为确保全市考生顺利参考,合肥市公安局户政部门开通中、高考考生办理居民身份证“绿色通道”。

中、高考考生身份证到期或者丢失的,可携带户口簿、社保卡等证件,就近前往全市任一户政窗口办理,不受户籍所在地限制,公安机关将优先受理,优先审核签发,第一时间制证。

对无法拿到正式居民身份证又急需使用证件的安徽省内户籍考生,启动“立等可取”快速办理临时居民身份证机制。考生可就近选择户政窗口申请,当场领证,无需等待。合肥警方提醒广大考生和家长,请务必保管好相关证件,谨防丢失。

中、高考期间怎么吃?“饮食指南”请收好

星报讯(记者 马冰璐) 中高考都是人生中至关重要的考试,中高考期间,吃好喝好休息好尤为重要。5月28日,合肥市疾控中心专家表示,日常饮食对考生的身体健康和学习成绩都有一定的影响,因此不能轻视。

早餐是一天中最重要的一餐,建议早餐应以含有高纤维的粗粮和鸡蛋为主食,搭配适量的蔬菜、水果、豆浆以及低脂乳制品,这样的早餐搭配既健康又美味。

午餐应该偏向清淡,推荐选择清炒或者蒸煮的菜品,少放油和少放盐,多吃些蔬菜和水果。避免过多的高热量食物,例如油炸食品、肥肉、辣椒等,这些食品会消耗大量的能量来消化和吸收,这样会让人昏昏欲睡、困倦、难以集中注意力。

晚餐应该尽量提前,并且以清淡为主。推荐搭配一点淡味汤,如西红柿蛋汤或鱼汤,以及蔬菜和少量的鱼或鸡肉。避免吃过于油腻的食物,并且要避免睡前过饱,尤其是吃夜宵。如果晚餐过晚,建议适当吃一些水果或者酸奶等清淡有营养的食品。

此外,必须保持充足的饮水量,水分是大脑和身体正常运转所必需的,不喝足量的水不仅会对身体造成伤害,还会导致大脑缺氧,影响学习和记忆。

零食的选择,应该避免吃过多的零食,尤其是垃圾食品和高糖、高油、高盐的零食。这些食品会导致血糖、血脂、血压骤升骤降,影响大脑的正常运转,造成注意力不集中和精神衰弱。

“爱心送考”免费乘车服务 为中、高考助力

星报讯(记者 章沁园) 一年一度的中高考即将启幕,记者从合肥市交通运输局获悉,为提升城市文明指数,合肥市各巡游出租汽车公司、网约车平台开展“爱心送考”活动,在中高考期间为有接送需求的考生提供免费乘车服务。考生或家长可凭准考证与各公司、平台调度联系人联系,预约爱心送考服务。

期间,有任何乘车问题或需求,均可以联系合肥市道路运输管理服务中心出租汽车服务科。联系人:蒋成,联系电话:0551-65366839(工作日,上午8:00~12:00,下午14:30~17:30)、18655139567。

合肥市大通路小学:童心筑童梦 一起向未来



5月25日,合肥市大通路小学教育集团举行了主题为“童心筑童梦 一起向未来”的庆六一校园艺术节展演活动,意在丰富学生校园文化生活,展示学生风采和特长,给孩子们的金色童年留下美好印记。瑶海区委宣传部机关党支部书记阮思源应邀参加活动,瑶海区第六督学责任区组长付阳春、闽商国贸商圈党建指导员黄典平,安徽上庄网络科技有限公司党支部书记任艳山,东七社区副主任王帅,该校行政班子成员,四校区师生及家长代表3000余人参加活动。

活动前,全体师生起立齐唱《义勇军进行曲》。之后,阮思源致辞祝贺小朋友们六一儿童节快乐,为同学们送上“希望你们有理想、希望你们要优秀、希望你们要感恩”三朵“小红花”。展演在校歌大合唱《奋进大通》中拉开帷幕,活动共分“繁星火·筑童梦”和“扬帆起·向未来”两个篇章。该校孩子们带来了丰富多彩的节目表演,有优美的现代舞蹈,有富有特色的民族舞,有高亢嘹亮的合唱,有精彩纷呈的乐器演奏……赏心悦目的节目令人目不暇接,每个孩子都在舞台上尽情展示自己的活力和风采。展演活动间隙,还分别举行了主题为“热心队伍公益助学 暖心服务放飞梦想”的集团首届“聚成”进取奖颁奖仪式、个人一星章颁奖礼。

活动尾声时,主题为“暖心家书谆谆教诲 健康成长拳拳爱心”给通小学子的一封信,“一封信传递温情 贴心服务感恩老师”给通小教师的一封信,把整场展演活动推向了高潮,家书以该校教师原创的唯美音视频呈现,诉说着通小教师对学生的满满爱意,传递着该校对广大教师的温情暖意。

张鹏程 童洁 记者 王珊珊

高考期间 滨湖考生可免费骑行共享单车

星报讯(何芳凌 记者 王珊珊) 2023年高考在即,据了解,今年高考,合肥市滨湖新区共设置了5处考点,分别是合肥四中、合肥四十六中(本部)、合肥四十六中(南校区)、合肥一中和合肥四十八中滨湖校区。5月28日,记者从合肥市滨湖城管办获悉,为做好考试期间服务保障工作,近日,滨湖城管办提前部署相关服务措施,成立城管护考队、推出爱心助考服务,为广大考生保驾护航。

据滨湖城管办相关负责人介绍,高考期间,城管部门在考点附近设置爱心单车停放点位,投放至少300辆“爱心助考单车”,并配备装有口罩、黑色签字笔、2B铅笔、橡皮的“爱心助考包”,为有需要的考生提供常用的考试物品,供其应急使用。滨湖城管办督查中队中队长管飞强表示,只要是在滨湖新区范围内参加高考的考生,在考试期间,滨湖新区所有的共享单车都可免费使用。

[wén míng]

文明餐桌

[cān zhuō]

节俭

打包不丢人
浪费才可耻

打包不丢人
浪费才可耻



市场星报
公益广告

粒粒不易 不倒不弃