

城事·民声



大多开在居民楼,无人值守,自助预约——

记者探访付费自习室



自习室一般不失



有人相伴好学习

近年来,随着考研、考公、考编人数逐年攀升,一个安静、专注的学习环境成为备考人群的迫切需求,付费自习室应运而生。近日,硕士研究生考试报名正热,国家公务员考试又开启报名通道,备考也随之进入关键阶段。不少学生、上班族涌进共享自习室,通过付费方式,为考试全力冲刺,这让付费共享自习室又火热起来。备考群体为什么热衷于付费学习?付费自习室究竟有何吸引力?记者走访了泉州市区多家付费共享自习室,一探究竟。

□融媒体记者 张晓玲 文/图

现场

小小自习室 满是追梦人

10月19日16时许,记者来到丰泽区泉秀街附近一家开在居民楼内的付费自习室,这里营业时间从早上8点持续至晚上12点,全程无人值守,在门店小程序付费预约即可进入自习室。

走进室内,自习室分为阳台休闲区、沉浸式学习区、轻度专注区、键盘使用区,各个区域互不干扰。自习室空间不大,共有30个座位,大多三五座位联排分布,位置上充电插座、护眼台灯、简易书架、储物柜等设备一应俱全。公

共区域则提供了微波炉、打印机、烧水壶,还有零食茶水、抱枕毯子和书籍杂志等,供学员按需取用。

可能是周末的缘故,自习室几乎满员,没人的座位上堆放着不少复习资料、电子设备和衣物,显然是长期固定座位。座位上,大家或埋头苦读,或奋笔疾书,无不沉浸在浓厚的学习氛围中。尤其是沉浸式学习区,房间的遮光窗帘被拉得严实,学员们仅打开自己桌前的台灯,在暖黄色的灯光下专注学习,极具“挑灯夜读”的氛围感,让人下意识放

轻脚步,不敢打扰。

临近18时,学员陆续起身,或下楼吃饭或提前点好外卖在公共区域边吃边看课程。“自习室以考研、考公、考编群体为主,白天大多是学生,晚饭后上班族也会加入。”一名考研的学生告诉记者,他从6月份开始每天到这里上自习,基本是上午8点准时落座,到晚上10点关灯离开,午晚吃饭休息半个小时,大多数靠点外卖解决。“这里够安静还不用抢座,价格也合理,花点钱换高效学习,很划算。”他表示。

学员

有效率有陪伴 愿意为此买单

小小自习室,究竟有何魅力,为何让这么多人非要花钱在外自习呢?

“图书馆闭馆时间早,在家又学不进去,来这里之后效率高了很多。”家住东海的李女士告诉记者,她是一名工作两年的会计,目前正在备考国考与省考。为了提升学习效率,她办理了自习室的在职卡,每天下班后骑电动车赶来,晚上7点准时落座,学到10点才离开。“每天上班已经够累了,回家总忍不住想躺沙发上看看会儿剧,或者回房间歇一会儿,根本提不起劲学习。来自习室就不一样,一

进门看到大家都在埋头苦读,自己就会不自觉进入‘备考状态’。”她感慨道。

“刚开始也想过在家备考,试了几天就放弃了,家里虽然没人打扰,但一个人待久了特别闷,之前刮台风时更是完全静不下心来,在家学一会儿就烦躁。”已在自习室学习了两个月的小刘告诉记者,她本科读的是小学教育专业,去年考研遗憾落榜,今年报考了老家四川的一所院校,属于“二战”,压力更大也更考验心态。“这里空间大、环境好,有专属的单人座位,不像在大学图书馆一抬头就能看到别人的刷题进度,很容易焦虑。在这里,大家都按自己的节奏学习,反而能沉下心来学进去。”她表示。

社群感也是吸引年轻人付费学习的重要原因。陈同学同样是来自省外的考研“二战”人群,他与小刘通过小红书认识,由于两人住得近,便相约来这个自习室学习。“我们不会刻意互相加油打气,只是在学完或者学累了聊几句生活琐事放松一下。”陈同学笑着说,因为在这里有个“战友”朝着共同的目标努力,备考路上就不那么孤单。

头就能看到别人的刷题进度,很容易焦虑。在这里,大家都按自己的节奏学习,反而能沉下心来学进去。”她表示。

社群感也是吸引年轻人付费学习的重要原因。陈同学同样是来自省外的考研“二战”人群,他与小刘通过小红书认识,由于两人住得近,便相约来这个自习室学习。“我们不会刻意互相加油打气,只是在学完或者学累了聊几句生活琐事放松一下。”陈同学笑着说,因为在这里有个“战友”朝着共同的目标努力,备考路上就不那么孤单。

