

没度蜜月就怀孕了 孕期能不能旅行?

孕中期可以适当出去转转,但最好先去医院做个全面检查

25岁的南京姑娘小李去年10月领证结婚,但因为工作原因一直没来得及度蜜月。今年1月,小李发现自己怀孕了,这让她有点措手不及。一方面,按规定婚假的“有效期”是领证一年内;另一方面,有孕在身似乎“难以出行”。

虽然很多资料都显示孕中期是可以旅行的,但家中长辈不能认同,担心意外发生。小李很想知道:孕期到底可不可以“带球旅行”?

实习生 孙倩雯 现代快报记者 郝多



漫画 俞晓翔

还没度蜜月就怀上宝宝,不想浪费15天婚假

虽然怀孕已经两个多月,但小李基本没有呕吐等孕早期不适反应,这让她更加坚定了孕中期进行蜜月旅行的决心。

查阅相关资料后,小李发现,孕中期(怀孕的第4-6个月)是可以旅行的,“一些孕期的APP上甚至建议旅行,称‘怀孕初期的不适感已经消除,孕晚期的身体沉重尚未开始,也不易流产,只要没什么特殊情况,那就带着宝宝一起领略大自然的风采吧’。”

除此之外,国外也提倡孕中期旅行,甚至称之为BabyMoon(产前蜜月)。“孕中期是最适宜旅行的时间,这时孕早期的妊娠反应已经缓解或结束。若是医生也给你开出绿灯,那就来一场‘带球移动’的旅行吧。”

然而,尽管众多资料显示孕中期旅行“没有大碍”,但小李的爸爸妈妈公公婆婆都表示不能认同,这让小李苦恼不已,“如果不能出去,那我和老公15天的婚假都浪费了。”

听说是孕妇,大部分旅行社拒绝接单

现代快报记者咨询了南京几家旅行社,听说是孕妇出游,大多数旅行社当即委婉劝阻,个别旅行社甚至直接表示,只要是孕妇,无论是出国游还是国内游,一律不接单。

就职于南京某旅行社的小陈表示,公司出具的出游合同中有明确规定,“孕妇是特殊限制群体,一般我们都不接待。”据小陈回忆,前些年曾有一名孕妇跟团出游,途中出了意外不幸流产,她的家人找旅行社问责。“现在,只要有孕妇过来咨询,我们都会建议

她们放弃出游。”小陈说,即使旅客愿意立下书面说明,承诺出了事情不要旅行社承担,但为了避免风险,一般还是不会接单。

尽管大多数旅行社对孕妇避之不及,也有少数几家表示孕妇能够成行。某旅行社前台小周表示,公司对于孕妇出游没有明确限制,但为了防止有人假借旅游名义在国外生子,在线路的选择上有严格的限制,“美洲、欧洲、澳洲的团孕妇不可以报,其余的大部分线路,只要本人能坐飞机,就可以报名。”

孕32周以上乘坐飞机,一般不予接受

究竟什么样的孕妇才能坐飞机呢?现代快报记者浏览了国内几大航空公司的官网,在旅客须知一栏,均有针对孕妇的限制运输或拒绝运输的明确条款。例如,南航规定,怀孕不足32周的孕妇乘机,除医生诊断不适宜乘机者外,可按一般旅客运输;而怀孕超过32周的孕妇乘机,一般不予接受,如有特殊情况,怀孕32周-36周的孕妇乘机,应提供包括旅客怀孕时间、旅行行程和日期、是否适

宜乘机内容的医生诊断证明……对于怀孕超过36周,预产期在4周以内,或预产期不确定但已知为多胎分娩或预计有分娩并发症者,不予接受运输。

大多数航空公司的规定与南航基本相同,部分航空公司,如东航、海航,还为孕妇乘机提供了建议:在怀孕早期过量飞行时应小心高空缺氧,应避免提取重物。建议在计划旅行前,咨询产科医生。

