

2023 年高考今日开考

我市 54424 名高考生走进考场为梦想而战

高考加油



2023 年全国高考拉开序幕,6 月 7 日,濮阳市 54424 名高考生走进“战场”,为自己的梦想而战。三年高中生活,有校园生活的快乐,也有不得已的居家网课,特殊的经历练就了他们乐观坚韧的心态。面对孩子人生中非常重要的一次考试,家长可谓“如临大敌”,吃穿住行都考虑得事无巨细,尤其一些家长的花式操作,给严肃紧张的高考带来一些轻松和亮色。

家长鲜花、旗袍送考 为孩子讨个“好彩头”

对于许多高考学生家长来说,他们认为讨个“好彩头”很有必要。于是近几年每到高考的时候,不少女性家长选择穿旗袍,手捧向日葵为孩子送考,寓意“旗开得胜”“一举夺魁”。

市民李亚敏从儿子上高中开始就十分关注每年的高考试卷和新闻,她发现很多家长为了给孩子加油助威,都在高考当天穿着旗袍送考,寓意“旗开得胜”。今年儿子高考,李亚敏早在一个月前就背着老公和儿子悄悄买了一条白色印花旗袍,准备在高考第一天送儿子考试时穿。她说:“必须给孩子讨个‘好彩头’,我把能为孩子做的都做了,希望孩子高考万无一失。”

随着高考的临近,我市城区内的不少花店针对毕业生推出鲜花订购活动。6 月 5 日,记者走访发现,花店基本都推出了向日葵花束,其价格从 68 元到 198 元不等。而外卖平台上的价格则相对更优惠些。“为了迎接高考,我们一个月前就订购了大量向日葵、粉玫瑰等鲜花。一周前,家长开始陆续预订这些花束,有的直接要求送到考点。”某鲜花店老板小玲告诉记者,家长订购的花束大多要求以向日葵为主打,配以粉玫瑰、香槟玫瑰、康乃馨等,寓意“一举夺魁”。

在花店采访时,记者遇到了前来订购花束的王女士。她告诉记者,女儿今年参加高考,听同事说送孩子一束鲜花能

让她有个好心情应对高考,也算讨个“好彩头”,便到花店为孩子订购一束鲜花。

除了鲜花,有的家长还会提前准备蛋糕、粽子等。“蛋糕寓意‘步步高’,粽子寓意‘一举高中’。”张先生说,最近在家长群里,这样的信息特别多,家长都希望通过各种形式,给高考的孩子送去祝福。

父母请假陪同备考 为孩子定制营养均衡食谱

在很多家长眼中,高考、工作、结婚生子是孩子一生中的三件大事。高考是孩子人生道路中的第一个岔路口,考得如何似乎直接决定着孩子未来的命运。孩子吃得好、睡得好才有可能考得

好。因此,为了让孩子吃好,家长们可谓费尽心思。

市民周辉和妻子董女士为了照顾孩子,从 6 月初就请了年休假。夫妻二人给孩子制订了高考期间的食谱。“我们的早餐为三明治、牛奶、火腿肠、煎鸡蛋、营养粥,午餐为水煮大虾、西红柿炖牛腩、西芹炒肉、蒜薹炒肉、蒸米饭,天天吃新鲜。”周辉表示,为了高考期间给孩子增加一些营养,夫妻二人专门制订了食谱让孩子挑,菜品基本都是孩子愿意吃的,她喜欢吃什么就做什么,希望孩子在高考期间能够吃得营养、科学。

除像周辉这样,选择孩子爱吃的菜

为食谱外,更加严谨的家长选择通过网络或到医院咨询营养专家为孩子制订食谱,市民杨先生就是其中一位。他告诉记者,为了让孩子营养更加均衡,考试期间不出现意外情况,他联系了专业的营养师,为孩子的高考食谱提供建议。“营养师建议我,高考期间尽量不让孩子到外面就餐,也不要点外卖。在家里做饭时要购买新鲜食材,保证烹饪熟透,隔夜食物不宜再给孩子食用。高考期间应适量食用主食,炒菜少放油,不吃肥肉和油炸食物,多吃新鲜蔬菜补充维生素。平常以素食为主的考生不宜大鱼大肉突然进补。考试期间易用眼过度,可以选择一些胡萝卜、番茄、西兰花等富含维生素 A 的蔬菜。此外,不要迷信补脑食物,比如核桃等,坚果少量食用即可。”杨先生表示,也希望通过媒体将这份建议传达给更多考生家长。