我要上西电王牌专业”“我也可以闪闪发光”“做我想做的事,成为我想成为的人”……记者看到,公共区域内的留言墙贴满心愿贴,各式各样的梦想在这里汇聚,彼此见证。“每次看到这些留言,都感觉不是一个人在战斗。”学员陈同学表示,“无声的陪伴,有时候比言语更能给人力量。”

被学习氛围感染,最终也加入备考大军并成功‘上岸’,之后又与学员互动鼓励,帮助更多人上岸,“这就是氛围的力量,能形成正向循环。”如今,不少学员成功“上岸”后会特地回来报喜并在自习室留言。这些温暖的留言,让这间小小的自习室超越了单纯的学习功能,成为无数追梦人旅途中的一个温暖驿站。

“我要上西电王牌专业”“我也可以闪闪发光”“做我想做的事,成为我想成为的人”……记者看到,公共区域内的留言墙贴满心愿贴,各式各样的梦想在这里汇聚,彼此见证。“每次看到这些留言,都感觉不是一个人在战斗。”学员陈同学表示,“无声的陪伴,有时候比言语更能给人力量。”

体推荐运动方式,入社区教学“八段锦”。面对约6万流动人口这一慢病管理“难点群体”,中心通过一体化卫生服务站、定期随诊等多点服务,保障其随时享受免费检测。截至目前,中心季度随访覆盖辖区95%以上慢病患者,高血压、糖尿病规范管理率分别达85%、82%。未来,中心将继续联动上级医院推进“双向转诊”,实现居民“小病善治、大病善转”。同时也呼吁慢病患者主动建档随访,中心将当好居民健康“守门人”。

气温显著下降,市民顿感秋意浓,气象台表示——
泉州尚未入秋 明起气温回升

近两日,我市出现了明显降温,行走在路上不时能感到阵阵寒意,让不少市民有“一夜入秋”之感。为何此次气温会明显下降?我市是否已经入秋?在健康上有哪些注意事项?记者就此咨询了相关专业人士。 □融媒体记者 杨泳红 游怡冰 文/图

寒意来袭

市民开启“保暖模式”

昨日,记者行走于泉州市区街上,仿佛感受到了深秋的寒意。市民纷纷开启“保暖模式”,应对天气变化。

“今天好像一下子冷了好多!”在丰泽区刺桐路口等信号灯的小吴对记者感叹。一早醒来,他便察觉到气温明显下降,出门时特意添了外套。尽管如此,一路骑行,冷风扑面,仍让他感到寒意袭人。

“感觉今年冷得比较晚,担心冬天会

比往年冷,得准备厚衣服了。”在丰泽区泉秀街一家商场里,正在挑选外套的郑女士说。她来自德化,在市区工作,由于天气转冷太快,来不及回家取衣服,只好先到商场选购几件应急。

“这种天喝一碗羊汤,浑身都暖了,特别舒服。”丰泽区祥远路附近一家羊肉店里,张先生正和朋友享用热腾腾的羊汤。他说,天气一冷,喝碗羊汤既能御寒又能暖胃。

明日霜降

我市其实还未入秋

明天将迎来二十四节气的霜降,这是秋季的最后一个节气。霜降不代表降霜,而是表示气温骤降、昼夜温差大。就我国平均而言,霜降是一年之中昼夜温差最大的时节。

“此次降温主要是受南下的冷空气影响。”据市气象台工作人员介绍,受此次冷空气影响,从18日至昨日,我市最高气温从18日的32.4℃降至昨天的24.5℃左右。

目前的降温是否代表我市已经入秋了?市气象台工作人员表示,我国幅员辽阔,各地气候差异大,判断入秋通常可以从天文学和气候学角度看。从天文学角

度,立秋是秋天的开始。从气候学来看,入秋依据中国国家标准《气候季节划分》定义为:连续5天的滑动平均气温低于22℃并将第一个低于22℃的日期作为秋季起始日。按这个标准看,目前泉州全市场平均气温还达不到。

据市气象台预测,今日气温与昨日相比变化不大,大部分乡镇最高气温为18至25℃。明天气温缓步回升,最高气温在24至28℃之间。今明两天,我市沿海仍有9至10级东北大风,风力较强,需防范大风对航运、滨海旅游和渔业等行业的不利影响。

