

市医保局局长陈志鸿
7月21日接听市长热线

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/廖智勇)
记者昨日从12345市长热线办公室获悉:根据
有关单位主要负责人接听市长热线工作
安排,7月21日(周三)上午9时至11时,由
市医疗保障局党组书记、局长陈志鸿接听市
长热线。欢迎广大市民届时拨打12345市
长热线(绿口区及市区外居民请拨打
22712345),向陈志鸿同志反映医保工作的
意见和建议。

市科技局副局长李黎明
明日接听企业服务专线

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/廖智勇
通讯员/刘杜艳)根据营商环境优化年活动,
市直部门相关负责人接听“企业服务专线”
工作安排,7月20日(周二)上午9时30分
至11时,市科技局副局长李黎明将接听企
业服务专线。届时,欢迎广大企业拨打
“22212345”企业服务专线,向李黎明同志
反映相关问题、咨询政策及寻求帮助。

龙秋华捐款50万元
支持茶陵教育事业

本报讯(株洲晚报融媒体记者/戴隆
通讯员/蒋军生)7月16日,湖南龙华农牧发
展有限公司在茶陵举行捐赠签约仪式,公司
董事长龙秋华向茶陵县铁犀教育基金会捐
赠50万元,用于支持茶陵的教育事业。
多年来,龙秋华一直致力于公益事业。
2010年,龙秋华在株洲市教育基金会设立
“龙华教育基金”,已经连续十年开展捐资助
学活动。截至目前,已资助贫困学子639人
次,资助金额累计370万元。比如去年举办
的“九九龙华学子见面会”,17名茶陵贫困
学生每人获得了5000元助学金。龙秋华表
示,会在开学前将助学金及时送达受助贫困
学子手中,直至他们大学毕业甚至研究生毕
业。
此次捐赠的善款将通过茶陵县铁犀教
育基金会,用于资助家庭困难的优秀学
生完成学业,救助贫困教师;奖励、表彰优秀
师生;支持薄弱学校建设,改善办学条件,开展
学习与交流等活动。



▲签约仪式现场。 通讯员供图

出国要有新冠疫苗接种公证
上哪办? 如何办? 攻略来了

本报讯(株洲晚报融媒体
记者/周圆 通讯员/刘丹妮)
随着新冠疫苗接种工作的持续推
进,近期出国的人数逐渐增多,
然而出国留学、工作、探亲等
等,光凭“一码”可不行,还需要
有“证”,即《预防接种凭证》。现
在办理出国手续中新版疫苗《
预防接种凭证》已是不可或缺
的一项资料。

高中毕业的曹同学计划前
往美国留学,上周,他来到株洲
市国信公证处申请办理新冠疫
苗接种凭证的公证,拿到公证
书的一刻,意味着曹同学出境
的“绿码”亮起来了。
株洲国信公证处特别提醒,
计划出国(境)人员在出国
(境)前,一定要先了解前往国家
(地区)对我国新冠病毒疫苗生

产厂家的要求,到新冠病毒疫
苗接种点接种前往国家(地区)
认可的新冠病毒疫苗,打印新
冠病毒疫苗接种证明并加盖公章。
根据国际文书使用惯例,
接种证明经过公证并由中国外
交部及各国驻华使领馆领事认
证后可在境外使用。

相关链接 新冠疫苗《预防接种凭证》公证如何办理?

●线下办理

市民为出境所需办理新冠
疫苗接种凭证公证,可携带受
接种疫苗者本人有效身份证
明、户口簿和已盖章的新冠疫
苗接种凭证原件、复印件,在株
洲市国信公证处一楼涉外接待
室办理。如接种疫苗者本人无
法亲自办理,由人代办的话,除
上述材料之外,代理人还需携
带代理人身份证及接种疫苗者

的委托书。

●线上申办

市民可以通过以下方式在
线申请办理新冠疫苗接种公
证,上传基本资料,公证员接到
申请后将线上为您提供咨询、
预约、办证服务,做到足不出
户,公证到家。
方法一:关注株洲市国信公
证处微信公众号(微信号

zzgz12345),进入株洲市国信公
证处微信公众号在底部菜单点击
“申办公证”,然后点击“网上申
办”,按照提示操作。
方法二:网页搜索“株洲市国
信公证处在线公证平台”,网址:
https://hnzz.cgongzheng.com/
点击右上角“在线申办”,
选择涉外公证用途于菜单“境
外其他用途”,然后按照提示操
作。

