



都是坑

到案后,刘某交代说:“当时我欠了外债,打游戏也花了几十万元,很缺钱。”正想尽一切办法弄钱的刘某,知晓了王先生的需求,立马抱紧了这棵“摇钱树”。经查,“办证”期间,刘某每次都按

在一家教育培训机构工作的岑某,声称自己“有门路”,能让高考成绩不理想的学生,通过将身份更替为“国际交流生”,进入知名院校。她还现场展示了多个“成功案例”,涵盖国内外多所知名高校,骗取了一些家长的信任。根据不同“目标院校”,学生家长向岑某提交了各种报名材料,并交纳了5万元至23万元

“有渠道、有人脉，能绕过正规考试录取流程，是这类诈骗的主要套路。”办案民警透露，许多受骗家长有知识、有见识，完全具备理性判断能力，只是为了子女前途，加上“熟人”带来的信任感，虽对

近视 脊柱侧弯 抑郁 肥胖……

“每天看近80个号,有20多个是看脊柱的。”骨科主任医师刘星痛心地说道。展示了一张X光片:一名14岁女孩脊柱

而在另一个“火爆”的门诊内分泌

据精神心理科副主任医师魏华介绍,暑期接诊的大多数患儿是因为学习问题而来,这些孩子通常伴随运动不足的情况。“运动不足跟注意缺陷多动障碍、特定学习障碍、抑郁焦虑障碍等疾病有直接或间接关系。”

刘星接诊的病例中,一名初中生因长期伏案学习,累了就趴在书桌上睡觉,最终发展成脊柱侧弯。本就不多的休闲娱乐时间,还要被电子产品“绑架”,“躺着刷视频几小时不挪窝”成为通病。朱高慧说,电子产品不仅直接侵占运动时间,而且还会让孩子越玩越“懒”,游戏、短视频的即时快感让孩子对需要耐力的运动失去兴趣。

专家指出,只要抓住关键干预点,与运动不足相关的儿童健康危机可以逆转。重庆医科大学附属儿童医院的四大科室联合开出了一份“运动处方”。

首先是提倡户外运动,让阳光融入身体与心理健康建设,每天运动1至2小时为宜。运动类型应尽量多样,根据不同疾病选择具有针对性的运动项目,有助于提高干预效果。如脊柱侧弯适合拉伸类的运动;近视适合羽毛球、乒乓球等需要不断调节视距的球类运动;肥胖患儿适合水上运动以减轻关节压力;患有学习障碍的孩子适合做手眼协调性相关的运动,有情绪问题的孩子适合从舒缓运动入手。

教育部近日印发通知,明确要求严控暑期作业总量,坚决遏制节假日上课补课、提前开学、延迟放假等问题。期待在这份“减负令”的护航下,更多的孩子在这个暑假走向户外,用汗水和欢笑书写健康未来。

据新华社

[illegible]

用“运动处方”书写健康未来

专家指出,只要抓住关键干预点,与运动不足相关的儿童健康危机可以逆转。重庆医科大学附属儿童医院的四大科室联合开出了一份“运动处方”。

首先是提倡户外运动,让阳光融入身体与心理健康建设,每天运动1至2小时为宜。运动类型应尽量多样,根据不同疾病选择具有针对性的运动项目,有助于提高干预效果。如脊柱侧弯适合拉伸类的运动;近视适合羽毛球、乒乓球等需要不断调节视距的球类运动;肥胖患儿适合水上运动以减轻关节压力;患有学习障碍的孩子适合做手眼协调性相关的运动,有情绪问题的孩子适合从舒缓运动入手。

教育部近日印发通知,明确要求严控暑期作业总量,坚决遏制节假日上课补课、提前开学、延迟放假等问题。期待在这份“减负令”的护航下,更多的孩子在这个暑假走向户外,用汗水和欢笑书写健康未来。

据新华社