

浙工大附中正式“搬家”

昔日时光令人留恋

记者 杨名

作为今年我县教育资源布局调整的大事,浙工大附属德清高级中学的搬迁事宜备受家长学生关注。7月7日,学校搬迁工作正式启动,不少学生老师特地赶来,与昔日的校园和青春岁月告别。

上午8时,10万册图书馆藏书在一趟趟小推车的忙碌搬运下,被整齐地装车迁移到新校区。搬运现场,除了学校工作人员,还涌动着抹一抹“志愿红”。他们是学校的学生志愿者,得知这些陪伴他们多年的书籍即将“入驻”新家,大家特地自发前来帮忙。

“这是最后为老校区做点事,

挺有意义的!毕竟待了两年,留下了不少印记。”李大海是本次活动的组织者,他说,虽然是个普普通通的日子,但对他和同学们而言,有着特殊的意义。为了在老校区留下最后的青春印记,当天,大家再次来到昔日挥洒汗水的操场,踢了最后一场足球赛,用飞扬的汗水,微笑着与校区道别。

青春岁月,难以忘怀。梳起马尾,穿上连衣裙,临近退休的老教师沈文妹瞬间回到了20年前踏进校门的样子。看着郁郁葱葱的校园,沈老师感慨万分。“当时的学校‘简单朴素’,花草都是刚种下的苗,又矮又小。除了篮球场,大部分操场也还是泥地。”沈老师回忆

说,当时教室的墙上还挂着三角尺等教具,有着浓郁的年代感。不过,20年间,变化最大的要数学校的主校门,随着办学条件的提升,校门也经历多次变化,不断将办学理念和学校元素融入其中,温馨不失大气,呈现出学校对学生殷切的期望。

20年后的今天,沈文妹把学校当成了第二个家,对这里的一草一木都有了感情,她拿起手机,将昔日教学的教室、奔跑的操场、散步的荷花池……定格在照片里,用这样特殊的方式跟曾经的岁月“再见”。

浙工大附属德清高级中学,原名德清县高级中学,创办于1994年,前身是武康高级中学,1997年

整体搬迁至现址,更名为德清县高级中学。办学26年以来,学校秉承“严谨、勤奋、求实、创新”的校训,团结拼搏,开拓进取,先后获得省文明单位、省一级重点中学、省依法治校示范校等称号。2019年,成为“浙江省三十所新课程改革样本学校”之一。

迁入后的新址位于舞阳街兆丰欣苑旁,占地180亩,整个校区恢宏大气,又不失别致。随着浙工大附中的搬迁,近日,德清三中、德清五中等多所学校的合并搬迁工作也将陆续启动。

今年花比去年红。新的校区就是新的起点,搬入新址后的学校将会迎来全新的发展。



“云”端享清凉

昨天,在我县西部山区洋家乐,高山泳池成为游客休闲的好去处。“小暑大暑、上蒸下煮”,潮湿闷热的三伏天最解热消暑的自然是游泳。连日来,随着气温升高,我县西部山区的休闲游、避暑游成为热门。

记者 姚海翔

德清县水务有限公司

水务热线: 8078444

武康营业厅 8078444

乾元营业厅 8422368

新市营业厅 8448555

微信扫码服务



出梅已有数天,有人认为,出梅后,人会感觉很爽快,但是,这几天,气温虽然算不上很高,但人的感觉仍然很不舒服,一会儿像进入了蒸笼,一会儿又像进入了烤箱。无风的时候,上面太阳照着,下面湿气蒸腾,有点蒸桑拿的感觉,不少居民都感觉闷得慌,皮肤黏黏的。如果你家有湿度计,可以发现有时候室外相对湿度会达到90%以上,气温也是一天比一天高。

据资料介绍,“桑拿天”是有气象标准的,日最高气温在32℃以上,平均相对湿度达到80%,形成闷热性高温,犹如蒸桑拿。这两天,德清时不时地下点雨,地上湿了,太阳又突然来露个脸,既抬高了空气中的温度,又增加空气中的湿度,有了被桑拿的感觉。

德清人说,这种天气很是“鸡槽”,意思是说在这样的气温与湿度下,人很容易心烦意乱。人体吸氧更困难了,身体不好的人更容易感到胸闷。众所周知,空气受热会膨胀,遇冷会收缩,在桑拿天的气候条件下,近地面的空气受热之

