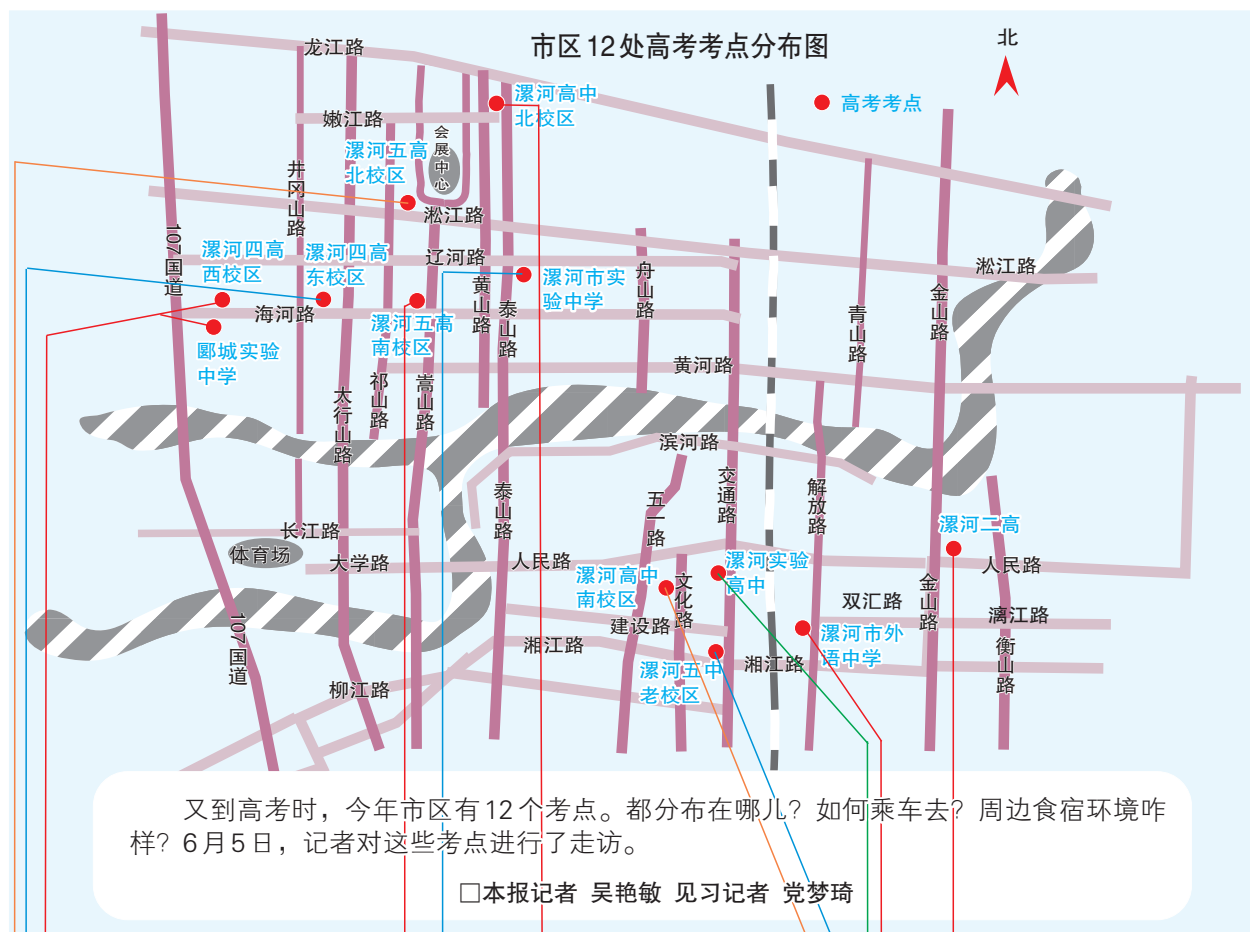


## 考点地址+乘车线路 一起来看看



### 这些注意事项 考生要了解

□本报记者 尹晓玉

2019年普通高考将在6月7日、8日如期举行。6月5日，记者分别联系了高三班主任、气象部门、营养师等人士，为广大考生提供更科学的考前注意事项。

#### 保管好证件 提前熟悉考场

进考场之前需要做哪些准备？有什么特别的注意事项？出现证件丢失应该如何应对？

针对这些考生和家长都关心的问题，漯河四高高三班主任陈卓老师表示，今年仍是无声考场，考生在进场前需要确定身上不能携带任何金属物品，以免影响进场时间。考生进场只需要携带身份证和准考证两个证件，考试需要的文具都已经在考场为考生备好。

考试前，发现证件丢失或者忘带，经带队教师或有关方面证明，确系本场考生，经主考批准，考生可先入场考试。准考证丢失的到所在考区的招办补办，身份证丢失的到户口所在地的公安部门开具带照片的身份证明，并由公安部门在照片上加盖骑缝章。在本场考试结束前把证件交给监考员并核查无误的，考试有效。否则，考试无效。

“正常情况下，考生的证件能在考试结束前补办好。所以，即便出现证件丢失的情况，考生也要冷静应对，正常参加考试。”陈卓说，考生一定要在考前到考点认考场，提前熟悉考点的学校地址、环境及考场情况，确定去考点的方式、行车路线。

