

2022年03月07日 星期一  
责编:何春林  
美编:郭金芳  
校对:曹韵红

## 养老保险实施全国统筹

近日,人力资源和社会保障部在新闻发布会上表示,从今年1月开始,实施养老保险全国统筹。全国统筹制度实施后,将在全国范围内对地区间养老保险基金当期余缺进行调剂,用于确保养老金按时足额发放。据悉,目前全国社保基金滚存结余4.8万亿元,可支付月数在14个月以上。基金整体上是收大于支,养老金按时足额发放是有保障的。

(摘编自中国新闻网)

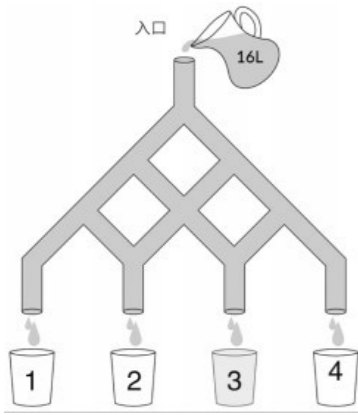
## 广东困难家庭老人享受多种养老服务

近日,广东省政府办公厅发布文件,最低生活保障边缘家庭和支出型困难家庭中60岁及以上老年人享受下列养老服务:政府举办或政府出资委托其他组织开办的居家和社区养老服务服务中心、日间照料中心、长者饭堂等服务机构的相关服务;最低生活保障边缘家庭中60岁及以上老年人可以申请养老服务补贴,并优先入住公办养老机构。

(摘编自《羊城晚报》)

## 闯关游戏

### 1. 水管游戏



给图中的水管里注水。当水管分成两支时,水量也被平均分成两份,从两边分流下来。请问:从入口处注入16升水后,流经4个杯子中的水分分别有多少升?

### 2. 拼汉字



图中五角形图案外圈有一至十10个数,内圈有十个汉字,请将外圈与内圈的汉字相互拼凑起来,拼成30个新汉字。

# 五花八门的长高“秘诀”靠谱吗?

又到黄金长高季。近日,随着网络上的一张《2022年最新儿童标准身高表》的出炉,针对身高的热议再一次展开。身高“七分天注定,三分靠打拼”,不少家长想方设法寻找“秘诀”助孩子长个。这些长高“秘诀”有用吗?

## ● 闻着柠檬睡觉能长个?

最近,“在床头放两个柠檬能帮助孩子长高”的消息在网上流传,称柠檬能够散发出一种淡淡的香味,能够帮助人快速入睡,睡眠质量好,就能帮助孩子长身

## ● 多吃肉能让孩子长高?

不少家长觉得长个子需要营养,于是总让孩子“多吃点肉”。孩子发育阶段多吃肉有助长高?浙江杭州一位妈妈真这么坚持了大半年,结果儿子爱上了吃肉,人也长了不少,可是发育机制

## ● 吃田七粉能助长?

近年来田七受到很多养生人士的追捧,而田七能帮助孩子长高的这件事,也成了家长们关注的问题。在福建泉州一家单位上班的小庄身高1.85米,他说自己的父母身高都不高,初三时,母亲给他吃过“田七炖鸡”。连续吃了

## ● 喝牛奶多多益善?

有些家长听说多喝牛奶能补钙能长高,就每天逼着孩子喝牛奶,甚至让孩子把牛奶、酸奶、奶饮料当水喝,希望孩子喝得越多长得越高。这样真就一定长高吗?

专家提醒:牛奶其实是一把

# 阵阵倒春寒 护好心和脑

春季忽冷忽热,昼夜温差大,血压波动大,加上人们容易感冒,有高血压等慢性病的老年人尤其需要多加防范心脑血管病找上门。

## ● 倒春寒时脑出血、心梗频发

城区多家医院专家介绍,每年的11月到次年3月是一年中中心脑血管病高发时段。根据患者情况来看,不少患者有脑出血病史,加之前段时间气温大幅下降,引起血压波动,导致脑出血复发。

## ● 高危人群警惕这些症状

专家介绍,脑出血以50至60岁的高血压患者多见,由于情绪、天气变化、便秘、屏气等因素导致血压突发升高,从而引发本身硬化薄弱的血管发生破裂。医生提醒,脑出血前多无预兆,往往突然发生,若出现以下症状需警惕,请及时就医:1.剧烈头痛或长期头痛突发加重,尤其伴

## ● 预防心脑血管疾病做好八点

专家提醒,春季预防心脑血管病,建议做好以下几点。1.稳定血压。遵医嘱规范用药,勿随意更换调整用药。2.避免精神紧张、情绪激动。3.清淡饮食。多吃蔬果、豆制品,配适量瘦肉、蛋、鱼,

