



高考明日开启 护航保障到位

城暖六月，静待花开

姜春康

盛夏六月，执笔逐梦。一年一度的中高考如期而至，烟台三万余名高考学子即将奔赴考场，迎接人生关键考验。

6月3日，烟台市教育招生考试院发布中高考文明护航倡议书，向全体市民发出“主动降噪静音、绿色文明出行、友善文明陪考、增进包容理解”四项倡议，旨在为广大考生营造安心、舒心的考试和休息环境，全力保障2026年高考、中考平稳顺利进行。

这座海滨城市褪去喧嚣，以温柔包容的姿态、周全细致的保障，为逐梦少年筑起最安稳的屏障，书写着最动人的城市温情。十年磨一剑，朝夕皆耕耘。每一位奔赴考场的学子，都历经了日夜苦读的沉淀，承载着个人的理想与家庭的期盼。为守护学子们的追梦之路，烟台全城联动、同心聚力，从民间自觉到部门行动，全方位开启暖心护考模式，让奋斗的青春被温柔以待。

全民自觉降噪，让陪伴安静无声。随着文明护考倡议发布，整座城市默契配合、主动退让。考点周边工地依规停工，商铺关停户外音响，市民暂缓户外文娱与家装作业，最大限度减少环境噪音。出行市民主动绿色出行、错峰绕行，为赶考车辆让路。陪考家长安静等候、文明值守。点点滴滴的克制与善意，汇聚成静谧祥和的备考环境，为考生守住静心答题的方寸天地。

全城硬核护航，为梦想筑牢底气。各级部门层层联动、全程发力，织密全方位护考保障网。考务工作严谨规范，试卷全链条闭环监管，多重安检监考模式严守考试公平，让每一份努力都能被公正评判。公安、网信、市场监管等部门各司其职，畅通赶考通道，净化网络环境，严控食品安全。从准考证便民打印、考生应急救援，到饮食健康提示、身心保障服务，细致入微的兜底举措，消除了考生的后顾之忧。

高考，从来不是孩子的孤军奋战，而是一座城市的同心奔赴。无声的守护，是市民最质朴的善意；周密的保障，是城市最温暖的担当。收敛喧嚣、守护宁静，聚力护航、托举梦想，烟台用一城温柔，致敬每一份不懈的奋斗。

愿所有学子从容落笔、不负韶华，在盛夏考场绽放光芒，满载期许，奔赴属于自己的璀璨前程。



高考“健康护航指南”请查收 考生需吃足量的主食

新华社北京6月5日电 今年高考即将来临。如何通过科学饮食与卫生管理，帮助孩子保持最佳体力和精神状态？记者就此采访了相关专家，给出一份实用的“护航指南”。

国家食品安全风险评估中心副主任樊永祥建议，考试期间考生应尽量在家或学校食堂就餐，从源头降低食品安全风险。如在外就餐，一定要选择证照齐全的正规餐饮单位。切块水果、三明治等应现做现吃，避免长时间常温存放滋生细菌。

高考期间考生脑力和体力消耗大，而大脑主要能量来源是葡萄糖。樊永祥建议，要保证考生吃足量的主食，注意粗细搭配，避免全部吃精制米面导致血糖快速波动，影响状态。早餐推荐杂粮粥、玉米、红薯，搭配鸡蛋和牛奶；午餐可增加鱼虾、豆制品和深色蔬菜；晚餐进食易消化食物，有助于睡眠。

专家特别提醒，考生要保持平常心，避免在考前突然大幅度调整饮食。如需调整，应在平时饮食习惯基础上逐步小幅优化，避免变化太大导致肠胃不适应。

在学校考点的环境卫生管理方面，专家建议，要重点对水龙头、门把手、楼梯扶手、冲厕按钮等频繁接触的公共设施进行清洁消毒。需要特别指出的是，引发腹泻等消化道症状的诺如病毒对酒精不敏感，免洗手液等对诺如病毒基本不起作用，必须使用含氯消毒液进行擦拭，并保持15至30分钟后用清水擦拭去除残留。同时，洗手间要配足洗手液，引导考生勤洗手，从细节守护考生健康。