家长应控制情绪 别把焦虑传给孩子

“高考前,很多家长打电话或者带孩子来咨询,家长和考生比较焦虑,吃饭和休息都受到了很大影响。”6 月 6 日,濮阳市元心青少年心理服务中心心理咨询师任若男在接受记者采访时说。

任若男在咨询过程中发现,家长焦虑比孩子要严重,不知道该怎么支持孩子。她说,高考对孩子来说,有个平稳的心态至关重要。针对如何帮孩子调整心态,任若男建议:家长的焦虑不要超过孩子的焦虑,应当控制自己的情绪;孩子正处于高压状态下,有一些行为表现是正常的,不用过度担心,也不要产生言语及行为冲突,允许孩子情绪释放;家长做好孩子的心理支持者,特别是做好倾听和陪伴。考生应该合理饮食,以保障身体状态达到最佳水平;高考期间保证充足睡眠,当感觉出现焦虑、担心时,应让自己身心放松,用平常心应对考试。

本报记者 张迪

高考期间遇到噪声污染可举报

本报讯 (记者 张迪)全国高考是广大考生人生中一次重大的考试。为了给莘莘学子营造一个良好的考试、休息环境,我市各部门严查各类噪声扰民行为,为考生守护一片安宁。昨日,记者了解到,高考期间市民遇到噪声污染可举报。

6 月 6 日,针对高考期间市民遇到噪声污染情况,记者分别拨打了市政府服务热线(12345)、市环保投诉电话(12369)和市控尘办电话,对方均表示,高考期间,市民遇到噪声污染可举报。

市政府服务热线接线员告诉记者,全国高考比较特殊,对考生来说无比重要。如果高考期间市民发现噪声污染现象,可随时拨打市政府服务热线进行举报,接到举报后会第一时间对噪声产生的县区属地进行交办。

随后,记者拨打市环保投诉电话咨询相关情况,据接线员介绍,该热线主要针对我市的工、化企业产生的噪声污染,如在高考期间,市民发现我市的工、化企业存在噪声污染现象,可拨打 12369 进行举报,接线员将第一时间转交相关执法人员进行检查处。

6 月 5 日,市控尘办针对建筑工地噪声污染发布了《关于有效控制高考、中考期间建设(拆迁)施工扬尘、噪声污染影响的紧急通知》。《通知》要求在在建工程在高考、中考考试期间,禁止在所有考点周围、居民区和学校附近 500 米范围内进行有扬尘、噪声污染的施工作业;各属地(行业)责任部门要指导施工项目合理调整作业时间,并安排专人负责监督高考、中考期间施工管理。考试期间,市控尘办将重点对高考、中考考点及居民区、学校附近项目进行监管,适当增加检查频次,重点部位安排盯守,加强夜查晨查。对发现的违规作业现象,按照有关规定予以处罚、停工等严肃处理。此外,对于已办理“连续浇筑”“阳光运输”等手续的在建项目,应以保障高考、中考为优先,合理安排作业时间。



6 月 6 日,濮阳外国语学校的工作人员在校门口对考点标语条幅做最后的调整,精心细心做好高考各项工作。

本报记者 高崧人 摄



6 月 4 日,华龙区公安局胜利派出所接到高考学生冯某母亲求助电话,说儿子身份证丢失,户籍民警李慧超一边安抚家长情绪,一边告知办理身份证准备事项,并与考生家长预约时间到户籍室,为考生办理临时身份证。

本报记者 高崧人 摄

今日这些路段 为高考让路

本报讯 (记者 岳彩寒)高考在即,记者从市公安局交警支队了解到,为保障各考点交通安全畅通,该支队决定在 6 月 7 日、8 日上午 7:30 至 12:30、下午 13:30 至 18:00,对石化路段(昆吾路至市综合高中门口西侧 200 米)、卫都大路段(华安路至香山路)、安泰路段(桃源路至金堤路)、益民路段(开州路至昆吾路)实行交通管制,禁止车辆通行。

以上区域在交通管制时间内,除应急工作、运送试卷、高考巡视、考试工作人员和承运考生的车辆外,禁止其他一切无关车辆(机动车、非机动车)通行。

交警温馨提醒:考试期间,请广大驾驶员朋友尽量避开考试路线和考点,确需途经考场周边道路时要遵交规、降车速、勿鸣笛,为考生创造宁静舒心的考试环境;考生和家长在考前应了解、熟悉考点所在位置,并选择合理的出行路线,尽量选择主干道通行,提早出门,预留一定的时间以应对路上的突发情况,如果在赶考途中碰到意外或紧急情况,可就近向执勤民警求助。