高,还能提升记忆力。柠檬真能帮助孩子长高?专家提醒:夜间充足的睡眠有助于生长激素分泌,从而帮助孩子身体长高。但是,没有科学的证据

提早启动了,医生预测他比遗传身高还要矮2厘米。

专家提醒:一般青春期的孩子每天摄入肉食2两左右就足矣。内里的主要营养物质为脂肪和蛋白质,这两种物质在身体里

几次的“田七炖鸡”,再加上小庄喜欢打篮球,在初三的那个暑假,他的身高猛长了七八厘米。

专家提醒:中药田七具有活血化淤、消肿止痛的功效。田七的“专长”不是帮助孩子长高,田七的活血化淤促进血液循环,对

双刃剑。牛奶确实含有丰富的蛋白质、钙质,喝牛奶对骨骼发育有益处。但如果长期过量饮用牛奶(>500毫升/天),孩子的正餐会受到影响,营养摄入不均衡,反而会受到阻碍正常的生长发育。想让孩子长得更高,关键在

证明柠檬香气有安神助眠的功效。况且两个柠檬能散发多少香气呢?不凑近根本闻不到。所以,目前还没有科学依据支持睡觉枕边放两个柠檬能帮助孩子长高。

堆积到一定量时,就会释放出特殊的信号,开启发育的开关。一般孩子的体重达到80斤时身体就会启动发育。所以,从小平衡孩子的膳食、管理好体重非常重要。

于孩子增高只能起到一个间接作用。另外,很多家长关心要不要给孩子吃补品帮助长高,比如,海参、小公鸡、三七粉、燕窝等。实际上,很有可能压缩孩子长高的整体时间,得不偿失。

于营养均衡、睡眠好、运动好。牛奶的推荐摄入量1至3岁的孩子每天300至500毫升,3岁以上的孩子每天1杯(250毫升左右)纯牛奶或酸奶。这些足够满足孩子生长发育的需求了。(摘编自《都市热报》《钱江晚报》《东南早报》)

## 梁俊婚介

女未婚:90年,1.62米,大专,自己创业,有房有车。

女未婚:93年,1.64米,本科,株洲荷塘区政务中心工作,有房有车。

女未婚:90年,1.55米,大专,自己创业,有房。

女离婚:68年,1.60米,有房。

女离婚:67年,1.59米,没退休,有房。

女丧偶:67年,1.60米,有房。

男未婚:74年,1.80米,株洲机务段上班,乘务员,有房有车。

男未婚:92年,1.83米,大专,广铁集团上班。

男未婚:89年,1.72米,职高,自己开公司,有房有车。

男未婚:85年,1.70米,大专,在株洲茶陵工作,有房有车。

男未婚:93年,1.68米,本科,在长沙工作,有房有车。

男未婚:90年,1.70米,本科,工程师,在株洲工作。

男离婚:75年,1.68米,初中,个体经营。

男离婚:84年,1.76米,在株洲工作,有房有车。

男离婚:66年,1.75米,本科,在株洲中车上班,有房。

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,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,有车有房。

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。

热线:28237011  
153886203070

地址:株洲市中心七一一路和民路交叉口建行对面(谊萍婚友会所)



## 两会连线

本报讯(株洲晚报融媒体记者/邓伟勇)3月5日,十三届全国人大五次会议在北京开幕,国务院总理李克强代表国务院作政府工作报告。报告引发驻株全国人大代表热议,认为报告内涵丰富、“干货”满满,我市应把准时代脉搏,抢抓机遇,真抓实干,加快培育制造名城,建设幸福株洲。

《政府工作报告》指出,增强制造业核心竞争力,加快发展先进制造业集群,实施国家战略性新兴产业集

## 周清和代表: 大力推进智能制造产业发展

本报讯(株洲晚报融媒体记者/邓伟勇)今年的《政府工作报告》提出,要增强制造业核心竞争力,推动产业向中高端发展。全国两会期间,全国人大代表、中车株机公司党委书记、董事长周清和结合报告内容,提出“大力推进智能制造产业发展”的建议。

智能制造是建设制造强国重点突破领域之一,在国家工信部《智能制造发展规划(2016-2020年)》和《智能制造工程实施指南(2016-2020年)》的扶持下,先进轨道交通装备智能制造已取得显著成效并持续提升,但是后续的《2018年智能制造试点示范项目要素条件》等支持政策中,智能制造专项申报资格

在今年全国两会上,“美育”成为部分人大代表、政协委员关注的课题。特别是关于“取消中小学生学习艺术等级考试的建议”一度登上热搜榜前排。记者走访发现,身边不少青少年和儿童都正在或曾经参加过艺术考级,因此,这一话题引起了大家的共鸣。

