

# 公交车将“跑”夏季时间

## 从26日开始实行,多趟公交运行时间延长了

本报枣庄5月24日讯(见习记者 胡卧龙) 记者24日从枣庄市公交总公司获悉,枣庄市公交首班和末班发车时间26日开始执行夏季时间,11路环城车调整幅度最大,运行时间将延长1个小时。

记者了解到,枣庄市区大部分公交车首班发车时间和末班发

车时间将做调整,其中,2路车首班发车时间统一调整为5:30,末班发车时间统一调整为19:00;7路公交车首发时间由6:30调整为6:20,末班时间由18:40调整为19:20,运行时间延长40分钟;11路公交车首班和末班发车时间分别为6:20和19:10,客运中心站花园方向车辆首班时间为6:45,广场方

向车辆首班时间为7:05,末班发车时间统一由18:30调整为19:30,延长运行时间达1个小时。

11路公交车司机黄师傅告诉记者,运行时间延长对司机是一个很大的考验,公交车每天双班倒,调整后上午要跑5圈,下午跑6圈,每圈下来平均70分钟左右,还不算堵车时间。天气炎热,容易疲

劳,精神要一直紧绷着才不会出差错。市内人多拥挤、路况不好,脚要一直踩着离合器,晚上从车上下来都不敢着地。

“夏季到来,市民出行规律发生很大变化,公司根据市民出行需求调整公交运行时间,方便市民出行。”枣庄市公交总公司一位工作人员告诉记者,此次公交运

行时间调整主要针对市中区和峰城区,26日两地所有公交车按照新时间表运行,公交站牌除君山路外,在26日之前也会更换完毕,市民可根据站牌提示调整出行时间。公司下一步将调整薛城和分郊区线路运行时间,根据市民需求适时延长公交运行时间和加密车次。



销毁问题药品

为净化医疗服务市场,近日,枣庄市卫生局卫生监督所在市垃圾焚烧厂集中销毁打击非法行医过程中罚没的药品器械。本次行动共销毁罚没的药品器械50余箱,价值3万余元。

本报通讯员 黄涛 本报记者 赵艳虹 摄

## 高温“逼”BRT提前开空调

### 按规定6月1日开启,司机根据情况开关

本报枣庄5月24日讯(见习记者 丁彤) 最近几日,天气闷热,不少BRT在中午高温时开了空调。23日记者从枣庄市公交总公司获悉,目前枣庄只有BRT是空调公交车,按照相关规定,公交车的空调从6月1日起开启,为期3个月。

据了解,由于近期天气变化,时冷时热,BRT公交车空调会依据气温高低机动开关:天气不热时一般开天窗和窗户通风,中午时分气温较高时,司机师傅则会具体情况开空调降温。

“5月份的天气还不像夏天那么热,开空调的话乘客可能会被冻感冒的。”一位BRT司机表示,现在并不

是所有乘客都喜欢在这样的天气坐车时开空调,尤其是早上晚上的时候气温并不是特别高,一些老人、儿童体质较弱,如果紧闭车窗开启空调反而会觉得冷气太重而引起身体不适。

另外,如果车厢内温度高于室外温度,车内明显感觉到闷热时,乘客可主动与驾驶员协商开启空调,驾驶员在开启空调时需要充分考虑到大部分乘客的需求,如果气温较高或乘客较多,大部分乘客认为有需要,驾驶员可开启空调。当车厢内有老人、小孩等较多特需乘客时,驾驶员会及时调整车内温度,避免因车厢内外温差过大引起身体不适。

# 考期近学生考前焦虑症增多

## 心理专家称,适度焦虑是有好处的

本报枣庄5月24日讯(记者 杨霄 见习记者 张旋) 中高考临近,不少考生出现了紧张情绪。针对这种情况,心理专家指出,考前焦虑很正常,适度焦虑对于学生是有好处的,不必太在意。

24日记者调查发现,随着中高考一天天临近,不少考生存在压力和不同程度的焦虑。今年参加高考的小雯在距离考试约1个月的时候,出现头痛、厌学、烦躁等情绪,甚至在夜里出现失眠症状。在学校里小雯已经无法正常学习,于是家长便带

小雯到心理咨询师那里寻求帮助。经过10天左右的治疗,小雯的状态有所好转,再回到学校进行复习。

据了解,小雯班里有一些同学也出现了不同程度的过度紧张情绪,大家都在想各种办法进行调整。

家住市中区的郑女士正为孩子的紧张情绪不能缓解而着急。“孩子非常喜欢美术,专业课已经进入资格线,最后的文化课就是背水一战了,孩子经常紧张到失眠,我看着心疼,也很着急。”郑女士说。

据枣庄金地心理咨询

中心的专家介绍,有不少考生在考前不能正确认识自己的水平,给自己定了不切实际的目标,或者担心考试的时候会考不好。这样考虑过多只会给自己增加不必要的心理负担。而考前又不能完全放松,适度焦虑可以保持状态,对于学生是有好处的,就像运动员一样,只有在保持兴奋状态,才能在比赛中取得好成绩,如果彻底放松了,反倒不利于发挥。考生要学会进行自我情绪调节,并且在现阶段要注意劳逸结合,倘若休息不到位,很容易影响注意力、记

忆力,这样反而耽误学习,形成恶性循环。所以考生要及时进行自我调节,保持良好的状态以迎接即将来临的考试。

专家提醒,考生家长要及时引导考生不合适的认知方式,从而缓解紧张情绪。“不停督促”和“只字不提”都是家长紧张的两个极端方式,并会将家长的紧张带给考生,专家建议考生家长应在日常与考生良好交流的基础上,适度的与考生交流,了解考生需要得到哪些帮助,主动提供物质、生活及精神方面的支持。

## 毕业两年仍是学生档案

### 原是毕业时未及时办理档案托管手续

本报枣庄5月24日讯(见习记者 李键) 由于毕业后未及时办理档案托管手续,毕业后工作两年了,却仍是学生档案,档案上工作经历是空白的。

已经毕业两年的市民王先生告诉记者,他已有2年工作经验,可今年4月份成功应聘到一家国企工作,调档案时却发现,因为毕业时没有及时办理托管手续,他至今还是学生档案,工作经历、取得的职称记录均为零,给工作调动造成很大难度。

据了解,毕业生的人事档案记录着学生的个人经历,包括各个时期的学籍卡、成绩单、奖惩证明、党团

资料、毕业生登记表、工作经历等,并且都是原件。

据枣庄市人事局一位工作人员介绍,大学生毕业后由学校转出的档案属于学生档案,如果自己拿在手里或放在没有人事代理权限的机构,若干年以后,依然是学生档案,无法办理转正定级、工龄计算、职称评定等手续。若有单位接收或到新单位就职,档案材料不完整,就会影响到工作的正常调动。

枣庄市人事局工作人员提醒,毕业生离校时,一定要将档案落户的手续办理好,否则将会为日后办理职称申报、养老保险和人事调动等事宜带来诸多不便。