

湘信院通〔2022〕42号

## 关于印发夏季作息时间的通知

各处室部委（中心）、二级学院、附属幼儿园：

现将《湖南信息学院夏季作息时间》印发，请遵照执行。

附件：湖南信息学院夏季作息时间

湖南信息学院

2022年4月26日

附件

## 湖南信息学院夏季作息时间表

(2022年5月1日起执行)

|       |        |           |
|-------|--------|-----------|
| 起床:   | 6 : 30 |           |
| 洗漱:   | 6 : 30 | —— 6 : 50 |
| 早餐:   | 7 : 00 | —— 7 : 20 |
| 晨练早读: | 7 : 30 | —— 8 : 00 |
| 预备:   | 8 : 00 |           |
| 第一节:  | 8 : 20 | —— 9 : 05 |
| 第二节:  | 9 : 15 | —— 10: 00 |
| 第三节:  | 10: 20 | —— 11: 05 |
| 第四节:  | 11: 15 | —— 12: 00 |
| 中餐:   | 12: 00 | —— 13: 00 |
| 预备:   | 14: 20 |           |
| 第五节:  | 14: 30 | —— 15: 15 |
| 第六节:  | 15: 25 | —— 16: 10 |
| 第七节:  | 16: 20 | —— 17: 05 |
| 第八节:  | 17: 15 | —— 18: 00 |
| 晚餐:   | 18: 00 |           |
| 预备:   | 18: 50 |           |
| 第九节:  | 19: 00 | —— 19: 45 |
| 第十节:  | 19: 45 | —— 20: 30 |
| 就寝熄灯: | 23: 00 |           |

说明: 1.由广播站统一司号时间为 6:30; 8:00; 14:20; 18:50; 23:00。

2.职工上下班时间: 上午 8:00—12:00 下午 14:30—18:00。