探索“以鱼治水”
22万尾鱼苗游入大京水库

本报讯(株洲晚报融媒体记者/
俞强年 通讯员/张伟 李素娟)
7月15日,芦淞区河长办举行
“践行生态文明,建设幸福河
湖”大京水库增殖放流及防溺水
宣传主题活动。当日,参加
增殖放流的人员将22万多尾鱼
苗投放到大京水库。
大京水库是一座以灌溉为
主、兼顾防洪等综合效益的中
型水利工程。河长制工作启动
以来,芦淞区按照“河(湖)一
策”的思路,对大京水库实施系
统治理,水生态环境不断向好。
该水库获评“湖南省2020年
美丽河湖”。
“我们一边对非法捕捞进
行严厉打击,一边通过放鱼,恢
复水库区域鱼类的种群数量,
改善水域种类结构。”芦淞区
水利局党组书记、区长办副主
任黄永立说,“区里正探索‘以
鱼保水’‘以鱼治水’的河湖保
护与治理路径,既可持续净化



▲大京水库增殖放流现场。 记者/俞强年 摄

区域水质,优化水域环境,又可
通过政策引导探索健康养殖模
式,实现生产和环境协调发展。”

炎陵与江西万安开启“跨省通办”

本报讯(株洲晚报融媒体
记者/黎世伟 通讯员/刘琦)7月
15日,炎陵县与江西省吉安市
万安县签订政务服务“跨省通
办”合作协议。此次公布的“跨
省通办”签约事项涵盖人社、医
保、卫健、公安等7重点领域
的45个。
据了解,合作双方采用线

上线下互设专栏、专窗模式进
行“跨省通办”,互用“诸事达”
和“赣服通”APP,通过强化“跨
省通办”工作宣传,明确“跨省
通办”专窗地址、联系方式,可办
理事项、办理模式等内容,让申
请人不再受地域限制,只要通过
专窗提交申请材料,双方按照业
务属地标准代收收件,便可真正实

现“异地一窗受理,本地审批联
动、线上按时办结,邮寄批文证
书”的办理流程,让群众办事
“就近办、随心办”。
据悉,两地还将全面梳理
与群众生活、企业生产密切相
关、有异地办事需求的高频事
项,成熟一批、推出一批、公布
一批。

梁俊婚介

男未婚:1.76米,25岁,本科,从事教育工作,本地人,有房有车
男未婚:29岁,1.83米,中专,广铁集团上班,待遇优,有房有车
男未婚:30岁,1.85米,大寺,人帅,在一家名企上班,有房有车
男未婚:31岁,1.70米,高中,自己创业,有房有车
男未婚:32岁,1.76米,中专,厨师长
男未婚:37岁,1.76米,大寺,工程师,有房有车
男离异:72岁,1.75米,中专,退休干部,有房
女未婚:28岁,1.64米,本科,公务员,政府部门上班,有房有车
女未婚:26岁,1.62米,大寺,中非上班,有车
女未婚:27岁,1.57米,民族学院毕业,教育工作,独生子女
女未婚:35岁,1.56米,研究生,从事中学教育工作,有房有车
女离异:25岁,1.53米,中专
女离异:70岁,1.62米,大寺,退休,有房有车
女离异:50岁,1.68米,个体服装批发,有房有车
女离异:65岁,1.62米,高中,退休,有房
女离异:47岁,1.62米,中专,有房有车
女离异:50岁,1.66米,本科,公司管理,有房有车
女离异:59岁,1.58米,大寺,退休,有房

