

中心城区首封清华大学录取通知书送达

“邮”传捷报 市一中学子刘世晴圆梦



中心城区首封清华大学高考录取通知书送达现场

本报讯(记者 马苏)7月20日,我市中心城区今年投递的首封清华大学高考录取通知书经邮政特快专递送达考生刘世晴手中,这标志着我市2024年度高考录取通知书投递工作正式启动。

青春追梦 立志守护人民群众健康

当日上午,南阳邮政宛城分公司仲景揽投部工作人员带着我市中心城区第一封清华大学高考录取通知书到达通泰家园小区。在仔细核对身份证等证件后,工作人员将邮政寄递的我市首份清华大学高考录取通知书郑重地交到考生刘世晴手上,并为其送上鲜花和美好祝福。

多年努力学习,今朝结出硕果。毕业于南阳

市一中的刘世晴,在今年高考中以理科692分的优异成绩被清华大学录取,这份录取通知书,是对她多年辛勤读书最好的回报。“这么多年来,孩子学习非常辛苦,家人也付出很多,但在收到录取通知书的这一刻,我觉得所有的付出都值得。”刘世晴的爸爸刘飞蛟说,“孩子从小的愿望就是成为一名科学家,如今我们离这个目

标越来越近了。”

“我能有今天的成功离不开家长和老师们辛苦付出,特别感谢我的班主任苗老师,在我的学业路上给我提供了很多帮助。我填报的两个专业都是与人类健康和医疗事业息息相关的,未来,我还会继续努力学习,在人类的医学和健康领域作出贡献,为疾病救治带来更多的希望。”刘世晴说。

南阳邮政 为录取通知书邮件开辟绿色通道

首份高考录取通知书的送达,标志着2024年高考录取通知书的收寄、投递工作正式拉开序幕,考生们将陆续收到来自全国各大院校各批次的录取通知书。

南阳市邮政分公司市场部经理赵鹏介绍,高考录取通知书作为新生入学的重要凭证,属于特安邮件,均由中国邮政负责寄递。为确保高考录取通知书快速、安全、准确寄达,南阳市邮政分公司周密部署、用心用情服

务、开辟绿色通道,对高考录取通知书邮件全程实施单独、优先处理。

“今年的高考录取通知书投递过程中,南阳邮政专门开辟了绿色通道,对录取通知书邮件进行优先处理、单独封袋,拴挂专用袋牌,实行专用产品、专用信封、专用面单、专人收寄、专区交接处理、专人售后保障。夏季天气多变,我们还对每封邮件进行防潮处理,确保用最快速度、最安全的措施、最精准的服务实

现高考录取通知书零误投、零丢失。”南阳邮政宛城分公司仲景揽投部工作人员朱戈告诉记者。

邮政工作人员提醒,高考录取通知书投递期间,请考生们一定要保持联系方式畅通,便于投递员第一时间上门投递。同时,考生还要提前准备好准考证和身份证等重要证件,便于投递员核验。此外,广大考生可通过“EMS中国邮政速递物流”微信公众号查询录取通知书所在位置和派送状态。①5

中国体育彩票
公益体彩 乐善人生

开奖公告

排列 3/5 (24193 期)	0 0 6 2 9
7 星彩 (24083 期)	4 6 6 2 0 8 10
(以当日开奖公告为准)	

市第二完全学校初级中学 荣获 4 个市级一等奖

本报讯(通讯员 肖智文)日前,南阳市2024年春季“万名班主任班会课大比武”市级比赛评选结果出炉,南阳市第二完全学校初级中学4位参赛选手在600多人中脱颖而出,均获一等奖。

彭军讲授的班会优质课《防踩踏,保安全》、李婷婷讲授的班会优质课《远离货车盲区,知危险守安全》荣获小学组“万名班主任班会课大比武”一等奖;马媛媛讲授的班会优质课《向语言欺凌说“Stop”》、胡素芳讲授的班会优质课《抵制网络谣言,守护网络安全》荣获初中

组“万名班主任班会课大比武”一等奖。

在学校教师课程建设的过程中,该校实施“领雁”工程,助力班主任专业成长,打造优秀班主任团队。通过开展班主任专题培训、读书分享会、班主任论坛、学校论坛、校级班主任班会课大比武等活动,为班主任成长赋能;同时,围绕“打造一间幸福教室”班级文化构建,不断深化班级全员管理、班本特色化管理、成长导师制等项目化主题活动,增强班主任带班育人能力,助推优秀班主任团队加速形成。①5

人体内血液总量是多少

人体内血液总量是多少?人体内含量最多的成分是水,由于男女体内脂肪含量不同,男性水含量约占体重的60%,女性水含量约占体重的52%至55%。一个70公斤的成年男子,身体所含水分约为42升,这其中约3.5升在血液中,占8%左右。8%的比例看起来不高,但却极其关键,因为血液构成了人体内“游离”水分的绝大部分。我们常说,人体内血液总量约为体重的7%至8%,或者更精确地表示为77ml/kg。

献血丢失的血液需要多久能恢复?需要静养或进补吗?其实,骨髓造血在短时间

内就可以补充献血所丢失的各种血液成分。献血后,水分和电解质等在2小时内即可得到补充;血浆蛋白质在2至3天内回到正常水平,循环容量恢复正常;红细胞及血红蛋白在21至42天左右恢复至献血前水平。

献血后24小时内不宜进行强度较大的体力活动以及高空、高温作业,除此之外,献血者完全可以正常工作生活。献血对身体健康无不良影响,献血后也不需要静养或进补。①5

无偿献血
奉献爱心

南阳市中心血站 | 联办
南阳南都晨报社 | 联办

