

宝宝家长进入备战状态

□记者 范丽萍

本报讯 自鹰城第六届年历宝宝大赛比赛项目公布后,小朋友鑫鑫就鼓足了劲儿,每天在家练习抛沙包。“最后能不能得奖无所谓,关键在于培养孩子的参与意识。”昨日,鑫鑫的妈妈在接受记者采访时说。

近几日,像鑫鑫这样提前备战年历宝宝大赛的孩子还有很多,家长希望让孩子通过活动得到锻炼,

在活动中找到快乐,增进家庭感情交流。“孩子在家很活泼,但一出门见到其他人就怯生生的。这次活动比赛项目设计得很好,我可以陪孩子一起参加,给孩子打打气,增加一点勇气。”市民李女士说,她女儿今年两岁零6个月,对2岁组比赛项目中的“袋中寻宝”很感兴趣,她这几天都在陪女儿练习,希望女儿能在比赛中取得优异成绩。

据组委会负责人介绍,比赛根据年龄段分成0至1岁组、1至2岁组、2至3岁组、3至4岁组、4至5岁组、5至6岁组、6至7岁组、7至12岁组共8个组别,各组别分别进行比赛。为鼓励孩子积极参与比赛,大赛设置有一、二、三等奖和鼓励奖。

同时,组委会还准备了众多精美礼品,参赛宝宝不仅能在活动中得到锻炼,还有机会获得意外的惊喜。比赛项目详见附件;比赛地点:东方宝贝幼儿园;比赛时间近期将在《平顶山晚报》、《平顶山微报》及活动微信上同步公布。



12月2日,在东方宝贝幼儿园,老师在为参加鹰城第六届年历宝宝大赛活动的小朋友办理报名手续。 本报记者 李英平 摄

新华区开展联合打击非法行医行动

记者 魏应钦 通讯员 王俊杰

本报讯 为打击非法行医,近日,由新华区卫计委牵头,新华区各派出所、街道办事处(管委会)、新华区食药监局、城管执法局等11个单位以及本区卫生计生监督协管员等50余人开展了联合执法行动。

11月30日上午,联合执法队伍先后到市区一矿路、华府广场、新程街、三七街等处巡查,发现一矿路一无名“黑诊所”里面有两个病号正在输液,华府广场商业街二楼一生活用品和药品混放摆放的商铺的门口赫然写着“草珊瑚口腔”,新程街小区门口悬挂着“新立牙科”的牌子,三七街一无名黑诊所发现执法人员来巡查立即关窗锁门……当日,联合执法行动共出动执法车辆12台,巡查器械12箱(袋)。

新华区卫计委曲秋伟主任介绍说:新华区地处平顶山市中心区域,由于地理条件的优势,人口密集,外来人口众多,在利益的驱使下,各种非法行医屡禁不绝。非法行医者往往隐蔽性强、警觉性高、流动性大,造成屡打不死、关而复开的局面,成为城市中心的“毒瘤”,严重威胁着人民群众的生命和健康安全。此次联合行动是该区继“亮剑”、“卫监”、“暴风”、“闪电”及“无证牙科”、“涉医美容”等专项整治行动之后的又一次联合执法行动,也是落实打击非法行医联动机制的一次举措,他们今后将经常开展这样的集中行动,也要深入小区多宣传,为辖区群众健康保驾护航。

新华区卫计委提醒市民:为了您的健康,就诊请到有资质的医疗机构,远离“黑诊所”。举报电话:4881628。

沪指或将进入月线级别调整

本报讯 上周大盘先扬后抑,沪指在创出新高3301点后震荡回落,权重股成为指数近期连创新高的主力,中国建筑、格力电器、中国联通、中国石化等蓝筹股的强势表现,支撑大盘没有出现大幅调整。在权重股经过充分轮动之后,短期应对行情发展保持谨慎,近期需防止阶段性调整到来。

盘面上看,四点值得注意:一是权重板块经过充分轮动后,开始调整回落。前期市场的风向标中国建筑在放出193亿元单日成交量后,开始高位震荡,前期滞涨的石化、海工装备等蓝筹股出现了补涨,补涨阶段往往预示短期行情的熄火;二是市场风格没有如期切换。上周三创业板放量拉升,风格转换意愿十分明显,但上周四、上周五再度萎靡,中小创并没有像市场期望的活跃,后市风格能否切换、赚钱效应能否持续将是行情的关键;三是商品期货的调整开始向市场传导,煤炭、有色等板块与期市的表现相对应,由于期市短期投机氛围太重,价格短期的暴涨已兑现了太多利好预期和情绪,后期期市或将进入调整阶段,来自资

源股的压力或将拖累指数的上行。四是前期强势股继续出现报复性下跌,同时个股平均跌幅明显加大,浮盈大的资金获利了结的冲动很强烈。上涨个股向前期滞涨股转移,市场畏高情绪升温。此阶段股民应回归理性和谨慎。

消息面上,短期来看困扰市场的因素开始增加,由此产生的心理冲击将影响短期市场偏好。外部,意大利脱欧公投在上周日举行,美国大选重新计票,美国最新的GDP数据、非农数据会不会促使美联储超预期加息等一系列不确定性因素密集出现。

据中原证券平顶山新华路营业部投资顾问张艾凡(执业证书编号:S0730614100003)介绍,随着年底来临,资金进一步偏紧,国债期货破位下行,银行间同业拆放利率又连续上涨,市场对货币政策趋紧的预期开始升温。同时,12月会出现年内最大解禁潮,债市连跌、期市大跌、人民币汇率走低都将对A股短期上行造成较大压力。(王红梅)

