

# 这里总有你需要的信息

## 教育

### 北师大今年仍面向我省招免费师范生



星报高招热线: 0551-5223765

星报讯(记者 桑红青) 记者昨天从北京师范大学招办获悉,该校今年计划在我省招生20人,其中文科8人,理科12人,该校免费师范生今年也将继续面向我省招生。据介绍,该校今年在我省招生专业涉及汉语言文学、数学与应用数学、英语、历史学等10个专业。该校2009年在我省招生最低分为569分,最高分为645分;2010年最低分为596分,最高分为643分。从填报专业分析,理科专业中的英语、物理学、数学与应用数学等专业分数较高;文科专业中的汉语言文学、历史学等专业分数较高。

据悉,该校一、二年级学生有专业二次选择的机会。学生可在学年末提出转专业申请,经拟转入院系考核通过后为确有专长的学生提供专业二次选择的机会,招生规模较小的专业转专业的机会大。另外,该校免费师范生今年将继续面向我省招生,具体招生计划还没有公布,去年在我省招生32人。考生在考入该校一个月内,经学生个人申请,学校专家组考核合格者即可转为免费教育师范生,其余新生作为非师范生在原录取专业学习。免费师范生毕业后,一般回生源所在省份中小学校任教不少于十年。

### 看看哪些高校有招生资格

教育部昨日对外公布2011年具有普通高等学历教育招生资格的高等学校名单,并指出,除本次公布的高等学校和2011年4月27日后教育部发文批准设置或备案的高等学校,其他任何机构(包括经批准筹建的高等学校)均不具备2011年度普通高等学历教育招生资格。

据悉,本名单分为四部分,第一部分是普通本科院校(共820所);第二部分是普通高职院校(共1228所);第三部分是经国家批准设立的独立学院(共311所);第四部分是经国家审定的分校办学点(共70个)。不含军事院校和港澳台高校。

教育部最后强调,对于违规招生的单位,其所招学生的学籍、发放的毕业证书国家均不予承认。考生在报名前可登录教育部网站查询有关信息。

新华

### 合肥技工院校6月启动招生

星报讯(记者 刘元媛) 昨天上午,合肥地区技工院校招生宣传周活动在安徽轻工技师学院举行。据悉,合肥地区技工院校招生将从6月启动一直持续到9月。届时,合肥市人社局将组织编写《2011年合肥地区技工院校招生宣传册》并向社会发放。目前合肥地区共有27所技工院校和包括安徽轻工技师学院、安徽建工技师学院等在内的5所技师学院。合肥市人社局相关负责人表示,今后合肥市将大力推行高技能人才校企合作培养制度。即技工

院校紧密结合企业岗位需求,与企业共同制订培养计划,推行“订单式培训”、“委托式培养”,实现从招生、培养、实训、就业等全过程、全方位的校企合作,使学校的专业设置和对高技能人才的培养更加适合经济社会发展需要。

另外,想学习技能更好就业的大学生也可报考技师学院进行技能培训。

### 在职研究生招考工作启动

日前,国务院学位委员会办公室下发通知确定,2011年在职人员攻读硕士学位全国联考时间为10月29日、30日(星期六、日)两天。

联考报名依然采取网上报名与现场确认相结合的方式。与往年不同的是,今年的网上报名将启用全国统一网上报名,即统一报名平台,统一报名时间。考生可在7月1日至14日期间登录“中国学位与研究生教育信息网”(http://www.chinadegrees.cn)进行网上报名,然后在7月15日至18日期间到各省学位与研究生教育主管部门指定的现场确认点进行现场确认。

招收类别包括法律硕士、教育硕士、工程硕士、工商管理硕士、农业推广硕士、兽医硕士、公共管理硕士、公共卫生硕士、军事硕士、会计硕士、体育硕士、艺术硕士、风景园林硕士等13个专业学位和职业学校教师在攻读硕士学位。

新华

## 招聘

### 芜湖选调名校长、名教师

星报讯(记者 刘元媛) 记者昨日从省人社厅获悉,芜湖市镜湖区将面向全国公开选调名校长、名教师。此次选调名校长3人,其中:初中校长2人,小学校长1人。名教师10人,其中:初中数学2人、初中英语1人、初中物理2人、初中地理1人、初中历史1人、初中信息技术2人、初中生物1人。名校长在5年聘期内可享受安家补助费,还可获得提供生活住房等。报名时间:为5月12日~22日。(上午8:30~12:00,下午14:30~17:00)。名校长报名地点:中共镜湖区组织部(芜湖市文化路35号,芜湖市镜湖区人民政府政务大楼三楼);名教师报名地点:镜湖区人社局209室(芜湖市长江中路51号,芜湖市镜湖区社会事务服务中心二楼)。

### 涡阳招240名工作人员

星报讯(记者 宋娟) 记者从涡阳县人力资源和社会保障局获悉,该县部分事业单位将公开招聘专业技术人员和管理人员240名(财政全额供给岗位112名,财政差额供给岗位128名)。年龄在18-35周岁(1976年5月23日至1993年5月23日期间出生)、国家承认学历的应、历届大学专科以上学历以及符合招聘岗位条件的人员,可通过合肥人事考试网(www.hfpta.com)报名。

报名时间为:5月23日9:00至27日16:00,逾期不再报名。

## 考试

### 盲人按摩考试15日报名

星报讯(记者 宋娟) 记者从合肥市残联获悉,第二次全国盲人医疗按摩人员考试将于5月15日—6月25日报名,9月24日、25日考试。该市残联就业服务机构将接受现场报名,本次报名考试不收取包括报名费在内的任何费用。