招募合伙人
地址:火车站金轮B栋8楼801号
电话:18673309882

谊萍婚友会所

谊萍婚友会所
成立了十九年,在这
期间成功配对上千对
为良缘,本婚友会所
还获得了芦淞区荣誉
证书、株洲市婚介协
会合格单位,本所收
费低,成功率高。

女离异:30岁,1.60米,音乐学院毕业,漂亮,做
生意,小孩判给对方。
女离异:35岁,1.65米,互联网工作,独女,有
房,漂亮,有女儿。
女离异:32岁,1.66米,互联网工作,有房,无
负担,女孩判给对方,漂亮。
女离异:57岁,1.58米,事业单位退休,有房,无
负担,条件好,形象佳。
女离异:47岁,1.62米,中车工作,有房,1.62米,无
负担,条件好,形象佳。
男未婚:37岁,1.68米,医师,有房多套,条件
好,独生子,父母退休。
男未婚:47岁,1.68米,银行工作,有房,父母
退休。
男离异:57岁,1.72米,事业单位工作,条件好,有房有房。
男未婚:28岁,1.77米,做生意,有房有车,条件
好。
男未婚:50岁,1.75米,建材厂老板,有房,无负
担,父母去世。

热线:
28237011
15386203070
地址:株洲市
市中心七一路和
人民路交叉口建
行对面(谊萍婚
友会所)

本地

练下腰致终身瘫痪,小概率事件!
不过,我市曾有孩子因练舞造成脊髓震荡

株洲晚报融媒体记者/李卉

近日一则题为《你的女儿途璀璨,你的女儿终身瘫痪》的文章刷屏朋友圈,引发了家长们的关注。文章聚焦了新一代“谋女郎”刘浩存母亲开办的舞蹈培训机构里,一名女孩练习下腰动作时不慎受伤,被鉴定为一级伤残的事件。同时,《长沙晚报》2019年也曾报道,宁乡女孩甜甜在参加中国舞蹈培训发生脊髓损伤,被评定为三级伤残、终生护理依赖的案例。
暑假是艺体培训的旺季。“我都已经报名交费了,看到这则消息又不敢送孩子去上课了。”在宝妈群里,家长李女士讲述了自己的纠结。那么,我市是否发生过孩子因练习舞蹈受伤的案例,家长又应该注意些什么呢?记者进行了调查走访。

●家长 不练学不出来、压着练又心疼,纠结!

“舞蹈班属于女孩们的标配之一。”担任幼师十余年的王老师介绍,班上半数以上的女孩都参加过或正在参加舞蹈培训,通常从四五岁开始,家长就会给孩子报一些兴趣班,大多数女孩的家长都会考虑舞蹈班,“家长们觉得即便不走专业道路,也可以锻炼身体、提升气质。”
6岁多的圈圈和小羽都

是王老师班上的学生,她们都已经学习了两年的舞蹈。“小羽到现在还劈叉又困难,我觉得没关系,还跟老师表示过我们不强求,能锻炼锻炼身体、培养一点乐感也是好的。”小羽爸爸“佛系”地说。
“孩子的升学压力太大,练习舞蹈是为了让孩子多一种选择,多一条路走。”圈圈妈妈表示,练舞蹈不下点苦

功是不可能的,不能劈叉、不能下腰,那还跳什么舞呢?但每次看到练功房里老师压着孩子们练习的场景,又觉得孩子们可怜兮兮的同时,那些因为练功导致严重受伤的案例也让圈圈妈妈心惊肉跳,所以她在选择机构时格外慎重,也会反复跟老师沟通安全问题。

●医生 肌肉损伤常见,也收治过脊髓震荡案例

株洲市中医伤科医院脊柱科主任杜志勇在脊柱科工作的20多年里,收治过一些因练习跳舞受伤的案例,“绝大多数是肌肉损伤,经过绝、针灸等治疗就可以恢复。还有一例相对严重的是脊髓震荡。”杜志勇介绍,当时小女孩在练习舞蹈,下腰时不慎摔倒,一度全身瘫软、不能活动,幸运的是,送到医院检查后发现女孩只是脊髓震荡,没有更严重的损伤。
杜志勇介绍,脊髓震荡与

脑震荡相似,是一种轻微的脊髓损伤。女孩经过治疗后,几天就恢复了。“当时舞蹈机构的处理也比较得当,让孩子保持平躺的状态,马上拨打了120。”
“练舞或者练武,造成肌肉损伤的比较少见,也有腰椎间盘突出。出现严重脊髓损伤的我们目前还没有收治过,这属于极小概率事件。”省直中医院脊柱外科主任赵金亮介绍,孩子们在练习下腰时,脊柱面临伸展、屈曲,当到

