

聚餐醉酒、通宵娱乐…… 高考过后放松不能变“放纵”

专家提醒:家长一定要帮助孩子调整心态

□本报记者 程丽娜

每年一度的高考已经落下帷幕,莘莘学子读书十数载,终于可以卸下重担大呼:“解放啦!”然而,记者走访发现,高考后这几天,不少考生熬夜上网、通宵娱乐、聚会狂欢……放松变成了“放纵”。对此,心理专家提醒学生和家

考生考后“嗨”翻天

6月10日傍晚,在槐安路附近一家餐厅内,几个学生模样的年轻人边吃边聊,从他们的话题中总能听到“高考题”“考后放松”等字眼。觥筹交错时,几个男孩都是端起冰镇啤酒一饮而尽,餐桌下面已经有数个空啤酒瓶。餐厅服务员透露说,高考过后,有不少考生来聚餐,喝酒肯定少不了,还有喝多了被同学扛回去的情况。

在一家网吧内,几个男孩组成“战队”正在游戏中厮杀。“高考结束了当然要尽情地玩啦!”其中一个败下阵的男孩说,为了备战高考,他已经快一年都没痛快玩玩游戏了,父母也知道他压抑了很久,同意他在高考后彻底放松放松。男孩坦言,他们几个已经“奋战”一天一夜了,这场游戏结束后,就回家睡觉,养足精神再战。

家长坦言松了一口气

“说实话,高考过后,我也松了口气,孩子也该放松放松了。”考生家长张女士说,每天看着孩子起早贪黑学习,她和爱人也很心疼,很早就给孩子承诺过,高考后就可以彻底放松啦!儿子喜欢打游戏,这几天一直在电脑前玩游戏,有时还会和同学们到网吧组队玩,他们两口子都没有过多的干涉。“只要不违法乱纪就行。”张女士笑言。

记者采访发现,高考过后,孩子一下由原来的高压力高负荷中彻底放松下来,家长也觉得高考结束了,不忍心再管孩子,对孩子有一种补偿性的放松心理。“寒窗苦读十二年,孩子也牺牲和放弃了很多自己喜欢的东西。”家长翟先生说,考后这几天,女儿想干什么干什么,只要提前说一声就行,他和爱人从不阻拦。

考后“平常心”很重要

河北省心理协会副秘书长张伟旗表示,没有了家长和老师的督促,再也不用挑灯夜读,高考过后的这段时间放松是无可厚非的,考生们急于释放的心情也是可以理解的。但是,放松并不等于放纵。高考无论对于学生还是家长,都是一个不小的应激状态。选择放松固然没错,但要张弛有度。毕竟人生中有若干个“高考”,这次只是学业中的“高考”,要正确面对这一阶段性结束,放松过后要用崭新的态度去迎接下一阶段的开始,为新的起点作准备。

张伟旗提醒,多年的学习,考生们早已养成了一定的生活习惯,短期内突然改变,很容易对身心造成伤害。过于放纵,很容易造成内心的迷茫。家长此时一定要适度引导,切不可有补偿心理放任不管。家长要帮助孩子以“平常心”度过高考后的假期,引导孩子用积极的方式放松,千万不能单纯的心疼孩子,放纵他们去玩。要积极地和孩子去沟通,和孩子一起安排制定一个合理的活动计划,循序渐进地增加娱乐项目,要合理安排娱乐时间,丰富活动内容。防止孩子们在心理上出现迷茫。

心理专家

逆境奋自强 ——记市十一中学鲍得修同学

□本报记者 张静雯
见习记者 陈赫一



早晨5点半起床,扶起妈妈为她梳洗,一边做饭一边背诵;中午放学,便回家做饭,照顾妈妈,在十分钟之内吃完饭并整理完毕;晚上回到家给妈妈洗脚、按摩,当妈妈躺下后,再投入到紧张复习。这是初三学生鲍得修的一天。

“百善孝为先”,鲍得修是市十一中学的一名同学,他多年如一日,无微不至照料重度残疾的妈妈,以良好的思想品质、优异的学习成绩和乐观向上的生活态度感染和带动着周围的同学,以笑容积极面对命运带来的磨难。

鲍得修在单亲家庭长大,从小和患有脊髓灰质炎的母亲相依为命,这让他从小就体会到了生活的艰辛。随着病情的加重,母亲被诊断为一级肢体重度残疾,生活完全不能自理,常年卧床,经常会出现休克状态。生活的重压全部落在鲍得修一人身上。

