

高考期间气温适宜但局部有雷阵雨

考生要注意防暑 适当吃些西瓜等解暑水果

6月7日 周二	6月8日 周三	6月9日 周四	6月10日 周五	6月11日 周六
				
多云,下午到夜里 局部有雷阵雨	多云,下午到夜里 局部有雷阵雨	多云到阴,下午到夜 里有阵雨或雷雨	多云到阴有时 有阵雨或雷雨	多云到阴 有时有阵雨
22℃~33℃	23 ~31	23 ~30	23 ~29	23 ~29

记者 姚岚

本报讯 今天是高考的第一天。6日下午,记者从市气象台获悉,今明天我市无明显高温天气。最高气温为31~33,最低气温在22~23。这种天气在室外阳光直射处,人体感觉是挺热的。但在室内的话,人体感觉还是凉爽舒适的。

气象局工作人员表示,在高考期间,我市基本上以多云天气为主,但不排除午后有局部雷阵雨的情况。为此气象局提醒考生及家长,出门时要带好雨具,注意

雷雨天气。部分地区可能降雨较大,会造成交通不畅,请考生们要提早出门,以免耽误考试。

气象局工作人员还说,近期由于西南气流比较活跃,空气湿度比较大。中医院医师朱杭溢强调,考生在参加高考时,由于处于高度紧张状态下,所以更容易中暑。湿度变大后,容易出汗,体内的水和盐大量排出,又得不到及时补充,考生就可能出现心烦、急躁、昏沉、头脑不清等现象,从而影响考生水平的发挥。为此考生可以带风油精防暑提神,并带上充足的水及时补充水分。

与此同时,天气变潮湿后,细菌繁殖较快,此时考生应注意饮食卫生,忌吃生冷的食物。建议适当吃一些西瓜等解暑水果,还可以吃一些桂圆、荔枝等补充能量。少吃李子、桃等容易引起肠胃不适的水果。对于早餐的选择,朱杭溢推荐面条:面条好消化的同时不容易饿,对胃部的刺激比较小。

考生夜间休息要保持松弛。根据情况可适当开空调、电扇,但不要对着人吹,容易引起感冒。为了尽可能减轻天气对考生的影响,考生衣服可以选择穿得宽松一些,最好是吸汗透气的全棉衣服。

天气闷热 池塘洗澡 两人溺水 村干部下水连救 两名溺水者

记者 周灵芝

本报讯 幸好胡国昌及时相救,否则那天我俩死定了。6日下午,说起一周前发生的溺水事件,来自贵州的文富贵心有余悸。

文富贵介绍,他和文先生是老乡又是好友,一起租住在古山镇寺下胡村。5月28日下午3时许,天气炎热,他和文先生及其他两名老乡一起到村口的池塘洗澡。当时他们认为水塘的水不深,不会有危险,可没想到溺水事件偏偏发生了。

听到救命声 不顾一切跳下水

今年51岁的胡国昌是古山镇寺下胡村支委、联防队长。下午3时许,他像往常一样在村里巡查绿化施工工程,当巡查至村边大塘时,隐约中听到有人喊救命、救命。原来池塘边有两名赤膊的年轻人在喊救命。

胡国昌急忙向池塘跑去。在离池塘岸边10来米远处,已看不见落水者,只看到一只慌乱扑腾的手。

有人落水了。他顾不得多想,一边脱掉上衣,一边跳入水中,奋力地向落水者游去。

我从后面一把抓住他的头发,然后把手举高,尽量让他可以自主呼吸,用另一只手划水。胡国昌介绍,他将落水者救上了岸,体力已消耗不少,可突然听到有人说:还有一个人沉在水下。

体力不支 义无反顾返回塘中央

当时,我愣了一下,因为刚才救第一个落水者时,我已经消耗太多的体力,池塘的水又有2米多深,我担心体力支撑不住。可如果我不去,落水者肯定没救了。胡国昌说,想到他又立即返身向池塘中央游去,并不停地用脚试探着塘底的情况。搜寻了一定的范围之后,他触碰到了落水者。

胡国昌当时特别清醒,知道自己体力已不支,一次潜下去就要捞上落水者,难度比较大。为此他先做了四五次深呼吸,然后猛地沉下水去,一把就抓住了落水者的裤带,把他提上来。

众人相助 救活第二名落水者

我一手抓着落水者,另一只用力划水,可游了没多远,体力就吃不消了,眼看只剩最后一点距离,可怎么都游不过去了。胡国昌回忆道。

幸好,闻讯赶来的人多了起来,岸上有人及时伸过来一根长木棍。胡国昌一把抓住之后,他和落水者被拉到岸边。大伙七手八脚地将他们拉上岸。

发现落水者没有了呼吸,虽然胡国昌已经累得连说话的力气也没了,可他仍不甘心。因为他学习过急救知识,便在大家的搀扶下来到落水者身边,指导别人对落水者进行人工呼吸。六分钟之后,落水者终于有了呼吸,并发出了声音。

人救活了,我心里特别高兴。5日下午,说起救人的经过,胡国昌还记忆犹新。

一杯水 爱心休息站提早启动



10家单位在雷锋广场领到爱心休息站牌子。

记者 姚岚

本报讯 5日上午,由共青团永康市委、市志愿者协会共同主办的一杯水 爱心休息站公益活动启动。

据了解,启动仪式现场,有10家爱心单位领到了爱心休息站的牌子。接下来,参与活动的单位将在门口显眼位置挂上爱心

休息站的牌子,随时为有需要的户外工作者提供免费的水、应急药和休息场所。

美利达自行车负责人周丽莎说:我们是第二年参加爱心休息站的活动了。炎夏给市民朋友、环卫工人等提供一个歇脚的地方,是我们商家力所能及的事情。

据悉,今年比去年提早近47

天发起该项活动,志愿者协会秘书长郎远洋表示,活动提前启动的目的是希望更早地让爱心单位参与进来,能够在天气最热的时候,让户外工作者感受一份清凉与关爱。他们希望6月底之前,能够在我市的每一条街上都有爱心休息站。

目前,爱心休息站还在征集中,希望有爱心的单位踊跃参加。

3D 公交车开进校园 给孩子们上了一堂生动安全出行课

通讯员 钱海燕

本报讯 近日,市城南小学校门口停放着一辆特殊的公交车,上面挂着安全出行从儿童抓起的醒目横幅。这是市远通公交公司联合交警大队结合六月安全生产月契机,将3D公交车开进校园,给孩子们上了一堂生动的安全出行

课。

在活动当天,交警大队带来了一系列安全出行知识展板,为孩子们宣讲安全出行知识。远通公交公司安全员施文统用生动详实的案例,给孩子们讲解了乘车安全注意事项。他结合发生过的案例,特别提醒小朋友们,不要在车内

吃带竹签的食物,以免扎伤自己或别人。

在随后的安全知识抢答环节中,孩子们踊跃答题。答对的孩子不但赢得了礼物,还得到了上3D公交车参观学习的机会。在童趣十足的卡通3D公交车上,孩子们进一步加深了出行安全意识。