注意养生

尤其是特殊人群

气温明显下降,有什么需要注意的?医疗专家提醒,气温显著下降时是呼吸系统疾病和心脑血管疾病两种疾病的高发期,相关病患患者及家属应提高警惕。

“此时一些心脑血管病的患者容易因不注意防护导致病情突变,甚至引发意外。”泉州市第一医院急诊科主任朱景法表示,气温明显下降时,无论是高血压病人还是冠心病患者,都应该关注天气变化,注意保暖。锻炼的时间不要太早,夜间气温很低,此时不宜外出活动。身体突然出现的一些异常变化,例如肢体麻木无力,突然说不出话,听不懂别人的话,或者突然头晕、头疼等,都应该引起注意。这些都可能是心脑血管疾病发生

的前兆。

此外,对于已有高血压、糖尿病、血脂紊乱等疾病的患者,要坚持吃药,身体如有不适应及时就医,以免引发心脑血管疾病的发生。

朱景法还表示,这一期间,昼夜温差大,人们呼吸道干燥,使得免疫力降低,容易导致呼吸道感染风险增加。他建议,群众要注意保暖,保持空气流通,避免患上传染病。同时要保持良好的个人卫生习惯,勤洗手,注意社交距离、咳嗽礼仪。此外,要坚持健康的生活方式,保持规律作息、合理膳食,不熬夜。若出现发热不退、呼吸困难、胸痛等症状,要及时就医。



气温显著下降,穿短袖的市民明显变少。

城市建成区内禁止饲养家禽家畜

本报讯(融媒体记者王金植)日前,城市管理局印发《关于加强城市建成区内饲养家禽家畜管理的通知》,根据该通知,城市建成区内禁止饲养家禽家畜。

市城市管理局有关负责人介绍,本通知所称家禽家畜主要包括鸡、鸭、鹅、兔、羊、猪、牛等。本市城市建成区及其他实行城市化管理的区域,禁止擅自饲养家禽家畜。城市管理部门负责查处城市建成区内擅自饲养家禽家畜影响市容环境卫生的行为;各乡(镇、街道)落实属地管理责

任,负责本辖区内的宣传、引导和日常巡查工作。

该负责人表示,部门将加强执法力度,严厉查处擅自饲养家禽家畜行为,发现一起查处一起。加强城市建成区巡查,督促违法行为人限期自行清理家禽家畜。对逾期不清理、市场外开设流动活禽售卖宰杀点的,按照《泉州市市容和环境卫生管理条例》依法查处。此外,将健全举报机制,鼓励群众积极举报擅自饲养家禽家畜行为,营造共管共治氛围。

泉惠石化工业园区总体规划(2025—2035年)环境影响评价二次信息公示

福建省环境科学研究院已编制完成《泉惠石化工业园区总体规划(2025—2035年)环境影响评价报告书》(征求意见稿),参照生态环境部2018年第4号令《环境影响评价公众参与办法》的规定,现向公众进行第二次环评信息公示,环评报告书征求意见稿可登录链接查看: <http://www.huian.gov.cn/zwgk/zdxgk/hjbh/hjbhzfjg/202510/P020251020757090427439.pdf>,公示时间:2025年10月20日~2025年10月24日,欢迎公众来电来函咨询。规划单位:泉惠石化工业园区管理委员会;地址:福建省泉州市惠安县桐川镇泉惠石化工业园区管委会;联系人:李炯辉;Email:qhsyqhak@163.com;传真:0595-87860678。环评单位:福建省环境科学研究院;地址:福州市茶园小区环北三村10号;联系人:张工;Email:694199453@qq.com;传真:0591-87739252。

泉惠石化工业园区管理委员会
2025年10月20日

晋江青阳街道社区卫生服务中心:
健康服务送上门 慢病管理“零距离”

本报讯(融媒体记者许雅玲 通讯员吴明芽)作为晋江人口密集的核心城区,青阳街道下辖14个社区,总人口超10万。该街道社区卫生服务中心高度重视慢病管理,每季度开展的社区慢病随访已成为守护居民健康的“常规动作”。

该中心创新服务模式,针对高血压、糖尿病患者推出“三免费+三指导”服务包:免费现场筛查血糖、血压并建立动态健康档案;医生一对一解读结果、调整用药,避免用药问题;结合闽南饮食习惯与方言开科普讲座,提供饮食生活指导;向不同年龄群