



调查

适当“触屏”有积极影响

国外的教育工作者对青少年玩电子游戏并不是百分之百地排斥，他们还给家长提供了一些兼具趣味性和教育性的儿童游戏，以便引导孩子通过游戏学习应该掌握的知识。英国牛津大学研究人员在今年1月出版的《心理学》杂志上发表论文说，对青少年而言，适当“触屏”有益心理健康。研究人员收集大约12万名15岁孩子的数字设备使用习惯，发现玩网络游戏、用电脑、刷手机对青少年的心理健康有“金发女孩效应”，也就是只要把握一定度、不超过极限就有益。论文作者之一安德鲁·普日贝爾斯基说：“我们发现，使用电子设备的负面影响仅是睡眠或早餐不规律的三分之一。”他认为，问题不仅仅在于孩子玩了多长时间网络游戏，更多地在于父母能不能提供一些更有趣的活动让孩子放下电子设备。

方式 应该积极面对、柔和掌控

美国少儿发展研究所的专家指出，百分之百地禁止游戏已经不可能了，家长们应该用心平气和的方式来引导，最大限度地消除孩子们的逆反心理和行为。

■规则公平易执行

绝大多数孩子是愿意遵守家庭纪律的，但通常过于严厉的措施（比如“不许接触游戏”），或是界限模糊（比如“你只能玩一会儿”）的说法都很难奏效。因此规则越详细越好，在孩子按时完成作业、家务劳动和锻炼项目后，在假期可以允许每天玩一个半小时，并且不能晚于8点钟上床睡觉。一旦商定好之后就不能随意改变，那么孩子会认为得到了足够的尊重。

■奖惩要分明坚定

当孩子严守规定后，家长要给予各种新鲜有趣的奖励，鼓励他们坚持下去。当然，如果孩子有意违规，也要让他们明白犯错的后果。例如，孩子某一天没有按时关闭游戏，或是在规定好的睡觉时间上床，那么家长可以取消第二天玩的时间，以示惩罚。对孩子进行批评和检查是必要的，但

网瘾典型症状有哪些？

过于迷恋游戏，会使得孩子们饮食不规律、健康受损甚至危害生命。那么孩子处在什么样的状态就是有网瘾了呢？美国弗吉尼亚州心理医生在多年的诊治实践中，总结出一些基本情形。

社交障碍

当一个孩子过分沉溺网络游戏时，一旦家长指出他没有正常的朋友，他会强调在网上有很多朋友。网瘾儿童总是极力把自己迷恋游戏正常化，找各种借口不接触现实中的朋友。

谎报游戏时间

当家长问及游戏时间时，孩子总设法谎报。通常他们说只玩了两三小时，可是如果家长细查，会发现他们竟然每天玩10至15小时。

对其他活动再无兴趣

很多家长都记得，在孩子沉溺网络游戏前，他们很有好奇心，喜欢接触新鲜事物。自从迷上了游戏，就对其他事情失去兴趣，也不喜欢参加体育活动了。

■柔和管理有效果

面对有上瘾倾向的孩子，管理的方法不宜过急，采用柔和的方式反而更好。与其猛然切断孩子所有的游戏时间，不如在充分沟通和讲清道理后，允许孩子每天仍旧可以玩一定时间，而不是让他随心所欲地玩整个上午或下午。这样做传递给孩子的信息是：父母关心他的学习和健康，但并不是要剥夺他的快乐。

■多增加其他活动

如果不希望孩子整日与电子游戏为伴，那么多开展其他活动就很有必要。家长可以要求孩子在规定时间内读完一本书，然后和他一起回忆书中的情节，或是和他一起下棋、玩游戏等。有条件的话，利用假期全家一起多看看电影和戏剧，也是非常不错的选择。另外，可以多给孩子报几个比较有趣的夏令营，此外，游泳、骑车、打球，或是做一些必要的家务，也都能让孩子远离空虚和无聊。



家庭和家人靠后

一旦孩子迷上游戏，让他们放下不一会儿成了很难的事情，他们甚至拒绝和家人一起吃饭或度假，对家庭活动冷淡，只希望自己不被打扰到。

游戏成为一切

常常把游戏与正常生活混为一谈，除了游戏外，其他什么话题都不愿意涉及。而且他们相信自己将来能通过玩游戏赚钱和生活。

烦躁易怒

心理医生说，在父母试图管教的时候，游戏上瘾的孩子会表现出强烈的反抗和不配合。他们敏感、烦躁甚至易怒。在不玩游戏的时候，这些孩子往往表现得沮丧、走神、情绪化。

胡乱花钱

花样翻新的游戏永远没有止境，迷上游戏的孩子会不断挑战更高级或更难的玩法。在不能获得足够的金钱时购买时，有的孩子会盗用父母的银行卡等。



新招

巴西：建议家长陪孩子一起上网

一家巴西非政府组织近日表示，巴西的家长需要在自己孩子上网时进行陪同，防止他们访问那些不安全网站。该组织总裁塔瓦雷斯指出，禁止孩子上网并不是最佳选择，对待孩子的最好方式依然是，通过对话