专家意见 适度出游有益健康,出游前需做全面产检

“孕妇可以适当出去转转。”南京市妇幼保健院产科主任蔡满红认为,孕中期出游可以帮助孕妇保持愉悦的心情,旅途中适当地走动对自身健康和胎儿发育也有一定好处。

蔡满红表示,孕妇外出旅游,需对自身状况有全面了解,“在决定出去之前,最好去

医院进行一次全面的产检,看看身体状况是否适合。”蔡满红介绍,如果孕妇时常宫缩或有见红等先兆流产的现象,切忌外出旅游。

蔡满红建议,符合出游条件的孕妇尽量选择短途游,“挑选轻松的路线,旅途中尽量避免劳累,如有不适,应及时去医院检查。”

“这才是大美中国最好的形象宣传片!”前几天,南京发布的一条微博收获“赞声一片”,这是一部两岸三地联合拍摄的延时摄影片《韵动中国2》。75名摄影师在58个城市拍摄,最终用20万张照片呈现出一段9分多钟的视频,尽览华夏之美。

在这段震撼人心的视频中,南京展现了三个地点,分别是龙蟠路、地铁1号线以及东南大学。据了解,这几个镜头出自东大成贤学院毕业生张宁博之手,去年毕业的他已经回到家乡山西运城工作。张宁博对南京的感情很深,目前还在制作一部展示南京的延时摄影片。

现代快报记者 郝多

58个城市、75名摄影师、20万张照片,凝聚成9分钟的视频 延时摄影呈现大美中国 东大成贤学院毕业生让南京“出境”

龙蟠路、地铁和东大代表南京“出境”

《韵动中国2》是一部时长9分多钟的延时摄影作品,值得一提的是,这部短片不是一个人或者一个团队完成的,而是由全国各地,未曾谋面的延时摄影爱好者共同完成,58个城市、75名摄影师、20万张照片,凝聚成9分多钟的视频,尽览华夏之美。

每个画面虽然只有几秒,但都标注了地点、所属城市以及摄影师姓名。眼尖的南京网友发现,在4分21秒,龙蟠路出现在画面中,后面紧接着从地铁1号线驾驶室拍出去的画面,又隔了20多秒,东南大学的喷泉出现在画面中,这让不少东大校友兴奋。

“记录”南京的是东大成贤学院毕业生

南京的3个镜头(右图)均出自张宁博之手,现代快报记者通过微博找到了他。

24岁的他是山西运城人,大学四年在南京度过,“我去年从东南大学成贤学院土木工程专业毕业。”张宁博告诉现代快报记者,他爱好摄影,刚读大一,就拿着卡片机到处走走拍拍,大二在网上看到国外的延时摄影,于是换了单反开始琢磨,后来在网上结识了一些同样爱好延时摄影的小伙伴,他加入了中国延时摄影联盟。

张宁博说,这个联盟现在在上千人,大多数不是专业出身,“有学生,有做婚庆的,有记者,还有工程师等等,策划《韵动中国2》的三个发起人也都不是专业摄影师,发起人之一梅超的工作是修飞机。”

张宁博说,2013年上半年,联盟里比较活跃的人提出,可以汇集全国的延时摄影作品,做这样一部片子。随后,大家就开始通过网络投稿,“要签保密和无偿提供协议,毕竟我们这部作品是公益性。”

正在制作展示南京的延时摄影作品

因为当时手上的素材不算多,张宁博投稿了6段视频,最终选用了3段,“龙蟠路那段是在南京曙光国际大酒店顶层拍摄的,当时拍的是日落,被选用后倒了过来,像是一段‘日出’的景象。”他说。



视频网址 http://v.youku.com/v_show/id_XNjQzOTUzNjgw.html

“喷泉是东大的标志”,张宁博说,自己当然会拍下母校最美的一面。而能在地铁上拍摄那段画面,张宁博表示非常幸运。

《韵动中国2》播出后,张宁博并没有停止拍摄,他开始积累更多素材,在即将发布的《韵动中国3》里,他投稿了60多段作品,初审通过的和南京相关的有5组镜头,分别是大胜关,玄武门,鸡鸣寺,长江大桥,中山陵。

张宁博对南京感情很深,去年毕业时,他下定决心,要为南京做一部延时摄影片。如今在山西做工程师的他,边工作边进行后期制作,“大约还有两个月就能做出来了”。

46岁宿管阿姨自学英语 大学生微信群帮她“上头条”



