备好口罩 注意清洁饮食

国家卫健委发布10条高考防疫家长关键提示

新华社北京7月6日电（记者 王琳琳）国家卫健委官网日前发布10条2020年高考防疫家长关键提示。其中提醒，家长帮助孩子准备好口罩、手套、速干手消毒剂等个人防护和消毒用品，提醒孩子严格按照考试规定，携带准考证、身份证以及相关考试用品、防护物品。

疫情让今年高考与以往不同，关键提示提醒家长也要做好个人防疫。比如，考前及高考期间做好自身的健康监测，如有异常，应向考生所在学校报告，并及时就医。身体不适时，尽量减少与考生直接接触。家长宜尽量减少外出，减少聚会、聚餐等聚集性活动，避免前往人员密集和通风不良的场所。如需外出，应做好个人防护，科学佩戴口罩、保持1米社交距离、加强手卫生。

送考时，关键提示提醒家长自觉维护考点周边秩序，遵守各考点送考区的相关制度，不进入考点警戒范围，嘱咐孩子按考点指示图或工作人员指引进入考场。将孩子送至考点顺利进校后，自行离去，不聚集、不扎堆，减少交谈，避免交叉感染。同时做好个人防护，尽量与他人保持一定距离等。

选择休息场所时，关键提示提醒有条件的考生在考试间隔期间应回家休息。如需订酒店，尽量采用预约方式，缩短到店时间，提前了解酒店要求，准备好每个人的身份证、健康码等。到店后尽量与他人保持一定距离，避免人群聚集。进入房间，对公用设备、设施如卫生间和门把手等表面可做清洁消毒，并建议自带个人用品。

在准备考生饮食时，关键提示提醒食物应烧熟煮透，家庭制备食物注意关键环节卫生，保证食材新鲜，加工和存放时注意生熟分开。外购即食食品要注意食品的保质期和储存条件。在外就餐时，注意做好防护，减少就餐时间，使用公勺公筷。考试期间坚持规律饮食，家长给孩子多准备清淡、易消化食物，三餐膳食要营养均衡，早餐忌过饱，午餐要荤素搭配，晚餐以清淡为主，不宜喝浓茶和咖啡。

在缓解考生心理压力上，关键提示提醒家长考前要按照高考的时间安排调整孩子作息，根据孩子的身体素质，选择适合的运动项目和方式稍作放松，高考期间不可运动过量。同时，家长要关注孩子的心理状态，营造温馨、放松的家庭氛围。可以跟孩子多谈心，减轻孩子的心理压力，积极、正向鼓励孩子乐观面对、从容应对高考。

小暑农事忙

昨天，贵州省六枝特区郎岱镇青龙村村民在田地里劳作。当天是小暑节气，贵州省各地农民不误农时，忙碌在田间地头。 新华社记者 陶亮 摄

人社部等部门联合发布9个新职业

李佳琦们有了正式称谓

新华社北京7月6日电（记者 王优玲）人力资源和社会保障部联合市场监管总局、国家统计局近日正式向社会发布“区块链工程技术人员”“城市管理网格员”“互联网营销师”“信息安全测试员”“区块链应用操作员”“在线学习服务师”“社群健康助理员”“老年人能力评估师”“增材制造设备操作员”等9个新职业。

这是我国自《中华人民共和国职业分类大典（2015年版）》颁布以来发布的第三批新职业。此外，此次还发布了“直播销售员”“互联网信息审核员”等5个工种，同时将“公共卫生辅助服务员”职业下的“防疫员”“消毒员”和“公共场所卫生管理员”等3个工种上升为职业。

这批新职业是由人社部向社会公开征集，组织职业分类专家按照职业分类原则、标准和程序进行评估论证，并通过网络媒体等向社会公示后确定的。这批新职业主要涉及预防和处置突发公共卫生事件领域、适应高校毕业生就业创业需要的新业态领域以及适应贫困劳动力和农村转移就业劳动者等需要的促进脱贫攻坚领域。

