

暑假去哪儿?长沙这些免费实践活动等你来

今日女报/凤凰网记者 李旦

暑假即将到来,家长和孩子们估计又开始头疼去哪儿这个问题了。兴趣班、亲子游、回农村体验乡村生活、补习班……一年又一年似乎总是在这些选择中纠结。选来选去,到最后,经常是孩子玩高兴了,家长却不满意;家长高兴了,孩子却是各种失落。为何总是两难全?有没有既能让孩子玩得开心,又能学到知识尤其是增强社会实践能力的假期活动呢?别急,今日女报/凤凰网记者近日从长沙市的一些单位了解到,不少机构推出了专门针对孩子暑假的各种实践活动,而且都是免费的哦,小小“馆”理员、“快乐体操”、“小小银行家”等,这么多活动,你还在等什么!

湖南省少年儿童图书馆暑期活动多多

暑假到来,记者从湖南省少年儿童图书馆了解到,该馆为小朋友们准备了很多精彩的活动,其中不乏有奖阅读、绘本大赛、知识讲坛、快乐手工等精彩内容。有兴趣的小朋友,可选择免费参加。

具体活动安排如下:阅读有奖活动(7月10日—8月20日);全国少

年儿童绘本创作大赛(湖南赛区)暨湖南省第二届少年儿童绘本创作大赛(7月至8月15日);青少年知识讲坛——笨狼读书会·暑假阅读专场(7月11日);“快乐手工——剪纸”系列活动(7月19、26日;8月2、9、16、23日)。活动预约电话:84433651。

带孩子去湖南省体操学校体验“快乐体操”

想利用暑假让孩子多进行运动锻炼的家长注意了,不妨带孩子去湖南省体操学校体验一下“快乐体操”。体操无论从强身健体方面,还是培养良好的身体姿态方面,都是一切运动的基础。而“快乐体操”是以培养兴趣、开发智力为目的的,一

经推出,就受到了长沙不少家长和学龄前儿童的青睐。

据介绍,为了推动体操进校园,7月中旬,湖南省体操学校还将在该校开办为期两周的“快乐体操”体验班,面向3至7岁的儿童。

长沙银行暑期启动“小小银行家”公益活动

从7月下旬开始,由长沙银行主办的“我是小小银行家”小学生银行金融体验日公益活动将在长沙连开四场。活动中,孩子不仅可以扮演银行员工体验各项业务办理流程,还可以在“理财小课堂”上获得来自长沙银行理财专家的理财观启蒙。通过“点钞技能比赛”、“各国货币

认知比赛”、“金融知识抢答”等多个游戏环节,在寓教于乐中认识银行产品和服务,提高金融意识。

活动向社会征集小学五六年级的孩子参与。报名方式:在“长沙银行”官方微信公众账号中“报名”即可报名。详情可咨询96511。

长沙市小小“馆”理员暑假实践岗位等你来

近日,记者从长沙市教育局了解到,为了增强学生的社会实践能力,长沙市教育局联合湖南大剧院、湖南省少年儿童图书馆、湖南省地质博物馆、长沙简牍博物馆、湖南省群众艺术馆非物质文化遗产展厅等招聘学生管理员,为学生提供假期实践场地。目前,2015年长沙市小小

“馆”理员暑假实践岗位已经正式开始报名了。

每名学生在同一个单位参加2次(含2次)岗位实践活动,相应单位将给学生加盖社会实践的公章。各馆在假期还准备了丰富精彩的文物展览、亲子活动、才艺表演。具体岗位如下:

★湖南大剧院
活动时间:7月8日—7月19日
招聘岗位:卫生保洁员、文明引导员、安全引导员
岗位要求:小学生四年级以上
报名方式:0731-84428126

★简牍博物馆
活动时间:7月13日—8月9日(除每周二外)
招聘岗位:领票处、咨询台、体验中心
岗位要求:小学五年级以上学生
报名方式:0731-85425680

★湖南省少年儿童图书馆
活动时间:7月13日—8月28日
招聘岗位:文明引导员、图书清理员、图书上架员、借还书管理员、保洁员
岗位要求:小学三年级以上
报名方式:0731-84433651

★湖南省群众艺术馆非物质文化遗产展厅
活动时间:7月18日—8月28日
招聘岗位:保洁员、引导员、助教、文化传承小使者
岗位要求:小学四年级以上
报名方式:0731-85286191

★湖南省地质博物馆
活动时间:7月6日—8月23日(除每周周一、周二闭馆外)
招聘岗位:咨询员、引导员、地小博、俱乐部、科普小老师
岗位要求:小学生四年级以上
报名方式:0731-89991350

★国货陈列馆
活动时间:7月13日—8月22日(每周六、日除外)
招聘岗位:历史馆、讲解员、矿晶馆、管理员
岗位要求:小学四年级以上
报名方式:0731-84169448