后,迅速地膨胀,膨胀以后密度变小,往上抬升,造成人员活动的地表区域空气稀薄,也就是单位体积的氧气含量降低,人必须大口呼吸或者加大呼吸频率才能维持正常需求。缺氧状态下,不光是人会感到不舒服,动物也是如此,像鱼塘的鱼,这时候容易浮头,也是这个原因。桑拿天让人不舒服的还有一个原因是,无论绝对湿度还是相对湿度,空气中的含水量都达到了一年之中最高的阶段,也就是空气的吸水能力已经接近或达到饱和状态,致使人体内的汗不容易排出。当气温达到32℃高于人体皮肤表面温度时,若人需要向空气中散热,要么人体把皮肤表面温度调节到32℃以上,形成温差散热;要么通过出汗来向空气散热。这时候,人会很不舒服,一不小心就中暑了。

那么,如何让人舒服起来?你懂的,躲进空调房。空调房内之所以让人感觉舒服,也有两大主因:一是空气遇冷收缩,密度增加,单位体积内的氧气含量增加,每呼吸一口气,大有蒸馏模式下呼吸两口

气的感觉;二是,皮肤散热更容易,出汗少了,黏黏的感觉没了。但是,长期待在空调房,很容易让人进入麻痹状态,由于室内空气流通性差,氧气被越吸越少,二氧化碳浓度增加,被称为空气维生素的野外空气负离子更是少得可怜,人会产生另一种不舒服。更何况,空调下很容易让人的膝关节、踝关节、肘关节、颈椎、腰椎酸痛发硬,还容易导致胃肠运动减弱。而且,干燥的空气会使眼睛、嘴唇、鼻黏膜、气管黏膜变干,致使病毒、细菌乘虚而入。所以,我们不能把人造的空调房当成大自然,还得顺应自然,多到室外进行适度活动,提高适应力。

其实,夏季不要过度依赖空调生活有很多好处,这不仅仅为了节能,更是有利于进入秋冬之后,人

体的舒适与健康。黄帝内经说:夏三月,此谓蕃秀,天地气交,万物华实,夜卧早起,无厌于日,使志无怒,使华英成秀,使气得泄,若所爱在外,此夏气之应,养长之道也。逆之则伤心,秋为痼症,奉收者少,冬至重病。其大意是说,夏季万物长势旺盛,人们应该跟万物一样,不要厌恶长日,人要气机宣畅,适应夏季的时令。如果今天的人们,在夏季因为条件好了,而把自己长期放在空调房内,“冷藏”得很舒服,那么就是违逆自然之道,会损伤心脏,到秋冬两季容易发生疾病。换言之,夏天在空调房待得太舒服了,到了秋冬就很容易不舒服。所以,空调温度不要开得太低,待的时间不要太长,这也符合自然之道。

| 一人

德清农商银行

DEQING RURAL COMMERCIAL BANK

丰收一码通

收单更方便

支付更便捷

费率更优惠

咨询电话: 8889988

7月11日入伏

未来天气“热情”洋溢

丹丹看天气

记者 俞丹丹

本周一我县正式出梅,虽然已经度过梅雨季,但是天气情况依然多变。7月9日,随着高空槽东移,冷暖空气再次交手,将有一次系统性的雷阵雨过程。市民外出要随身携带雨具,注意防范雷暴大风、强雷电等天气。

7月11日开始,天气情况逐渐转好,晴热高温驾到,气温将大踏步进入35℃高温线,最高气温可达36℃左右,大家要做好防暑防晒工作,多补充水分,可以多吃一些清凉消暑的食品。

具体天气情况:7月9日(周五)多云到阴有阵雨或雷雨,26~32℃;10日(周六)多云,局部有阵雨,27~34℃;11日(周日)多云到晴,27~36℃;12日(周一)晴到多云,28~36℃;13日(周二)晴到多云,28~37℃;14日(周三)晴到多云,27~36℃。

7月7日5时5分,我们迎来了

二十四节气之第十一个节气“小暑”,这是夏天的第五个节气,表示夏季时节的正式开始。今年初伏的时间是7月11日~7月20日(10天),中伏的时间是7月21日~2021年8月9日(20天),末伏的时间是8月10日~8月19日(10天)。