民航局发出首份外航“熔断指令”

新华社北京7月6日电（记者 齐中熙）根据《民航局关于调整国际客运航班的通知》，6日民航局再次发布通知，决定即日起，暂停孟加拉优速航空公司孟加拉国达卡至广州BS325航班运行1周。这是民航局发布的第三份“熔断指令”，也是对外国航空公司的首份“熔断指令”。

6月28日，孟加拉优速航空公司孟加拉国达卡至广州BS325航班上，5名旅客新冠病毒核酸检测呈阳性，触发航班熔断条件。

根据此前发布的《民航局关于调整国际客运航班的通知》有关规定，民航局决定对孟加拉优速航空公司实施航班熔断措施，并要求熔断的航班量不得用于其他航线。

5日新增新冠肺炎确诊病例4例

其中本土1例在北京

新华社北京7月6日电（记者 屈婷 侠克）国家卫生健康委员会7月6日通报，7月5日0—24时，31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团报告新增新冠肺炎确诊病例4例，其中境外输入病例3例（内蒙古1例，辽宁1例，陕西1例），本土病例1例（在北京）；无新增死亡病例；无新增疑似病例。

北京市卫生健康委6日通报，5日0时至24时，北京市新增报告本地新冠肺炎确诊病例1例、无症状感染者1例，无新增疑似病例，治愈出院病例1例；无新增报告境外输入新冠肺炎确诊病例、疑似病例、无症状感染者。

6月11日0时至7月5日24时，北京市累计报告本地新冠肺炎确诊病例335例，在院324例，治愈出院11例，尚在观察的无症状感染者30例。

据介绍，5日的新增确诊病例在丰台区，全市有15个区无本地新增确诊病例，平谷区自有疫情以来无报告病例。截至7月4日24时，北京市共有高风险地区1个，为丰台区花乡（地区），有中风险地区22个。

北京核酸检测人数超1100万

54个小区解除封控管理

新华社北京7月6日电（记者 关桂峰 田晨旭）记者从6日举行的北京市新冠肺炎疫情防控工作新闻发布会上获悉，按照“应检尽检，愿检尽检”的原则，目前北京核酸采样与检测人数均超1100万。当前北京疫情防控形势趋稳向好，先后对西城区、海淀区、丰台区等区54个小区解除封控管理。

北京市疾病预防控制中心副主任庞星火介绍，7月5日，曾去过新发地市场牛羊肉综合交易大楼的人员及其同住人员共7.4万人，延长居家观察已满7天（“14+7”天的隔离观察），已有序组织第三次核酸检测。检测结果为阴性，且体温等症状排查无异常者，即可解除居家隔离观察。

庞星火表示，对新发地市场集中隔离人员实行分类分批解除隔离措施。具体分两类情况，第一类是对新发地牛羊肉综合交易大楼隔离人员，因风险等级高，仍采取“14+14”天的隔离观察措施，隔离期满，核酸检测结果为阴性，方可解除隔离观察。

第二类是对新发地市场其他区域隔离人员，落实严格排查，对5月30日至6月13日未到过新发地市场牛羊肉综合交易大楼，隔离期间严格遵守各项集中隔离纪律要求，且隔离人员同批次进入隔离点、隔离期间隔离点没有发生阳性检出者的，经评估后，可以实施“14+7”天的隔离政策，隔离期满后，核酸检测为阴性的，可以解除隔离观察。

新冠肺炎疫情北京市心理危机干预组组长、北京安定医院临床心理病区主任西英俊介绍，对隔离点密接人员提供心理健康宣教和心理疏导，重点为过度紧张、心情不好或失眠的密接人员提供心理支持。对于风险地区居民，在精神卫生机构指导下，开展心理健康科普宣传，告知居民心理援助热线等求助方式，鼓励居民有需要时及时求助。其他市民应及时获悉疫情和健康知识，规范自我防护行为，不信谣、不传谣，避免过度焦虑和盲目恐慌。树立疫情防控人人有责的意识，积极配合落实防控措施。