医生在线>>

疝气,先天小异常

给宝宝洗澡、换尿布的时候,或者宝宝在活动、哭闹时,妈妈们要仔细观察一下,看看宝宝的腹股沟是否有一个时隐时现的小鼓包,如果有,那可能是疝气。

怎样发现疝气

宝宝一侧或双侧的腹股沟部位出现一个光滑、稍有弹性的肿块。宝宝哭闹、站立或用劲时,肿块会出现或增大,安静时消失或缩小。那么,这很有可能是疝气。这个小的包块通常位于腹股沟。如果男宝宝,也可能位于阴囊起始部,阴囊内,呈梨形。肿块质地很柔软,有弹性,好像有柄蒂连着通向腹腔内,边界不一定清楚。宝宝平卧时肿物会逐渐缩小至完全消失。女宝宝也可能患有疝气。大多情况下,患疝气的宝宝没有什么异常。大一些的宝宝会感觉有阴囊下坠感,但不会疼痛,对比检查两侧腹股沟,患疝气的一侧相对要饱满。男宝宝疝气同侧的阴囊也比对侧要大。

“小肠下垂”是常见的先天发育异常

如鞘状突发育异常,腹膜鞘状突未闭塞,仍保持开放或部分开放,腹腔内的肠子或腹膜及腹水可从缺口进入腹股沟,形

成腹股沟斜疝。腹股沟疝的发生率较高,为0.8%~4.4%,其中男宝宝占大多数,男女比例大约15:1,发病部位以右侧多见,大约占60%,左侧占25%,双侧占25%。

有哪些治疗方法

从理论上讲,腹股沟斜疝在小于6个月前有自愈的可能,但等待自愈是不可取的。目前认为手术是治疗腹股沟斜疝的最好方法,在医生的指导下,采用疝带压迫腹股沟,也有极少部分的孩子能自行愈合。有些家长会采取注射治疗,但治疗失败后反而会增加手术难度。

手术后,孩子的阴囊或阴唇会出现肿胀,是暂时的,水肿会自行吸收而消退。手术后一个月要尽量避免剧烈活动,尽量不要哭闹、咳嗽,随着年龄增长,肌肉逐渐发达,复发的概率会逐渐降低。

有可能发生哪些并发症

外力的作用可使腹腔内肠子进入疝囊,逐渐增多,不能自行复位,形成嵌顿疝,孩子会哭闹、呕吐、腹胀、肛门停止排气排便,家长们要引起重视,马上带孩子上医院急诊处理。

文/吴水华(湖南省儿童医院副主任医师)

巧吃早餐 白发变黑

只因比别人多吃了一口自制的黑发早餐,年过半百的武汉著名中医李新建教授,不到三个月的时间里,满头白发变得乌黑光亮,精力充沛。与此同时,脸色也越来越红润有弹性,行走健步如飞,感觉怎么也不像57岁,倒好像30、40岁的年轻人。

出于对中医食疗的痴迷,李教授耗费了6、7年时间,发现了这一天然的黑发食疗方,奇迹就这样出现了。他看到有白发、少白头、两鬓早白困扰的朋友,就忍不住向他们推荐这个方子,有最快的两、三个月就能见效。使用者无不惊奇!

李教授公开了他的配方,希望有条件的朋友可以试着制作:黑豆15g、阿胶8g、黑芝麻10g、枸杞10g、淮山药8g、黑桑葚5g、红枣8g、益智仁7g、黄精15g、覆盆子15g、百合5g、蛹虫草粉5g,用小钢磨打碎成粉,每天早上熬粥食用。

李教授这样解释他的配方。他参考了无数古方、偏方,这个方子考虑得很全面,既补气血、益肾养发,又补虚润燥、调和肠胃,对中老年人头晕、耳鸣、齿松、脱发、便秘也大有好处。

中医讲“肾主骨生髓、其华在发”、“发为血之余”。一个人头发的好坏能直接反映肾脏、气血的亏盈。因为肾藏精,精能化血,精血旺盛,则毛发壮而润泽。他将医圣张仲景著《金匮要略》的“肾气丸方”和《本草纲目》记载的“三黑汤”、《和剂局方》记载的“乌髯膏”等中医方进行加减。去



除其有副作用或补益过旺的首乌、人参,加入红枣、山药、枸杞、黄精、虫草等药食同源、气血双补的成份。制成了益肾黑发、润燥不上火的“黑发早餐”食疗方。

据武汉、北京、上海、天津等最早上市地的消费者反映,喝上“黑发早餐”一周左右就觉得精力充沛、中午不犯困了;晚上睡得香、起夜少。效果好的一月左右白发就能逐渐变黑,并且红光满面。不少中老年人表示,手、脸上的老年斑淡了,连耳鸣、头晕的毛病也改善了。

好消息:目前此方已通过国家有关部门认证,命名为“黑发早餐”,指定由专业科研公司加工生产,不用熬煮,一冲即食,畅销全国。

前100名
打进电话可享
受半价体验!
全省仅限300
盒,售完为止!

买10盒赠5盒,买5盒赠1盒
咨询热线:400-6858-766