

今天早知道

# 全市中小学幼儿园寒假放假时间出炉

1月27日起放寒假 春季学期2月25日开学注册

本报讯（记者唐霖云）近日，市教育局下发《关于做好2024年寒假工作的通知》，明确全市幼儿园、义务教育及中职学校从1月27日起放寒假，普通高中从1月31日起放寒假。2024年各中小学校寒假将持续至2月24日（正月十五），春季学期将于2月25日开学注册，2月26日正式上课。

通知提出，各校应严格控制寒假作业总量，统筹调控不同年级、不同学科作业量和作业时间，科学布置寒假作业，确保作业难度不超过国家课程标准要求。全市各学校要关注师生身心健康，组织开展好心理健康“五个一”专项活动，做好寒假前后师生的心理健康教育与管理工作，帮助师生及时调整心理状

态。要围绕“思想引领润童心、家教指导育童心、安全教育护童心、爱心妈妈暖童心”等四个方面，联合相关部门开展“把爱带回家——真情暖童心 相伴护成长”2024年寒假儿童关爱服务活动，确保孩子度过一个快乐安全的寒假。

通知强调，各地各校要针对寒假期间可能发生的教师从事有偿家教、在培训机构兼职等问题进行警示教育，对于违规的在职中小学教师要及时处理，情节严重的，依纪依规给予党纪政纪处分。寒假期间，各级教育行政部门和学校不得以任何理由组织学生集体到校或通过网络上课、补课或统一组织自习，坚决杜绝以学生留校自学等名义变相组织集体补课。不得以

任何形式参与、组织学生参加各类辅导培训班，禁止学校联合或将校舍租借给社会力量办学机构用于开办补习班、培训班。坚决禁止利用寒假时间超标教学、提前讲授春季学期课程，严禁未经允许提前开学。

市教育局倡议，学生们应科学合理安排好寒假时间，养成良好的学习生活习惯，适度使用电子产品，可每天锻炼1小时，开展阅读和文艺活动。寒假期间人员流动性大，特别是过年期间走亲访友，容易感染流感，为保护学生身体健康，建议各位家长在知情自愿的情况下带小孩在年前（不超过开学前）到疾控中心门诊或各社区卫生服务中心接种流感疫苗，以免影响下个学期正常返校上课。

城市表情



## 滑冰乐

1月24日中午，室外气温仅有2℃，两个小朋友不畏寒冷在临桂区一滑冰场尽情玩耍。

记者邢刚 摄

实用新闻

## 呼吸病高发，居家如何防？

冬季气温较低，空气干燥，加上室内活动多，呼吸道疾病的传播风险大大增加，尤其是流感病毒、肺炎支原体、腺病毒等，人群普遍容易感染。虽说接种疫苗是预防传染病最有效、最经济的方式，不过日常生活中，还是应当了解并采用以下科学防护措施，才能有效预防传染病的发生和传播。

保持健康的生活方式。生活工作中饮食多样化，营养均衡，保证新鲜蔬菜和水果的摄入；作息规律，保证充足睡眠；适当体育锻炼；保持心情舒畅，主动调节工作、生活压力。

尽量少去人群密集的公共场所。老年人、儿童、孕妇、慢性病患者等高风险人群，要尽量避开人群密集的场所。

此外，预防呼吸道传染病，日常的卫生和消毒都很重要，具体做法如下。

注意手卫生。勤洗手，做好手卫生很关键。正确洗手方法为流动水打湿双手，取洗手液或皂液均匀涂抹到双手上，按照6步洗手法揉搓不少于15秒，并用流动水洗净双

手，用擦手纸擦干双手。

室内空气消毒。定时打开门窗自然通风，可有效降低室内空气中微生物的数量，改善室内空气质量。每日通风2次，每次大于30分钟。如果通风条件差，可用循环风空气消毒机或机械排风进行空气消毒。

地面消毒。配制浓度为500毫克/升的含氯消毒液，用抹布或拖布沾取消毒液后进行擦拭。消毒时间大于30分钟，之后再用清水擦拭干净并通风后进入。

餐饮具消毒。水杯、餐具等先清洗干净，再用煮沸法或流通蒸汽消毒15分钟；或用250毫克/升含氯消毒液浸泡30分钟后，再用清水冲洗干净。

门把手、水龙头、玩具的消毒。高频接触的环境，物体表面先做好清洁，再用500毫克/升的含氯消毒液或消毒湿巾擦拭消毒，然后用清水擦拭干净。鼠标、遥控器、键盘等小件物品可以用75%酒精湿巾擦拭消毒。

被服、毛巾等织物消毒。以清洗为主，患者的被子、衣物用500毫克/升的含氯消毒液浸泡消毒30分钟，然后按照常规步骤清洗；或用流通蒸汽15分钟。据生命时报

快讯

## 龙胜供电公司开展特巡特维保障电网安全稳定运行

本报讯（记者滕嘉 通讯员韦祎）2024年首场寒潮来袭，为保障居民的正常用电，1月22日，南方电网广西新电力投资龙胜供电公司组织党员、技术骨干开展特巡特维。

据了解，龙胜供电公司共出动12辆车、派出36人次开展本次特巡，主要针对高寒区域线路、负荷较重的台区和重要用户进行重点巡视。巡视人员迎着寒风对变压器、设备连接部位、引线、套管、电缆头等进行了测温检测并做好记录。发现缺陷及时上报，做到“早发现、早处理”，将安全隐患消除在萌芽状态，防范设备事故发生，有力促进电网的安全稳定运行。

2024年群文先锋

新春慰问演出

在市社会福利院举行

本报讯（记者马翔）为丰富群众精神文化生活，营造欢乐祥和的节日氛围，1月23日，由桂林市文化广电和旅游局主办、桂林市群众艺术馆承办的“我们的中国梦——文化进万家”2024年群文先锋新春慰问演出在桂林市社会福利院举行。

据悉，本次演出形式多样、内容丰富，有舞蹈、朗诵、歌曲、魔术等多种艺术形式的精彩表演，赢得了观众的热烈掌声和喝彩。