



乐山广播电视台

LESHAN BROADCAST TV WEEKLY



扫描关注我们

一份有温度的城市周报

46 | 总第1373期
本期24版

2019年11月14日

乐山广播电视台报社 出版 社长：刘岚 总编辑：徐燕平

折翅之痛



未成年的“罪”与“罚”

P03-P08

国内统一刊号：CJN51-0095-07 邮发代号：61-519 本报数字报网址：<http://szb.lsweekly.com/>

P10 健身房突然停业 上千名会员维权难

02

广告

2016年11月14日

元祖 補 空 补嘴空

GANSO
元祖良品
股票代码:603886



亚马逊元祖地址:乐青路7号北京华联旁
凤凰路元祖地址:春华路中段340号
元祖乐山店地址:土桥街89号

电话:0833-2271736
电话:0833-2418922
电话:0833-2126068



元祖微商城扫码购买

元祖—让人与人之间的联结更紧密
MAKE HUMAN RELATIONS CLOSER ETIQUETTE'S MOUTHPIECE

本期导读

乐山广播电视台 / READING
GUIDANCE
2019·11·14

12

新闻周刊
特写

叶智勇：嘉州骨医传承人



14

新闻周刊
专题

“大峨眉”打出组合拳
乐山、雅安、眉山三地文旅“桃园结义”



19

科普周刊
热点

高楼失火时，
应该往上跑还是往下跑？



22

城市周刊
电影

《受益人》申奥对宁浩风格
的致敬与抽离



值班编委： 谭 莉
美术总监： 游昌学
版 式： 王 扬 赵霜琪
本报数字报： <http://www.lsweekly.com/>
本报公众微信： 乐山头条
新闻热线： 2408770
发行热线： 2429051
广告热线： 2429053

新闻 周刊

NEWS WEEKLY

2019年11月14日 编辑：谭莉 版式：游昌学

03
封面报道

撕裂 之痛

未成年的“罪”与“罚”

■ 本报记者 谭 莉

10月20日，大连一名未满14岁的男孩儿杀害了一名10岁的女孩儿。按现有法律，不负刑事责任，只被收容教养三年，引发了整个社会的强烈关注。

10月31日起，《中华人民共和国预防未成年人犯罪法（修订草案）》公布，征求社会公众意见。当下，未成年人犯罪的现状与趋势是怎样的？治理未成年人违法犯罪又该如何破题？





A

成人化的未成年人犯罪

来自多地司法机关的报告分析显示,未成年人犯罪正逐渐呈现出低龄化的趋势,并且趋于成人化、暴力化。同时,近年来,未成年人杀人甚至杀害亲友的案件偶有曝光。这些施暴者,对亲近者甚至骨肉至亲下手,击破社会人伦底线,引起社会舆论震惊。





《少年的你》剧照

未成年的“罪”

距离大连10岁女童琪琪被害，已经过去近一个月。仍有人从大连各地赶到琪琪最后生活的小区，送上蜡烛、鲜花、布娃娃，寄托哀思。

时间回到案发的10月20日下午。那天，琪琪照例去上美术课。本来，妈妈会在3点钟去接她，但不知道为何，午睡时，手机被调成了静音，没能按时起床。或许是觉得离家不远，琪琪决定自己走回来。

根据警方调查，琪琪的遇害时间应是下午3点半左右。也就是说，蔡某第二次向琪琪的父母搭讪，询问琪琪下落时，已将琪琪杀害。据悉，琪琪死于失血过多，她的胸腔和腹腔，被蔡某用一把折叠水果刀，捅了7刀。而且，蔡某从在家里杀害琪琪，到将琪琪抛尸于家对面的低矮树丛中，过程非常连贯，只用了十几分钟。

直至调查结果公布，琪琪的家人都未曾想过，犯案的会是蔡某。因为13岁的蔡某与琪琪的哥哥就读同一所中学，和琪琪上过同一个托管班，与两个孩子也算相识。

在琪琪的父母看来，蔡某的犯罪手段、心智都已达到成年人水平，他更有利用现存法律规定，为自己开脱的嫌疑。我国《刑法》规定，未成年人满16周岁才开始负刑事责任。尽管故意杀人、强奸等八类刑事犯罪，追责年龄有所放宽，但还是限制在14到16岁之间。因此，差2个月才14岁的蔡某，尽管案情恶劣，仍属于无刑事责任能力人群，不能被追究刑事责任。10月24日，案发4天后，大连警方经上级公安机关批准，做出决定：将蔡某送至辽宁省少管所，收容管教三年。

“杀人只关三年”，蔡某被收容管教的消息，引发了强烈的民意反弹。他们担心，蔡某回到社区，会成为安全隐患，再次犯下类似罪行。至少有三位成年女性表示，自己曾被蔡某尾随、骚扰过。尽管报案后，警方要求蔡某家长严加管教，但最后都不了了之，一犯再犯。

畸形人格与无知无畏



来自多地司法机关的报告分析显示，未成年人犯罪正逐渐呈现出低龄化的趋势，并且趋于成人化、暴力化。

2012年，年仅17岁的刘某在乐山沙湾区沫若中学附近对一位女士进行抢劫，抢走现金和手机一部。根据刘某犯罪的事实、性质、情节和对于社会的危害程度，判决刘犯抢夺罪，判处拘役六个月，缓刑九个月，并处罚金人民币一千元。

2013年，乐山犍为县年仅17岁的小姚染上毒瘾，并伙同男友吸食和贩卖毒品。最终，被判处有期徒刑四年零六个月，并处罚金二千元。

同时，近年来，未成年人杀人甚至杀害亲友的案件偶有曝光。这些施暴者，对亲近者甚至骨肉至亲下手，击破社会人伦底线，引起社会舆论震惊。

2018年底，湖南12岁的吴某康，因不满母亲的管教，将其母杀害。同样是在2018年底，在华南一法院审理的一起强奸杀害11岁女孩案件中，被告人韦某才19岁。此案发生前6年，韦某就涉嫌故意杀人罪，因未满14周岁，未被追究刑事责任；一年后，韦某因故意杀人罪被一家法院判刑；刑满后韦又作案，强奸杀害了一名11岁的女孩……

记者在采访中了解到，由于一些涉嫌犯罪的未成年人未达刑事责任年龄被阻挡于刑事司法体系之外，很大程度上掩饰了现实中真正存在的未成年人犯罪实况。而18岁前的低总量，往往可能会在18岁以后的统计中出现报复性的急剧增长。

争执、被没收手机、没要到钱、不许玩电游、不许抽烟、有积怨……记者调查发现，多数未成年人犯罪案件，起因主要是生活琐事。而事发后，这些犯罪施暴者多数表现出情感反应冷漠、法律意识淡薄的共同特点。

杀害母亲的湖南12岁男孩吴某康表现也是如此。“把你妈妈杀了，你认为错了没有？”“错了……但是我又没杀别人，我杀的是我妈妈。”“那以后怎么办？”“学校不可能不让我上学吧？”面对亲人的责问，他如此回答。

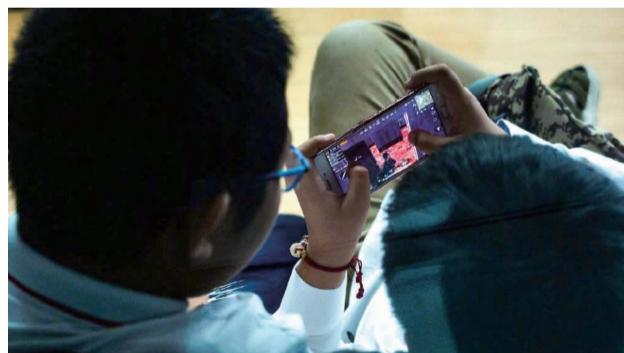


《少年的你》剧照

B

未成年人犯罪 如何破题？

表面上看，家庭监管的缺失是造成未成年人犯罪的直接原因，而从心理健康的的角度来讲，同理心培养的缺失则是出现问题的根源。



早熟的孩子和过早的恶意

面对“熊孩子”犯下的错，家长们通常会以“他还只是个孩子”为之辩解。

“他还是个孩子吗？”他也许不再是个孩子了。

“随着社会的发展，现在的孩子已经普遍面临早熟的情况。无论是生理还是心理上，都已经超越了年龄的限制。”国家二级心理咨询师、“一海心育”名师工作室主持人李海燕，从事教育工作二十余年，她认为，相比于过去，网络时代下成长起来的00后，因物质的优越和电子产品的广泛应用，使得他们与成人之间的界限越来越模糊，孩子们被迫提早进入欺骗、暴力、低俗的成人世界，产生早熟现象。

正如大连这一起案件中的蔡某，尽管他只有13岁，但作案时他的身高已经到1米75，体重超过140斤。更可怕的是，他事先就有过尾随跟踪、撩裙子等行为，在案发时表现出的为了开脱罪行的“自导自演”，以及发言称自己还未满14周岁等行为，已经不属于“少不更事”的“恶作剧”。

“一方面，现在的孩子普遍早熟，但另一方面，相关的教育却跟不上。”作为初二学生家长的黄静，为此感到深深担忧。“我们当年在这个年纪的时候，还是懵里懵懂的，但现在的孩子通过手机、网络和电视节目就懂很多了。”黄静告诉记者，最近因为儿子早恋的问题，她数次到学校和老师沟通，发现“早熟”已经是这一代孩子无法回避的问题。

正如近期大热的电影《少年的你》中讲述的，当“早熟”的少年与“恶意”的成人世界碰撞，如果未能在认知世界时得到足够的支持，“过早的恶意”就会萌生，而其最集中和初期的表现的就是校园欺凌。

李海燕告诉记者，每个学校都存在校园欺凌，有的属于显而易见的肢体暴力，有的则属于隐蔽性更强的冷暴力。“无论哪一种，都会对未成年人身心造成极大的伤害。在一定的情况下，被施暴者奋起反抗，还会变成施暴者，产生更恶劣的暴力结果。”



家庭监护缺失 是难辞其咎的“根”

面对近年来未成年人犯罪的典型案件，在震惊和痛惜之余，人们细数那些案件背后，通常都有着家庭教养不当、社会关爱缺失等方面的共性问题。

“我国未成年人违法犯罪的根本原因之一是监护缺失。”乐山师范学院政法学院副教授、法学博士赵勇说，在全国法院审结的未成年人犯罪案件中，来自流动家庭的未成年人最多，其次是离异、留守、单亲和再婚家庭。

赵勇指出，流动、离异、留守、单亲等家庭的困境儿童，因为“家庭监护缺失”，往往导致无法及时发现其基本需求。“他们的情感比较脆弱、自卑、敏感，长期的压抑容易形成内向、偏执的性格，甚至是情感冷漠，对一切都感到无所谓，从而影响身心的健康发展。”

