

高考结束了，你的假期打算怎样过？

生活头条

记者 方婷婷

一年一度的高考已落下帷幕，学子们三年的奋斗也在此画上了句号。结束了紧张的高中学习生活后，面对漫长的假期，学子们又会选择怎样度过呢？

娱乐旅行 放松心情

高中三年，学子们的生活被学习占据，休息时间少之又少。高考之后，总算有了真正属于自己的时间，于是大家纷纷将睡觉、旅行、聚餐、看电影等活动提上日程。

“对每位高考考生来说，充足的睡眠是一件很奢侈的事情。”考生张君表示，“上学的时候，每天只能睡五六个小时，临近高考更是因为焦虑睡不好觉，现在高中生涯告一段落，我要每天都睡到自然醒，好好犒劳一下自己。”

外出旅行也是不少考生的选择。刘琳琳告诉记者，她一直很想出去旅行放松心情。“高中三年学习紧张压力大，根本没有时间出去走走看看，所以这次假期，我决定约上伙伴们来一场说走就走的旅行，没有计划、没有目的地、也没有烦恼，而是一直在路上。”

学习锻炼 提升自己

高考虽然结束了，但未来的生活之路还很长，想要开启一个崭新的未来，就要学会好好规划自己的空余时间。而高考结束的这三个月假期，正是大家用来学习和充实自己的最佳时机。

“假期三个月，我打算报名参加外语口语培训班，提升自己的口语表达能力。因为从小到大，我们在校的英语学习更侧重于书面写作和语法，忽略了口语表达的重要性，所以我希望能弥补自己这方面的不足。”“学霸”小娟说，她一直有出国留学的梦想，希望能通过自己的努力为未来打下坚实的基础。

除此以外，参加兼职、报考驾照培训、学习厨艺、健身锻炼等，也都是许多人的选择，毕竟拥有一技之长，对我们未来的学习和生活都大有裨益。

可以放松 不可放纵

高考的学子们一直都沉浸在漫长而高强度的学习中，极少有时间参加娱乐活动。而高考一结束，大家有了充足的空闲时间，于是便欢呼雀跃、呼朋引伴、放歌狂欢。但值得注意的是，校园生活有着极强的规律性，大家的生物钟也早已形成了固定的模式，若在假期不注意适应调整而突然改变，会对身心造成伤害。

在此提醒大家，适度放松有益身心，但绝不能过度放纵，可根据实际情况将自己的假期划分为多个阶段：考后的一两周可以放松为主，调节自己的身心状态；出成绩后，填报志愿、规划大学生涯也是极其重要的事情；待一切尘埃落定，可以给自己定下一个目标，看一定数量的书籍、学一两项技能、参与社会实践等，都是非常不错的选择。

预防登革热 这些防控知识请收好

记者 储珊

端午过后，气温上升，又到了蚊虫肆虐的季节。时不时出来捣乱的“嗡嗡”声，总是让人烦恼不已。那如何才能杜绝登革热、保障市民自身健康呢？提高防控意识、提早谋划防控工作，积极落实各种防蚊灭蚊措施是重点！

典型症状包括：发热、皮疹、“三痛”、“三红”

登革热，是由登革热病毒所引起，由伊蚊传播的一种急性传染病，患者和隐性感染者是主要的传染源。最简单的判断方式是，登革热的典型症状包括发热、皮疹。

除了典型的发热、皮疹等症之外，登革热还会伴有头痛、眼眶痛、关节痛“三痛”和面、颈、胸部潮红的“三红”现象及皮肤黏膜出血点等症状。”专家提醒，其临床表现还分为轻型登革热、重型登革热及登革出血热，其中重型登革热及登革出血热的病死率高。

科学防控三部曲：清积水、灭成蚊、防叮咬

记者了解到，控制和消灭伊蚊是当前最有效的预防登革热的措施，其主要步骤为：清积水、灭成蚊、防叮咬。

要想把登革热扼杀在萌芽状态，就要彻底清除蚊虫的孳生场所或杀灭幼虫。此时，种种人为积水和小型容器积水都至关重要，各楼层、地下室，尤其是天台、村居下水道及沙井口的积水也一