高考期间大脑高速运转容易疲劳，保持优质睡眠尤为重要。上海中医药大学附属曙光医院传统医学科主任医师吴欢提醒，家长应为考生营造安静的作息环境，对于紧张失眠的孩子，可以播放其喜欢的舒缓音乐，同时轻轻按摩孩子的头皮、四肢，让其放松慢慢入睡。

“亲情陪伴，特别是拥抱、微笑、讲笑话、听音乐、轻声歌唱等方式，能够有效分散考生对考试紧张的注意力。”吴欢说，因过度紧张出现恶心、心慌时，考生可以通过按摩内关穴或脚腕、深吸气缓慢吐气来调整，切不可快速吸气和呼气，防止引发过度换气综合征。



启动仪式现场。

护航二十载，烟台高考爱心车再出发

本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜 摄影报道)又是一年赶考季，满城温情伴梦行。6月5日上午，以“爱心送考，护航启行，温暖相伴，逐梦同行”为主题的2026年烟台市中高考护航行动正式启幕，各行各业爱心力量齐聚现场，整合交通服务资源，用专车、专人、专属保障，为奔赴考场的学子打通暖心赶考路，以满城志愿暖意，绘就文明烟台温暖底色。

爱心车队集结就位 招手即停免费送考

上午10点，记者来到市体育公园启动仪式现场，一辆辆贴好专属爱心车贴、系着祈福丝带的送考车辆整齐排列，红丝带随风轻扬，成为一道暖心风景线。本次集结车辆包括出租车15台、网约车15台、社会爱心车队车辆10台、租赁专车10台，数十名驾驶员代表齐聚现场，整装待发。高考、中考期间，考生与家长在路上遇见标识鲜明的爱心送考车，均可招手拦车，免费搭乘前往考点。“爱心送考在烟台走过二十个春秋，早已

成为烟台交通响当当的公益名片。二十年来，出租、网约车驾驶员们自发奔赴考场一线，用平稳车轮守护少年求学梦想。”烟台市交通运输服务中心副主任衣洁向全体爱心驾驶员提出三点期许：守牢安全底线，出车前检查车况，提前踏勘考点路线，平稳驾车保障考生准时赴考；坚守文明服务，保持车内整洁，途经居民区、考点周边轻踩油门、低声缓行，营造安静舒适的乘车氛围；恪守公益初心，落实招手即停便民举措，针对家住偏远、出行不便的特殊考生，提供点对点上门接送专属服务。同时，她对公安交警、新闻媒体、行业协会与合作企业常年鼎力配合表示致谢，期盼多方继续凝心聚力，做实做细各项送考保障工作。

深耕二十载公益路 老司机接续暖心传承

现场，滴滴烟台党员雷锋车队、出租行业爱心车队驾驶员、志愿者悉数到场，不少面孔已是爱心送考的“老朋友”。“我2006年入职成为出租司机，2007年烟

台爱心送考活动启动，我立即报名加入爱心送考队伍，此后年年都参加，每年都能拉一两个学生。”有着20年送考履历的出租车司机张俊杰感触颇深，高考档期他特意调整营运线路，清晨穿梭各大小区、正午驻守考点周边，每年都会顺路接送几名考生直达考场，用方向盘托举孩子的求学梦想。滴滴烟台党员雷锋车队长李广平代表网约车驾驶员作表态发言。高考是学子人生重要转折点，连着孩子的理想、牵着一个家庭的期盼。“多年来车队队员主动舍弃营运收入、放弃休息时间，提前检修车辆、摸排考点路况，专门帮扶偏远地区出行困难考生。今年全队全员整装就绪，我们在此郑重承诺：严守交规、文明驾车、准时送达，以党员标准约束自身言行，踏踏实实做好暖心送考服务，坚守公益初心。”李广平说。