由于妈妈没有工作能力又几乎不能离开人照顾,母子二人只能依靠城市最低生活保障金维持生活。但是鲍得修并没有放弃对生活的希望,从小学开始,他便学会了自己打理所有的家务,一边照顾妈妈,一边学习,想尽办法撑起这个不完整的家。

作为一名学生,鲍得修从未放松过对自己的要求。开始的时候学习成绩并不理想,他总是在上课时挂念着独自卧床在家的妈妈,妈妈的电话不止一次地打到老师那里,说她摔倒在是在自己爬不起来,只能让得修回家。当他看到妈妈摔伤的身体,听着妈妈因为影响自己上课愧疚的话语,鲍得修便暗暗发誓,一定要照顾好妈妈,又要成为一名优秀的学生。后来,他上课认真听讲,抓紧一切空余时间刻苦学习,成绩也始终保持在年级前三名。而作为班干部的鲍得修,总是怀着满腔热情去关心集体、关心同学,发挥班干部的模范带头作用,帮助身边的同学共同进步。

他勤奋刻苦,他积极乐观,他是妈妈的希望,是自己人生的掌舵人。他说自己将继续努力,奋发进取,争取做优秀的新时代好少年。

“少年交警”与特教学校孩子手牵手

本报讯(记者 胡雁冰)6月4日下午,在长安交警大队组织下,石家庄少年交警队翟富大街小学的10名队员携手长安区新创特教学校的30名师生,共同游览了荣膺天下萌宠奇缘动物园。

当日15时,40名孩子们迫不及待地坐上大巴车。在车上,少年交警队的队员们和特教学校的孩子一起互动交流做游戏。在到达动物园后,随着讲解员的介绍,孩子们见到了各种各样的小动物,与海豹、企鹅、海龟等动物近距离接触,孩子们了解了许多稀有动物的生活习性。他们还和小动物们亲密接触,给小鸟喂食,观看海豹表演,孩子们脸上露出欢快的笑容。

与动物近距离接触,了解大自然魅力,这次活动不仅拓宽了孩子们的视野,增长了知识,更培养了孩子们保护大自然、保护生活环境的意识。通过这次和特教学校师生的共同活动,也提升了少年交警队小队队员们的爱心意识和社会责任感。

电动车行驶中突发自燃 路过公交司机帮助扑灭

本报讯(记者 赵元君)“那天要不是你们及时帮忙,火势肯定止不住!”6月11日上午,市民张先生给省公交4路车队打来电话,向车长张晓丹表示了感谢。不久前,他的电动车在路上发生自燃,幸亏张师傅带着灭火器及时赶到才将火扑灭。

当天14时许,99路公交车司机张晓丹驾车在路上行驶。当车行至东二环路交口时,一名男子突然从其前方跑来拦车,并焦急地大喊:“前面有电动车着火了,有灭火器吗?”张晓丹这才发现,前方不远处的马路边,有一辆电动车正冒着火苗。见状,他赶紧拿出车上的两个灭火器,男子一个,自己一个,迅速向现场赶去。

张晓丹看到,此时火势正猛,而车主在一旁则急得不知所措。两人顾不得多想,赶紧打开灭火器冲着火喷去。在他们的配合下,火很快便被扑灭了,在确认无复燃的可能后,张晓丹回到了车上继续运营,男子也离开了现场。

事情过去后,电动车的主人张先生一直对张晓丹的帮助念念不忘,于是在6月11日,他又专门打电话给车队,向张晓丹表示了感谢。

以“奉献、创新”诠释爱岗敬业

——记市第五届敬业奉献道德模范高惠英

学道德模范 树文明新风



□本报记者 张静雯

1992年参加公安工作的高惠英,现任市公安局科技信息通信处副处长。她没什么闪光的语言,也没什么惊人的事迹,但她以25年如一日无怨无悔的奉献精神,成为公安信息化不可或缺的“幕后英雄”。

无线通信工作点多、面广、线长、事杂,工作种类林林总总、协调关系方

面。自分管无线通信工作以来,高惠英以高度的责任感在全处叫响“更快、更高、更强”的口号,抓实各项工作,推动了全市公安科技信息化建设跨越式发展。2008年9月,我市被公安部、科技部授予科技强警示范城市荣誉称号,她由于工作突出,被公安部、科技部评为全国科技强警示范城市建设先进个人。

