



盛夏并州掀起全民健身潮

□孙达佳

步入7月,气温居高不下,但全民健身的热情丝毫未减,人们把户外锻炼的时间安排到了比较凉爽的清晨,而身边的场馆、公园成了肆意挥洒汗水的好地点。慢跑、跳操、快走……大家选择适合自己的项目,用运动换来一天工作、生活的好精神。(《太原晚报》7月11日)

健身房里撸铁,白月光下奔跑。动一动、出出汗,散一散身上的戾气,养一下自己的气场。追求健康成为一种时尚,全民健身成为一种“刚需”。

白天,社区公园健身器材上,大爷大妈活动筋骨。夜晚广场公园,跳广场舞的男女老少尽情摇摆。朋友圈里,跑步骑行的朋友,把步子当作画笔,在地图上作画打卡。古县城环城徒步、“闹元宵”

秧歌舞蹈、滨河自行车道骑行太原……报名参加太原国际马拉松赛、环太原国际公路自行车赛、汾河龙舟公开赛等大规模赛事,把强身健体当作习惯,收获奖金当作激励。龙城美景,怡人养心,人在景中,快乐无比。

政府支持全民健身,正式比赛设置高额奖金,打卡券、十二生肖奖牌都得集齐。高额奖金,咱不攀比。只要速度可以,就能轻松拿到音乐随身听等小奖品。

根据《太原市全民健身实施计划(2021—2025年)》,到2025年底,经常参加体育锻炼人数比例达到42%,每千人拥有社会体育指导员3名。人均体育场地面积达到2.6平方米。县(市、区)、乡镇

(街道)、行政村(社区)三级公共健身设施和社区15分钟健身圈实现全覆盖。

管住嘴、迈开腿,健康离每个人都不远。要进一步完善我市各类体育场馆免费或低收费开放政策,推动体育系统管理的健身设施及运动康复等服务向社会开放,让专业的健身场所更接地气。社区健身器材种类多样化,尽可能满足不同年龄段人群的需求。

党的二十大报告指出:“广泛开展全民健身活动,加强青少年体育工作,促进群众体育和竞技体育全面发展,加快建设体育强国。”

我市群众体育蓬勃发展,越来越多的人加入健身大军,全民健身事业将迈向更加广阔的天地。



活外音
马腾飞

新闻:我市持续强化学校主阵地作用,严格校外培训治理,目前,“双减”工作取得阶段性成效。(《太原日报》7月11日)

旁白:让学生回归校园,让教育回归本质。

新闻:近期,各网络平台上涌现出低价团购“大餐”热。5折、6折不稀奇,有的餐饮店团购低至1折。但问题随之而来,消费者抱怨品质服务缩水、存在隐性消费门槛等;不少餐饮从业者也抱怨夸张的低价带来了恶性竞争。(《工人日报》7月11日)

旁白:一场商家与消费者的“双输”。

新闻:近期,一些所谓“代理退保”的广告频繁在网上出现,令不少消费者尤其是老年人上当受骗。记者调查发现,一些不法分子以“代理退保”等名义,通过诋毁保险产品、承诺更高收益等手段,诱导消费者恶意投诉或举报保险机构进行退保,以此收取高额手续费,甚至侵占退保资金,逐渐形成一条黑色产业链,严重扰乱保险市场秩序,侵害消费者合法权益。(新华网7月11日)

旁白:先赚手续费再赚佣金,受伤的还是消费者。

新闻:暑期来临,未成年人近视矫正、视力防控逐渐升温。不少家长期待在假期通过康复治疗矫正孩子的视力。然而,鱼龙混杂的近视康复治疗市场,让很多家长望而却步,还有一些家长带着孩子尝试一些项目后大呼上当受骗。(《法治日报》7月11日)

旁白:近视不可逆,防范是关键。

投稿邮箱:tywbplb@163.com



筑起反诈防火墙

□薄 鸿

又到暑期勤工俭学季,一些高校学子也步入职场,与此同时,一些不法分子盯上了这些涉世未深的年轻人。7月10日,记者从太原中院了解到几起大学生赚快钱的案例,提醒年轻人,看似轻松“躺赚”的背后,小心上当受骗甚至成为电信网络诈骗的帮凶。(《太原晚报》7月11日)

不法分子利用大学生缺乏社会经验的特点,以“零投入”“零风险”“赚快钱”等为诱饵,诱骗大学生通过刷单返利、出借手机卡银行卡等方式赚取“零花钱”。导致大学生落入违法犯罪的陷阱。因此,大学生要做好反诈反诈的准备,让暑期社会实践真正成为大学生迈向社会的

