

高中毕业会考时间提前

时间:12月18日~20日 规定:每个考场最少配监考两人,其中一人要来自外校,外校老师为第一监考人

□晚报记者 王俊祥

本报讯 市招办近日发布消息,按照高中课改工作的有关安排,2010年1月份高中毕业会考提前至2009年12月18日~20日进行。需要提醒的是,2008级、2009级高中在校生不参加12月份考试,2007级考生的考试安排正常进行。

具体考试科目及时间安排为:历史:12月18日上午8:00~9:30;地理:12月18日上午10:10~11:40;语文:12月18日下午3:00~5:00;

化学:12月19日上午8:00~9:30;生物:12月19日上午10:10~11:40;数学:12月19日下午3:00~5:00;政治:12月20日上午8:00~9:30;物理:12月20日上午10:10~11:40;外语:12月20日下午3:00~5:00。

市招办有关负责人说,这次会考正处于普通高中毕业会考与普通高中学业水平考试的交替期,也是普通高中毕业会考最后一次大规模的考试。对此,每个考场最少配监考两人,其中一人要来自外校,外校老师为第一监考人,当年有亲属参加

会考的不能担任监考工作。同时,要加强对学生的教育,要求他们树立正确的考试观,严守各项考试纪律。要特别注意防止内外串通的群体性大面积舞弊事件的发生。要严把入场关,不能带入考场的所有物品必须存放在存物处,要特别注意防止手机、呼机等现代化通讯工具带入考场。

同时,我市招生部门要求各地要认真做好甲型H1N1流感及其他传染病的预防工作,确保学生安全顺利完成考试。

关于评卷,普通高中毕业会考客观题评卷工作由省招办组织集中评阅,主观题试卷仍由我市组织评阅。评卷结束后,省招办将随机抽调试卷检查评卷情况。



周口供电 关注民生

24小时电力服务热线 95598

郸城: 铺平千个胡同口 让市民出行方便

□晚报记者 徐松

本报讯 “胡同口修平了,窞井盖盖上了,高低不平的坑洼路变成了坦途,出行也更方便了。”11月1日,记者在郸城县街头看到,县城许多胡同出口的“胡同夹道”进行水泥铺平,变成了与人行道平齐的水泥路,许多在胡同内居住的市民纷纷上前义务帮工,嘴里还津津乐道。

由于小区与小区之间、公共道路与个人住房之间、县城主街道至社区之间等等,这些小路口、胡同口属于公共区域,而且这些小道路下属的各种管道归多家部门管理使用,越是胡同口、小路口,路面窞井盖越多、坑洼越多,其管理、修复一直受制约,影响市民出行。特别是一些胡同口道路,与两侧的人行道不平整,形成“胡同夹道”,加之城区主要道路路面较高,每逢阴雨天气,胡同口成了主要道路的泄水道,在胡同内居住的市民怨声载道。

今年以来,该县加大城区配套设施组装,总投资200多万元,实施“千百胡同安全工程”,把1000多个胡同出口的道路修补作为城区改造一项重要内容,对城区内每条路口、胡同口逐一排查,登记造册、勘测、规划、施工,采用白灰固基、混凝土夯实修补,使每条胡同口的道路与城区主道路齐平。此举,一是防止阴雨天气主道的积水流向居民区;二是为主要道路交通分流,此前由于人行道与胡同口处处存在胡同夹道,自行车、电动车都挤了上快车道,这样一来,自行车和电动车可在人行道行驶。

据了解,为将这一民心工程做好,该县公用事业局组织20多个施工队加班加点进行修补,争取最短时间让市民出行方便。自9月中旬动工至今,已修补300多个胡同口,预计年前可全部完工。

线索提供 孙守功

工商公安联手端“鼠窝” 解救近70名传销人员

□晚报记者 王丽丽

本报讯 近日,市工商局川汇分局与公安联手,成功端掉一传销窝点,并解救被困传销人员近70名,其中两名传销骨干分子被公安拘留。

据了解,10月21日上午,湖南青年石皓月与其母亲、舅舅、姐夫到市工商局川汇分局投诉称,父亲与哥哥于一个月前被骗到周口参与传销活动,人身自由受到限制,家人都十分着急,请求帮助。市工商局川汇分局立即组织执法人员,并与公安人员联合开展排查、解救行动。排查中,执法人员发现位于市区荷花路东侧一民房内,有70多人正在上课,参与传销活动。经询问,这些人员大部分来自湖北、湖南等地,年龄一般在20岁左右,年龄最大的56岁,石皓月的父亲与哥哥均在其中。