在父母和子女之间建立信任关系。他不建议父母对孩子的电脑使用监测或间谍软件。这些设备从表面上给父母安全的错觉，实际上会损害孩子和父母间的信任关系。

亿林靓号

哈尔滨 AAAAA 靓号 现卡
哈市联通 17164533333 4万5
哈市联通 17151844444 2万8
哈市联通 17164566666 8万
哈尔滨 ABCDE 靓号 现卡
哈市联通 17161812345 2万5
哈市联通 17151845678 2万8
哈市移动 17067356789 3万
哈尔滨 AAAA 靓号 现卡
哈市联通 17164530000 9千5
哈市联通 17151846666 1万8
哈市联通 17164538888 2万8
哈市联通 17164539999 2万6
哈市联通 17164569999 3万5
哈市联通 17161860000 1万3
哈市联通 17161876666 2万9
哈市联通 17161878888 3万5
哈市联通 17161869999 3万3
哈市联通 17134586666 3万2
哈市联通 17134587777 3万8
哈市移动 17067356666 3万2
哈市移动 17067358888 3万8
哈市移动 17067359999 3万6
哈尔滨 ABCD 靓号 现卡
(无低消 全国打1毛 接免费)
17164532345 2千6 17164561234 3千3
17161875678 4千5 17164536789 4千2
17164566456 5千8
17151845184 1千5 17164567895 1千9
17164567898 4千5 17164567893 1千5
哈尔滨本地 AAA 靓号 现卡
(无低消 全国打1毛 接免费)
17134583000 950 17164562111 1050
17164563222 750 17164565333 1100
17164561333 1100 17164562333 1000
17164530555 1050 17164532555 1050
17164563666 2400 17134582666 2100
17161870666 1899 17161872666 1850
17161873666 1899 17161879666 1999
17164530666 1699 17164532666 1650
17164536666 1750 17164537666 1799
17164538666 1799 17164564666 1499
17161814666 1399 17161874666 1399
17164534666 1399 17074692666 1480
17074690666 1480 17164569666 2000
17074584666 1180 17151847666 1488
17164569777 3000 17074692777 1580
17164562777 2800 17164561999 2800
17151847999 1788

大庆 靓号 无低消 现卡
大庆移动 17067391111 8500
大庆移动 17067392222 7500
大庆移动 17067394444 6000
大庆移动 17067395555 13000
大庆移动 17067396666 18000
大庆移动 17067397777 23000
大庆移动 17067398888 26000
大庆移动 17067399999 75000
大庆移动 17067393456 2600
大庆移动 17067396789 4000
大庆移动 17067396739 1600
大庆移动 17067392000 750
大庆移动 17067394000 680
大庆移动 17067396111 850
大庆移动 17067394222 650
大庆移动 17067396222 700
大庆移动 17067397222 700
大庆移动 17067394333 700
大庆移动 17067392444 600
大庆移动 17067395444 600
大庆移动 17067394666 1700
大庆移动 17067395666 2150
大庆移动 17067397666 2200
大庆移动 17067398666 2200
大庆移动 17067392777 2200
大庆移动 17067394777 1900
大庆移动 17067395777 2350
大庆移动 17067396777 2500
大庆移动 17067391888 2800
大庆移动 17067392888 2700
大庆移动 17067393888 2750
大庆移动 17067395888 2800

经典 AAAA 靓号 无低消
17071837183 850 郑州 联通
17199479947 900 绍兴 联通
17199470123 350 绍兴 联通
17199471234 750 绍兴 联通
17199473456 850 绍兴 联通
17199474567 900 绍兴 联通
17199475678 1200 绍兴 联通
17199476789 1200 绍兴 联通

市区免费发卡 客服可查详单

地址：道里区钢铁街95号
(钢铁街与前进路交口)
(远华茶城对面，顺乡交警大队前)
电话：156-450-35000(微信)
电话：156-450-35111(微信)

热线

市民投诉：哈尔滨美丽岛温泉水世界存多处安全隐患 记者踏查发现：

救生员变“售货员” 瞭望椅上无人守

生活报讯（记者陈明非 徐楠文/摄）盛夏时节，跳进冰凉的泳池戏水是不乏人阵的首选，不过，戏水的同时也要注意安全隐患。近日，市民王先生给生活报记者打电话投诉称，“前几天我带孩子到哈尔滨美丽岛温泉水世界玩，安全隐患太多了，救生员不认真，瞭望椅上设有人，孩子玩水时的安全难以保证。”对此，生活报记者进行了实地踏查。

隐患一：更衣区安全出口指示灯不亮 无相应灭火器

7月24日，生活报记者来到位于阿城区的哈尔滨美丽岛温泉水世界，在更衣区，记者注意到沿着通道两侧的墙上悬挂着安全出口的指示灯，不过记者转了一圈，发现墙上悬挂的指示灯大多都是不亮的。生活报记者注意到，在一些悬挂安全出口指示灯的墙上，还贴有灭火器使用方法的不粘胶贴，但该提示语旁边并没有摆放相应的灭火器。更衣间中间的位置有一道大门紧闭，大门上方提示安全出口的标识也同样没有亮。