“我们都没什么文化，不懂怎么管孩子，孩子不听话就只有打。”2017年，13岁男孩小林(化名)因借钱未果杀害母亲，其父亲对外界说。

“说实话，我们就是让孩子不饿着、冻着，对孩子的坏毛病，没有办法管的。”同年，持刀抢劫同学案中16岁留守少女小雨(化名)的奶奶，也曾这样说。

2015年发布的《涉案未成年人家庭监护状况调查报告》显示，涉案未成年人中至少有55.52%的人未受到监护人或照管人的管教。《中国儿童福利政策报告2013》明确指出，预防与早期干预是儿童与家庭支持系统的重要组成。近年来，联合国儿童基金会在全国多地推广“社区儿童保护服务体系与网络建设”，亦将高风险家庭评估作为重点。

李海燕说，表面上看，家庭监管的缺失是造成未成年人犯罪的直接原因，而从心理健康的的角度来讲，同理心培养的缺失则是出现问题的根源。“家长对子女采取溺爱型、粗暴型和放任型等不同的错误教育方式，让孩子从小养成以自我为中心的不良个性，不会换位思考，也很难站在别人的角度想问题。一旦父母转而以打骂等粗暴的方法来予以惩戒，或在劝说无效的情况下失去教育信心而放任不管，极易使子女滑向违法犯罪的深渊。



低龄犯罪，宽容但不纵容

一名未满14岁的男孩儿杀害了一名10岁的女孩儿，面临的只是三年收容教养。这样极端的案例，在社会上发酵，引发巨大关注。而此时，恰逢《未成年人保护法》大修在即，人们不禁提出疑问：未成年人保护和惩罚之间的平衡点，到底在哪里？

李海燕认为，解决未成年人犯罪的问题，家庭保护是基础，学校保护是关键，社会保护是支撑，立法保护是前提，司法保护是保障。“对问题少年的监护人应该开展亲职教育，强制监护人参加家庭教育辅导，学习和掌握科学的家庭教育知识和技能。此外，还需要大力开展法治进校园活动，围绕校园安全等相关主题开展法治教育，提高未成年人的法治意识、自护意识。”

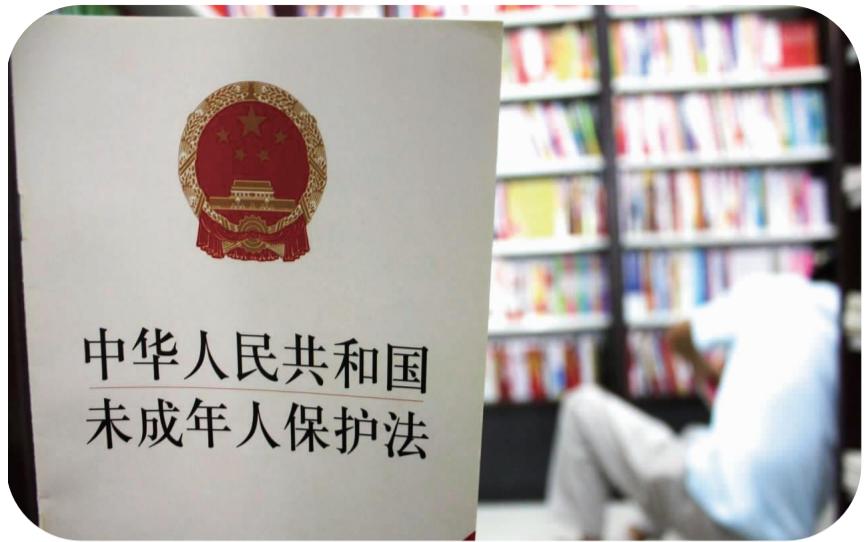
四川上同律师事务所律师陈渊谈到，未成年人保护问题和预防未成年人犯罪问题实际上是一个系统综治的工程，应从家庭到学校、社会，从立法到执法、司法等多方面形成未成年人保护的合力。而他认为，司法保护则是未成年人健康成长的最后一道防线。

陈渊说，从未成年人保护法对违法犯罪的未成年人实行教育、感化、挽救的方针，坚持教育为主、惩罚为辅的原则出发，提前预防益于犯罪后惩治。“建议应该加强法律方面的培训和教育。从教育目的出发，运用道德方面的正能量加以引导，让他们知法、懂法、守法。”

“本次未成年人保护法修改草案主要针对网络沉迷、学校欺凌等社会高度关注的问题作出了积极回应，意义重大。这不仅表明了我国对于未成年人保护问题的高度重视，从立法角度看，这还是一次‘宣言式立法’向‘精细化立法’的完美转身。”陈渊谈到，此次未成年人保护法修订草案规定了有利于未成年人的原则和发现未成年人受侵害时强制报告制度，在家庭保护、学校保护、社会保护和司法保护的基础上，增加了网络保护和政府保护两章，明确了未成年人保护工作协调机制，细化了有关部门的职责，加强了保护力度。

赵勇博士谈到，两部法律草案对近年来频发的涉及未成年人热点问题作出了积极回应，为预防未成年人犯罪提供有力法制保障。根据未成年人违法犯罪行为的发生规律，法律修改拟将未成年人的偏常行为分为不良行为、严重不良行为、犯罪行为等由轻及重三个等级。同时，针对不同等级的行为性质和危险程度，立法应明确规定相应的干预或矫正措施，还要完善对未成年犯的教育矫治和跟踪帮教措施，增加法律的可操作性。“例如，过去未成年人严重不良行为因年龄原因不予相应的治安管理处罚同时又缺乏跟进的矫治措施，导致很多未成年人一犯再犯直至走上犯罪道路的问题，修订草案规定了公安机关可以采取的8项过渡性教育矫治措施。对严重不良行为情节恶劣或者拒不配合、接受教育矫治措施的未成年人，规定可以送专门学校矫治和接受教育，充分体现宽容但不纵容的原则。”

近年来，涉及未成年人侵害的问题，总是能触碰我们敏感的神经。10月21日，未成年人保护法修订草案出炉，这是七年来的首次大修，此次修订有哪些值得关注的亮点？一起看看吧。



修订草案扩容一倍 六大方面升级对未成年人的保护

《中华人民共和国未成年人保护法》于1991年颁布实施，后又在2006年和2012年经过两次修正，继续实施，此次属于七年来的第二次修订。这次修订也是基于实施以来所存在的立法缺陷和短板，进行的最大一次补强，从整个立法精神，还是具体的法定原则和条款，都高度体现了“保护优先”的原则，为未成年人健康成长提供了坚实的法律手段。

未成年人保护法修订草案条文从现行法律的72条增加到130条。在总则方面，草案新增最有利于未成年人原则以及发现未成年人权益受侵害后的强制报告制度，强化了父母或者其他监护人的第一责任，确立国家亲权责任，明确在未成年人的监护人不能履行监护职责时，由国家承担监护职责。从六个方面升级对未成年人的保护：

亮点一 增设强制报告制度

在校园欺凌和性侵案件中，受害者和知情人常常选择沉默，给问题的发现、取证和治理带来困难。

为此，修订草案明确要求，任何组织和个人发现不利于未成年人身心健康或者侵犯未成年人合法权益的情形，都有权劝阻、制止或者向有关部门提出检举、控告。国家机关、法律法规授权行使公权力的各类组织及法律规定的公职人员，以及密切接触未成年人行业的各类组织及其从业人员，在工作中发现未成年人身心健康受到侵害或者面临其他危险情形，应当立即向有关部门报告。

亮点二 严格相关行业准入资格

修订草案提出用工查询和禁止制度，要求招聘密切接触未成年人行业的从业人员时，用人单位应当向公安机关查询应聘者是否具有性侵害、虐待、暴力伤害等严重侵害未成年人的违法犯罪记录；查询发现其具有前述行为记录的，不得录用。密切接触未成年人行业的各类组织应当定期对本单位在职人员是否具有性侵害、虐待、暴力伤害等严重侵害未成年人的违法犯罪记录进行核查；查询发现其具有前述行为记录的，禁止其继续从业。

亮点三 建立校园欺凌防控制度

本次修订草案首次对校园欺凌做了详细界定：学生欺凌，是指发生在校园内外、学生之间，一方个体或者群体单次或多次蓄意或者恶意通过肢体、语言及网络等手段实施欺负、侮辱，造成另一方个体或者群体身体伤害、财产损失或者精神损害等行为。

未成年人保护法修订草案提出，学校应当建立学生欺凌防控制度，对教职员、学生开展防治学生欺凌的培训和教育。学校对学生欺凌行为应当及时制止和处理，并通知被欺凌和实施欺凌行为的未成年学生的父母或者其他监护人；对相关未成年学生，应当给予及时的心理辅导和教育引导；对相关未成年学生的父母或者其他监护人，应当给予必要的家庭教育指导。学校应当配合有关部门，根据欺

凌行为性质和严重程度，依法对实施欺凌行为的未成年学生予以教育、矫治或者处罚。

亮点四 对网络游戏实行时间管理

修订草案第六十五条首次规定，对未成年人使用网络游戏实行时间管理。网络游戏服务提供者应当按照国家有关规定和标准，对游戏产品进行分类，作出提示，并采取技术措施，不得让未成年人接触不适宜其接触的游戏或者游戏功能。

亮点五 强制启动家庭教育指导

草案对家庭教育制度作出相应规定，提出父母或者其他监护人应当学习家庭教育知识，接受家庭教育指导，正确履行监护职责，抚养教育未成年人；各级人民政府应当将家庭教育指导服务纳入城乡公共服务体系。

此外，草案还赋予公检法机关“强制启动家庭教育指导”的权利：公安局、检察院、法院可以与未成年人犯罪嫌疑人、被告人、被害人的法定代理人就案件、家庭、学习、就业等情况进行沟通，发现未成年人的父母或者其他监护人存在暴力管教、疏于照顾或者其他不利于未成年人身心健康行为，应当责令其接受家庭教育指导。

亮点六 避免受害人遭受二次侵害

未成年人保护法修订草案中，增加了对未成年被害人的特殊保护条款，要求公安机关、人民检察院、人民法院办理未成年人遭受性侵害或者严重暴力伤害的案件时，应当采取适当措施，避免对未成年被害人造成再次伤害。询问遭受性侵害的女性未成年被害人，应当由女性工作人员进行。

修订草案还提出，公安机关、人民检察院、人民法院可以联合政府有关部门、社会团体以及有关社会组织，对遭受性侵害或者严重暴力伤害的未成年被害人及其家庭实施必要的经济救助、心理干预、转学安置等综合保护。

