

报班花了2500元 旅游消费5000多元

# 娃的暑假快乐 家长下了“血本”



晚报讯(记者 杨舒)“暑假才过去一个月,我就为儿子花了两个月的工资了!”近日,家住薛城区清泉小区的居民苏女士,在朋友圈里晒出孩子的“暑假账单”。不少好友纷纷在回复讨论。

钱都花哪了?苏女士介绍说,上小学六年级的儿子放假后,就报了美术培训班和游泳兴趣班,一共交了2500元学费。“给孩子报班主要是觉得我和孩子的爸爸每天都上班,没有时间照顾孩子,而且也不想把孩子送到父母那,怕老人惯孩子一个暑假的时间孩子很难再适应开学的生活,出于这种考虑我给孩子提前报了两个班。”苏女士说。

上周,苏女士一家人报了某旅行社的北京5日自由行旅行团,一家三口花了5000多元,回来后又给孩子买了一个平板电脑,这么算算差不多有一万元左右。在苏女士的“暑假账单”里,旅游的支出最大。且不说那些动辄上万元的出境夏令营等等,就算只在国内走走也是开销惊人。苏女士表示这笔支出是“心甘情愿”的:一方面希望孩子趁假期去开阔眼界,另一方面也不用天天盯着他的衣食住行。

不过也有家长感觉花这么多钱不值得,这不家住市中区东湖附近一小区的秦先生表示,眼看暑假已经过半,单是给孩子报暑期培训班这一项,就花了六七千,可孩子基本上什么都没

学会。秦先生的儿子开学上小学四年级,秦先生一直认为“学本事要趁早”,给孩子报了好几个班。但他忘了先问问孩子的兴趣爱好,结果无论是游泳、围棋还是朗诵,儿子都不喜欢,培训班当然也上得没什么效率。

不仅小学生开销大,一些准大学生开学前基本都会购置“三大件”,即手机、笔记本电脑和数码相机。购齐这“三大件”一般都需要万元左右。

苏女士的好友刘老师在朋友圈留言说,假期无论花销多少,重点是能够给孩子一个快乐的假期,有条件的家庭可以去参加各式各样的活动,但别让孩子养成攀比的不良习惯。

垃圾不入箱现象较为普遍

## 咋就不能多走几步扔垃圾进箱

晚报讯(记者 李帅)近日,家住市中区光明东路附近一小区的居民王女士在社区居民微信群里说,前段时间创优成果显著,小区内的环境得到了治理和改善,但最近这几天,她看到一些单元门前的垃圾箱外又开始出现垃圾,垃圾箱周围的卫生开始变得糟糕。

“前一段时间,垃圾箱体特别干净,周围也没有垃圾出现,现在经常看到某些邻居又把垃圾扔在外面就走的现象了。”王女士说。随后,记者来到王女士所在的小区,看到一些垃圾箱周围散落着一些小袋的垃圾,靠近后看到垃圾箱内并没有盛满垃圾。记者又走访了附近的几个小区,这种现象或

多或少的都存在。

小区居民胡先生介绍,前一段时间小区内的卫生情况特别好,垃圾箱外的环境也得到了很大的改善,本以为这样的情况会一直保持,可是过了没多久就出现这种现象,实在是不应该,他建议邻居们都应该保持把垃圾扔进垃圾箱的好习惯。

“当初看到小区里更换了新的垃圾箱,垃圾箱周围的环境也打扫的很彻底,看到这样的环境,很多邻居都改变了原来扔垃圾的坏习惯,都是走到垃圾箱跟前扔进去。可是最近却看到有些邻居又开始骑着电动车来到垃圾箱附近直接顺手扔垃圾,根本不问扔不扔的进去,导致一些垃圾散落



到垃圾箱外,小区环境随之而改变。小区环境靠大家,希望邻居们能够保持一个好的习惯。”小区居民孔先生说。

## 好友搭伙共享冷气 省了电费增了感情

晚报讯(记者 董艳)今年的夏天,许多人感觉气温比往年高,为了享受夏日的清凉,不少人选择躲进空调房里,可是天天如此,空调费肯定是蹭蹭地涨,为了节省电费,家住高新区新大都花园小区的居民陈先生,就和朋友刘先生搭伙享受起了空调,节省了一半的空调费,两人的感情也因此更加升温。

据陈先生介绍,他结婚半年多了,妻子一直在外地上班,小两口一年能够聚在一起的时间也是寥寥,平常时间,陈先生下班之后都是一个人待在家里,虽然陈先生习惯热闹,可是时间久了也就慢慢习惯了家里的这份宁静。

陈先生有一位关系还算不错的好友刘先生,刘先生的情况和陈先生略有不同,小陈先生几岁的刘先生至今还是单身,每天除了上班,两人的生活模式基本类似。虽然刘先生还没有成家,但是刘先生早在一年前就搬出了父母家,开始了独立生活。

陈先生告诉记者,他和刘先生是在附近公园打球时认识的,

因为常常一起打球,两人也就熟悉了起来,打球之余两人也会抽空约在一起喝酒,不到一年的时间,两人成了无话不谈的好朋友。

因为同住一个小区,陈先生和刘先生常常也会聚在其中一人的家里聊天。前段时间,因为气温较高,一次偶然的机会,刘先生去陈先生家做客,因为喝多了酒,宿留在陈先生家的客房,陈先生将客厅内的空调打开,两人享受着一个空调,就是这样一个机会,陈先生第二天提议天热的时候刘先生可以留宿陈先生家中。

