

暑假,更要保护好孩子的眼睛

全媒体记者 崔圣驰

来民生头条

暑假已经来临,漫长的暑假生活让学生们度过美好夏日时光。和十几年前的童年相比,现在的孩子,对于电子产品的依赖更为强烈。记者在我市多家视力机构了解到,今年青少年学生验光配镜有增加的趋势。

手机当奖励,暑假过后孩子看东西眼就花

怎么能让淘气的孩子老实些?可能不少家长都用手机、平板、电视,甚至电脑来安抚。家住铁东区的张磊为了让孩子安安静静地睡个午觉,就把手机当做奖励给了孩子。结果没几天,孩子的眼睛看东西就有些花,而且还时不时地揉眼睛,让他后悔莫及。

暑假期间 孩子眼睛近视度数不缓反增

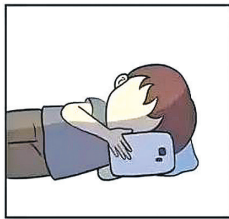
每年暑假,都是眼科门诊最火爆的时候。在我市商业街一家视力机构,记者了解到,现阶段一半的客源都是青少年学生验光配镜的,而且这一比例有逐年增加的趋势。暑假本来是孩子的眼睛得到充分休息、近视得到缓解的时段,但由于很多家长把孩子交给了手机、平板等“电子保姆”,反而使得孩子近视度数不缓反增。

据验光师介绍,近视除了遗传因素外,更多的是因为用眼过度 and 不当,没有养成良好的用眼卫生习惯所致,而电子产

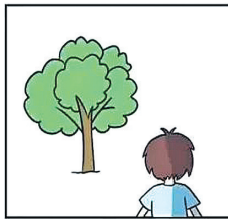
品在暑期了解到,在一些饭店,为了让孩子安安静静吃饭,或者不打扰大人聊天,很多家长都是用手机来安抚。这样的做法,不仅造成了孩子的视力有所损伤,更为可怕的是,由此可能让孩子对电子产品产生依赖。

品的屏幕显示是彩色的,闪烁变化的,而人的瞳孔遇强光会缩小,遇暗光会放大,不断变换的光线会使瞳孔忽大忽小,长时间这样用眼,必然会加重眼睛负担。而且,电子产品握在手中,还时常晃动,这样更易产生和加重近视,这也使得不少不到6岁的学龄前孩子也成了“小眼镜”。

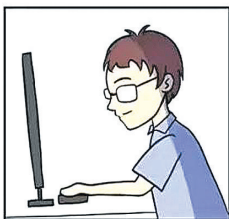
让验光师不无担忧的还有另外一个现象,不少小患者眼睛近视度数相差很大,很多将近一两百度。他告诉记者,这主要是这些孩子经常歪着头、侧躺在沙发上或床上看书、看电视、打游戏所致。



X 躺着玩手机/平板



✓ 常看绿色植物护眼



X 过度/疲劳用眼



✓ 勤做眼保健操

青少年如何预防近视

对于如何防止近视,其实最关键的就是减少孩子看电视或者玩电子产品的时间。“暑假孩子的假期,家长不能懒惰,应该多用外出活动代替电子游戏。”

记者了解到,随着近年来对于青少

年眼睛的重视,很多家长都会每天都会安排固定的时间带孩子外出游戏,一些妈妈会结成互助小组,由一个母亲带领几个孩子玩耍,孩子不仅锻炼了身体,减少孩子玩游戏机的时间,保护了视力,也增强了社交能力。



为深入贯彻落实习近平总书记关于“注重家庭,注重家教,注重家风”的重要指示精神,推动《家庭教育促进法》在四平落地生根,日前,市妇联组织“家庭教育专家组”到我市部分学校及社区对我市家教工作进行实地调研指导。

全媒体记者 刘莉 摄

真心服务为企业解难题

市市场监督管理局铁东登记注册分局获鞍山企业赞誉

本报讯(全媒体记者 杨佳)金奖银奖不如老百姓的夸奖,7月14日上午,市市场监督管理局铁东登记注册分局收到鞍山冶金产品链集团有限公司邮寄来的一面写着“优质高效马上办,只跑一次感温情”的锦旗。

日前,鞍山冶金产品链集团有限公

司因企业改制,需要将20世纪90年代在四平市成立的一家公司办理注销业务,办理注销业务要求负责人到场才能办理,该分公司负责人为四平市人,已经与公司失去联系多年。市市场监管局铁东登记注册分局了解到情况后,主动帮助企业联系市档案室查到了

该分公司负责人的身份信息,根据身份信息找到了其居住社区,在社区工作人员的帮助下终于找到了该公司负责人。最终,仅用一天时间,铁东登记注册分局就帮助鞍山冶金产品链集团有限公司完成了分公司的注销登记业务。

热心、高效、快捷的服务让企业前

来办事的人员非常感动,他们回到公司后,寄来锦旗感谢分局为企业提供的优质服务。一面小小的锦旗,记录了工作人员的付出,承载着办事企业对工作人员热心服务、高效服务的肯定,更是铁东登记注册分局今后工作更上一个台阶的动力。