■ 本专题图片，均据网络

民

生

09

2019年1月15日
编辑杨莹
版式黎演

NEW WEEKLY



乐山市“心连心服务热线”受理渠道：

- 电话:12345;
- 微信：“乐山心连心服务热线”;
- 新浪微博：“乐山心连心服务热线”;
- APP客户端;
- 短信:13340912345;
- 电子信箱:请登录乐山市人民政府门户网站;
- 信函邮寄:乐山市心连心服务中心(乐山市市中区太白路1169号,邮编:614000)。

整治车辆乱停乱放

夜幕降临，万家灯火熄灭，而乐山市心连心服务中心的灯光却彻夜明亮，24小时畅通的热线电话，随时等待着市民的拨打。

“心连心服务热线”由市委、市政府整合全市党委、政府、群团和承担公共服务职能部门(单位)的热线资源成立，以“12345”为统一受理电话号码，还有短信、邮箱、微信、微博、APP、信函共七个渠道，全面受理群众诉求。

★互动交流

市民文先生反映:市中区茶坊路381号附近的小巷，有车辆违停。

乐山市公安局回复:接到情况反映后，牛咡桥交警中队立即派交警到现场进行查看。牛咡桥交警中队的交警对该处乱停乱放的车辆依法进行了查处，期间共查处乱停的车辆10余台，教育驾驶员5人。交警支队直属一大队牛咡桥中队将合理安排勤务，加强对该路段的巡逻力度，保障道路交通有序、安全、畅通。

市民张女士咨询:从相关政策了解到城镇户口失业居民办理社保补助女性年满40岁，男性年满50岁即可办理，但到长征社区询问之后告知，女性需年满50岁，男性年满55岁才可以办理。咨询规定的年龄到底是多少，望相关部门解答。

乐山市人力资源和社会保障局回复:根据《四川省人力资源和社会保障厅关于印发〈四川省就业困难人员申请认定办法〉的通知》川人社办发〔2015〕184号文件第二条规定：“就业困难人员是指城镇户籍人员，在常住地居住并参加基本养老保险或基本医疗保险1年以上的城镇常住人员、土地被依法征用剩余面积低于当地规定标准的农村劳动者中，办理了失业登记且无其他生活来源的下列人员：(一)大龄人员：申请认定时女性年满40周岁、男性年满50周岁及以上的人员。”以及第十四条：“本办法自发文之日起实行……”此就业困难人员申请认定办法仍在继续执行。

市民林女士建议:乘坐公交出行时发现下载公交e出行更为方便快捷，建议相关部门可在公交车和站台上标识，下载公交e出行APP查询公交车信息，方便市民出行。

交投集团回复:经我司核实，公交e出行APP系山东恒宇电子有限公司自主研发经营，乐山公交车身、站台广告经营权已由成都经典视线广告传媒有限公司通过公开方式依法取得，均未到期。为便于广大乘客准确知晓公交车行驶情况，方便出行，我司将积极协调相关单位，对公交车和公交车站台上设置公交e出行APP标识进行研究、商讨。

雷先生反映:在4S店购买了一辆商务车，于

今年10月6号发现车动力不足，无法加速，至今已经在4S店维修了5次，但维修了5次也没有查出故障原因，4S店也未给出解决的方案。发动机有问题存在安全隐患，望帮助。

市中区市场监管局回复:经查，我区市场监管局于11月5日上午同双方进行了电话联系并进行调解。双方目前已达成一致协议，由4S店方面请河北厂家来人对车辆进行技术检测，并针对问题进行维修，4S店方针对消费者提出的赔偿问题，按照汽车“三包”规定执行。

市民彭女士反映:城市绿洲停水的问题。11月1日下午已经是第二次因农贸市场施工导致水管破裂了，为什么施工会导致水管频频破裂，希望相关部门给出一个解释。

乐山市自来水有限责任公司回复:因外单位施工，造成我公司位于嘉祥路城市绿洲小区旁供水主管受损，导致城市绿洲小区停水。我公司已对受损管道进行了抢修，及时恢复了附近区域正常供水。我公司将加强与施工方的技术对接，力争避免不当施工造成的爆管停水。

市民温先生反映:到市中区柏杨小学的操场运动健身，门卫不让进。咨询柏杨小学的操场周末是否对外开放，望解答。

市中区教育局回复:经查，柏杨小学的体育场地对外开放试点工作已经结束，现已不属于对外开放的范围，学校可以不对外开放场地和体育设施。

市民王先生反映:市中区某幼儿园操场和教室墙上的草坪气味难闻，希望学校尽快拆除草坪。

市中区教育局回复:经查，该幼儿园因无法在区教育局规定的2019年10月31日提供草坪使用合格证，现已责令该园立即将新铺草坪拆除。目前，新铺草坪全部拆除完毕。该园聘请乐山市产品质量监督检验所对更换了地板的教室进行了空气检测，结论为合格。

市民熊女士咨询:某医院楼下停车场收费标准是否合理。

市中区市场监管局回复:该停车场属于市场化经营的停车场，公示了收费文件依据和标准，根据川发改价格〔2013〕1046号文件第二大条第二小条规定实行市场调节收费，该停车场的收费标准不违反《价格法》的规定。

乐山“心连心服务热线”
二维码



微信二维码



微博二维码



APP二维码



大门紧锁

预付式消费乱象频发 如何监管存真空

■ 本报记者 熊春鹰 文/图

预付式消费，这项本来应该成为商户和消费者之间互相便利的交易，却因为一些商家的失信行为，让消费者十分闹心。形形色色的预付卡一度成为部分商家的“圈钱卡”，消费者稍不留神可能就成“冤大头”——不仅难以享受服务或折扣，就连卡里的余额也很难追回。

健身卡尚未启用，健身房停业了

余瑞怎么也想不到，开了4年的睿智能量健身房，毫无征兆地宣布关门停业了。就在前一天，她还去了健身房锻炼，和教练约好，忙过这段时间，就要把没上完的私教课上了。“感觉生意挺好的呀，一下子说不开就不开了。我的健身卡还有一年到期，私教课也还有十多节，损失大概有三四千块钱！太气愤了！”

和余瑞一样感到气愤的，还有家住翡翠国际小区的阿果。

11月4日深夜，正打算睡觉的阿果无意中刷到一条《重要通知》，瞬间惊出一身冷汗，睡意全无。这是一则由“睿智能量健身”公众号发布的《会员致歉信》，其中写道“由于公司自开业至今亏损巨大，一直支撑到现在，加上各方面的经营成本急剧攀升，入不敷出，已经没有资金继续支撑……”。就在八月份，阿果才给自己续了健身卡，给老公办了一张年卡，还买了30节私教课。“我老公的年卡还没搞得赢开卡，现在健身房说不开就不开了，新卡变成废卡！”

据了解，睿智能量健身位于岷江东岸的翡翠国际四期西门，创立于2015年，是该片区唯一的一家大型健身房，会员主要为该区域翡翠国际、领地国际公馆、海天假日半岛等小区居民。就在今年9月，睿智能量健身还借开业四周年庆，举行了一系列促销活动，招纳了诸多新会员。

记者在《会员致歉信》中看到，对于会员的权益，睿智能量健身与一家名为“澎湃健身”的健身房“沟通了目前的困境”，“会员卡和私教课可以在澎湃健身万达店、梅西店、世豪广场店继续使用……会员卡剩余时间不满一年按实际剩余时间进行享用，一年以上的全部按照一年时间折算……”。

对于睿智能量健身单方面宣布停业，和未与会员进行任何沟通的情况下所作出的安排，大多数会员并不买账。“澎湃健身离翡翠片区太远，来来回回不方便！”“我的会员卡还有两年多才到期，凭什么转过去就只能折算为一年？”“我办的是终身卡，只能折算为一年？这个如何说得通！”

十余名教练员工，被拖欠工资大半年

倍感受到伤害的不仅仅是会员。

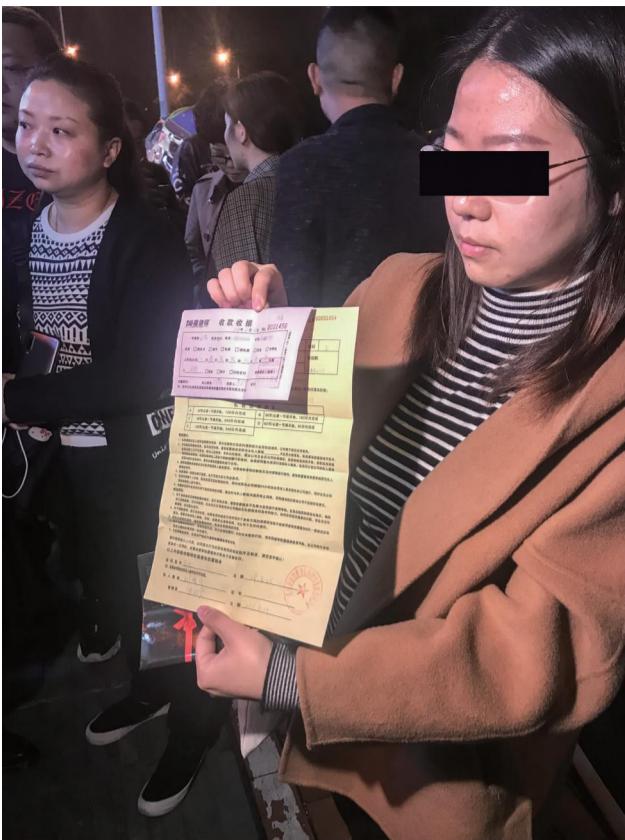
11月4日白天还在正常上班的教练小王，也是深夜时突然得知“老板跑路了”，这个消息在员工群里“炸了锅”——员工们已经好几个月没领到工资了。

教练小王在睿智能量健身工作两年多了，从去年五六月份开始，工资不能按时发放。“从一个月发一次，变成四五十天才发一次，有时候要拖更长时间，有时候不能全额发放。”小王说，每次拖欠工资，老板杨某杰都会用各种理由来安抚大家的情绪，“总是说过段时间就好了”。考虑到和这里的同事、会员都有比较深的感情，在不能按时领取工资的情况下，小王和同事们还是兢兢业业地在这里工作。

“两个多月前就完全没发工资了。”令小王感到愤怒的是，员工们出于对工作的热爱和对会员的负责，一直在努力坚持，但老板杨某杰在没和任何员工事先沟通的情况下，通过一纸公告直接将健身房关门停业。“头一天我们所有的人都在正常上班，根本没想到他会关门跑路。”

另一名教练阿俊说，据不完全统计，睿智能量健身目前拖欠了十几名包括健身教练、前台员工、瑜伽教练等一两个月到半年多不等的工资，总金额已超过十万。“涉及到健身房会员更多，新老会员有上千人。得知健身房停业的当天上午，会员自发组建的维权群不到半天就加满了500人。”