“考前出现紧张烦躁的情绪时，就不要再看书、做题了。适当转移注意力，去做一些让自己愉快的事。”陈老师提醒。

#### 气温略下降 天气比较适宜

高考期间会不会出现高温、有没有降雨等天气状况备受考生和家长关注。记者从市气象部门了解到，6月7日、8日，也就是高考期间，不会出现高于37℃的高温天气，也没有明显的降雨过程。因为6月5日晚上到6日，会有降雨，受冷空气影响，6月7日和8日的气温较之前有所下降。高考期间的天气情况是：6月7日，多云转晴，最高气温28℃；6月8日，多云转晴，最高气温32℃。

“整体来说今年高考期间，天气还是比较适宜的。”气象部门工作人员表示。

#### 饮食要注意 应以清淡为主

除了天气情况，考生的饮食也要特别注意。对此，市二院国家中级临床营养师董哈丽提醒，高考期间，不要改变孩子平时的饮食习惯，注意食物的新鲜、干净，尽量少吃生食，西瓜等水果宜常温食用，冷饮要严格限制，尽量在家吃饭。

高考期间饮食应以清淡为主，不宜大吃大补，不宜生冷油腻，不宜辛辣刺激。具体来说，早餐：馒头或包子或全麦面包，八宝粥或豆腐脑，水煮蛋，胡萝卜炒西兰花或烧茼蒿。中餐：西红柿鸡蛋蔬菜面或者米饭加炒菜，肉类可以选用去皮鸡肉、猪瘦肉、牛肉、鱼肉，做法以清淡爽口不油腻为主。晚餐：主食包子、馒头、米饭均可。炒菜仍然注意荤素搭配，粥类可以选用小米粥、牛奶燕麦粥、酸奶等。饮用水最好是白开水或者矿泉水，也可以把莲子心和甘草放在一起用沸水冲泡后饮用，能够清心助眠。

又到高考时，今年市区有12个考点。都分布在哪儿？如何乘车去？周边食宿环境咋样？6月5日，记者对这些考点进行了走访。

□本报记者 吴艳敏 见习记者 党梦琦

#### 郾城实验中学和漯河四高西校区 仅有17路公交车经过

这两个考点紧挨着，位于海河路西段附近，由于107国道沙河桥施工，目前仅有17路公交车经过这两个考点门口。考生还可乘坐202路公交车在市第五人民医院下车，步行至考点。由于考点位置较为偏僻，交通不是太方便，考生一定要提前踩踩点。另外，周边酒店和饭店不是太多，大多是小吃门店。

#### 漯河四高东校区 附近小型饭店有不少

该考点位于郾城区北街口附近，途经这里的公交线路有112路、115路、202路、17路。昨日下午3点，记者来到该校校区时，高三学生正在陆续离校，考点正在紧锣密鼓地进行最后的准备工作。附近小型饭店较多，但公共停车位较少，开车送考生的家长需提前做好规划。

#### 漯河五高北校区 南门施工 需从北门进考场

由于幸福渠城区段生态水系连通工程（一期）的建设，该校南门被围栏所隔，只有位于岷江路上的北门开放，考生可以乘坐100路、108路公交车到达学校周边。考点周边多家宾馆已经预订完毕。

#### 漯河高中北校区 位置较偏 建议提前出发

该考点位置较偏，建议考生和家长提前出发。途经这里的公交线路有100路、106路、107路，考点附近大、中、小型饭店都有，还有一些小吃门店，但住宿的酒店不是太多。

#### 漯河市实验中学 考点附近就餐比较方便

该考点交通比较便利，途经考点的公交线路有105路、108路、107路，考点附近就餐点也比较多。

#### 漯河五高南校区 家长可到中银广场休息

该考点位于海河路与嵩山路交叉口附近，考生可乘坐112路、116路公交车到达该考点。离考点不远处就是中银广场，家长在考点外等候学生时，可来此处休息。

#### 漯河高中南校区 有9条公交线路可乘坐

漯河高中南校区位于文化路，途经该考点的公交线路较多，考生和家长可以乘坐17路、68路、103路、106路、111路、113路、118路、201路到人民路（文化路站）下车，然后步行200米左右到考点。也可乘坐109路公交车，到建设路（文化路站）下车，步行200米左右到考点。

#### 漯河二高 开车去考点 要规划好线路

该考点位于人民路东段，校外道路上的公共停车位有限，附近居民区较多，离农贸市场较近，开车送孩子去考点的家长一定要规划好路线。途经该考点的公交线路有17路、68路、100路、102路、103路、105路、111路、112路、113路。

#### 漯河市外语中学 烟厂花园广场可供家长休息

该考点位于解放路与双汇路交叉口西南角，附近停车位较少。乘坐公交车的考生可以乘坐116路和109路到达考点。等候考生的家长可以去烟厂花园广场休息，一些单位在这里提供的有志愿服务活动。

#### 漯河实验高中 考点附近车流量大

该考点地处市中心，车流量较大，开车送考生的家长一定要规划好线路。乘坐公交车的考生可以乘坐100路、108路、109路、201路到考点。

#### 漯河五中老校区 校门口公共停车位较少

该考点也是车流、人流量比较大，前往该考点一定要提前出发，算好时间，校门口公共停车位比较少，可乘坐的公交有100路、108路、201路。