自主培养高水平创新人才

习近平总书记在湖北省武汉市考察时强调:“科技创新,一靠投入,二靠人才。”当今世界的综合国力竞争,说到底还是人才竞争,人才越来越成为推动经济社会发展的战略性资源。我国要实现高水平科技自立自强,归根结底要靠高水平创新人才。

国家发展靠人才,民族振兴靠人才。习近平总书记强调:“要更加重视人才自主培养,更加重视科学精神、创新能力、批判性思维的培养培育。”这为我们培养创新人才,努力造就一批具有世界影响力的顶尖科技人才,指明了方向、提供了遵循。作为人力资源大国、智力资源大国,走好人才自主培养之路,必须建设一支规模宏大、结构合理、素质优良的创新人才队伍,激发各类人才创新活力和创造潜力。

从教育上用心用力,尊重创新人才培养规律,深化教育评价改革,大力培养有利于创新人才培养的土壤。稳步推进中考改革,增强试题开放性,深化研究生考试招生改革,加强科研创新能力和实践能力考查……近年来,我们不断深化考试招生制度改革,稳步推进从“考知识”向“考能力”转变,创新人才培养不断迈出坚定有力步伐。

坚持问题导向,加大基础学科人才培养力度。高校特别是“双一流”大学要发挥培养基础研究人才主力军作用,全方位谋划基础学科人才培养,突破常规,创新模式。这既需要做“加法”,建设一批基础学科培养基地,吸引优秀学生立志投身研究,加大重大原始创新人才培养力度;又需

要做“减法”,优化教育科研的保障机制,完善评审机制,让广大学生和科研人员把主要精力投入到科技创新和研发活动中,从繁琐、不必要的束缚中解放出来。

加大人才对外开放力度,用好用活各类人才。应结合现实需要和发展实际,加强人才交流,特别是在全球范围内引进各领域顶尖人才,汇聚更多全球智慧资源、创新要素。还应积极鼓励更多人才在教育阶段、科研过程中,加强国际学术交流和科研合作;同时,各相关科研院所、教育机构要采取多种方式开辟人才培养的新路子,使人才培养渠道多元化。全方位培养、引进、用好人才,是为了集聚天下英才、广纳众智助力,惟其如此才能实现事业发展中激励人才、让人才资源

成就事业发展。

当前,我们比历史上任何时期都更加接近实现中华民族伟大复兴的宏伟目标,也比历史上任何时期都更加渴求人才。面向未来,尊重人才成长规律,更加重视人才自主培养,注重培养受教育者的独立思考能力、实践能力、创新能力和批判性思维,以及追求真理、崇尚创新、实事求是的科学精神,绵绵用力、久久为功,必能不断厚植人才资源竞争优势,为实现高水平科技自立自强贡献智慧和力量。

(徐尚昆)

街谈巷议

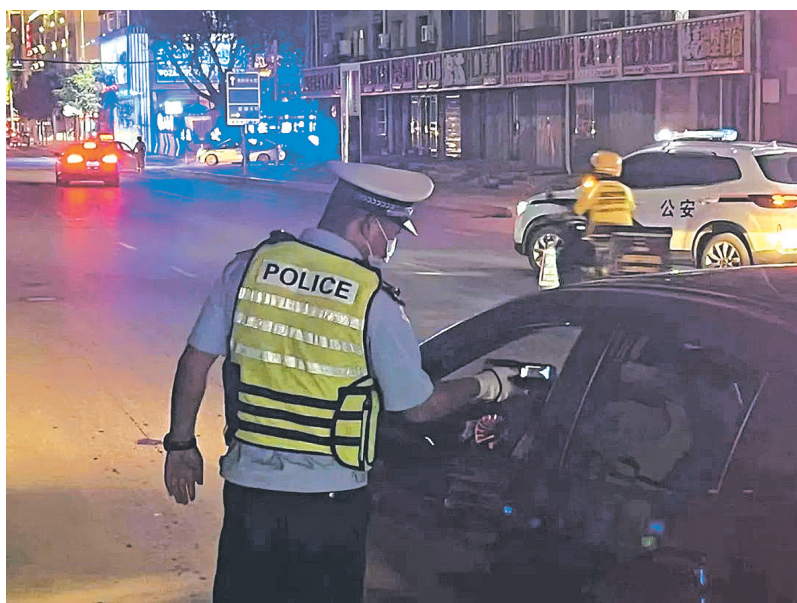
培养研究型法官
打造学习型法院

四平中院举办读书分享活动

本报讯(全媒体记者 李雪 通讯员 牛敬良)为进一步加强法院文化建设,培养研究型法官,打造学习型法院,近日,市中级人民法院举办了以“寻书中真味 享法韵墨香”为主题的读书分享活动。