十八大安保期间,高惠英一直在加班加点工作。期间她的父亲因心肌梗塞住院,当时正值设备联调的关键期,身挑重担的她只能咬牙做了一次“不孝女”,将照顾父亲的任务托付给哥哥姐姐。当时她自己还得了重感冒发着烧,

但她依然坚守在岗位,一直到十八大结束才到医院诊治。

G20杭州峰会期间,她亲率“动中通”车组赴杭州加入公安部机动勤务中队开展工作,圆满完成了各项通信保障任务,公安部科信局、省公安厅科信处分别对她带的团队予以通报表扬;北京“一带一路”峰会期间,高惠英再次带领工作队开赴现场开展通信安保,也是公安部、省公安厅对这支部队的信任;在省公安厅组织的应急通信拉练中,她的工作队连续五年取得全省第一……2017年,高惠英被评为我市第五届敬业奉献道德模范。

高惠英在工作中勇于创新。2016

年,她提出了开展“便携式公安应急移动通信平台”的研究思路,并主导了该平台的研究。该平台在全国属首创,在第八届中国国际警用装备博览会上展出时,受到与会同行及业内人士的高度赞扬。省公安厅已决定将该平台列入警用装备在全省推广应用。

近年来,一心扑在工作上,高惠英从未休过年假,她的同事们统计,这些年来她加班的时间,几乎相当于常人一年的工作量。高惠英就是凭着一股无怨无悔、无私奉献的精神和“堂堂正正地做人、踏踏实实干事”的品格,在公安科技信息化岗位上做出了突出的成绩。

小区就是家 大家都来帮

——热心居民自发成立小组服务社区

□本报记者 程丽娜

位于汇通路47号的河北电机厂宿舍院只有5栋多层居民楼。小院不大,但事儿不少,清扫卫生、收取暖费、代管热交换站……大大小小的事儿总要有入管。在没有物业的情况下,几位退休居民自发组成“物业小组”进行小区自治。去年,保障性物业进驻小区后,这个服务小组并没有解散,依然协助物业义务管理着小区。

6月10日,记者来到河北电机厂宿舍,小区道路干净整洁,社区活动室窗明几净,居民们聚在一起拉着家常,处处彰显着和谐。“多亏了胡延海他们的‘物业协助小组’服务居民,才有这么温馨的小区。”居民张阿姨说,他们院是老旧小区,2014年,原产权单位改制后,小区里清扫卫生、收取暖费、代管热交换站……一系列的事情没人管了,许多难题相继出现。

“小区就是咱们的家。”胡延海看在眼里,急在心里,找到居委会一起商量对策。“我们想引进物业公司,可找

了几家,没人愿意来。小区太老,各项设施老化,物业费也收不高,谁愿意来呢?”胡延海说,在这种情况下,一些热心肠的楼长、居民走到一起,大家决定自治管理小区。在居委会的支持下,胡延海牵头成立了“物业小组”。“物业小组”成立后,不仅解决了迫在眉睫的取暖问题,还在小区里修缮了一间40平方米的社区活动室,满足了居民娱乐、学习、交流的需要。在胡延海的带领下,居民们还自发组建了多支服务分队。“红白理事会”倡导邻家有事我来帮的邻里互助;“卫生监督组”每月组织党员、居民群众、楼长修理院内地面、拔草、打扫院内卫生、清理死角,“治安组”随时巡视院落,发现楼院安全隐患及时排除;“民风协调组”让邻里纠纷有人调,不良风气有人管;“政策宣传组”组织党员开展学习党章、学习党的政策、方针,让党员发挥能量;“居民服务小组”则承担起院里水、电、暖、卫生等院内大小事务。大家在胡延海的组织下,分工有序、各负其责。

“我们小区没有商业门面,自治小组就没有收入来源。为了保证小区正常运转,我们每季度都会挨家挨户收取垃圾清运费。”胡延海说,小组成员都是退休老人,最大的已经年过八旬,为了收齐费用,有时要跑好几趟,还要爬四五层的楼梯。每个人都是义务服务,分文不得,却没有一人抱怨喊累。“都把小区当成家,怎么会累呢。”小组成员李保来说。

2018年年底,在上级部门的推动下,物业入驻小区提供保障性服务。小区的垃圾清理有了物业来管理,“物业小组”的担子轻松了不少。“垃圾不用操心,但小区治安、邻里关系、卫生监督还是离不开小组的成员们。”胡延海说,为了协助物业工作,他们把“物业小组”更名为“物业协助小组”,每天在小区里依然能看到小组成员巡查,小区治安、居民纠纷这些事儿,成员们仍是随叫随到。“小区就是家,大家温馨和睦了,小家才幸福。”小组成员张树峰说,能够尽自己的所能,继续为居民服务,他们也是累并快乐着。