烟台市公安局交通管理支队党委委员、副支队长杨涛代表交管部门向所有爱心驾驶员致谢，向值守一线的铁骑民警送上问候。“高考期间，交警部门将联动爱心车队，依托铁骑定点驻守、动态巡逻，紧盯各考点周边路段，疏

通拥堵点位、快速处置突发状况，开辟高考应急绿色通道，遇考生忘带证件、赶路受阻等突发问题第一时间出手帮扶。”杨涛叮嘱送考驾驶员途经考点减速慢行、静音行车，同时，要求全体执勤民警坚守岗位、精准疏导，多方合力打通平安赶考通道。

二十年步履不停 擦亮港城公益名片

从零星几辆私家车自发送考，到全行业组队规模化护航，烟台爱心送考步履不停走过整整二十载。二十年间，爱心接力代代相传，司机换了一批又一批，守护考生的温暖初心始终没变。初心如磐，为爱护航；志愿不息，温暖同行。此次中高考爱心护航行动，是烟台深耕志愿服务、落地民生实事的重要实践。

下一步，我市将持续凝聚交通、公安、社会公益等多方力量，细化便民服务细则，常态化开展各类惠民志愿服务活动，不断擦亮“志愿之城、更好烟台”城市文明名片，让善意在港城持续流转，护航万千少年从容赴考、逐梦韶华。

福山公安多措并举护航高考 开展“静音护考”专项行动

本报讯(YMG全媒体记者 邹春霞 通讯员 孙晓伟)为全力保障2026年全国普通高考招生考试安全有序进行，福山区公安分局提前部署、周密组织，聚焦试卷押运、噪声治理、治安防控、便民服务等关键环节，全面启动高考安保模式，以最高标准、最严举措、最优服务为全区考生保驾护航，全力营造安全、安静、安心的考试环境。

为营造安静备考环境，福山公安联合生态环境、城管执法等部门自5月20日起开展“静音护考”专项行动。累计出动执法人员320人次，对全区2个考点周边500米范围

内的施工工地、商业场所、广场舞聚集地开展拉网式排查。在午间(12:00—14:00)和晚间(20:00—22:00)重点时段，组织警力开展高频巡查，劝导制止噪声扰民行为43起，切实为考生打造“静音区”。

聚焦考生“急难愁盼”，福山公安推出系列考前便民服务。户籍窗口开通“高考绿色通道”，实行“周末不打烊”“中午不断档”服务机制。自5月15日以来，已为考生加急办理身份证359张。同时，提前在各考点周边部署2个公安便民服务站，配备移动警务终端，确保考试期间可现场打印户籍信息、快

速核验身份，做到“考生未到，服务先行”。考前一周，福山公安组织警力对考点周边旅馆、出租屋、网吧等重点场所开展集中清查行动，累计检查场所210家次，排查整改治安隐患38处，化解矛盾纠纷12起。

交警大队提前细化高考交通勤务保障方案，主动对接区教体局与各考点学校摸排出行需求、梳理路况堵点，通过官方平台向社会发布考点周边临时禁行、限时管控公告；考试期间定点布控、路面巡防，严控车辆鸣笛与违规通行，开通应急绿色通道，以全流程管控护航考生平安赶考。

龙口市“爱心送考”文明实践行动再次启动 暖心守护赴考学子

本报讯(YMG全媒体记者 王军华)中高考在即，为全力护航广大考生追梦之路，传递城市温情与文明温度，6月4日，龙口市2026年“爱心送考 逐梦远航”新时代文明实践行动正式启动。这是龙口市第八年开展“爱心送考”文明实践行动，众多出租车驾驶员踊跃投身公益志愿服务，以暖心守护为龙口学子顺利赴考保驾护航。

参与本次行动的巡游出租车整齐列队，

整装集结，车辆车身洁净、车况优良。八年接续送考，公益初心代代相传，爱心车队中涌现出一批长期坚守的公益志愿者。其中，驾驶员姚红、赵春宇全程参与八届爱心送考活动，是助力学子逐梦的资深坚守者。驾驶员刘树强已连续三年参与爱心助考服务。