(股市有风险 投资须谨慎)

CCSC 中原证券

运动让人更聪明自信

我们常常能从运动中获得良好的体验,如慢跑后神清气爽、散步后身心放松等。北京体育大学运动人体科学学院副院长、运动心理学专家毛志雄教授告诉《生命时报》记者,运动给心理健康带来的好处远超过多数人的想象,不论是随性的身体活动,还是规律的体育锻炼。

改善情绪。这是锻炼最明显、也是人们感受最深的益处。一个常见的例子就是,不少长期跑步锻炼的人称自己跑步时体验过一种奇妙的快感,后来被称为“跑步者高潮”,这是一种在跑步过程中随时实现的美妙、兴奋、甚至无法用语言描述的愉悦感,如“像一片美丽的羽毛顺风自由飘荡”“像一只空心的管子,任清风徐徐穿过”等。其他类型的运动同样能让人心情愉悦、身心舒畅。

毛志雄介绍,运动能有效地提高人的积极情绪,如快乐、满足等,减少消极情绪如痛苦、忧伤等,帮助缓解紧张和焦虑。运动甚至被当作治疗抑郁、焦虑的辅助疗法。

提高智力。运动能让人思维清晰,甚至慢慢提高工作效率,这是运动带来的认知效益。研究表明,人在运动过后,记忆力、注意力、执行能力等都有明显提升。“从某种程度上说,运动可能让人变得更聪明。”毛志雄说。让人乐观自信。长期运动能引起人性格、自我观念的积极改变。经常运动的人会变得外向、乐观、热情、有活力,且在社会交往中也会更得心应手。还有研究发现,运动员比一般人更具独立性、更客观,也更自信。

(欧阳云霜)

第六届年历宝宝大赛比赛项目				咨询电话:0375-2222512
0至1岁组		1至2岁组		
比赛项目	项目目标	比赛项目	项目目标	
捡彩蛋	1.练习屈膝四肢着地协调往前爬。 2.体验与父母一起游戏的快乐。	摔面包	1.培养家长与幼儿之间的协作能力。 2.通过游戏增进亲子情感。	
亲子购物	1.锻炼幼儿手部精细动作。 2.体验与父母一起游戏的快乐。	袋中寻宝	1.培养幼儿与家长之间的默契。 2.开发幼儿大脑,锻炼幼儿爬行的能力。	
2至3岁组		3至4岁组		
抬花轿	1.锻炼幼儿手眼协调能力及协作能力。 2.通过游戏促进家长与孩子的密切配合,增进亲子关系。	踢方投沙包	1.锻炼幼儿肩上挥臂投掷的动作。 2.增强体能,手臂与眼及身体其他部位的协调能力。 3.乐意与爸妈一起参与游戏,增进亲子感情。	
种豆豆	1.锻炼幼儿的反应能力及速度和协作能力。 2.通过游戏增进亲子感情并积极参与游戏。	比比谁最快	1.发展幼儿的协调能力与协作能力。 2.锻炼幼儿的平衡能力,并增进亲子感情。	
4至5岁组		5至6岁组		
投沙包	1.培养家长与幼儿之间的协作能力,增进亲子感情。 2.锻炼幼儿腿部的弹跳能力。	翻花绳	1.锻炼幼儿手指的灵活性和协调性。 2.培养感官思维,启发想象力和模仿力。	
你演我猜	1.体现幼儿与家长之间的默契。 2.让幼儿开动大脑与家长有肢体语言的交流。	叠叠乐	1.锻炼幼儿的手眼协调能力。 2.增进亲子感情。	
6至7岁组		7至12岁组		
亲子踢毽子	1.培养小孩子身体的灵活性及协调性。 2.增进亲子间的感情。	抓石子(亲子游戏)	培养小孩子专注力及规则意识;锻炼小孩子手眼协调能力。	
叠杯子	1.培养小孩子的手眼协调能力。 2.锻炼小孩子的身体协调性。	挑木棒	培养小孩子专注力及规则意识;锻炼小孩子手眼协调能力。	

平顶山日报传媒集团主办

鹰城第六届年历宝宝大赛

开始报名

报名费:200元/人

现场报名

宝宝家长带户口簿或复印件,家长祝福语到报名点报名并领取礼品;报名地点及报名电话:

(1)平顶山日报传媒集团广告营业厅(鹰城广场对面) 电话:13523265878 0375-7035579

(2)东方宝贝幼儿园(光明路南段桃花源小区) 电话:0375-2222512

(3)两岸早教平顶山中心(劳动路与园丁路交会处) 电话:0375-3900888/3922888

(4)童萌画画少儿美术(万安东100米路北中兴小区内) 电话:0375-7299676/7088980

(5)卓越古筝(矿工路丹尼斯百货后商业街二楼) 电话:18236608793 0375-2229998

微信报名 扫描下方二维码添加微信好友(注明年历宝宝),上传宝宝户口簿图片,发送家长祝福语、联系方式、通信地址,支付报名费,宝宝礼品和报名凭证以快递方式送达。

年历宝宝千元超值大礼包

扫描下方二维码添加微信好友(注明年历宝宝),上传宝宝户口簿图片,发送家长祝福语、联系方式、通信地址,支付报名费,宝宝礼品和报名凭证以快递方式送达。

名额有限 报名从速

见证宝宝成长,留下精彩瞬间,传递快乐生活!