



达州融媒

达州晚报

教育

周刊

达州市教育局联办

2026年6月12日

星期五

丙午年四月廿七

值班编委 王爱民

达州融媒网 www.dzrm.cn

NEWS

达州市融媒体中心（达州日报社）主管主办 国内统一连续出版物号 CN 51-0063

总第6968期 今日12版



（图片由豆包AI生成）

严防诈骗

高考结束后，考生及家长可能会接到以付费办理可改高考成绩、篡改考生志愿、“补录”、退还学费、帮忙申请助学金和高考补贴、提前发放录取通知书等为由的各类诈骗信息，要及时向学校和老师求证。对于非正规渠道的招生信息，要及时向有关学校和教育部门核实。

有些考生会选择兼职、实习等工作充实自我、积累经验。在寻找暑期工作时，一定要擦亮双眼，警惕用工陷阱。防止“黑中介”的诈骗，不随意相信网络上的兼职广告，防止陷入传销陷阱。

暑期社会实践要事先了解实践单位情况，与实践单位明确有关法律事项，谨防被骗。老师和家长一定要及时提醒学生，加强自我保护意识。

@高考考生，尽情玩耍时记得拴好“安全带”

高考落幕，广大考生迎来超长假期。在放松身心，享受假期的同时，安全问题不容忽视。以下事项需格外注意。

身心安全

考试结束后，很多学生喜欢和同学互对答案，考试内容可以交流，但是心态要摆正，不要过度影响自己的情绪。

建议家长适当地留给孩子自由的空间，合理询问考生的考试情况，适时鼓励和开导孩子。

由于过长时间的紧张学习给孩子带来压力，考生会承受一定的心理负担，家长可带孩子去户外散心，放松心情，调整不良情绪。

考试后，许多考生通宵上网，不分昼夜地玩游戏等，家长要多提醒孩子，考后要保持良好的精神状态，不要过多沉迷网络，不要过度放纵自己。

信息安全

高考后，会经历很多值得纪念的时刻，不少人喜欢拍照晒到朋友圈，与大家分享喜悦。提醒各位考生，高考准考证、个人身份证、考生号及密码、志愿填报表、成绩单、成绩查询页、录取通知书这7样东西千万不要发朋友圈，要时刻注意保护个人信息，不让不法分子有可乘之机。

聚会安全

聚餐时要注意饮食卫生，不吃腐败变质、未烧熟煮透的食物，谨防食物中毒。谨慎饮酒，未成年人不得饮酒，聚餐后要尽快回家，不能在外不归。同时，不要暴饮暴食，要合理、规律地饮食。不去“三无”场所就餐，应去有正规营业执照的餐馆。若发现肠胃不舒服，要赶紧去附近正规医院诊治。

□本报综合

从“全覆盖”到“精准破局”
2026年达州心理健康教育工作如何提质升级？

► 02版

从693分到清华“普通生”：
褪去光环后，他找到了真正的成长节奏

► 10版