

午托班涨价惹家长不满

物价部门：定价随行就市，受市场调节

□本报记者 吴艳敏 潘丽亚

“学生开学后，想给孩子报个午托班。问了几家午托班，发现都涨价了。涨几十也就算了，一下子涨了200块钱。”近日，家住市区黄山路的周女士给本报记者打来热线称，午托班适当涨点可以理解，但不能涨太多。

【现象】午托班涨价

3月4日，记者走访发现，自新学期开始，午托班普遍涨价，大部分涨了100元，有些涨了200元。

在市区黄山路一小门口，放学的铃声尚未响起，记者看到有十几家午托班的工作人员举着牌子等着接学生。

当记者询问一家午托班的工作人员时，她告诉记者，新学期午托班一般都会涨价，她们这学期涨了100元。

一家午托班的工作人员小李告诉



记者，她们午托班这学期涨了200元。“我们这学期增加了饭菜的品种和花样，因此价格也跟着上涨了。”小李说。

另一家午托班的工作人员介绍说，因为房租上涨了，老板只好跟着涨了。

【家长】涨幅应有度

采访中，不少学生家长表示，午托班适当涨价可以理解，但涨幅要有度。

“每次涨价老师都会跟我们解释，涨几十块钱还能接受，但要是超过100元，我就会考虑不再送孩子去午托班。”在市区人民路一小接学生的张女士说。

家住市区金山路的赵先生平时工作忙，只能把孩子送到午托班。“孩子今年上四年级，已经换了三个午托班了。适当涨点还能接受，但要有度。”赵先生说。

【物价部门】定价随行就市

随后，就午托班涨价一事，记者采访了市物价监督部门。相关工作人员介绍，由于午托机构不属于行政事业性收费项目，因此，相关部门不能对午托机构制定收费标准，都是随行就市，受市场调节。

温馨提示

吃饭时玩手机 易摄入更多热量

巴西拉夫拉斯联邦大学和荷兰乌得勒支大学医学中心研究人员发现，一边吃饭一边玩手机容易让人摄入更多热量，不利控制体重。

研究人员招募62名年轻志愿者，让他们从健康食品、软饮料和巧克力中随意选用食物，吃饱为止。研究人员让志愿者参与三次试验，第一次专心进食，第二次边进食边玩手机，第三次进食时看纸质文章。结果显示，专心进食时，志愿者平均摄入热量535卡路里；边吃饭边玩手机时，平均摄入591卡，体重超重志愿者摄入更多，平均达616卡路里。研究人员还发现，边吃饭边玩手机时，志愿者选用高脂食物比专心进食时多10%。另外，吃饭时阅读纸质文章也会让人多摄入热量。

研究人员认为，智能手机已经成为人们，包括儿童，用餐时的主要“干扰项”，阻碍大脑正确了解摄入的食物量，因而，关注手机如何影响人们进食选择具有重要意义。

晚综

部分家长患“辅导作业焦虑症”

专家：莫把焦虑传递给孩子



开学伊始，孩子们迎来了新学期，家长们也迎来了新挑战。记者获

悉，近期，医院接诊的患上“辅导作业焦虑症”的家长增加。专家建议，家长们亟待疏导自己的情绪，别把焦虑情绪传递给孩子。

专家认为，孩子在小学、幼儿园阶段认知能力的发展存在不平衡，同年龄的孩子的认知能力水平存在个体差异性，家长不应急于求成，甚至存在攀比心理，把自己的孩子和其他的孩子进行比较，这容易挫伤孩子的自信心。

另外，有一些孩子存在注意力缺陷障碍，难以保持注意力集中，家长认为孩子是不认真学习，一味地责怪孩子，最后家长和孩子都陷入了不良情绪中。

专家提醒，患有注意力缺陷障碍的孩子无论在玩游戏（电子产品除

外）或是学习上，都存在注意力欠集中的现象，特别容易表现在做作业上，容易出现注意力不集中、多动，因此家长需要重视孩子这些方面的表现，及时就诊以及进行治疗。

专家建议，家长辅导孩子写作业不要急于求成，不要责骂孩子，可以通过鼓励、赞许的方式来培养孩子的好习惯，让孩子有信心完成学习任务，让孩子在学习中领略到增长知识的乐趣，让孩子能享受学习；不要对孩子要求过高，把自己的目标和要求强加在孩子身上，逼孩子参加各种学习班、培训班，这不利于孩子的健康成长，甚至容易把自己的焦虑情绪传递给孩子，让孩子压力过大，出现心理问题。

据新华社

老人看太多电视 影响记忆力



许多老人闲来无事时会靠看电视打发时间，但英国一项新研究说，如果看电视的时间太长，老人的记忆力可能会加速衰退。

伦敦大学学院研究人员在新一期英国《科学报告》杂志上发表论文说，他们分析了英国3662名50岁以上老人的情况。这些老人分别在2008年和2014年两次回答了每天看电视的时长等问题，每一次还参与一系列记忆力测试。

分析结果显示，老人们的记忆力在研究期间都有下降，但是看电视时间较长者的记忆力下降更为明显。那些每天看电视时间不到3.5小时的人，其语言记忆力下降了4%至5%；那些每天看电视时间超过3.5小时的人，其语言记忆力下降了8%至10%。

研究人员认为，看电视通常会让人大脑处于被动接收信息状态，减弱了大脑的活动，从而导致记忆力下降。研究人员呼吁老人注意控制看电视时间，并适当做一些有益大脑的活动。

晚综

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话：0395-3132295 3117189 13781707655

家政服务

清爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗
石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

欢迎刊登
分类信息

红丝线婚介

重诚信 讲信誉 服务规范 专业保密
十二周年庆典活动中，优惠多多，
敬请您来参与，欢迎您的垂询！

047926	女 25岁	未婚	1.68米	大专幼师	文静 漂亮淑女
047927	女 29岁	未婚	1.68米	本科教师	漂亮 秀美苗条
047928	女 34岁	离婚	1.63米	公司职员	文静 短婚未育
054695	男 27岁	未婚	1.75米	本科事业	阳光 有车有房
054696	男 33岁	未婚	1.80米	自有公司	稳重 房宽车靓
054697	男 40岁	离婚	1.75米	本科机关	帅气 有房有车

爱情热线：2923599 13069559387 (微信)
QQ: 1239969982 丁湾法院路南方远电脑学校二楼红丝线婚介

教你一招

心情不佳时如何运动

运动应该是持之以恒的，但是心情不佳时还怎么进行？有关专家做出了总结，教你利用不同情绪来锻炼，非常有指导性。

焦急渴望。如果焦虑程度较重，练习强调深呼吸的瑜伽是有帮助的。另外，你需要有陪护者，否则如果在惊恐障碍发作时做重量深蹲，会很危险。

悲伤。大量研究表明，锻炼是最好的抗抑郁药之一。尽管有氧运动能促进让人感觉良好的大脑化学物质的释放，但力量训练更能缓解抑郁。举铁（哑铃、杠铃）让人注重当下，而不再反复思考过去的事。

生气发怒。火冒三丈时，可利用这种“燃料”做高强度间歇式锻炼，或者跆拳道、拳击。运动结束时，消极的情绪就会被留在健身房。

懒惰慢吞吞。当你的肌肉超级酸痛、疲劳或情绪不稳定时，休息一天是你能做的最好“锻炼”。在疲乏时硬撑着去健身房，可能会让你受伤，或者对整体健康造成损害。

晚综