

我省10亿元“武装”农村中小学

用于全省农村中小学现代远程教育工程

新华社郑州11月18日电(记者 张梦)记者从河南省教育厅获悉,截至本月,河南省今年已投入10.4亿元用于全省农村中小学现代远程教育工程,已在3.89万所学校建成。

据河南省教育厅有关人士透露,河南省每年都免费为每所农村

小学培训一名骨干教师、为每所农村初中培训两名骨干教师,经过4年时间全省共培训省级骨干教师3.6万多人。各级电教部门还结合农村学校教师教育技术能力建设,对农村中小学20多万教师分步实施了全面培训,培养了一大批“懂远教、会远教、用远教”的教师,他们通

过把现代教学技术和手段应用到课堂教学中,改变了农村中小学校的教学方式。

记者了解到,如今河南省农村学校的各类远程教育设备平均每周使用20课时以上,广大农村学生也能通过现代远程教育设备享受到优质教育资源。



城市速写

这名员工好样的!

□晚报记者 郭坤

市民李先生怎么也想不到,半月前丢的8000元钱会失而复得。李先生说,11月2日晚,他和几位朋友在邢氏海参馆吃饭。第二天早上,他发现身上的8000元钱不见了。李先生赶紧到头一天曾去过的几个地方寻找,却没有到该店查询。11月17日,该店工作人员费尽周折终于联系到李先生。

原来是该店员工高保周拾到了这笔钱并于11月2日交给了总台!对于邢氏海参馆员工高保周拾金不昧的行为,李先生连声称谢。由于高保周请假,17日下午,李先生和记者没能见到他。李先生从该店老板手中接过8000元后,立即拿出1000元请老板转交给高保周以表谢意。不过,老板代高保周婉拒了李先生的酬金。

街谈巷议

健康生活方式须从小培养

□程永迪

报载,北京、上海、济南、西安、南宁等城市从10月起相继在学校开展全民健康生活方式行动,培养小学生科学的饮食行为和锻炼习惯,今后将向全国推广。

前不久公布的《中国学龄儿童少年营养与健康状况调查报告》表明:高血压、糖尿病、血脂异常、超重肥胖和代谢综合征等慢性疾病呈现低龄化趋势,成为影响中小学生健康的突出问题。这些问题的出现,与学生缺乏健康生活方式不无关系。

目前,很多孩子受到溺爱,生活依赖性较强,养成了不良的生活习惯。一项调查显示,17%的小学生、31%的中学生不吃早餐;42%的小学生、39%的中学生有挑食毛病;20%的小学生、37%的中学生每天常喝含糖饮料。虽然不少家长想为孩子增加营养,但他们营养保健知识相当匮乏,健康观念落后,盲目给孩子进补,结果往往适得其反。

因此,家长、教师首先要树立健康生活方式,以身作则,然后引导孩子合理膳食、规律用餐,保持营养平衡;杜绝吸烟、饮酒等行为;少静多动,避免长时间看电视、上网,积极参加体育锻炼,以健康身体、饱满精神投身学习生活。

中小學生正處於長身體、長知識的關鍵時期,也是生活方式形成的關鍵時刻。健康的生活方式一旦形成,會使孩子們終身受益,健康一輩子。

热带树穿上“保暖衣”

近日我市气温大幅下降,为确保绿化带里的热带植物安全度过严冬,市区东新区周口公园新种植的树木都包上了草垫和塑料布,就像是穿了一件“保暖衣”。

晚报记者 朱海龙 摄



温馨提醒

专家教您挑选鸡蛋

本报综合消息 每天一个鸡蛋是许多人固定的饮食习惯。鸡蛋作为日常生活中不可缺少的食品,如何选购自然成为人们关心的问题。为此,笔者走访了东北农业大学食品学院副院长迟玉杰教授。

迟玉杰表示,鸡蛋作为物美价廉的食品,具有很高的营养价值。鸡蛋含有蛋白质、脂肪、卵磷脂、维生素和铁、钙、钾等人体所需要的矿物质,人们应当每天食用1个至2个鸡蛋,以补充身体所需要的营养。

迟玉杰介绍,挑选鸡蛋时,可以从外观品相上进行甄别。消费者可以用眼睛观察鸡蛋的外观形状、色泽、清洁程度。在保质期内的新鲜鸡蛋,蛋壳清洁、完整,并且鸡蛋的表层会有一层蜡质。鸡蛋表层的蜡质非常重要。(熊琳)