11月5日晚，近百名健身房会员和员工聚集在健身房楼下，健身房的大门已是大门紧闭，被两把门锁锁了起来。感觉上当受骗的会员们拨打了报警电话、心连心服务热线及消委会投诉电话等反映情况。



健身房会员出示办卡凭证



业和品牌发卡企业应实行资金存管制度，存管资金比例分别不低于上一季度预收资金余额的20%、30%以及40%。但是《管理办法》没有规定“其他企业”的发卡资金存管和业务情况上报制度。也就是说，这类数量众多、规模较小的其他发卡企业，对其预收资金和业务经营情况缺乏监管措施。

“预付卡监管难点在于发卡企业发了多少卡，向谁发了卡，监管者不知道。既然不知道，就无法监管。”一位业内人士表示，现在全国有1亿多户市场经营主体，信息不对称是监管最大难点。出台政策的部门没有实际的执法能力，有执法能力的，又不管理这一块。

消费者维权陷入困境

监管真空之下，是消费者追款的不易。

正常来说，预付式消费是双赢的。对于商家来说，可以提前回笼资金锁定用户；对于消费者来说，一般提前充值更实惠。但事实是，一旦经营出现问题，受损的就只有消费者。

消费者是否可以选择向派出所报案来寻求解决之道？李静律师称，大部分“跑路”案件均属于因消费办卡引起的经济纠纷、民事纠纷。多数情况下消费者只能通过消协、市场监管局等部门或是法院进行追款。不过，商家携预付卡余额跑路的情况也不能一概而论。李静表示，若商家目的明确，本不想履行合同，仅骗取大量钱财后“跑路”，消费者则应立即报警，请求警方介入，防止资金外逃，保障自己权益。

在各种应对预付式消费的提醒和建议中，一般都要求消费者要擦亮眼睛，尽量了解经营者信息。“但是消费者能查验和看到的都是表面现象，经营状况好不好，会不会‘跑路’，若非专业人士根本无从查证。”市场监管管理局消费者权益保护科工作人员表示，顾客们并不清楚经营者的财务状况。一旦经营者出现中途停业、卷款逃逸的现象，就算顾客们费尽心力将对方告上法庭并胜诉，但能不能找到经营者，经营者有没有能力执行法院的判决，都很难说。

针对预付卡存在的诸多问题，中消协专家委员会专家委员邱宝昌表示，要减少预付卡消费的经营活动隐患，应该从商家入门门槛开始限制。“可以对经营者的成立期限设定一定条件，如成立达到三年以上的企业方可开展有关预付费消费的经营行为。对经营者及其高管人员设定一定门槛，如要求经营者在经营期间无重大违法违规行为、无欺诈消费者行为，高管人员不存在欺诈消费者的不良记录。”

“对经营者预收的资金用途加以规制，要求只能用于为消费者提供相关商品或服务范围之内，不得挪作他用。对于经营者预收的资金进行监管，具体监管措施建议参考商品房预售资金监管模式，保证消费者预付资金专款专用。种种措施，提高了发售预付卡商家的门槛。”相关人士认为，在预付式消费的管理上，要从加强监管责任上入手。相关部门要让监管走在前面，拿出可行的解决办法来，比如交纳保证金。“营造安全放心的消费环境，不能指望每个消费者都是专家，更不能让消费者自求多福。”

有了约束措施，一旦商家出现“跑路”、“闭店”等经营倾向，最先想到的是自己要为此付出怎么样的违约成本。当他们处于“不敢跑、跑必惩”的监管环境中，也变相促进他们更谨慎的商业经营，不能让消费者一次次为不良商家买单。“毕竟，信用是商业社会的第一法则。”

相关部门介入协调

四川和冰律师事务所律师李静表示，因商家与消费者之间成立了服务合同，商家尚未履行或是未履行完合同义务即“跑路”的行为，违反了《合同法》第一百零七条的规定：当事人一方不履行合同义务或者履行合同义务不符合约定的，应当承担继续履行、采取补救措施或者赔偿损失等违约责任。

该事件发生后，市中区商务局、市场监督管理局等迅速介入了解相关情况，并约见了睿智能量健身负责人杨某杰，要求其积极正面解决此事。“根据我们的初步了解，目前该事件涉及的会员有一千多名。杨某杰表示经营困难无力维持，正在与一位有意向接手的老板协商具体事宜，看能否尽快让健身房恢复营业。如果这个方案行不通，还要再另外想办法妥善解决这个问题。”市中区商务局相关负责人接受采访时说。

记者从城东派出所了解到，事发之后派出所已接到很多报警电话，也有健身房的员工和会员到派出所报案，但“就目前的情况看，相关部门已经介入协调，杨某杰本人也没失联，暂时还不能说杨某杰涉嫌诈骗，构不上刑事案件，我们无法立案”。

预付式消费乱象频发

预付式消费模式已经出现了近20年，至今依旧乱象丛生。

2019年4月28日，城区翡翠国际三期附近一家名叫“菲灵·国际”的理发店关门后再也没开门营业，数百位市民的数十万会费无处消费；2019年3月，位于峨眉城区俯河外滩小区二楼的炫迈健身房开业仅半年就关门停业，上千名消费者权益受损；2016年3月，城区一家名为“米兰洗衣店”的干洗店突然关门停业；2015年8月，城区肖坝路一美容美发店突然关门……

近年来，预付式消费在教育培训、美容美发和运动健身等领域已成常态，预付式消费产生的纠纷也随之逐年递增。根据全国消协组织受理投诉情况统计，2018年上半年，生活、社会服务类投诉共44787件，主要集中在预付式消费较多的娱乐健身、美容美发、餐饮住宿、修理服务等服务行业。其中，部分经营者因经营不善等原因，发生关门歇业、易主、变更经营地址等形式，既不能继续按合同约定提供服务，也不采取其他善后措施也成为消费者主要投诉的问题。

记者从乐山市市场监督管理局消费者权益保护科了解到，早在2012年11月商务部印发的《单用途商业预付卡管理办法(试行)》(简称《管理办法》)就已实施。其中明确规定，规模发卡企业、集团发卡企

叶智勇: 嘉州骨医传承人

■本报记者 熊春鹰

叶智勇,1972年生于乐山,钟氏骨科第二代传人,市中区非物质文化遗产代表性项目“嘉州骨医”传承人,乐山嘉外嘉中医门诊部主任,九三学社乐山市沙湾支社委员会副主委。

叶智勇1993年开设骨伤科诊所,二十多年来始终坚持以传统中医骨科为本,结合现代医学及先进医疗手段,对钟氏骨科疗法深入研究,获其精髓,博采众长,创新一套独特的中医骨伤调治技法,让钟氏骨科在坚守中传承,在创新中发展。



叶智勇与太师伯杨天鹏先生(左)



叶智勇与杨天鹏儿子杨文忠先生(左)



叶智勇与师父钟泽(左一)师伯姜俊全(左二)

自17岁那年成为钟氏骨科钟泽先生的弟子,叶智勇便与中医骨科结下一生之缘。历经近30年临床学习、实践与探索,逐渐构建起一套别具嘉州特色的中医骨科诊治体系,并成为具有一定影响力的民间骨科流派。

钟氏骨伤流派学术渊源

在乐山中医骨科界,提起“钟氏骨科”无人不知。

乐山钟氏骨科源于佛家与道家伤科,其创始人钟鹏先生(1909-1981)字登云,原籍四川简阳。钟鹏自幼随父学习正骨及中草药采集知识。十二岁拜师习武,兼学诊治跌打损伤、接骨理筋之术,并自学中医药理论知识。18岁出师只身赴河南少林寺拜僧深造,潜心研习少林武术与少林骨伤诊疗技术。1933年钟鹏先生在重庆夫子祠19号开设“钟鹏药酒店”,专治骨伤诸疾,自此“悬壶济世,济困立德”开始了骨伤专科生涯。直到民国二十八年(1939年),举家迁居嘉定府(今乐山市),在城区鼓楼街摆摊行医,继而开设“钟鹏骨伤诊所”,创立了钟氏骨伤流派。

钟鹏先生继承家传,革新技艺,用药独特,总结出“柴胡散治疗胸肋内伤;五积散治疗外伤;只马散治疗痹证截瘫;活络散治疗筋伤;蜂蜜萝卜汁治疗血症;九分散治疗腰痛;坎离龙虎膏治疗风湿”。总结出“长、短、粗、细、软、硬、热、冷”八异,以辨别“筋骨、皮肉、气血、虚实”诸伤证类,在授徒中常强调:“不能辨认筋骨伤损之证候者,则不能正确施术疗伤也”。

后来,钟鹏见十岁左右的钟泽天资聪颖,出生中医世家,于是将其收为义子,用心教习。拜师后,钟泽孜孜不倦,认真钻研骨伤骨病治疗,潜心学习钟氏骨科精髓。钟泽从事中医骨科50余年来,以医术精湛、医德高尚而名震一方,宜宾、犍为、眉山、峨眉等地慕名而来的患者络绎不绝,成为乐山骨科界“德艺双馨”的名老中医。

从师钟泽

幼年时,叶智勇和钟泽先生是门对门的邻居,每到周末和寒暑假,叶智勇和附近的孩子们常常跟着钟泽习武。每日里人来人往的求医者到钟泽家看病,在叶智勇心里播下了好奇的种子。“我那时经常看钟老先生给人看病,慢慢地也产生了兴趣,觉得治病救人是件很有意义的事情,经常帮忙打下手。”17岁那年,钟泽先生见其宽厚仁和,敏而好学,将其收为弟子,倾其所学,尽心传授。

在乐山市中区《文史资料选辑》中,有这样一段话:钟鹏……长子钟友鸣,门生杜林、钟文举(一名钟泽)、姜俊泉,分别在乐山、成都夹江等地享有盛名……钟文举又传弟子叶智勇。叶智勇在王浩儿开了一家骨伤科诊所,恪守师祖、师尊的武功医道,崭露头角,小有名气。

叶智勇随师学艺期间,勤奋善思,专注于钟氏骨科核心技术研习,同时不断提升中医系统理论学习,先后多次报班参加相关理论培训学习,将师承所学与自己悟道所得应用于临床。1993年,叶智勇开设嘉外嘉中医骨伤诊所(叶智勇诊所),精诚行医,济世救人,后更名为“嘉外嘉中医门诊部”。历经近30年临床学习、实践与探索,以嘉外嘉中医门诊部叶智勇为代表,逐渐构建起一套别具嘉州特色的中医骨科诊治体系,并成为具有一定影响力的民间骨科流派。



源古创新的“嘉州骨医”