据石皓月介绍,其兄石万炎于半年前外出打工,可一个月前,他突然往家里打电话,说让父亲来周口和他一起做生意,怎么也没想到会搞传销,而其父亲周口后方知上当受骗,但因日夜有人看管无法脱身,家人得知情况后因无力解救才求助于工商机关。工商执法人员对传销人员逐一登记备案、批评教育后,予以驱散处理。两名传销骨干分子被公安拘留。“鼠窝”被端后,石皓月的父亲、哥哥与家人相拥而泣,在工商人员的护送下乘车返乡。

线索提供 连平 杨坤

我市培训“破烂王”

□晚报记者 朱海龙

本报讯 城区废品回收业存在文化偏低、技术落后等问题,不仅造成大量物品得不到利用,也给社会治安带来隐患。10月31日,我市开始对67名从事再生资源回收的“破烂王”们进行职业技能免费培训。市再生资源行业协会副会长兼秘书长苏建华介绍,我市正在规范再生资源回收行业,并逐步推行持证上岗、行业准入制度。

此次参加职业技能资格培训的“破烂王”们,来自我市各县(市、区)。记者10月31日在培训现场看到,他们统一穿着寓意环保的绿色马甲,戴着红帽子,拿着专家编写的教材,认真做着笔记。

据苏建华介绍,目前,我市从事再生资源回收工作的约有1万人,但拥有再生资源回收工作职业资格证书人数不多。本次培训希望能达到以下目的:一是提高回收工的回收技能;二是培养他们依法经营意识;三是实现回收行业的持证上岗。

另据了解,我市还将开展对再生资源资源的技术开发,进行废旧物资的深加工和利用,实现废旧物资的增值效益,形成再生回收经营网络化、规范化,尽快建起“绿色回收网络体系”。



消防栓 有了 警示牌

昨天,在市区荷花市场内,室外消防栓不仅都被重新刷了红漆和编了号码。有关部门还在消防栓旁设置“室外消防栓,严禁圈占”醒目的警示标识,提醒商户不要侵占。

晚报记者 朱海龙 摄

“新规”实施一个月后

化妆品成分依然“雾里看花”

本报讯 《消费品使用说明化妆品通用标签》实施一个月了,昨日,记者在市区几家超市看到,大部分化妆品的成分依然“雾里看花”。

10月1日国家标准委颁布了《消费品使用说明化妆品通用标签》,要求10月1日后生产的化妆品必须标明所有成分,类似“美白

因子”、“天然植物萃取成分”等虚名不符合要求,应当改变。

昨日,记者在市区一家超市的货架上看到,某品牌的洗发露和沐浴露包装上均注明含“柠檬酸、丙三醇、薄荷脑”。但另外还有部分品牌的洗发护发产品均没有标明其成分,有的只是以“富含天然植物配

方”、“表面活性剂”等模糊字眼一笔带过。而护肤品中清晰注明成分的产品也不多。

超市工作人员介绍,化妆品从生产到上市需要一段时间,10月1日之后生产的化妆品许多还没有上架,市民想要购买“新规”产品还得等上一阵。

(周洋)

如何避免老年病? 专家支招——

合理膳食 适量运动 心理平衡

本报讯 “合理膳食,适量运动,戒烟限酒,心理平衡,可有效避免老年病。”医学专家表示,只要平时保持良好的生活习惯,老年病完全可以有效预防。

专家介绍,在饮食方面,应尽可能平均分配一天的摄食量,做到少食多餐,不漏餐。每日至少三餐,若一日四餐、五餐更佳。每顿饭只吃八九分饱,应吃低动物脂肪、低胆固醇、低盐的食物,且要摄入足量的优质蛋白;多食富含纤维素、维生素、

微量元素的蔬菜和水果。海鲜类食物由于含有较高的胆固醇,不宜多吃。避免吃刺激性的食物,喝刺激性强的饮料。这样不仅可预防多种癌症和心脑血管疾病的发生,还能使人精力充沛。

此外,适量运动可以提高心肺功能,保护心血管,还可以防止骨质疏松,减轻精神压力。对老年人来说,有氧运动是最适合的锻炼方式,如散步、慢跑、游泳、跳舞、骑自行车等。锻炼时应遵循从小运动量开始,

循序渐进、持之以恒的原则,同时要特别注意根据季节和个人情况选择合适的运动项目。运动时间每周3次~5次,每次(或相加)30分钟以上,且锻炼时间尽量选择在下半和晚上。如果清晨锻炼,则不宜空腹进行。合理膳食和适量运动,能帮助老人保持合适的体重,预防多种严重的老年病;而已患病的老年朋友在自身努力和医生的帮助下也可使疾病得到有效控制并好转。

(薛舟)

最舍不得删的手机短信

如果心是近的,再远的路也是短的,如果开心是蜜做的,再苦的海水也是甜的,如果你收到我的短信了,你今后的每一天心情都是灿烂的。(举荐/手机号码为1359****3698的用户) 来稿请寄:周口晚报编辑部或发邮件至 zkwb110@126.com