哈尔滨市消防部门工作人员介绍说，安全出口指示灯是为人员通往安

全地带的一种指示灯具，必须要保证完整好用，尤其是火灾发生后，室内出现浓烟，视线受阻，其发出的绿色光可指引人员找到出口方向并迅速逃生。如果无法亮起，则根本无法起到指引逃生出口的作用。据悉，根据《消防法》的规定，机关、团体、企业、事业等单位应当按照履行下列消防安全职责：按照国家标准、行业标准配置消防设施、器材，设置消防安全标志，并定期组织检验、维修，确保完好有效。否则，将依法责令改正，处五千元以上五万元以下罚款。

隐患二：救生员凉亭里“售货” 瞭望椅上空无一人

随后，生活报记者来到最大的一处戏水区，被称为造浪池。生活报记者注意到，岸边摆放了两个近两米高的救生员瞭望椅。不过记者观察了一下，始终无人坐到瞭望椅上。记者沿岸边巡视了好几圈，终于在岸边中间一个售卖食品和泳具的凉亭里发现了一个“醒目”的人。只见男子穿着一件荧光绿色的T恤，衣服上印有“救生员”三个大字，不过记者观察了许久，这名男子不是在凉亭里帮助招待顾客就是闲聊，很少盯着泳池的动向。

生活报记者继续寻找，终于发现了

隐患三：约1米高女童池中戏水 无人提醒穿救生衣

生活报记者在造浪池内看到，尽管浪花很大，依然有很多游客在池内冲浪。多数冲浪的游客除了游泳圈外还穿上了救生衣，可个别小朋友只穿游泳圈，并没有穿救生衣。在造浪池侧边的围栏上记者看到一个提示板，上面写着“身高1.5米以下儿童必须穿着浮力衣，并在成人监护下游玩”。在游客进入造浪池的入口，摆满了水世界提供的救生衣（即浮力衣），虽然有几个工作人员，但身高不足1.5米的儿童不穿救生衣就进入造浪池的，却没有人阻止并提醒。

生活报记者在池中看到一个约1米高的小女孩正和妈妈从水池中往外走，女孩只套了游泳圈，没穿救生衣。女孩的妈妈刘女士告诉记者，第一次来这玩，以为只在浅水区玩，让孩子带着游泳圈就行，可没想到浪会这么大，她和孩子一个不注意就被浪打翻了，想想挺后怕的，娘俩打算去岸边穿上救生衣再来玩。

生活报记者询问刘女士是否知道不足1.5米的孩子入池需穿救生衣，刘女士表示并不清楚，没看到任何警示牌，而且也没有工作人员提醒。顺着记者的指示，刘女士才发现围栏一侧的提示板。刘女士称，这个警示牌应该挂在人口显眼的位置，而且工作人员也应该做出适当提醒，避免出现危险。



俄柒佰味

俄罗斯进口商品

买俄罗斯海参 我只来俄柒佰味 持报花享受 7.9 折优惠

| | | | |
|--|---|---|--|
| <div>俄罗斯马加丹冰虾</div> <div>超级钜惠价</div> <div>37.5元/斤</div> | <div>野生刀鱼段</div> <div>原价8.8元/斤</div> <div>特惠价4.8元/斤</div> | <div>俄罗斯野生三去鲮鱼</div> <div>超级钜惠</div> <div>88元/箱/10斤</div> | <div>原装进口三养超辣火鸡面</div> <div>特惠价5.8元/袋</div> <div>25元/包(5元/袋)</div> <div>180元/箱(4.5元/袋)</div> |
| <div>俄罗斯雪面粉</div> <div>5kg/袋</div> <div>特惠价21.8元/袋</div> | <div>德国进口啤酒500ml</div> <div>特惠价2.9元/听</div> | <div>俄罗斯非转基因葵花籽油1L</div> <div>特惠价13.8元/瓶</div> | <div>俄罗斯马哈鱼罐头</div> <div>特惠价7.8元/罐</div> |

活动时间：8月8日-8月14日 网站：http://shop.hljnews.com.cn/
地址：道里区地段街3号（黑龙江日报报业集团一层） 电话：0451-84612193

黑龙江省中国国际旅行社

圣水湖畔+艾里草原

豪华两日游 全程无自费 一价全含 11年0投诉

独立卫浴 或空调房

全鱼宴 竹筏漂流或游湖

游：参观蒙古包、吉祥楼等十大景观

私家赠送二人转演

咨询热线 0451-88016669 51758885

坐国有豪华游船 赏松江湿地美景

九站一大顶子山一日游(过船闸)

周四、周六、周日7:30发船 128元/人(含餐)

九站一大顶子山一日游

周六 8:30发船 88元/人(含餐)

滨江街一呼三河口湿地一日游

26元/人(含游船门票、电瓶车、午餐、茶水、导游)

周六、周日 8:00发船

通江街一滨江湿地一日游

128元/人(含门票、480元午餐、20人成团)

承办江上婚礼/庆生/寿宴包船

出发地点：道里区九站广场

电话：84616851 15945187166

美容整形广告订版电话

0451-87687444、13845077774

餐饮美食广告订版电话

0451-87687444、13845077774