快报讯(通讯员 王妍妍 记者 俞月花)最近,南京审计学院一位宿管阿姨在南审官方微博平台、学生QQ群里火了。大家争着要帮阿姨“上头条”。现代快报记者采访获悉,这位阿姨为了跟留学生交流,已经坚持学英语3年了。

她随身的小本子上密密麻麻记着很多工作中常用的英文单词和短句,不懂就问,学生们被这份坚持和用心感动。

阿姨名叫余春群,46岁,高中学历。2007年来到南审工作,2010年被调至澄园书院11栋和12栋任宿管阿姨至今。她告诉记者,三年前,她负责的楼栋里来了一群留学生。以摩洛哥学生为主,还有印尼人、利比亚人、意大利人、吉尔吉斯斯坦人以及韩国人。“平

常这些留学生有时候会问我借钥匙,宿舍东西坏了会找我报修,我也会去他们宿舍登记晚上回不回来。以前不会说英语时,都是请会说的同学帮忙翻译。”余阿姨说,总是麻烦同学,自己挺不好意思,于是就下决心自学。

翻开她的英语笔记本,记者看到,上面记得很仔细,不乏嘘寒问暖的常用语句与节日祝福等。有趣的是,一些单词的后面,她标注上了“余式发音”。比如library(图书馆)标注着“来儿不若瑞”,Christmas(圣诞节)注音是“科瑞斯特莫斯”。

前不久,她拿着小本子向大一学生小吴请教单词,小吴拍下照片传至网上,引起很多南审师生关注。对此,低调的余阿姨说,这没什么,她会坚持学下去。

中央党校在职研究生江苏直属班 2015年招生

- 一、招生专业:经济学(经济管理)。
- 二、学制、培养方式和毕业:学制三年,面授及远程教学,由中共中央党校研究生院颁发毕业证书。
- 三、招生对象、报考条件:面向全省党政机关、国有企事业单位、军队和武警系统的县、处、团级(或相当于县、处、团级)及以上干部,中级及以上专业技术职称人员,必须是党校、高校、科研院所及新闻、出版、政策法规研究部门单位人员;中共党员(含预备党员);大学本科毕业。自愿报名,组织人事部门推荐与统一考试相结合。
- 四、报名时间、地点和办法:从省委党校网站(<http://www.sdx.js.cn>)点击“招聘招生”栏,在“招生信息”栏下载报名登记表,填写一式三份(手写),盖组织人事部门公章,带齐所需材料(详见招生简章),于即日起至3月31日,由本人前往江苏省委党校教研楼一层2121室报名。地址:水佐岗49号。
- 五、考试时间、科目与录取方法:5月9日全天在省委党校考试。科目为政治理论、现代管理学。由中央党校统一择优录取。
- 六、咨询电话:(025)83380021、13951840230 谢老师;83380022、13951901107 张老师

电大汇文 专科招生 ▲夜高中 ▲计算机、办公自动化培训

国家承认学历 教育部电子注册

▲本科:会计学、工商管理、行政管理; ▲专科:行政管理、会计学、物流管理、工商管理、建筑施工与管理、广告、物业管理、英语、汽车维修

▲本科:会计学、工商管理、行政管理; ▲专科:行政管理、会计学、物流管理、工商管理、建筑施工与管理、广告、物业管理、英语、汽车维修

报名地点:南京电大汇文开放教育中心。大方巷中山北路101号(原省级机关大院内) 电话:025-83326738、83312068

江宁电大本、专科正在招生

开放本科:机械设计制造及其自动化、土木工程、会计学、法学、工商管理、行政管理、社会工作等(本科专业可授学位)

开放专科:物流管理、工商管理、建筑施工与管理、学前教育、行政管理、会计学、电子商务、法学、工程造价、乡镇企业管理、机电一体化等

公办学制 国家学历 网上查询

类别:开放本专科、网络教育本专科、成人脱产、业余专科

培训:会计从业资格、社会工作从业资格、职业英语等级考试、网考英语冲刺、全国计算机等级考试、职称计算机培训

学历招生咨询电话:52187219、52285129 培训咨询电话:52199628、52185399 网址:<http://www.njndd.com> 开放本专科春季报名3月中旬截止