第二课堂。

有调查显示,在全国106所高校大学生中,10.09%的受访者曾掉进诈骗陷阱,31.25%的受访者曾遭遇过诈骗但没有上当,50.98%的受访者身边有人有被骗经历。

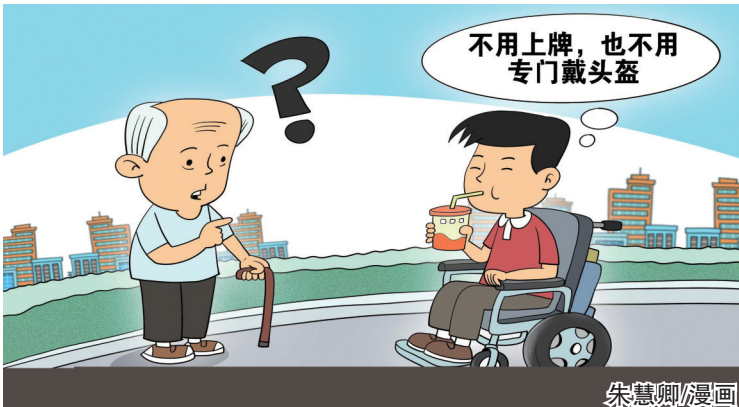
骗子们不断更新骗术,因此,了解骗局的变化趋势和常见手法,对于提高自身防范骗术的能力至关重要。大学生应通过研读各种案例,了解典型的骗局,同时也要关注媒体对骗局的曝光和警示,增加对骗局的敏感度。

同时,大学生要加强自我保护意识,提高辨别能力。在社会实践中,需要与陌生人接触和交往时,应提高警惕,不轻

易相信陌生人的承诺和口头保证。与陌生人进行交易或签订合同时,要仔细阅读条款,不要被一些不合理的附加条款所蒙骗。

此外,学校也应在大学生暑期社会实践前做好反诈防骗知识的普及。学校可以通过开设相关课程或举办专题讲座。相关社会组织和机构可以与学校合作,组织一些针对大学生的实践活动,教会他们如何应对社会实践中的各种骗局。同时,学校也要加强与警方的合作,共同打击各类骗局,维护大学生的权益。

筑起反诈防火墙,打好反诈预防针,为大学生创造一个安全稳定和谐的社会实践环境。



朱慧卿漫画

当下,电动轮椅已不再是腿脚不便的老年人专属的代步工具。据网络视频显示,年轻人乘坐电动轮椅频频出现在校园、食堂、商场,甚至还成群结队在一些道路上“赛轮椅”。但是,有观点认为,这种行为影响道路畅通,挤占大量公共资源,并不值得鼓励。(央广网7月10日)

为户外工作者撑起一片阴凉

□马腾飞

炎炎夏日,交警、环卫工、保安、外卖骑手仍在户外坚守岗位,为了给他们送去一丝清凉,7月10日,老军营街道滨河东路一社区、劲松社区先后为户外工作者送去西瓜、藿香正气口服液、矿泉水等消暑大礼包。(《太原晚报》7月11日)

炎炎夏日中,环卫工、交警、快递员等户外工作者顶烈日、冒酷暑,坚守岗位,维护着城市的正常运转。

送西瓜、送防暑药、送雪糕、送健康体检……然而,这种关怀还不够。要拿出更多具体举措,做好服务保障。比如,合理安排工作时间,避开高温时段工作,保障户外工作者的人身安全;为户外工作者提供阴凉、通风的休息场所,让他们工作之余可以休息和避暑;为户外工作者提供足够的饮用水或

者饮水设施,帮助他们及时补充水分……只有在细节上下足功夫,并形成常态机制,才能真正为户外工作者撑起一片阴凉。

关爱户外劳动者,是全社会的事,需要全民行动。有条件的机关、企事业单位、商场、超市等,增设“爱心驿站”“清凉驿站”,摆几把椅子,放一台饮水机,请高温下辛苦工作的人们坐一坐、歇一歇;沿街门店也敞开大门,让他们乘乘凉,暂避酷暑。广大市民也应尊重劳动,自觉爱护环境,不乱扔垃圾,尽力减少环卫工人劳动强度;遵守交通规则,文明出行,少给交通警察带来麻烦;订餐消费者尽量不要催促,让外卖小哥能有充分的送餐时间……

在这个炎热的夏季,让我们共同努力,细致入微且全方位地关爱户外工作者,让他们在艰苦的工作环境中感受到社会的温暖与关怀。

世荣听力 助听器连锁40家门店 服务社会26年

助听器 优惠促销月 活动开始了! 专业验配 好礼相送

世荣听力总部
山西客户服务中心
0351-3278000
0351-2327900
建设北路239号



扫码详细了解

signia 西嘉 (西门子)

WIDEX 丹麦唯听

REXTON 力斯顿

PHILIPS 飞利浦



以道德立身 以诚信兴业

太原市文明办
太原日报社