定要及时清理。

据悉，积水类型包括小型积水、中型积水、大型积水，其中小型积水是伊蚊孳生的主要场所。专家提醒，不能清除的有蚊幼的积水，必须投放有机磷缓释剂或生物灭蚊幼剂。而灭成蚊，则需采用器械和卫生杀虫剂消杀。

同时，为了防止蚊虫叮咬，在户内最好安装上纱门纱窗、挂蚊帐，使用灭蚊灯、电蚊拍等；在户外则需要涂上驱蚊水、液体蚊香等，并且穿上长袖衣裤。



一袭美衣 点缀千岛湖神韵

记者 王建才 摄

“车位共享”值得期待

小院围炉

刘云海

近日，绍兴市首个小区“共享车位”启用。小区业主下载这款软件后，可以将自己闲置的车位设置成可租赁共享时段，其他有停车需求的车主则可在该共享时段付费租赁该车位。软件推出后，得到了广大业主的一致好评。

当前，停车难是各地的共性问题，共享车位模式的推出，显然能从一定程度上缓解这个困局。但也有网友表示接受不了，认为既然花钱买了车位，就是为了方便自己，共享出租赚不了几个钱，还会增加不少麻烦。其实不然，车位虽然是买来为方便自己停车的，但也未必每时每刻都需要停车，常常是上班离开下班回来，有时甚至外出好几天。这段时间的

车位是闲置的，完全可以租让给其他有需求的车主临时停放，既方便了他人，又可以适当赚取一点小钱，何乐而不为呢？再说，车位不像其他物品，基本不存在因使用明显损耗或折旧的问题。如果车位主人提前回家，由于租用时就已将租用的信息传给了车位主人，可以通知租用的人提前挪车，或者主人另外暂时租用其他空车位。

共享车位这一模式虽然暂时还不够成熟，但却是社会发展的必然走向。想当初，互联网、网上购物、手机打车，无一不是从起初的备受质疑和艰难发展到如今的红红火火。假以时日，共享车位也一定会在社会流行。当然，这就需要市民对这一新鲜事物多一些宽容和接纳，也需要社区、物业等对其多一些政策支持和扶持，如果没有大数据支持，仅靠小区居民自己操作，共享车位的模式也会走得很辛苦。

关于调整《残疾人证》办理事项公告

为做好我县《中华人民共和国残疾人证》发放管理工作，切实维护残疾人的合法权益。根据省残联、省卫生计生委、省财政厅共同制定的《浙江省残疾人证管理细则(试行)》(浙残联发〔2018〕24号)和淳安县《关于贯彻落实浙江省残疾人证管理细则(试行)的通知》(淳残联〔2019〕14号)文件精神，结合“最多跑一次”改革的要求，决定自2019年7月1日起调整我县《残疾人证》办理相关事项。

一、调整评定申请流程：取消评定现场申请。申请人统一到乡镇残联窗口提交书面申请，必须持乡镇残联出具的《受理通知书》到评定现场参加残疾评定。

《残疾人证申请办理知情同意书》后签字提交乡镇残联审核。乡镇残联对申请材料完整、信息属实的予以现场受理，发放《受理通知书》，告知评残时间和地点。具体事项请咨询户口所在地乡镇残联或县残联。乡(镇)残联，咨询电话：淳安县残疾人联合会办证服务电话：0571-64827781。淳安县残疾人联合会 2019年6月15日

淳安县民生价格监测信息(2019年第11期)