食品安全专项整治 确保考生吃得安全

本报讯 (记者 袁冰洁 通讯员 刘新霞)你高考,我护航。记者 6 月 5 日从市市场监管局获悉,为切实做好中招、高招考试期间食品安全工作,有效防控食物中毒事故和食源性疾病的发生,保障广大考生饮食安全,我市决定在全市开展为期一个月的中招、高招考试期间食品安全专项整治行动。

此次行动,有针对性地查找薄弱环节,排查事故隐患,梳理问题清单,解决突出问题,以排查促整改,以整改促提升,进一步落实学校食品安全各方责任,全面提升学校及周边食品安全水平,保障广大考生的饮食安全,切实预防食品安全事故的发生。

本次专项整治的重点对象,是中招、高招考试考点学校食堂、考务人员和考生集中食宿点及其周边食品经营单位、考生集体用餐配送单位等。执法人员将重点检查以上场所证照是否齐全、从业人员是否进行健康检查;食品原料进货查验、索证索票、餐饮具清洗消毒、食品贮存、食品留样等各项食品安全管理制度是否落实;是否存在超范围、超负荷经营现象等;是否存在违规加工制作冷荤类食品、生食类食品、裱花蛋糕、四季豆、鲜黄花菜、野生蘑菇、发芽土豆等高风险食品等行为;承包经营集中用餐单位食堂的,是否遵守《食品安全法实施条例》第二十八条规定依法取得食品经营许可,并对食堂的食品安全负责,集中用餐单位是否督促承包方落实食品安全管理制度,承担管

理责任。

为保证各项措施的落实,我市专门制订了《2023 年中招考试期间食品安全专项整治工作方案》。方案要求,各单位要严格执行中招、高招考试期间 24 小时值班制度,密切关注食品安全状况,提前做好食品安全事故应急处置准备工作。对举报投诉要迅速反应、及时处理,不得推诿。要制订和完善应急预案,建立健全食品安全事故应急处置机制,一旦发生食品安全事故,要按要求第一时间处置,并采取控制措施,积极组织相关部门进行事故调查,最大限度减少事故危害。要进一步畅通食物中毒事故报告渠道,对未按规定及时上报的,将予以通报批评;对因迟报、漏报、瞒报造成严重不良后果的,将依法依规追究相关人员的责任。要主动、及时地向当地教育行政部门沟通反馈中招、高招考试期间的食品安全监督检查情况,确保中招、高招考试工作顺利进行。

同时,提醒广大考生及家长,中招、高招考试期间要科学安排膳食,增强食品安全意识和自我防范能力,不食用生冷食品、不洁食品、过期食品,不在无证门店、路边摊点用餐,不在流动摊贩购买食品,尽量少喝冷饮,在家伙食少吃豆制品、乳制品等易引起胃肠不适的食物。外出就餐时,要选择证照齐全、环境卫生整洁的餐饮单位就餐;就餐前要注意检查食物感官性状是否异常、是否新鲜、是否烧熟煮透、餐具是否洁净;不要食用国家明令禁止的畜禽及水产品。

市卫生监督部门 开展高考考前专项检查

本报讯 (记者 刘阳)为切实做好高考期间卫生保障和疫情防控工作,预防突发公共卫生事件发生,6 月 1 日至 5 日,市卫生计生监督局组织卫生监督人员,对市城区 9 个高考考点、周边住宿场所及供水单位进行专项监督检查,以保障广大考生的健康安全,确保高考工作平稳有序顺利进行。

卫生监督人员重点检查了各高考考点传染病防控、生活饮用水管理、应急物质储备、考场通风消毒等工作,要求使用保温桶为考生提供开水的要进行加锁保护并安排专人管理,使用桶装水、瓶装水的要提供产品许可证件和检测报告书;现场核查了考点

周边住宿场所是否持有有效卫生许可证、从业人员是否具有有效健康证、住宿用品和饮水是否符合卫生规范、卫生设施是否安全、室内通风换气是否良好等情况;仔细查看了供水单位水源水和出厂水检测记录、生产区域环境卫生、制水工艺流程、涉水产品采购使用、人员卫生知识培训等情况。

针对检查发现的问题,卫生监督人员逐一进行现场指导,要求责任单位立行立改,并督促各单位切实增强责任意识,狠抓各项卫生措施落实。高考期间,卫生监督部门将继续加大监督巡查力度,查看各项措施落实情况,为全市考生顺利高考提供有力保障。