“怎么样，这两天感觉好点没？”“慢慢来，多注意休息。”11月7日，在城区嘉兴路嘉外嘉中医门诊部见到叶智勇时，他正在给病人检查治疗，仔细看，耐心讲，认真疗，在不疾不徐的氛围中，让病人接受诊疗。

谈到中医骨科的优势，叶智勇认为“有长有短”，中医骨科并非万能与全能，但在骨组织和软组织的修复方面，有其独树一帜的作用。

“嘉州骨医根植于传统中医骨伤文化，承袭传统中医骨伤治疗特点，遵循传统骨伤动静结合，筋骨并重，内外兼治的治疗原则，临幊上采用手法为主，辅以行针的针手并用疗法，结合传统中医中药内服外敷等综合治疗措施，以临床骨伤骨病治疗见长，具有独特疗效。”叶智勇说，秉承“传承国医，博施济众”的宗旨，在全面继承“钟氏骨科”的基础上，悉心研究西医解剖与传统中医理论，以“西为中鉴，古为今用”的灵活思维指导下，整理其核心技术，融合其理论知识，努力发掘加以提高，集其精粹为一体，从而构建了一整套以“外治理疗敷药，内治调整阴阳”为治疗思想，以“动静结合，筋骨并重，内外兼治”为治疗原则，采用手法为主，辅以行针的针手并用疗法，结合传统中医中药内服外敷等综合治疗措施，创造出一套嘉州骨医治疗实用技术。

在治疗手法上，嘉州骨医讲求轻而不浮，重而不滞，柔中有刚，刚柔相济的风格，既继承了传统骨伤“摸接端提、推拿按摩”的手法，又创新了按正、提托、拔伸、推挤、反折、摇转等正骨手法。在临幊实践上，充分运用小夹板固定骨折的灵活性，把握好骨折的愈合时机，抓好动静结合的切入点，解决了关节处骨折易僵直的难题。嘉州骨医运用小夹板固定的灵活性特点，研发了一套以沙包垒积法结合包骨带固定治疗股骨颈骨折的方法，成功的解决了股骨颈骨折后在采用保守治疗时骨折不愈合、生褥疮的难题。

年过七旬的乐山著名书画家毛明祥老师，曾因不慎摔倒导致股骨颈部骨折，就医时曾被要求实施西医手术治疗。为了避免手术创伤，再三斟酌后，毛明祥先生选择了嘉州骨医传统中医治疗，经采用独创沙包垒积固定特殊疗法保守治疗后，顺利康复。

在筋伤病上，根据现代解剖学以激痛点结合传统阿是穴理论，嘉州骨医提出用针刺与手法相结合的“针手合一”创新疗法。除运用十二经脉等循经取穴外，更注重病症的病因、病机的分析。根据病症所在部位的生理结构，充分运用阿是穴的作用，选择正确的进针点，运用针灸内达持久的治疗优点，结合手法柔和舒筋、通络解痉的长处，达到舒通经络、活血散瘀、利水消肿的作用，从而有效促进机体肌腱，筋膜修复。嘉州骨医结合中医天人相应与辩证论治的诊疗特色，根据患者所处不同病期与时令差异，提出夏热温高，药当以凉寒兼温用；冬寒温低，药当以温阳兼凉使的用药指导思想。

在治则治法上，嘉州骨医还提倡治病先治心的理论。“人之七情内伤脏腑，易阻碍气机，影响疾病治疗与病情恢复，要善于结合不同的情况，及时给予患者心理疏导与调节。”在长期治疗脊椎疾病的实践中，叶智勇悟出一套整脊、减压、复位的治疗方法，除治疗颈腰椎慢性疾病外，特别对于椎体压缩性骨折的保守治疗具有较好的效果。



列入非遗

中医文化是中国古代科学的瑰宝，是中华民族几千年健康养生理念及其实践经验的结晶。2017年7月1日，《中华人民共和国中医药法》正式实施，《中医药法》是我国第一部全面、系统体现中医药特点和规律的基本性法律。第一次从法律层面明确了中医药的重要地位、发展方针和扶持措施，为中医药事业发展提供了法律保障。“中医药振兴发展迎来了天时、地利、人和的大好时机”。

2018年，嘉州骨医也迎来了加快发展的春天。

由嘉外嘉中医门诊部提出保护，嘉州骨医被录入乐山市中区非物质文化遗产代表性项目名录。为了传承和发扬嘉州骨医这一宝贵财富，嘉外嘉中医门诊部与乐山职业技术学院建立长期合作关系，门诊部成为学院临床实践基地，为学生提供见习场所；学院成为门诊部学术交流平台，为中医文化、嘉州骨医技术提供交流窗口，促进中医理论与临床实践相结合，加快发现和培养中医骨科人才。

“过去思想尚不开明时，师父传授技艺给徒弟，讲究的是传内不传外，传儿不传女。当初我作为一名异姓人，能得到师父毫无保留的传授，我感到非常幸运。”为了更好地弘扬国医骨学，叶智勇开馆收徒，倾囊相授。目前，嘉外嘉中医门诊部已有三名学生跟师十余年，通过临床言传身教、口口相传，已基本掌握了嘉州骨医之精髓。

中医药作为中华文明的杰出代表之一，是中国各族人民在几千年生产生活实践和与疾病作斗争中逐步形成并不断丰富发展的医学科学，凝结着中华民族的哲学智慧、养生理念和天人合一的深邃思想与健康生活方式。随着时代的发展，要想有效地传承发展中医药事业，在继承传统疗法有效性的同时，还需通过改进器材、给药技术等方式，在传统与现代中寻找支点。



为病人看病



会议现场



签约现场

“大峨眉”打出组合拳 乐山、雅安、眉山三地文旅“桃园结义”

本报讯 11月8日上午，“大峨眉”文化旅游区域合作协议签字仪式暨乐山、雅安、眉山三市旅游企业座谈会在乐山举行，乐山、雅安、眉山三市文化和旅游主管部门主要负责人、相关分管负责人以及旅游企业代表参加会议。

会上，乐山、雅安、眉山三市签署了“大峨眉”文化旅游区域合作协议，决定自2019年起联合推动“大峨眉”文旅合作系列工作，在建立合作机制、加强规划统筹、打造精品环线、构建大营销格局、优化产品组合、推动合作共赢、推动秩序共治等七大方面积极合作，统筹推进区域文化旅游协调发展，提升区域整体竞争力，充分发挥三市文旅资源优势，形成国际国内拳头产品，助推“建设世界重要旅游目的地”战略实施。

三市将以“大峨眉”为核心，面向全球宣传推广三市文旅资源国家名片；以“大峨眉”为引领，促进三市文旅产业项目聚集、业态提升，构建“大峨眉”文化旅游经济圈；以“大峨眉”为纽带，深入贯彻四川省文化和旅游发展大会精神，建立高质量战略合作机制，促进文旅转型发展、为省内文旅品牌区域合作树立创新合作样板；以“大峨眉”为平



与会企业代表发言

台，展示生态文明建设和区域文化旅游合作发展成果。

三市共同决定，2020年将围绕联席会议、加强区域合作研究、积极拓展合作区域、推出三市环线产品、联合开展品牌营销、全力拓展境外市场、强化文旅企业合作、相互支持赛会活动等八个方面加快推进三市文化和旅游交流合作，开展项目务实对接，促进三市《“大峨眉”文化旅游区域合作协议》落实落地。

与会企业代表在会上畅所欲言、凝聚共识，为推动“大峨眉”文化旅游区域合作走深走实积极建言献策。

今年以来，乐山加快落实《关于大力发展战略性新兴产业加快建设文化强省旅游强省的意见》关于“建设十大知名文旅精品”的战略部署，唱响“天府三九大，安逸走四川”品牌。在第五届中国（四川）国际旅游投资大会、第六届四川国际旅游交易博览会期间，乐山与西安、贵阳、桂林三市分别签订了文化旅游战略合作协议，全面推动四地信息交流互通、宣传营销互动、产品建设互助、精品线路互推、旅游市场互惠。据悉，今年年底，还将开展乐山—桂林主题月旅游活动，积极推动合作落地落实。

（本报记者 谭莉 文/图）

乐山95名城市公共交通行业驾驶员 获授“文明服务之星”

本报讯 为抓好乐山市创建全国文明城市工作，进一步提升城市“流动窗口”形象。11月8日，由市委宣传部、市精神文明建设办公室、市交通运输局主办的第二届乐山市城市公共交通行业“文明服务之星”驾驶员命名表彰大会召开，中心城区95名被评选为“文明服务之星”的驾驶员受到表彰。

表彰大会上，“文明服务之星”驾驶员代表承诺，将继续当好文明行车的驾驶员、文明交通的宣传员、文明守法的安全员，围绕创卫创文工作，不断提升服务水平和服务品质。

据了解，市交通运输局按照严格的评选标准和规范的评选办法，



福感、安全感。

经层层推选，社会公示，评选出40名城市“文明服务之星”公交驾驶员和55名“文明服务之星”出租汽车驾驶员。其中，在爆炸事件中迅速组织乘客疏散，保障乘客生命财产安全的公交驾驶员朱建和雨夜救下轻生女子的出租汽车驾驶员陈荣全获得“文明服务之星”驾驶员特别奖。全市公共交通行业将以“打造行业城市亮丽名片、助力旅游目的地建设”活动为主题，大力践行文明、传递文明、共享文明，不断提升服务质量和服务形象，增强广大人民群众和来乐游客的获得感、幸

（本报记者 杨莹 文/图）



近年来,成都理工大学工程技术学院以应用型高校建设为目标,走内涵式发展道路,及时修订人才培养方案,加强专业建设,积极推进校企融合、协同育人,创新人才培养模式,加强学生创新能力、实践能力、动手能力,加强学生创业教育和就业指导。毕业生就业率连年保持在95%以上,部分专业达100%,备受用人单位的欢迎和好评。

把握未来 展示自我

成都理工大学工程技术学院2020届毕业生双选会举行

■本报记者 汪芯羽 文\图

场面火热 对学生与企业都是机会

11月9日上午8点半,学院运动场外已经是人满为患,学子们拿着精心准备的应聘材料,排队等候进场应聘。场内,各家招聘企业将岗位需求、工资福利待遇等信息制作成海报,贴在招聘点上。还有心急的用人单位派出工作人员,在现场通过发传单、展板展示、面对面交流等形式,向求职学生介绍企业概况、人才需求等情况,耐心解答求职学生关于薪资、职业发展方向、福利保障等相关问题。

记者在现场看到,前来招聘的企业既有传统生产加工企业,也有文化传媒公司,还有新兴科技企业等,涵盖的行业和领域很广。在应聘者最关心的薪酬方面,参加本次招聘会的企业大多给出每月3000元以上的工资,部分岗位甚至达到8000元—10000元。考虑到大学生求职者缺乏相应工作经验,现场大部分招聘企业都提供了实习岗位,并注明实习期间的酬劳和福利待遇。