淳安县发展和改革局发布 采价日期:2019年6月10日

| 商品名称 | 规格 | 单位 | 世纪联华千岛湖新安店 | 威卡姆千岛湖购物中心 | 淳安县当好家超市 |
|----------------|----------|----|------------|------------|----------|
| 福临门东北优质大米 | 10kg | 袋 | 75.90 | 77.50 | |
| 金龙鱼雪柳稻东北大米 | 10kg | 袋 | 79.90 | 79.90 | 75.00 |
| 金龙鱼优旗东北大米 | 10kg | 袋 | 73.90 | 70.00 | 69.80 |
| 金龙鱼优旗东北大米 | 5kg | 袋 | 38.90 | 39.00 | 43.00 |
| 金龙鱼原香稻东北大米 | 5kg | 袋 | 89.90 | 85.00 | 85.80 |
| 鲁花压榨一级花生油 | 5l | 桶 | 149.90 | 149.90 | 149.90 |
| 金龙鱼AE纯香营养菜籽油 | 5l | 桶 | 59.80 | 56.90 | 56.00 |
| 金龙鱼花生浓香食用调和油 | 5l | 桶 | 49.90 | 52.90 | 53.90 |
| 金龙鱼黄金比例食用调和油 | 5l | 桶 | 59.90 | 59.90 | 59.90 |
| 鲁花压榨二级花生油 | 5l | 桶 | 99.90 | 99.90 | 98.90 |
| 鲁花压榨特香菜籽油 | 5l | 桶 | 99.90 | 89.90 | 89.90 |
| 鲁花玉米油 | 5l | 桶 | 89.90 | 89.90 | 89.90 |
| 西厨味精 | 400g | 袋 | 8.30 | 8.20 | |
| 恒顺镇江陈醋 | 500ml | 瓶 | 12.60 | 12.00 | |
| 厨邦皇姑老抽 | 410ml | 瓶 | 9.30 | 7.80 | 6.80 |
| 雪海澳洲精制海盐 | 260g | 袋 | 3.50 | 3.50 | 3.50 |
| 雪海澳洲自然晒盐 | 260g | 袋 | 3.50 | 3.50 | 3.50 |
| 光明UHT纯白奶 | 250ml | 盒 | 2.65 | 3.00 | 3.00 |
| 光明纯鲜牛奶 | 200ml | 盒 | 4.90 | 4.50 | 4.50 |
| 蒙牛纯牛奶 | 250ml | 盒 | 2.80 | 2.80 | 2.80 |
| 蒙牛特仑苏纯牛奶 | 250ml*12 | 箱 | 65.00 | 65.00 | 65.00 |
| 伊利纯牛奶 | 250ml | 盒 | 3.00 | 3.00 | 3.00 |
| 康师傅红烧牛肉大袋面 | 121g | 袋 | 3.00 | 3.00 | 3.00 |
| 康师傅桶装红烧牛肉面 | 113g | 桶 | 5.00 | 5.00 | 5.00 |
| 农夫山泉饮用天然水 | 550ml | 瓶 | 1.75 | 1.70 | 2.00 |
| 贝因美婴幼儿配方奶粉 | 900g | 罐 | 329.00 | 299.00 | 298.00 |
| 奥妙净蓝风暴无磷洗衣粉 | 1.1kg | 包 | 11.90 | 12.50 | 11.80 |
| 奥妙净蓝全效无磷洗衣粉 | 3kg | 袋 | 32.50 | 34.80 | 31.80 |
| 雕牌全效无磷洗衣粉 | 3kg | 袋 | 35.00 | 37.50 | 34.50 |
| 雕牌天然皂粉(家庭装) | 628g | 袋 | 8.90 | 9.90 | 9.50 |
| 船牌皂液明星 | 300g | 块 | 6.90 | 5.60 | 5.30 |
| 船牌新一代半透明皂 | 240g | 块 | 5.50 | 5.00 | 4.50 |
| 雕牌生姜洗发露 | 1.5kg | 瓶 | 15.90 | 17.80 | 15.80 |
| 嫦娥奔月面巾纸 | 420张 | 包 | 5.60 | 5.00 | 5.50 |
| 洁伴卫生纸 | 460g | 包 | 4.90 | 4.00 | 4.80 |
| 清风3层卷纸 | 356段*10卷 | 提 | 31.60 | 32.80 | 32.60 |
| 沙宣清润顺滑洗发露 | 200ml | 瓶 | 32.50 | 32.90 | 29.70 |
| 潘婷净活力型去屑洗发露200 | 200ml | 瓶 | 28.90 | 27.90 | 26.80 |
| 潘婷乳修护去屑洗发露 | 400ml | 瓶 | 37.90 | 38.00 | 38.00 |
| 白砂糖 | 散装500g | 袋 | 4.38 | 3.95 | 4.20 |

遗失公告

中国人寿保险股份有限公司淳安县支公司淳安县梓桐镇营销服务部遗失注册号为91330127MA28WPG88C的营业执照正本、副本各壹本，声明作废。中国人寿保险股份有限公司淳安县支公司淳安县梓桐镇营销服务部 2019年6月14日

中国銀行 二季度手机银行交易费用优惠:

- 中行内转账**免费** 01
- 跨行汇款**免费** 02
- 外币跨境汇款**免费** (向境外中行汇款) 03
- 外币跨境汇款在柜台收费标准上**9折**优惠 (向境外他行汇款) 04

中国邮政速递安全便捷

省内: 今日寄 次日12点前送达
长三角: 今日寄 次日送达

上门收件电话: 64882201 淳安县邮政局

9号标的特别说明拍卖补充公告(CQJJ201919)

受委托，定于2019年6月20日(星期四)上午9点在淳安县千岛湖环湖北路375号(行政服务中心)19楼会议室，对以下资产(船舶、游艇、机器设备、废旧钢船、渣石料等)所有权和房屋(营业房、商铺、办公用房等)租赁使用权等拍卖标的向社会进行公开拍卖，现将有关事项公告如下：

二、拍卖方式：采用密封书面报价拍卖方式，价高者得。

11、报名截止时间及密封拍卖书面报价书递交截止时间为2019年6月19日下午4点。截止时间之后，递交的报名资料及报价书不予接收。

12、本次拍卖标的按现状拍卖，以现场展示实物为准。请各竞买人咨询并详细踏勘标的物。

13、竞买人预先的竞买保证金，中拍后转为定金抵交成交款，未中拍者予以退还。

| 标的 | 名称、地址 | 数量 | 最低报价 | 竞买保证金 | 备注 |
|----|-----------------|---------|---------|---------|-----------|
| 9 | 屏门乡金陵村 高铁弃渣场弃渣料 | 820000吨 | 6550000 | 1500000 | 以现场实物移交为准 |

四、其他事项：
8、9号标的竞买人报名条件：淳安县境内具有合法资质的砂石加工企业或与淳安县内的砂石加工企业有合作关系的淳安县户籍公民(报名时提供企业的营业执照、合作协议及竞买人身份证复印件)。咨询电话及看样联系人童先生 13588730358；该标的请各竞买人自行前往现场认真详细踏勘标的物。

14、报名条件、竞买须知等详细资料：请来人、来电咨询。(节、假、休息日除外)。

15、联系电话：24819755 网址：www.cajyzz.org.cn 8080。 杭州资产拍卖有限公司 淳安县产权经纪有限公司 二〇一九年六月十四日

名医(专家)服务送下乡

外聘专家 门诊一览表

6月21日—6月24日

淳安县中医院 (杭州市第一人民医院淳安分院)

| 6月21日(周五)坐诊专家: | | |
|----------------|-----------------|--|
| 眼科 | 杭州市一医院钱晓娃主任医师 | |
| 消化内科 | 杭州市一医院杨建锋主任医师 | |
| 妇科 | 杭州市一医院程琪辉主任医师 | |
| 耳鼻喉科 | 杭州市一医院管明副主任医师 | |
| 6月23日(周日)坐诊专家: | | |
| 肛肠科 | 杭州市三医院丁菁主任(调整后) | |
| 针灸推拿科 | 杭州市西溪医院陈煜民副主任医师 | |
| 6月24日(周一)坐诊专家: | | |
| 风湿免疫皮肤科 | 省新华医院王新昌主任 | |
| 乳腺外科 | 浙江省中医院徐小宏博士 | |
| 乳腺B超 | 浙江省中医院蒋晓春主任 | |

停电预告(6.17-6.20)

| | | | |
|---|------------|------------|--|
| 1 | 2019年6月17日 | 7:30-13:30 | 淳安县界首乡玛璘村玛璘一队 |
| | | 7:30-12:30 | 淳安县临歧镇半夏村同心、童家自然村 |
| | | 7:30-12:30 | 淳安县临歧镇半夏村丁塔、开坑口自然村 |
| 2 | 2019年6月20日 | 6:50-13:30 | 淳安县威坪镇五丰村五丰、青山村坪山、横塘村新胜3号、横塘村林兴、株林村郑家坞、琴坑村琴溪、横塘村亲目2号、威坪硫铁矿污水专变(专用)、横塘村新胜2号、驮岭脚村驮岭、旗山村徐家、横塘村亲目3号、五丰村占畝、琴坑村琴川、横塘村亲目、朱陈、旗山村豪岭脚、横塘村新胜1号、琴坑村驮坑、中交第二公路工程局有限公司(塔岭隧道出口2号)专变(专用)、塔岭隧道出口1号临变(专用)、旗山村陆家 |