活动中,来自全市两级法院的12位干警先后分享了《红楼梦》《毛泽东选集》《圆圈正义》《掬水月在手》《小王子》《活着》《儒家的世界》《法律与道德》《再读经典,重塑战斗精神》《人世间的》《只争朝夕 不负韶华——新时代奋斗者》等经典著作和文学作品。大家结合各自的工作和生活实际畅谈心得体会、所感所悟,分享推荐书目中最难忘、最有感触的片段,充分

展现了法院干警爱学习、好读书、善思考的良好精神风貌。参会人员热情互动,在阅读与分享中寻找灵感、启迪智慧、陶冶情操、益智明理,营造了浸润书香、快乐阅读的浓厚氛围。通过此次精彩的读书分享活动,干警们增长了知识、凝聚了力量、提升了素养,激发了工作热情,进一步养成了阅读与交流的良好习惯。四平中院相关人员介绍,四平两级法院将把创建书香法院与“我为群众办实事”创建活动结合起来,推动读书活动常态化开展,以学促思、以学促干、以学促进,持续推进全市法院各项工作再上新台阶贡献智慧和力量。

我市交警开展夏夜查处酒驾醉驾行动
查处饮酒驾驶32起

本报讯(全媒体记者 崔圣驰)为认真贯彻落实关于夏夜治安巡查宣防集中统一行动和突出交通违法行为专项整治百日行动要求,市公安局交警支队严管严查酒驾醉驾交通违法行为,最大限度预防和减少道路交通事故,给广大市民营造一个安全有序的道路交通环境。

该支队深入分析夏季酒驾醉驾违法行为和交通事故的规律特点,研判确定整治的重点区域、道路、时段。突出夜间凌晨等重点时段,重点加强对餐饮娱乐场所、地摊夜市周边道路的查控。同时将警力向郊区、乡镇、集市、农家乐周边延伸,做到城市、县、乡查处行动同步开展,做到查

处酒驾无死角,城乡全覆盖。

支队把提高路面见警率作为震慑酒驾醉驾违法的有效手段,最大限度将警力、警车摆上路面。支队组织各大队成立执法小分队,每天持续开展夜查统一行动,坚持“一车三查”。采取定点查缉和机动巡查相结合的方式,对过往车辆合理分流、逢车必查,最大限度地扩大巡逻管控的触角和范围,切实做到“不放一车、不漏一人”。

从7月22日到目前为止,全市共出动警力680人次,警车140台次,设置检查点22个,查处饮酒驾驶32起、醉酒驾驶1起,炸街车辆1起,有效震慑了各类交通违法行为。

全力做好农田排涝
齐心协力保障生产

本报讯(全媒体记者 邢天笑)近期,受强降雨影响,双辽市辽东街大部分农田地块均已出现不同程度内涝积水情况,对此,辽东街积极应对,迅速采取多种措施,第一时间组织开展农田排涝工作,力争最大限度减少损失,保障粮食安全的同时也努力保障好街道辖区群众的生产生活。

在辽东街的山场村、丰巨村等地,记者看到钩机等设备在田间地头运行,通过人机相结合的方式,尽快畅通农田积水外排管道,全力排除农田积水,确保排水畅通。

对于积水严重、地势低洼、排水较慢的农田,街道立即调配水泵、抽水软管等移动排水设备进行强排,

确保田间积水第一时间排出。针对街道低保户、五保户家中的积水,街道组织志愿者和工作人员及时调配水管等各类排水设备,实施强排,最大程度的尽早恢复辖区群众的生产生活。

据了解,辽东街将持续高度重视,组织街道干部职工逐个地块排查,科学做好农田积水排涝工作,全力以赴保障好辖区群众的生产生活。

截至目前,各村的排涝进度稳步推进,农田排涝已经接近尾声。同时,各村还组织志愿者为地势低洼的低保户和五保户家庭进行院内排涝,确保他们的房屋没有安全隐患。”辽东街道办事处副主任姜海燕告诉记者。

开展“线上”法治宣传
保障学生暑期安全

辽河分局民警开展暑期安全宣传活动

本报讯(全媒体记者 刘莉)为进一步提高学生的法治意识和安全意识,近日,市公安局辽河公安分局开展了暑期安全宣传活动。

民警结合辖区实际情况,联合辖区团山子学校、新鲜中学等6所学校,利用教师微信群、班级学习群等,通过以案说法的形式,向广大师生讲解防抢、防骗以及预防青少年违法犯罪等法律知识,告诉学生什么是违法犯罪,如何防止不法侵害、如何同违法犯罪作斗争、如何运用法律手段进行自我保护。并针对以往校园暴力

欺凌事件,耐心讲解了暴力袭击常见手段和类型,以及在紧急情况下的自救和互救知识,提高了师生应对突发事件的自我防范和自救技能。

民警还向同学们讲解了暑期安全知识,有针对性地宣讲了预防溺水、疫情防控、消防安全、密集场所预防踩踏等意外事件处置常识。告诫学生在暑期不要到野外游泳,特别是在汛期要远离危险水域,确保自身安全。

据了解,近千名师生在“线上”聆听了此次宣传,得到了广大师生、家长以及辖区群众的普遍赞誉。