## ● “取消艺术考级”登上热门

记者查阅相关报道发现,“避免艺术教育的‘功利思维’”,已成为政协委员们的共识。

在今年全国两会上,全国政协常委、中国美术馆馆长、中国美术家协会副主席吴为山直言,建议取消中小学生的各种艺术类等级考试。

全国政协委员、南京大学文化与自然遗产研究所所长贺云翱则坦陈,那些要“考级”的艺术学习太“功利”。“美的教育应该是每天必需的需求,无论从事什么职业,都应该拥有

## ● 超八成家庭正“置身其中”

日前,记者随机采访了50位家长,其中有43人表示,为孩子报名了艺术培训项目,主要包括舞蹈、钢琴、器乐、播音主持等,并且每年都会参加艺术等级考试。

家长王女士介绍,孩子4岁时就报名了中国舞,培训机构每年都会组织一次等级考试。考试前,老师会集中一段时间训练考试舞蹈曲目。只要表现不是太差,基本都能一次性通过。“已经陪着孩子参加了4次考试,

# 驻株全国人大代表热议《政府工作报告》 抢抓机遇 加快株洲发展

作为中车株机公司的“掌舵人”,周清和代表表示,将坚定“双碳”发展方向,锚定制造强国战略,持续提升制造业核心竞争力,建成国家重要先进制造业高地,以全球范围内规模领先、品牌响亮、引领潮流的世界级先进轨道交通装备产业集群,世界级轨道交通装备研基地和服务中心,为国家和湖南省经济社会发展贡献新的更大力量。

作为科技人员,单晓明代表最为

关注,印象最深的是《政府工作报告》中关于科技创新能力方面的政策风向。“之前国家科研项目在立项和经费管理方面存在一些问题,我今年会就进一步细化科研项目经费管理

办法提出建议。”单晓明坦言,顶层设计必将激荡更大的创新活力,“下一阶段,我会一如既往地潜心做中小型航空动力研发工作,带领团队攻坚克难,一定要在关键核心技术攻关上取得重要进展,为湖南打造世界级中小

型航空发动机产业集群提供坚强技术支持。”

《政府工作报告》再次提出了系列减负纾困等政策,让黄小玲代表对企业未来发展也信心倍增。她认为,政府持续出台各项帮扶政策无疑有助于稳定市场预期。随着相关政策的落地,加之“一件事一次办”等放管服改革的深入推进,必将更大激发市场活力和发展内生动力,有利于促进就业和改善民生,推动经济社会高质量发展。

## 黄小玲代表: 加快建设全国烟花爆竹转型升级集中区

本报讯(株洲晚报融媒体记者/邓伟勇)烟花爆竹产业是醴陵的支柱产业之一,有相关从业人员20多万人,产业的持续健康发展对于提高居民收入,促进乡村振兴起着重要作用。全国两会期间,驻株全国人大代表黄小玲提出“加快全国烟花爆竹转型升级集中区建设”的建议,推动集中区烟花爆竹产业安全化、科技化、绿色化发展。

湘赣两省是我国烟花爆竹主产区,浏阳、醴陵、上栗、万载4个县市的生产企业数量、产值以及出口分别占全国的70%、80%、90%以上。国家发改委印发的《湘赣边区合作示范区建设总体方案》明确指出,依托浏阳、醴陵、上栗、万载4县(市)建设全

国烟花爆竹转型升级集中区。

调研显示,受安全环保标准提升、燃放限放、原材料供给等因素影响,烟花爆竹产业行业准入门槛提高,行业发展空间进一步压缩,部分中小企业将面临淘汰退出,产业持续发展动能不足。

黄小玲建议,尽快出台全国烟花爆竹转型升级集中区实施细则,更好指导市、县有序开展相关工作;强化区域交流合作,推动湘赣两省在政策联合、品牌联建、展会联办、口岸互通、技术互助、安全互管6个方面开展协作;加大对花炮机械研制与开发、环保无烟(微烟)烟花研制等方面政策支持力度,补齐仓储物流、燃放场地等平台建设方面的短板。

# 取消中小学生学习艺术考级? 网友已“炸锅”你怎么看

株洲晚报融媒体记者/戴凛



▲小学生在参加舞蹈培训。记者/戴凛 摄

## ● 有学生未及相应的“等级”水平

我市一位艺术界业内人士认为,艺术等级考试的出发点其实是好的,它能让孩子和家庭有一个明确的学习目标,便于衡量学员的艺术水平。但是在实际操作中,艺术等级考试的“商业味”越来越浓。一些培训机构忽视了对学员艺术欣赏和美的培养,只是让孩子通过机械训练来应对考试。于是“等级考试”成为套住很多家庭和孩子的手段,

让大家不舍弃退出,继续参加培训。他表示,曾见过一些舞蹈等级达到12级的学生,按理说经过大约12年的训练,至少能够达到“半专业”的水平。但是在实际表现中,动作和感觉仍然比较“业余”,这让他感到非常遗憾。“所以网上‘取消艺术等级考试’的呼声会有这么高,也说明很多家庭或者专业人士都发现了这个问题。”

2022年03月07日 星期一  
责编:肖星平  
美编:郭金芳  
校对:曹韵红