本次活动由龙口市委宣传统战部、市委社会工作部、市交通运输局、市道路运输行业协会联合主办。活动始终以党建引领志愿服务高

质量开展，推动新时代文明实践见行见效，持续擦亮龙口全国文明城市流动服务名片。

八年来，龙口市“爱心送考”公益行动初心不改、从未间断、接续传承。爱心志愿服务队逐年发展壮大，源源不断的公益暖流汇聚浸润全城，以细致、暖心、高效的志愿服务，为龙口市中高考学子平安、顺畅、安心赴考筑牢坚实保障，持续彰显龙口文明城市的深厚底蕴与温暖底色。

海阳开展考点卫生专项督查 护航高考保平安

本报讯(通讯员 李耀东)2026年高考临近，为保障考生健康安全，筑牢高考卫生安全防线，5月29日起，海阳市疾控中心对海阳市2个高考考点及周边住宿场所开展卫生专项监督检查，全力营造安全卫生的应考环境。

检查中，工作人员重点核查考点传染病防控、突发公共卫生事件应急预案落实

情况，细致排查考场、宿舍、校医务室等重点区域。同时，对考点周边住宿场所开展全覆盖检查，严格核验卫生资质、从业人员健康证明、信息公示及日常消杀制度落实情况。

针对排查发现的问题，督查人员现场给出专业整改指导，督促即刻整改到位。本次

督查采用“行政监督+技术指导”模式，倒逼场所负责人压实卫生安全主体责任，有效提升考点及周边区域卫生规范化管理水平。

下一步，海阳市疾控中心将常态化做好高考卫生保障工作，紧盯关键环节，严把卫生安全关口，为高考平稳有序开展筑牢坚实的卫生安全屏障。

筑牢高考保电防线

本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜 通讯员 马学利)2026年高考大幕即将拉开。为保障高考期间各考点电力供应安全可靠，国网烟台供电公司提前部署、周密安排，从电网调度、设备运维、考点用电、应急值守等多个环节入手，全力以赴为莘莘学子保驾护航。

国网烟台供电公司高度重视高考保电工作，结合往年保电经验，提前成立“高考”保电专项工作组，制定详细的高考保电方案和应急预案，针对各个考点逐一落实保电线路及供电电源，全面分析、提前防范供电运行风险。在福山区，当地供电部门对10千伏西周线和东汪线进行维护改造，更换环网柜1台，全面提升高考考点的供电质量。

国网烟台供电公司涉及及高考保电的输电线路进行全面梳理，采用“人工+无人机”立体巡检模式，对保电线路开展精细化巡视，利用可视化远程在线监控、红外测温、激光除异物设备等技术手段，实时精准监测排查线路通道情况。

高考期间，国网烟台供电公司将实时监测电网运行情况，安排应急发电车进驻高考考点，为学校提供双重电源保障。

“净”上加“静”精细护航

本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜 通讯员 吴碧霞)2026年中高考临近，为了给广大考生营造“净”上加“静”的备考、考试环境，保障广大考生安心、舒心应考，芝罘区综合行政执法局环卫中心总结历年护考保障经验，提前谋划、周密部署，以“静音保洁”“错峰作业”“暖心服务”为广大学子的青春答卷默默护航。

为最大限度减少环卫作业噪声，中高考期间，环卫所有机械化作业车辆严格落实“静音”作业要求，关闭提示音乐、禁止鸣笛。全面优化道路保洁作业模式，暂停夜间人行道板清洗作业，每日7:30前完成第一遍机械化作业，之后考点周边区域不再进行机械化作业。人工扫保同步优化调整，每日7:00前完成考点周边道路人工普扫作业。

中高考期间，暂停夜间垃圾清运作业，日间实行“考点优先、错峰清运、快速作业”模式，早班作业时间从6:00开始，优先完成考点周边及主次干道垃圾清运工作，再有序开展居民区垃圾清运工作。

聚焦考生、家长实际需求，环卫中心提前对辖区考点周边各公厕开展全覆盖排查、检修、疏通、消杀工作，确保所有公厕设施完好、正常开放、干净整洁。