景区不文明现象

6月9日,在滹沱河生态旅游景区的叶子广场西侧,约三十多个游泳爱好者在河道里游泳,有的还在河里给宠物狗洗澡。据附近摆摊商户介绍,因滹沱河水水质好风景优美,每天有多达数十个游泳爱好者在这游泳嬉戏。记者在此提醒,汛期临近,滹沱河水深危险,望游泳爱好者注意安全,避免危险发生。

本报记者 董永博 摄

关于召开石家庄汇融农村合作银行股东大会的通知

石家庄汇融农村合作银行拟召开2019年第一次股东大会,现将有关事项通知如下:

- 一、会议基本情况
 - 1.会议时间:2019年6月27日(星期四)上午9:00,会期预计半天。
 - 2.会议地点:河北农信大厦(石家庄市建设南大街159号)。
 - 3.召开方式:现场方式。
 - 4.本行登记在册的股东均有权出席股东大会,不能亲自出席的,可以书面委托代理人出席和参加表决(可以多人委托一人代理出席和表决,股东代理人不限定为本行股东);本次大会由律师进行见证。
- 二、会议审议事项
 - 1.审议《石家庄汇融农村合作银行2018年度董事会工作报告(草案)》
 - 2.审议《石家庄汇融农村合作银行2018年度监事会工作报告(草案)》
 - 3.审议《石家庄汇融农村合作银行2018年年度报告(草案)》
 - 4.审议《石家庄汇融农村合作银行2018年度社会责任报告(草案)》
 - 5.审议《石家庄汇融农村合作银行2018年财务决算报告及利润分配方案(草案)》
 - 6.审议《石家庄汇融农村合作银行2019年财务预算方案(草案)》
 - 7.审议《石家庄汇融农村合作银行关于调整董事会、监事会部分成员的议案》
 - 8.审议《石家庄汇融农村合作银行关于增加注册资本的议案》
- 三、会议登记
 - 1.登记方式:
 - (1)自然人股东本人出席会议的持本人身份证;法人股东法定代表人出席会议的持营业执照复印件(加盖公章)、法定代表人身

份证,到本行董事会办公室办理登记手续。

(2)委托代理人出席的,除需提供第(1)条所规定的材料外,还需提供授权委托书及出席人身份证。

(3)异地股东可通过电子邮件、传真或邮寄方式登记,发电子邮件、传真进行登记的股东,请在参会时携带股东登记材料原件,于签到时间结束前交于签到处工作人员核实。

2.登记时间:2019年6月12日—2019年6月25日(工作日期间)上午8:30—12:00,下午14:30—17:30。

3.登记注意事项:股东参加股东大会必须在通知中规定的期限内进行参会确权登记,未在规定时间内进行参会登记的视为放弃本次股东大会的表决权。未经参会登记的股东可以列席股东大会。

四、会议出席

1.开会签到时间:2019年6月27日上午8:00—8:50。

2.签到需带资料:请通过登记审核的出席人携带本人有效身份证件按时进行签到。

五、其他事项

1.会议联系方式:地址:河北农信大厦2209室 邮政编码:050021 联系人:朱红 申赵 联系电话:0311-66009503 传真:0311-66009700 电子邮箱:hr66009503@126.com

2.出席会议者交通、食宿费用自理。特此通知。 石家庄汇融农村合作银行董事会 2019年6月12日

关于建设项目规划许可作废的声明

由石家庄浩运建设投资有限公司承建的正定新区智慧中心项目因调整人防建设面积已重新办理备案手续,现需重新办理规划手续。

原建设项目选址意见书:(选字第130123201800009号)作废;

原建设用地规划许可证:(地字第130123201800020号)作废; 特此说明。

石家庄市正定新区规划管理处 2019年6月10日

声明

◆周建玲,女,残疾人证号13010219580915094414,残疾人证丢失,特此声明。

◆个体工商户赵广达营业执照正本丢失,注册号131182600169020,发照日期2013年5月15日,特此声明。

◆赵书辰土地使用权证不慎丢失,证号为94208号,房屋坐落于灵寿镇东岭,声明作废。

◆石家庄信息工程职业学院齐文静,学号31834400330,学生证丢失,特此声明。