来自本届资源勘查与土木工程系的林涛告诉记者,“因为我的专业属于在这些企业里比较吃香的,所以也不是很紧张,想再多看看多对比一下,决定自己最后投简历的单位。”

记者看到,多数学生都显得比较从容,眼里都是自信的光芒,新鲜血液的进入对企业自身来说也是机会。

校企合作 共谋发展

据了解,成都理工大学工程技术学院2020届毕业生双选会这次吸引了来自上海、天津、江苏、西藏等17个省、市、自治区的470家企业,共提供了9755个工作岗位,涵盖理、工、经、管、文、艺门类共计70余个专业,多方位、多角度供同学们选择。吸引了学校及周边学校近7500余名毕业生参加。据不完全统计,当天毕业生双选会吸引了学校及周边高校的学生上千余名,当天下午还进行了67场小型专场招聘会,后期签约人数还会不断增加。

今天借双选会的机会,学校副院长王世庆等代表学校分别与12家用人单位签订校企合作协议,为学校的长效发展打下了坚实的基础。

经过多年的发展,学校现有在校生近2万人,已为社会输送优秀毕业生近7万名。学校先后荣获“中国一流高等独立学院”“全国独立学院毕业生就业竞争力20强”“四川省高校就业工作先进单位”等荣誉。学校在大力发展教学的同时,也与地方型企业对接项目,直接服务地方建设,取得显著成效,与各地政府及企业签订校企合作协议,共谋人才,培育发展。



乐山市卫生健康委员会
乐山市健康教育协会

协办



首届心脏中心 跨学科协作建设研讨会举行

■本报记者 文/图



跨学科协作 旨在提高生存质量

11月9日,由乐山市人民医院和成都商报四川名医共同主办的“大佛论道—科主任讲堂暨首届心脏中心跨学科协作建设研讨会”在乐山举行,来自全省顶尖的心脏大血管外科以及麻醉、ICU、心内、超声、护理、检验科室等专家以及医院顶层管理者齐聚一堂,共同交流探讨医院心脏中心建设、人才培养、绩效管理、文化建设于一体的运行之道。

研讨会由大会主席、乐山市人民医院党委书记易群致欢迎辞,乐山市卫健委主任夏玲、四川省医院协会会长安劬及成都商报四川名医总经理蓝岚分别致辞发言。大会由乐山市人民医院院长庞波主持。

市卫生健康委主任夏玲在致辞中说,跨学科协作是现代医学发展的方向,现代心脏疾病的治疗正是多学科协作的典范,我们不仅要为心脏病患者提供最先进的治疗手段,更要充分考虑对患者的全周期、全方位的健康管理,以便进一步延长心脏病患者寿命,同时提高患者的生存质量。

她表示,首届心脏中心跨学科协作建设研讨会在乐山召开,为乐山市医务工作者提供一个十分难得的交流平台,全市医务工作者要倍加珍惜这次学习机会,借鉴先进医院的发展经验和发展理念,不断提高自身的业务水平和服务能力,更好的造福乐山至周边地区百姓。

据了解,乐山市人民医院自1986年在地级市率先开展心脏外科手术以来,历经30多年的发展,特别是2016年以来,在全院一盘棋的指导下驶上了快速发展的道路,仅2018年手术量已达378台,并于今年成立了心脏中心,将多学科协作模式固化为制度,将制度固化为文化,使市心脏病治疗多学科合作规范化和诊疗水平达到了一个新的高度。截至目前,市人民医院心脏中心2019年的手术量已经达到479例,在省内已仅次于四川大学华西医院。



搭建高品质管理经验交流平台

研讨会上,四川大学华西医院曾智教授作《心血管学科建设及人才培养》主题报告,四川大学华西医院心脏大血管外科主任安琪教授分享了《心脏中心建设过程中的关键因素》,市人民医院党委书记易群主持了《管理文化重要性》的讨论,宜宾市第二人民医院副院长张捷主题演讲《多中心跨学科绩效管理新思考和探索》。同时,专家们还围绕“管理者位于院科两级层面对中心建设的思路碰撞”等相关议题展开讨论。

最后,与会人员共同观看了由市人民医院胸心外科副主任周洋主刀的升主动脉置换+双瓣膜生物瓣置换手术的现场转播。流程的过程,默契的配合赢得了同行们的一致称赞,对市人民医院心脏疾病治疗取得的成果表示祝贺。

本次研讨会从机制建设、文化建设、人才管理、绩效管理等方面出发,多维度地解读医院打造心脏中心的管理经验,是一场精彩的医院中心建设的管理公开课。与会者均认为,本次研讨会不拘一格,形式新颖,为医院管理者和科主任提供一个高品质的管理经验交流平台,打造了一个流动的“医院管理”学院。





提高出生人口素质 推进健康中国建设

“无陷未来-有备而来”预防出生缺陷健康教育万里行活动举办

■本报记者 汪芯羽 文/图

减少胎儿出生缺陷 “2019无陷宝贝计划”来乐

11月9日下午,由中国人口宣传教育中心指导,世界卫生组织儿童卫生合作中心及中国医药教育协会共同主办,四川省健康教育协会、乐山市卫生健康委员会、乐山市健康教育协会、乐山市妇幼保健院协办的2019年度无陷宝贝计划—“无陷未来-有备而来”预防出生缺陷健康教育万里行活动在市妇幼保健院新院区举办。本次活动面向育龄女性、备孕及孕期女性和家属开展的形式多样的互动宣教活动,广泛普及“预防出生缺陷从优质备孕开始”的理念,动员社会力量和群众广泛参与,营造有利于优生优育的社会环境,切实提高出生人口素质,推进健康中国建设。

记者从乐山市妇幼保健院教育科科主任周方兰处了解到,乐山市出生缺陷同全国出生缺陷发生率一样,呈上升趋势。2018年,全国出生缺陷总发生率约56%,我市2018年报告出生缺陷率为78.78/万。出生缺陷病种多,病因复杂,目前已知的出生缺陷病种超过80000种,出生缺陷严重影响儿童的生存和生活质量,给患儿及其家庭带来巨大的痛苦和经济负担,控制出生缺陷的发生已迫在眉睫。

活动现场,乐山市卫生健康委员会副县长刘萍致辞。刘萍说到,为进一步加强全市出生缺陷综合防治工作,乐山市出生缺陷防治管理中心已于今年7月正式成立,设在乐山市妇幼保健院,负责全市出生缺陷防治管理和三级预防工作,一级预防包括进行婚检、孕前优生检查、孕早期增补叶酸等宣传教育工作;二级预防:积极推进产前筛查,产前修诊断工作;三级预防:早治疗,对新生儿进行遗传代谢疾病筛查,切实做到早筛查、早康复。

产前筛查、产前诊断补助 减少悲剧发生

随后,四川省产前诊断中心乐山分中心主任胡军向大家介绍了出生缺陷会造成的后果,包括在妈妈肚子里发育紊乱引起的形态、结构、智力、代谢等方面异常。“形态结构异常表现为先天畸形,如无脑儿、脊柱裂、兔唇、四肢异常等。智力、代谢异常会导致先天性智力低下,多器官功能异常等。婴儿出生后表现为肉眼可看见的各种畸形,或者辅助技术诊断的器质性、功能性的异常,如先天性心脏病、白血病、智力低下等”胡军



说到。

为了减少出生缺陷的发生,提高我市出生人口素质,胡军说,今年10月,我市开始实施产前唐氏筛查及产前诊断补助项目工作,全市建卡的贫困孕妈妈可以在孕中期享受一次免费的唐氏综合征四联筛查,一般孕妈妈可以在孕中期享受一次定额补助的唐氏综合征四联筛查,同时,四川省产前诊断中心乐山分中心(乐山市妇幼保健院)对需做无创DNA和产前诊断的孕妇也将给予一定的费用减免。

活动中,成都西囡妇科医院妇产科主任孙艳红为大家做了《孕期全程补充多元营养呵护母胎健康》现场科普讲座,告诉现场的妈妈们孕期所需补充的营养素的量及补充情况现状,对孕期补充营养有初步意识,让众人了解到孕期营养过剩与营养不良对母胎的影响,提高均衡补充营养的意识,真正做到营养均衡。

参与到这次活动的万女士收获颇多,“这也是我第一次生宝宝,许多东西都不了解,这次活动让我知道了目前应该吃什么来补充需要的营养元素,这样的活动对宝妈们来说是非常有意义的,希望我能够

生下一个健康的宝宝。”

目前已是“高龄产妇”的周女士同样接受了记者的采访,“因为这是我的第二胎了,我的第一胎宝宝就是不够重视造成了早产,这一胎我的年纪也已经比较大了,就需要更加的注意各种细节,今天听了现场老师的讲座,回去我就会按照检查的结果好好调整。”

这次活动的开展为普及全市母婴保健和预防出生缺陷基本知识,提高孕产妇健康素养和提高我市出生人口素质奠定良好的基础并形成良好的氛围。



外校:艺术展演获佳绩 素质教育显成效

日前,乐山市2019年度中小学生艺术展演活动圆满落下帷幕,乐山外国语学校周静婷老师指导的杨智发同学的书法作品《七律长征》和蒲梓炫同学的绘画作品《佛语》分别荣获乐山市一等奖。乐山外国语学校在活动中表现突出并取得优异成绩,荣获优秀组织奖。

据悉,本次活动以庆祝新中国成立70周年为契机,展现中小学生热爱祖国、奋发向上的精神面貌,弘扬中华民族优秀文化,坚持以人为本的正确导向,面向全体学生,积极推进素质教育,激发学生对艺术的兴趣和爱好,充分发挥艺术教育的育人功能,培养学生的审美情趣和艺术修养,丰富、活跃学生的文化生活。

乐山外国语学校自建校以来,积极推进素质教育,促进学生全面发展,提高学生的综合素质,这既是每个人追求的生命境界,也是培养造就全面发展的社会主义建设者和接班人的学校教育所致力的方向。
(阮建勇)

外小:举办第十二届中韩青少年体育交流

11月5日,在乐山市外国语小学滟澜校区举行的“第十二届中韩青少年体育交流活动”圆满落下帷幕。

2019年11月4日下午,中、韩国家体委领导及工作人员到学校视察体育交流活动准备工作,观看两国乒乓球运动员训练。并与学校领导交流此次活动筹备工作。两国体委领导及工作人员与中、韩青少年运动员们合影,给予他们支持与鼓励。

学校领导带领两国国家体委领导及工作人员参观学校体育基础设施并体验部分项目。

11月5日上午10:00,“第十二届中韩青少年体育交流活动”乒乓球比赛拉开帷幕,双方教练员、队员互换礼物,随后进行了赛前热身准备。赛场上,双方运动员你来我往,把青少年的激情与专注都释放在球桌上,一局又一局的比赛,把气氛引向高潮,双方球员各显其能——势大力沉的扣球,变化莫测的弧线球,每一球都能点燃全场!

