

暑假出游大攻略——

甲型流感、扭伤、晒伤等节节提防

暑期到来,以学生、教师为主的出游大军,将暑期旅游市场搅动得一片红火。不过,医疗专家提醒市民,暑假出游,要做好各种防范。

预防甲型流感→

多安排室外游览、讲卫生

在甲型 H1N1 流感肆虐背景下,人们应该理性出游。如果在出行前,自己已有流感症状,如发热或者咳嗽、流鼻涕等,取消或者修改旅游计划。此时,人的抵抗力下降,感染的危险增大;如果出游,要多安排室外游览,减少感染疾病的机会。

自备一些 N95 口罩和消毒擦手液。消毒液以碘酊最理想,酒精类的,安检部门不让带上飞机。慢性病人,要随身携带足够的治疗慢性病的常规药

品,健康人也要备一些常用药。

当有甲型流感症状,及时报告、及时就诊。

处理登山扭伤→

别动、静养

暑假游遍山川是很多旅游者的梦想。不过登山时的扭伤不容忽视。登山时,因路不平路易引起膝部和踝部扭伤。受伤部位会出现不同程度的疼痛、肿胀、皮肤青紫或淤斑,以及关节活动障碍等。不少伤者因求愈心切,往往采取立即走路活动或用力按摩、搓揉等措施,结果适得其反,加重了病情。

正确的处理方法是静养,受伤部位尽量减少活动,避免负重,抬高患肢(手

或脚),以促进静脉回流,改善局部血液循环,减轻水肿。勿揉搓、按摩或热敷患处,以免加重出血,使患处疼痛肿胀加剧;必要时,最好取消当日的行程。伤后应尽快进行局部冷敷,譬如用干净的布将冷饮包起来压在受伤处,或将冰的矿泉水压在患处,按压至少 30 分钟,可以减轻皮下出血。

此外,由于有些扭伤与骨折、骨裂难以区别,如感到受伤程度较重时,应早去医院诊治。

处理游泳晒伤→

现场冰敷降温

夏季,许多人都希望通过与水的亲密接触来驱除炎热。

通常,大家认为游泳时只要穿着泳衣、长时间待在水中,就不用太担心防

晒问题,因此游泳前多是简单做一些防晒处理就匆忙下水了,个别人甚至根本不涂抹防晒霜,便长时间泡在水中享受清凉。回家后,很多人开始出现皮肤发红、瘙痒等症状,严重的还会起水泡、水肿,这是急性晒伤的表现。

急性皮肤晒伤,可以及早用冰袋进行冰敷降温处理,如果皮肤仅仅是晒红、疼痛感不强的话,一般几天后就会好转。如果症状较重,可以适当使用炉甘石洗剂;患者出现全身脱皮、剧烈烧灼感或瘙痒感、发烧、水泡等症状时,应尽快去医院皮肤科治疗。

惊险游三类人→

体弱者、高血压和心脏病

过山车、海盗船、恐怖屋……游乐场里的众多惊险游戏,以其独特魅力

吸引着猎奇欲极强的青少年。这些惊险的游乐项目,对于胆小体弱或亚健康者,特别是生长发育中的儿童来说尤为不宜。例如“过山车”会使人头晕目眩,“海盗船”凌空下降时会令人心慌呕吐,一些恐怖游戏更会带来心理上的阴影。

有高血压和心脏病的人,近期大病初愈的人不宜玩这些惊险项目,游乐时应尽量选择平缓、安全、让人身心愉悦的项目。

防出游“陷阱”→

签合同、看清项目

出游,游客必须与旅行社订立合同,在订合同时,请一个懂法的朋友在场,对签订旅游合同中的条款要逐一细致审看,特别注意一些比较模糊的、不确定的语句,可要求旅行社加以更正。订立合同时,选择国家旅游局出台的“国内旅游标准合同范本”以及“出境旅游标准合同范本”,合同书应对旅游行程(包括乘坐交通工具、浏览景点、住宿标准、餐饮标准、娱乐标准、购物次数等)安排、旅游价格、违约责任等内容做出明确的约定。(周游)