在我省的报考者须是安徽省盲人(含低视力)或在安徽医疗机构中从事医疗按摩工作的外省籍盲人。符合下列条件之一的均可报考:一是2009年9月1日前,未取得盲人医疗按摩专业技术职务任职资格,在医疗机构中连续从事盲人医疗按摩活动2年以上,不满15年的;二是取得医疗按摩或按摩相关中等专业及以上学历的。

## 出行

### 合肥到珠海将有直达车

星报讯(记者 王玉) 昨日记者从铁路部门了解到,广州到珠海的城际列车时刻表已经公布,这意味着广珠高铁正式通行,届时,合肥人也可以乘动车前往珠三角游玩,这也结束了合肥没有直达珠海列车的历史。据悉,目前从合肥到珠海没有一趟直达列车,必须从南京等地中转才能到达。此次广珠城际列车的通行也给合肥市民带来了出游的便利,从合肥出发到珠海也将可以选择动车了。

## 救助

### 合肥贫困精神残疾人可申请500元药补

星报讯(记者 赵莉) 今年,为了改善合肥市贫困精神残疾人的基本医疗状况,合肥市决定对精神残疾人进行药费补贴,每人一年500元。

据介绍,贫困精神残疾人药费补助项目的补助对象主要是合肥市常年服用精神病治疗药物,并拥有合肥市户籍持有第二代精神类残疾人证;持有低保证或县级以上民政部门出具的贫困证明。今年6—9月份,将一次性把精神残疾人服药补助项目救助金打卡发放到个人手中。

## 健康

### 夏日食酸健脾开胃护肝

夏季气候炎热让人们感到不适,会引起人体代谢、内分泌、体温调节等一系列功效失调。专家认为,吃点酸味食品对健康有利。如番茄、柠檬、草莓、乌梅、葡萄、山楂、菠萝、芒果、猕猴桃之类,它们的酸味能敛汗止泻祛湿,可预防流汗过多而耗气伤阴,且能生津解渴,健胃消食。夏季喜食生冷,用醋调味既可增进食欲,又能够杀灭肠道细菌。持续高温下及时补充水分很重要,饮水可保持人体充分的血容量、下降血黏度、排泄毒物、减轻心脏和肾脏负担。但饮水多了会稀释胃液,吃些酸味食品可增加胃液酸度,健脾开胃,帮助

杀菌和消化。夏天最需全面均衡养分,在高温环境里,人体养分消耗相当大,除了一日三餐外,还要留心从蔬菜、水果、饮食中额外补充维生素C、B1、B2和A、D,钙损失多的人还要补充优质钙制剂。多吃点酸味水果和食品可以增强和帮助钙等养分的吸收。

中医药

### 高考生考前补脑全攻略

复习迎考期间,考生们的心思全放在紧张的学习上,家长们则把各种健脑、补脑的用品抱回家,以期孩子将来有个好成绩。其实,只有劳逸结合才能提高复习效率。掌握一些健脑的小方法,利用一些零碎的时间,让大脑保持在兴奋期,更能提高学习效率,胜过吃补药。

**充足的睡眠:**医学专家建议,考生应每天有7至8小时的睡眠时间,午饭后应睡1小时,晚上不宜过多开夜车。

**适当锻炼:**实践证明,科学、合理的体育锻炼能增强大脑的供氧量,改善脑组织细胞的新陈代谢,提高大脑皮层中枢的兴奋性,促进记忆、思维能力的增强。锻炼可选择一些强度适宜、轻松平缓的项目,如慢跑、游泳、羽毛球、静坐等。

**按摩头部:**将双手指微曲伸入发间向后梳头1至2分钟,再把十指分开摩擦头皮,点按太阳穴、风池穴、天柱穴,然后双手心对按两耳,食指、中指、无名指有节律地拍击枕骨。最后,右手呈半握拳状,轻轻拍打头顶。

**花香健脑:**若在书房或学习的环境里摆上兰花、茉莉、米兰等,使空间充溢缕缕清香,可使学习者头脑清新,精神振奋,有助健脑提神,消除疲劳。

**饮食调整:**饮食以鸡、鸭、鱼、肉唱主角的做法并不明智,应选择高糖、高蛋白、低脂肪的食物。可熬些绿豆粥、银耳莲子汤等。配以鸡蛋、牛奶、瘦肉、鱼等有助于增强记忆力的食品,是理想的饮食结构。

中医药

### 骨质疏松的误区

- 喝骨头汤能防止骨质疏松
- 治疗骨质疏松等于补钙
- 骨质疏松是老年人特有现象,与年轻人无关
- 老年人治疗骨质疏松为时已晚
- 靠自己感觉发现骨质疏松
- 骨质疏松是小病,治疗无需小题大做
- 骨质疏松症治疗自己吃药就可以了,无需看专科医生
- 骨质疏松容易发生骨折,宜静不宜动
- 骨折手术后,骨髓就正常了

**专家建议**

**饮食方面** 勿挑食,饮食要多样化,少吃油腻,坚持喝牛奶,不宜过多摄入蛋白质和咖啡因

**生活方式** ● 定期去医院进行骨密度检查

- 拒绝不良嗜好,适量增加运动量,预防要及时开始,特别是年轻女性
- 老年人若确诊为骨质疏松症,应及时接受正规治疗

资料来源:《中国健康知识传播激励计划》