此次交流活动不仅促进了青少年的成长,也促进了中韩两国青少年体运动的发展。
(钟磊)

柏杨小学:喜获“市2019年度小学教学质量综合评价特等奖”

11月7日,乐山市2019年小学教学质量评价研讨会在乐山市嘉州学校召开。会议表彰了获得乐山市2019年度小学教学质量综合评价奖的学校。柏杨小学喜获“乐山市2019年度小学教学质量综合评价特等奖”。
(杨曦)

新建小学:支教峨边毛坪小学

峨边县毛坪小学是新建小学结对帮扶学校,为促进两校教育互助交流,提升教育质量,新建小学体育组夏月明、党支部王蓉等一行五人于10月29日、30日赴毛坪小学开展结对帮扶送温暖活动。

学校体育组老师为孩子们准备了由我校老师自编自创的弹力绳操。60名五年级孩子精神抖擞地站在操场,新建小学领导将由学校党支部捐赠的弹力绳送到孩子们手中,两位老师认真教孩子们弹力绳操的基本动作,孩子们认真地学着一招一式,伴着欢快的音乐,他们有节奏地伸展起来。在操场上观摩的老师们也情不自禁地随着音乐动起来,一起享受着阳光体育的无限活力。

课后,夏月明老师为大家分享了阳光体育大课间活动视频,并向学校领导和体育组的老师们详详细介绍了如何因地制宜、充分利用小场地实施开展大课间活动,并对和场地情况一样的毛坪小学如何更好地实施大课间活动提出了自己的想法和建议。毛坪小学体育教研组长李老师表示:感谢新建小学老师让他们感受到不一样的运动与活力,让他们深受启发。毛坪小学将进一步思考,针对学校特点、学生特点,设计更合理、更科学、更具趣味性的大课间活动。
(童晓青)

市实幼:开展消防疏散演练活动

安全教育是幼儿园工作中重中之重,为进一步增强我园师生消防安全意识,提升火灾应急逃生技能,近日,乐山市实验幼儿园特邀乐山市消防支队翰林路中队联合开展了本次消防疏散演练活动。

伴随着一阵急促的警报声,演练活动正式开始。各班教师迅速带领幼儿拿起湿毛巾,捂住口鼻,按消防预案疏散线路分四道楼梯弯腰小步快走下楼。分别撤离到前后操场安全地带后,各班教师迅速清点人数,上报学校领导。同时,赶快拨打电话119,接警的消防员叔叔迅速赶到现场,与幼儿园校医一起将被困孩子和老师成功解救。随后,消防员叔叔为大家详细讲解了如何正确使用灭火器和消防服的特殊功能,并让老师和孩子们亲自操作如何灭火。

通过这次演练,全园师幼对应急疏散的程序有了切身体会,掌握了基本消防逃生与自救方法,增强了师幼消防安全意识,大大提高了教师在紧急灾难情况下有效保障幼儿的人身安全、成功组织帮助幼儿逃生的能力。
(杨娟迪)

新华保险:四川分公司党委主题教育指导组赴乐指导

11月7日,新华保险四川分公司党委“不忘初心、牢记使命”主题教育第一指导组分公司党委书记夏榕同志一行赴乐山中支党支部开展主题教育现场指导工作。

首先,指导组听取了乐山中支党支部书记申斌义对2019年党建工作和风控工作的汇报。申斌义表示,乐山中支党支部在接下来的党建和风控工作中,将继续坚持“三会一课”制度不放松,扎实开展保持党员先进性教育活动和各项公益活动,牢记使命、奋发有为,不断增强党支部的凝聚力和战斗力,为公司各项任务的完成提供坚强的思想和组织保证。

下午,夏榕书记为党员同志们带来主题党课,详细解读了《中国共产党第十九届中央委员会第四次全体会议公报》内容,使党员同志们对中国共产党第十九届中央委员会第四次全体会议的内容有了更加深入的了解,激发党员同志更加坚定地为建设中国特色社会主义而努力,为实现“两个一百年”而奋斗终身。

接下来,指导组全程参加了乐山中支党支部召开的组织生活会,夏榕书记从五个方面做了点评并提出建议。一是要安排部署好2020年支部全年学习计划;二是要贯彻落实“四个牢记”,即牢记学习教育、牢记调查研究、牢记检视问题、牢记整改落实;三是支部学习与集中学习相结合,集中学习与研讨相结合,传统的系统学习与实际相结合,学习与实际改进工作相结合;四是党员同志要做到精、气、神十足,充分发挥党员先进性;五是党员同志遇到困难要“冲”,遇到利益要“让”,矛盾冲突时要“忍”。

最后,指导组就“对‘不忘初心、牢记使命’主题教育的感悟(学习程度、前后变化)”、“组织大发展下如何做好新人的基础管理”两个调研主题随机抽取三名党员进行了现场调研和访谈。针对调研主题提出了相关问题,通过这些问题帮助党员同志能够清晰了解自己的岗位特征,明确主题教育的初心,找准明年工作的方向。
(陈凤玲)

遗失声明

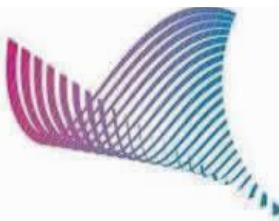
乐山市平远物流有限公司营业执照(统一社会信用代码511100000014949)注销作废;税务登记证(纳税人识别号511102684168786)遗失作废。

乐山市平远物流有限公司
2019年11月14日

遗失声明

乐山市欧典克装饰工程有限公司营业执照(统一社会信用代码5111002803501)注销作废;税务登记证(纳税人识别号511102789104041)遗失作废。

乐山市欧典克装饰工程有限公司
2019年11月14日



科 普 中 国
CHINA SCIENCE COMMUNICATION

乐山市科学技术协会主办

科普周刊

让科技在生活中流行

2019年11月14日 编辑:汪芯羽 版式:赵霜琪

19

热 点

关乎性命! 高楼失火时,应该往上跑还是往下跑? 别等悲剧发生了还不知道…

随着生活水平的提高,高层建筑越来越多,不管是住的房子还是公司,基本上都会在大楼里,近些年高楼失火事件时有发生。俗话说大火无情,高楼一旦失火,很多人的第一反应就是跑。但是在高楼里究竟该怎么跑?该往上跑还是往下跑呢?

家里

一栋18层的住宅,4层某户人家失火,而你在15楼,这时该怎么办?先在家里观察,判断是哪个地方着火。

如果看到亮光,或看到烟、火,先仔细看看外墙有没有烧着,如果没有,那说明火灾局限在失火那户人家,并没有蔓延,这时候可以选择待在家里,或是从楼梯下楼到室外去。

如果楼梯间充满浓烟,显然是失火房间的烟进入楼梯间了,这时选择向下跑的话,有可能会导致烟气中毒或者烫伤,建议还是待在家里更妥当一些。还有一种特殊情况,就是建筑的外墙能够燃烧。

现在有些建筑由于做了外墙的保温,火灾中可能会引燃这些保温材料,从而通过外部燃烧导致整栋楼陷入火中。这种情况下,没有理由再待在家里,除非家里有避难间(国内标准,54米-100米之间的一类高层住宅,每户要设置避难间,但这条并不是强制性条文,未必执行)。

如果楼梯间有烟气侵入,并且待在房间有被火烧到的危险,在没有其他更好的办法时,要做好呼吸防护,进入楼梯间逃生,因为楼梯间的可燃物相对较少。

要记得,在楼梯间里面也要尽可能低姿,减少呼吸,避免吸入过多有毒和高温的烟气。

在我国,高度超过54米的住宅,通常设置有防烟楼梯间(两个,或一个防烟剪刀楼梯),防烟楼梯间都有前室,进入前室要通过一道乙级防火门,而进入楼梯间还要通过一道乙级防火门。

这两道门是要求“常闭”的,它的主要作用是防止烟气进入楼梯间,从而保证楼梯间的安全。作为居民,要随时关闭这两道门。

公司

如果公司在一座60米高(大概20层)的楼上,8楼起火了,而你在12楼,这时该怎么办?

当听到火灾警报、消防广播时,要赶紧跑去楼梯间,没烟的话直接向楼下跑。

因为办公性质或综合性的楼,每层差不多都是大开间,一间着火,很容易蔓延到这一层,如果灭火设施出现故障的话,还有较大可能向上蔓延,严重威胁到上层的人员。

60米高的大楼,有防烟楼梯间,在听到警报的第一时间跑入楼梯间,基本就是安全的。

超过100米(大概33层)的高层建筑会有避难层,高层医院从2层起在每



层的病房楼和洁净手术部都设有避难间,这个时候可进入躲避。

公共场所

在一栋90米(大概30层)的高层宾馆,20层突然起火,而你在4层这时候该怎么办?

用于办公或综合性质的高层建筑,通常会有完善的消防系统,比如火灾自动报警系统、自动喷水灭火系统、气体灭火系统、消火栓系统、防烟和排烟系统、消防应急照明和疏散指示等。

所以,高层建筑(建筑高度大于27米的住宅建筑和大于24米的非单层厂房、仓库和其他民用建筑称为高层建筑。根据使用性质和高度,建筑高度超过100米的建筑是超高层建筑)的消防安全系数要高于普通的单层和多层建筑。

高层失火救助时存在哪些困难?