“本身天热,家里也要开空调,我一个人享受一台空调,也是花费一样的电费,多一个人又不会多损耗,这样一来,我们两个也能在一起聊聊天,也就不至于天天如此无聊。”有了陈先生的建议,刘先生欣然接受,经过近一个月的相处,两人的友情再次升温,两人既节省了一家的空调费,也沟通了感情,一举多得的情况让两人很欣慰,两人相互照顾,两家人也安心了许多。

“红娘”问这问那就是不说对方情况

## 范女士中套骚扰电话不断

晚报讯(记者 刘一单)家住薛城区清泉小区的居民范女士是一位“淘宝达人”,隔三差五地收快递包裹。虽说不是网络“菜鸟”,对网络、电信诈骗也有警觉,但最近范女士还是一不小心“中了招”。

前段时间,范女士接到一个号码是138打头的陌生本地手机号码。对方准确地报出了她的名字,自称是某婚介公司的客服姓杜,特意对“重要的VIP客户”进行回访。

据了解,范女士今年28岁,目前单身,前不久,她就接到过一位同学的电话,称在一家婚介那里看到她的征婚信息了,不仅有她详细的个人基本情况,连其对未来伴侣的择偶要求都有记录,而

这些信息与实际的确也符合。这让范女士感到很奇怪,因为她从未去过任何一家婚介机构登记征婚,而这家婚介机构怎么会有其详细的个人征婚资料呢?

大约半年前,范女士曾经在某个交友平台上登记了自己部分个人信息和联系电话,希望有意者可以电话联系。不久,范女士就接到一位女士的来电,对方称是一位男孩的母亲,看到了她的交友信息,觉得和自己的儿子很般配,就想询问下女方的情况和择偶要求。这位来电的女士在电话里不停地询问范女士的具体情况,问得非常仔细。

范女士觉得有些奇怪,就想询问下对方的情况,而电话那头的女士此时却显得有点支支吾

吾,只敷衍地说个大概,话题又转移到女方身上了。范女士产生了抵触情绪,不肯再说,对方却以征婚要真诚不停劝说,直到通话结束,对方都只单方面了解女方的征婚要求,动机让人生疑。

其实这位给她来电话的人就是这个婚介机构的负责人。原来婚介通过网络平台得知电话后,假扮征婚对象来套取女方个人资料,并将这份个人征婚资料作为会员信息对外公布。不少单身人士表示,婚介机构积极扮演“红娘月老”的角色“牵线搭桥”很好,但是不能为了经济利益和市场竞争而不择手段,把征婚者的信息作为自己谋利的工具,否则失去了信誉和美誉可得不偿失。



## 看病记住九个“不” (一)

很多人去医院看病时,有些事情没有注意,影响了医生对病情的正确判断和诊断,进而影响治疗方案的制订和药物的疗效。以下事情最好不要做。

1.不化妆。望诊是医生看病的基本方法之一。在看病前尽量不要抹粉、涂口红、描眼线、涂指甲,以免掩盖病情,影响医生观察患者肌肤神色,使医生收集的临床信息不准确,影响诊断,甚至作出错误的判断。

2.不吃染舌苔的食物和药物。舌是中医窥探五脏六腑的一面“镜子”。中医看舌头,主要是观察舌苔和舌质的变化,因此,要防止食物或药物染舌造成的假象。就诊前不吃以下几类食物:让舌苔变得白腻的牛奶和坚果;让舌苔变黑的杨梅、乌梅、巧克力、咖啡等;让舌苔变黄的橘子、红薯等。

过烫的水和辛辣食物会让舌质变红,也要避免。

3.不抹香水。嗅气味是中医闻诊的重要内容。人体的各种气味,都是在脏腑生理活动或病理变化过程中产生的,有时可从患者身上散发出来的气味判断疾病。使用香水或气味浓烈的护肤品等,会掩盖患者自身的气味,从而影响诊断。另外,患者在就诊前不宜吃大蒜等气味浓烈的食物。

4.不做剧烈运动。脉诊是中医看病的重要手段,中医的脉诊主要是切脉,观察脉象变化。而脉象的形成,与脏腑气血盛衰密切相关。过于激动及剧烈运动,均可使脉搏变得快而有力,容易掩盖真实的脉象。所以患者在看病前不宜做剧烈运动或避免过于激动,若刚参加完运动或爬了楼梯,则需休息一段时间,待脉搏平稳后再让医生诊脉。

5.不穿紧身衣物。体格检查是医生看病时很重要的诊断环节,详细的体格检查对于医生准确了解病情、正确诊断疾病有重要作用。如果穿着过紧,可能会掩盖一些生理反射和病理反射,不利于医生判断。因此,患者看病时应尽量穿宽松的衣物,便于配合医生做相关检查。

创建国家卫生城市 提升市民健康素养

### 健康科普

枣庄市创建国家卫生城市指挥部办公室主办