周口师范学院本科三批及专科一、二批

6月26日开始填报志愿

本校今年本科三批专科一、二批招生计划

院校代码:6060

录取批次	专业代码	专业	科类	层次	计划
本科三批	33	软件工程	理工	本科	120
	29	英语教育	文史	专科	180
	28	语文教育	文史	专科	150
专科一批	38	数学教育	理工	专科	120
	41	计算机多媒体技术	理工	专科	45
	40	计算机网络技术	理工	专科	85
专科二批	45	计算机网络技术(系统管理)	理工	专科	83
	42	计算机信息管理	理工	专科	40
	39	计算机应用技术	理工	专科	83
	43	软件技术	理工	专科	85
	30	计算机多媒体技术	文史	专科	40
	31	计算机信息管理	文史	专科	45

答考生问

1.问:高考成绩在本科三批控制线以上,未达到本科二批控制线的理科考生,有没有机会就读本科二批高校?

答:有机会。周口师院(二本)在本科三批投放有软件工程本科专业计划120人,在此分数段的考生可选择填报(院校代码:6060,专业代码:33)。

2.问:高考成绩300分以上,未到达专科一批控制线的考生,是否有机会就读周口师范学院?

答:有机会。周口师院在专科二批投放有计算机类专业计划506人,在此分数段的考生可选择填报(院校代码:6060,专业代码见上表)。

招生咨询电话:0394—8592469 8512179

校园开放周(6月26日—30日):欢迎考生及家长参观周口师范学院新校区。

SANTANA Vista 志俊 | 实力·真朋友

志俊感恩升级 开启360度全新视界

—志俊感恩升级版隆重上市

被誉为近十年来最经济、最实用车型

SANTANA Vista 志俊再次升级,开启360度全新视界。升级加配不加价,专为好朋友准备。

上海大众汽车有限公司 免费销售咨询热线:800-820-1111 售后服务热线:1010-8789 www.gsvw.com.cn

上海大众汽车周口公司携手上期金融集团全系车型开展分期付款业务 无担保 无管理费 手续快捷

上海大众汽车周口销售服务有限公司 地址:周口市北开发区周西路口 8691111 8693336

天翼 surfing 3G 互联网手机

中国电信 CHINA TELECOM 世界触手可及

3G 上网有多快?

电信上网卡告诉您!

电信天翼率先上市,3G生活从此开始!

遗失声明

●周口市川汇区娱乐地带网友俱乐部网吧营业执照副本丢失,注册号:411692200000628,声明作废。

2009 年 6 月 24 日

●周口奥奇实业有限公司营业执照正本丢失,注册号:411600100001775,声明作废。

2009 年 6 月 24 日

●项城市交通中路郭铭不慎将豫 PGM006 五菱 LZW6376E3 车辆购置税完税证丢失,证号:7411145361,声明作废。挂失人:郭铭

2009 年 6 月 24 日

●周口市恒通运输有限公司遗失车辆购置税完税证两本,凭证号:7411144633,车型:BJ4253SNEJB—S,车牌号:豫 PF0685,挂车凭证号:4410125626,车型:JHK9502,车牌号:豫 P9618,声明作废。挂失人:康同定

2009 年 6 月 24 日

●坐落在周口市川汇区人民路东段,单慧琳的周房字第 200901615 号,地号:4023013,房屋所有权证不慎丢失,声明作废。

2009 年 6 月 24 日

●周口市通顺汽车运输有限公司遗失车辆购置税完税证两本,凭证号:6410378639,车型:解放

2009 年 6 月 24 日

声 明

23 日零晨 2 点 50 分在荷花街南段 6 号门口被盗,发动机号:7505539—3HU1,车架号:LKHNH5BCX7AK10146,特此声明。

2009 年 6 月 24 日

温馨提醒

为优化网络结构,周口联通沈丘区域将于 6 月 27 日 00:00 点至 05:00 点进行网络割接调整,届时将在短时间内影响您的正常使用,由此对您带来的不便,敬请谅解。

特此公告。

2009 年 6 月 24 日

招标公告

我单位拟于近期对外拍卖处置两宗资产,现对拍卖机构进行公开招标,有意参与拍卖我行资产的中介机构请于 2009 年 7 月 6 日前到我单位办理咨询报名和投标手续。

联系人:闫先生

咨询电话:8910882 8910883

2009 年 6 月 25 日