未成年人网络建设缺乏长效机制

中国未成年人互联网运用现状存在四大问题

本报综合消息 2007年中国未成年人互联网运用状况调查报告日前发布。调查显示,中国未成年人互联网运用现状存在四大问题。

这是中国青少年社会服务中心负责人近日在天津参加中国未成年人网脉工程天津校园行启动仪式上透露的。

一是触网低龄化。相当一部分未成年人在上初中以前已经开始接触互联网。初中一年级学生中网龄在一年以上的比例占到总数的73.26%。有13.8%的未成年人认为小学开始上网最合适,19.3%的认为无论在小学、初中还是高中开始上网都合适,而更多的家长和教师则希望未成年人在年龄较大的中学阶段开始上网。

二是未成年人容易受不良网

络内容的侵害。调查显示,71.9%的未成年人在家上网,32.5%的家长担心未成年人会接触网上的色情信息,13.9%的家长担心未成年人会接触网上的暴力内容,77%的家长认为沉迷网络游戏对未成年人有严重的危害。

参与调查的专家表示,鉴于家长们的电脑技术水平可能不高或闲暇时间不充裕等原因,对未成年人在家上网难以进行有效的监护。自控能力不足的未成年人对于包罗万象的网络充满好奇,在毫无约束的情况下上网,随意浏览不健康内容,已成为目前最突出的问题。

三是未成年人与成年人在网络认知上存在差异,部分家长有关网络方面的知识存在不足。专家表示,成年人和未成年人在网

络认知上存在差异势必会影响两代人的沟通。家长在电脑和网络知识方面的不足是直接影响未成年人对网络形成正确认知的重要原因,家长对网络的错误理解往往会引起未成年人的逆反心态,进入误区。

四是未成年人网络建设缺乏长效机制。专家指出,目前,中国互联网运用的现状是成年人和未成年人内容没有进行分区和分级,部分网络内容、网络游戏供应商受利益驱使,为了增加网站的点击率,将不适合未成年人的网络内容和网络游戏向未成年人开放,未成年人由于心智不够成熟、自制力差、辨别能力较差,极易受到此类不良信息和产品的影响,不利于未成年人的健康成长。

(周润健)

目前,我国相关部门传来消息称:我国在非药物治疗糖尿病研究方面取得突破性发展,这意味着全球数千万糖尿病患者有望在短期内彻底摆脱糖尿病及并发症带来的困扰。北京大学第一医院内分泌主任、中华医学会糖尿病学分会郭教授说,糖尿病非药物新疗法的最大特点就是让糖尿病病人想吃就吃,而且在治疗过程中,对人体没有任何毒副作用,特别安全。他还表示,糖尿病非药物新疗法在临床中的应用,将彻底改变目前糖尿病人终身服药的现状,从而揭开了糖尿病治疗的新篇章。

糖尿病非药物治疗法取得突破性进展

据介绍,这种新型的糖尿病非药物治疗法的关键是高糖转化酶。对比实验表明,高糖转化酶的作用机理,与胰岛素和降糖截然不同。人工胰岛素虽然能够快速分解血糖,却无法阻止人体内血糖的再次升高,更为可怕的是,患者一旦使用胰岛素,就必须终身注射,痛苦一生。传统降糖药如同兴奋剂,虽然短时间内能使胰岛

及受体亢奋起来,暂时降低血糖,但其降糖作用极为有限。更让医学界揪心的是,病人长期服用传统降糖药尤其是西药,胰岛和受体经过反复刺激会日趋衰竭,抗药性越来越强。久而久之,药物的毒副作用就会直接破坏肝肾等器官,最后不但血糖控制不住,还会直接造成脑、心脏、神经、眼和肾脏等重要器官并发症,甚至导致

残废或死亡。全球领先的微生物降糖制剂——苦荞胶囊,对高糖转化疗法成功运用率先实现了糖尿病非药物治疗。首先,它源自野生苦荞,对人体没有任何毒副作用,其次苦荞胶囊的高糖转化疗法的治疗机理,能够有效双重阻止进入人体的高糖食品和进入血液的高血糖。

美国著名华裔科学家、世界

糖尿病研究会理事王嘉淇教授,联合美国的6位糖尿病博士,对众多患者实验证实:1. 使用当天,2697人降糖明显,其中875人的降糖效果甚至超过胰岛素;2. 一周后,2709人的病情得到有效扭转,血糖平稳,疲倦乏力、皮肤瘙痒、视力模糊、肢体麻木等并发症明显好转;3. 三周期后,875人开始停服降糖西药,762人停止胰岛素注射,血糖仍旧保持稳定。1677人过上了正常人的饮食生活,对于水果、糕点、肉类等食物,可以正常食用。

咨询电话:8361158