达临界值时,就有可能导致脊髓损伤,所以下腰是有一定危险性的动作,需要在专业人士的指导和保护下,在充分热身的前提下,循序渐进地练习。特别值得注意的是,在练习者摔倒,甚至出现腰痛、腿麻后,老师或家长要意识到可能是脊髓损伤,不能再继续练习,也不能继续弯腰、扭动,应让患者尽量平躺在硬板上,并及时拨打120,由专业急救人员送到医院,避免多次伤害,加重病情。

●老师 市场“喧嚣”,老师要更专业、家长需更淡定

姚晓芳5岁开始学舞蹈,从音乐学院舞蹈系毕业后一直从事舞蹈教学,算起来与舞结缘已有30年。“不是说孩子不能练习下腰这个动作,而是老师应该更专业更尽责地对待学生。”姚晓芳认为,每个学生的身体条件不同,对技巧的熟练程度也不同,不能用统一标准去要求,更不能去强求,必须从分解动作开始,在老师一对一的指导下,循序渐进开展练习。
“培训市场的火热导致对老师的需求量很大,成为舞蹈老师的门槛也不高。”姚晓芳

认为,在此前提下,确实存在“半调子”老师涌入,以及老师心态浮躁、流动性强,哪个机构给的课时费高就去哪里,所以家长在选择培训机构时,一定要注意机构的资质与老师的专业性。
“同时,家长也应该摒弃急功近利的心态。”姚晓芳说,部分家长比较看重“学习成果”,觉得孩子能迅速掌握劈叉、下腰、搬腿、侧手翻就是老师认真教学的表现,其实这是没有必要的,因为对于大多数孩子而言,舞蹈只会是一项兴趣爱好,要走上

专业道路,还需要考察诸多先天条件,例如臂展是否多于身高、脖子的长度等等,这些属于“老天爷赏饭”,靠苦练是改变不了的。
“一旦出了事,对于机构来说,也是不能承受之痛。”我市一家舞蹈机构的相关负责人表示,他们会定期对老师进行教学培训,学校一直强调,老师不能用自身重量去帮孩子压腿压腰,不要求家长在家里帮助孩子练习类似下腰这种有一定危险系数的动作,更不允许孩子们在老师不在的情况下,自己练习毯子功。

●舞蹈家戴剑 孩子学舞蹈不要盲目陷入考级、应试,要尊重本心,体会乐趣

曾在金星舞蹈团当过舞者,之后一直活跃在国际舞台上的舞蹈家戴剑是一名株洲伢子。早前,他回株表演,并与我市的舞蹈爱好者共奏一堂,分享与舞蹈相关的话题。

戴剑12岁才开始接触并练习舞蹈,对于舞蹈培训,他表示:“舞蹈是感受美好与快乐的过程,让自己的身心达到默契,让个人与团队和谐相处,不要为了应试让学舞蹈的孩子陷入条条框框之中,遗失

了对美好与快乐的追求……”戴剑认为,家长不要过于浮躁,要注意引导孩子,学习舞蹈不要盲目陷入考级、应试,而是应该尊重本心,去体会舞蹈的乐趣。(姚晓芳、小羽、圈圈为化名)

家有萌娃

爱扮鬼脸的开心果

一路向珍

翔翔是个非常活泼好动的孩子,喜欢玩,喜欢笑,喜欢扮鬼脸,脸上总是挂着开心的表情,所以我叫他开心果。

翔翔有时候在城里生活,有时候回到乡村老家,经常接触大自然也许能使他更开心。我带着他一起去山上玩,到田野和马路上溜达,去小溪边捡些漂亮石头,去山脚下摘一些野花果野果子野菜,大家一边聊天一边玩耍,开心地蹦蹦跳跳。我把这些玩耍的经过都拍下来,发一些到亲戚群里,翔翔可爱搞怪的笑容感染了大家,大人们说,看到孩子天真烂漫的样子,会不由自主嘴角浮现微笑。我常跟翔翔说:“你这么会摆动作,长大后可以去当影帝了。”



萌娃征集令

你家宝贝有没有超级萌的瞬间?是不是说过令人捧腹大笑的“名言”?与其在朋友圈里疯狂晒娃,不如让更多人来欣赏娃儿的萌趣时刻吧!赶快拿起相机或手机,拍下自家萌娃卖萌撒娇或是搞怪有趣的一瞬间,发送到zrbsg@163.com,我们将在“家有萌娃”栏目晒出来。