这个时节,宜纳凉,但要小心过度贪凉伤身;宜安睡,避免过度劳累心力衰竭;宜静心,不疾不徐,忌怒忌躁,谨防“情绪中暑”。天气炎热,不论是否运动,大家都应多喝水,如果需要在高温环境下进行体力劳动或剧烈运动,至少每小时喝2~4杯凉水(500~1000毫升)。同时,高温天气下,饮食应尽量清淡,多吃水果蔬菜,少食高油高脂食物,另外也要保证充足的睡眠。

马上进入三伏天,尽量不要在高温时段外出,室外活动最好避开正午时分,尽量将时间安排在早晨或傍晚,并尽可能在阴凉处活动或休息,户外工作要注意排班调休。应当尽量选择轻薄、宽松及浅色的服装,佩戴宽檐遮阳帽及太阳镜。外出随身携带防暑降温药物,如仁丹、风油精等。

莫干山镇卫生院为民办事实

上门贴敷三伏贴

记者 韩洁

三伏贴是中医冬病夏治的特色预防手段。随着三伏天的到来,莫干山镇卫生院结合党史学习教育,将膏药带入基层,为偏远村庄的村民开展上门服务,以实际行动践行党史学习教育成果。

三伏贴上门贴敷的第一站就是莫干山镇勤劳村。当天上午,莫干山镇卫生院的医生来到村民骆水英的家中,首先仔细地询问了夫妻俩的身体情况,随后给两人进行了把脉,根据各自不同的体质和需求,在对应的穴位上贴敷了三伏贴。

骆水英说,三伏贴的功效他们早有耳闻,一直想尝试进行贴敷,但是由于两人均身患残疾,出行很不便利。加上他们所在的勤劳村,是莫干山镇较为偏远的村庄之一,距离卫生院车程需15分钟,种种因素致使他们贴敷三伏贴的想法未能如愿。此次

医生专程上门贴敷,让骆水英感动不已。

目前,家庭医生正在对各个偏远山村中行动不便、家庭贫困且有意愿贴敷三伏贴的村民进行排摸,后期将组织医生进行上门服务。

据了解,党史学习教育开展以来,莫干山镇卫生院积极开展“健康出行志愿者在行动”志愿服务活动,同时邀请省、市、县专家送医下乡开展健康义诊活动,切实将党史学习教育成果转化为为民办实事的行动,提升山区百姓的获得感和幸福感。

莫干山镇卫生院副院长孙炬表示,山区老百姓的健康是基层卫生院工作的第一要务,接下来卫生院将充分利用医共体的资源为当地的老百姓服务,同时进一步发挥党员的模范带头作用,带领医务人员主动下乡,靠前服务,创造更加便利的医疗服务条件,做好山区百姓的“健康守门人”。



人人学急救 急救为人人

近日,舞阳街道红十字会急救培训基地与浙江工业大学开展“人人学急救,急救为人人”活动。现场,学生在红十字志愿者教学下进行心肺复苏、急救包扎等紧急救护知识培训,并进行实操,使学生们掌握基本应急救护知识和技能。

记者 白羽

携手中小企业 铸就美好明天

德清县中小企业金融服务中心

企业、自然人贷款周转

资金委托出借

金融信息咨询

德清县武康街道居仁街185号(华盛达商务楼) 108、116、128路车河桥头站下 0572-8061111 8066196

施工公告

因2021年德清县病危桥梁施工需要,自2021年7月5日至2021年12月31日(如遇恶劣天气或特殊情况顺延),对县内各镇以下部分桥梁进行全封闭拆除重建施工:虎啸桥(位于新市镇-韶塘线上)、马家桥(位于新市镇-韶塘线上)、丁界桥(位于新市镇-新舍线上)、石泉桥(位于新市镇-新善线上)、蔡家角桥(位于禹越镇-新五线上)、中塔桥(位于禹越镇-新五线上)、油车大桥(位于禹越镇-油天线上),

欢迎关注

《德清新闻》

承接各类

夹报单页

咨询电话: 8077002

地址:武康街道中兴南路249号