火灾通常是向上蔓延的,在高层建筑里,层数越高,火灾发生后相对来说风险会越大,低楼层起火时,其上的楼层都有可能受到火灾的威胁。

1、救援困难

如果层数太高,比如超过20层(差不多60米高)时,消防队的救援装备在救人时高度达不到(国内主战的云梯车一般高度都在50米以下,特别高的云梯车很少,并且展开梯子的时间很长、极易受风速影响),在外部射水灭火时射水高度也不够,消防员到达被困人员位置的时间也会更久一些。

2、自救困难

一旦发生火灾,人员被困在高层(比如超过17层)时,自救比较困难。

- (1)从窗外使用绳索自救难度很大、对专业的要求太高。
- (2)跳楼几乎不能生还。

(3)从楼梯间跑下来也需要较长的时间和体力,一旦遇烟很危险,在跑的过程中容易受高温损伤。

(4)通过呼喊等方式报警也会受到限制,使用防烟面具逃生也要考虑时间问题。

3、获取信息困难

高层建筑楼层多、面积大、人员多,在有些情形下,难以全面了解火灾发展蔓延的情况。因此,在疏散过程中,可能会遭遇一些意想不到的情况。

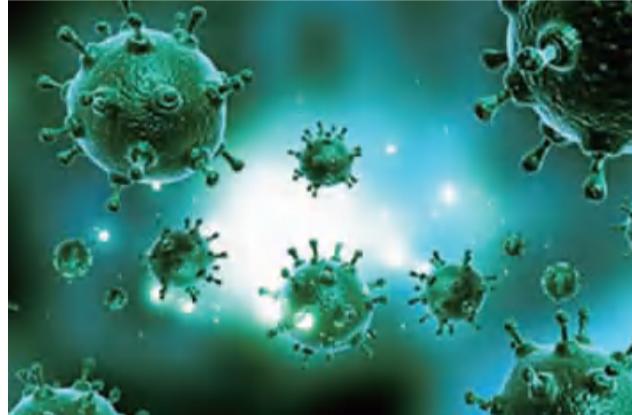
关于流感，明白这四个问题，关键时刻能帮忙

天渐凉，备战新一个流感季，这四个知识点请用小本本记下来。

壹

为什么流感的流行 难以预测？

■流感病毒是一种RNA病毒，由于流感病毒复制时极容易出错，复制过程中参与的酶不能进行校正，从而容易发生突变而导致病毒变异，因此难以预测。



贰

为什么无法消灭流感病毒？

■流感病毒无法消灭，主要有以下两个原因：

首先，流感病毒宿主广泛。甲型流感病毒的宿主包括禽、猪、马、海豹、鲸和水貂等多种动物。人是乙型流感病毒的自然宿主，但在海豹和雪貂中也有发现。

其次，流感病毒变异频繁，容易发生抗原漂移，既往产生的免疫力不能抵抗变异的病毒。抗原漂移是流感病毒在复制过程中基因发生点突变后而累积的结果，在甲型流感病毒和乙型流感病毒中均可出现。

叁

为什么流感能致人死亡？

睡眠不好吃褪黑素？小心副作用找上你

对于有睡眠困扰的朋友们来说，褪黑素绝对算是“老朋友”了。很多人认为褪黑素副作用很小，对身体没有什么影响，可以随便吃。事实当然是否定的。那么，睡眠不好吃褪黑素会有什么副作用呢？



褪黑素是由哺乳动物和人类的松果体产生的一种胺类激素，其确实能起到改善睡眠的作用，但副作用也不可忽视。长期大剂量服用褪黑素，会造成低体温、释放过多泌乳激素导致不孕、降低男性生理欲望等副作用。另外，由于褪黑素是经过肝脏代谢的，所以肝病患者不宜服用褪黑素，否则容易给肝脏造成负担，加重病情。

日常生活中我们应该如何防治失眠呢？首先，睡前2小时内尽量不要做会令自己兴奋的事情，可以听一些舒缓的轻音乐，不要过度用脑，以免造成入睡障碍。其次，在白天时可以适当进行一些运动，适当的疲惫有利于入睡。最后，当然是要注意忌口，不要喝浓茶、咖啡等，多吃一些含各种必需氨基酸的优质蛋白质，以及富含维生素B、维生素E、维生素C、钙元素及色氨酸的食物，这些都有助于良好的睡眠。

最后，如果失眠情况一直没有缓解，请尽快去医院就诊，让医生进行干预。长期失眠会对身体造成很大负担，也可能是某些疾病的预警，应当尽早治疗。

■一般人群感染流感病毒无并发症，病程呈自限性，但是5岁以下儿童、65岁以上老年人、慢性病患者、妊娠及围产期妇女等人群感染流感病毒后，由于自身免疫和身体状况较一般人群弱的原因，容易出现并发症（肺炎、心肌炎、脑炎、急性呼吸窘迫综合征、休克、弥漫性血管内凝血）或原有基础病加重而发展为重症病例，甚至死亡。

肆

为什么流感的传染性 这么强？

■流感病毒传染性强，主要有以下几个原因：

第一，流感患者和隐性感染者是流感的主要传染源，流感病毒感染率高，传染源基数大。流感患者大多数为轻症病例，部分患者发病后仍会继续开展日常活动。另外，由于流感隐性感染者无症状体征，但具有传染性，又因此很难去识别。

第二，传播途径容易实现。主要通过呼吸道分泌物的飞沫传播，也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。

第三，人群普遍易感。发生抗原漂移的流感病毒可再次感染先前已获得免疫的宿主，导致流感的反复流行。

第四，流感病毒常见潜伏期为1~4天（平均2天）。流感病毒潜伏期短，传播产生下一代病例的时间短，导致传播效率高。

都在让你多喝水，人体一天到底应该需要多少水呢？

水是我们人体正常运转必需的物质，可以起到帮助人体调整体温、润滑器官与关节、溶解运输养分以及排除体内废物等作用。虽然水对人体的健康起到非常重要的作用，但是喝水并不是越多越好。如果水喝的太多，超出了肾脏的排水量，肝脏、肾脏不好的人有可能会出现水中毒现象。



另外，如果水喝太多，排出的又少，血液中水含量增多，若不及时为身体补充钠，可能会导致血液中钠盐的含量降低，进而影响身体机能。除此之外，饮水过多可能会出现浮肿现象，增加身体负担。

那么，成年人每天到底需要多少水呢？一般来说，人体的补水方式主要有三种形式，一是直接饮用进体内的水，二是摄取食物中的水，第三就是人体的内生水，也就是蛋白质、脂肪和碳水化合物等在代谢时产生的水。根据我国膳食营养参考指南，在没大量出汗和环境湿度基本适宜的情况下，成年男性和女性每天维持人体正常运转所需要的水的总量分别为3000ml和2700ml左右，其中大概每天会有300ml是来自于人体代谢产生的水。其余的就是通过直接饮水和从食物获取，正常情况下每天应饮水1500~1700ml左右，如果一个杯子的容积是200ml，一天喝八杯水就比较合适。剩余的水分就是人体通过食物来获取的了，大约1000ml。食物中水的主要来源是蔬菜和水果，除此之外，日常生活中粥、米饭、牛奶还有鱼虾等食物也都含丰富的水量，都是人体水分的良好来源，所以我们应该合理搭配营养、做到均衡饮食。

所以，正常情况下成人每日的饮水量大约为1500~1700ml。但是，每个人具体喝多少水应该要根据自身实际情况来定，饮水量也与生活方式、饮食内容和身体状况等因素有关，需要根据自己身体的需求做出相应的行动。

辟谣

今日真相 “科学”流言榜



抑郁症不是病,就是太矫情?

《北京青年报》报道了一个20岁女孩不堪抑郁症的折磨,在微博上发了一封遗书,“我生了一场很久的病,这是最后一次自杀”。一时间很多人都认为抑郁症就是太矫情,就是一时想不开,或者是由于意志不够坚强所导致的。那么,抑郁症只是太矫情了吗?

实际上,抑郁症是一种当今社会上常见的疾病。抑郁症的典型症状是持续性的情绪低落,是一组心境障碍或情感性障碍。注意力难以集中、记忆力减退以及失眠等。患者受抑郁情绪的影响,其学习、工作、生活及社会交往都会受到不同程度的影响,他们自己无法通过意志力控制痛苦,而这种痛苦,健康人无法体会。因此,我们不应该指责或者质疑抑郁症患者,家人、朋友及全社会要给予他们足够的关心和支持。

量子波动速读可以提高学习能力?

某教育机构组织6-10岁儿童,进行量子波动速读大赛,孩子们坐在教室里快速翻书阅读。海报称“孩子用此法,可在5分钟内,看完一本10万字的书籍,并能把内容完整复述出来,闭着眼也能和书发生感应”。把这种看书法叫做“量子波动速读(Quan-tum Speed Reading)”,揭示了物质的波粒二象性。称书中文字,可以波的形式运动和传播。当书中文字的波动传递到孩子大脑中时,被训练过的大脑可以接收这种波动,然后将其转变成图片、声音等信息呈现在大脑中,让读者在脑海中能够真正看到鲜明的图像,像看电影那样,可以对内容有更深层次的理解,甚至感受到作者的情感及写书的意图。通过“哗啦啦”地快速翻书,让书中的内容以“电影”的方式呈现在孩子的大脑里。此时,大脑的深层次意识就会苏醒,以超过目前阅读速度数十倍甚至数百倍的方式来吸收或者感知信息。通过此法,可以培养孩子们一目十行的阅读技术,甚至不需要人眼观看,就可以在1-5分钟内读完一本10万字的书籍,并能完整复述内容。那么,量子波动速读可以提高学习能力吗?

实际上,人类在学习的时候,人眼对于信息的获取、大脑对于信息的处理都是有生理极限的,如此匪夷所思的量子波动速读,显然违背了基本常识。波粒二象性是量子力学里面的一个概念,通常针对微观物质,例如电子、光子等,量子研究的“波”的概念和我们平时看到的水波、声波、地震波有很大区别。但是无论波的概念如何拓展,书本上的油墨并不具备辐射和传播的功能,书本所承载的智慧和知识,更不会自动呈现到你脑子里。人类对量子世界的许多研究还处于理论阶段,更不要提应用到产品层面了。

吃鸡肉会致癌?

网上有传言称,吃鸡肉关联高患癌风险,不少报道也称鸡肉会致癌,都说这是牛津大学的最新发现。那么这是真的吗?

实际上,牛津大学的这个研究确实存在,该研究收集了475万名中年英国人从2006至2014年间的饮食习惯以及患病数据,研究得出家禽摄入量与恶性黑色素瘤的风险呈正相关(摄入量为每30克/天,风险增加20%)的结论。其实,这个研究只是一个观察性研究,它的结果只表示了相关性,并无法证明因果关系,也就无法得出吃鸡肉就会使人得癌症的结论。

代餐减肥真的靠谱吗?

现在网上有各种各样的代餐产品号称能够减肥,那么,这些代餐产品真的能够减肥吗?



实际上,减肥的关键在于控制能量收支平衡,只要能量消耗大于能量摄入,都可以达到减肥效果。很多代餐产品只是变向地让你节食,是可以起到减肥效果的,但是代餐产品消化较慢,而且营养素含量并不均衡,长期吃可能导致营养不良。此外,代餐行业鱼龙混杂,质量良莠不齐,可能会对健康造成危害。践行良好生活方式,科学调整饮食结构,控制能量摄入与消耗的平衡才是减肥的正确途径。

酒精制品都能用来消毒吗?



酒精有杀菌消毒的作用。有人认为,只要是含有酒精成分,均可以用来给伤口消毒,例如白酒、啤酒等。那么,酒精是都可以用来消毒的吗?

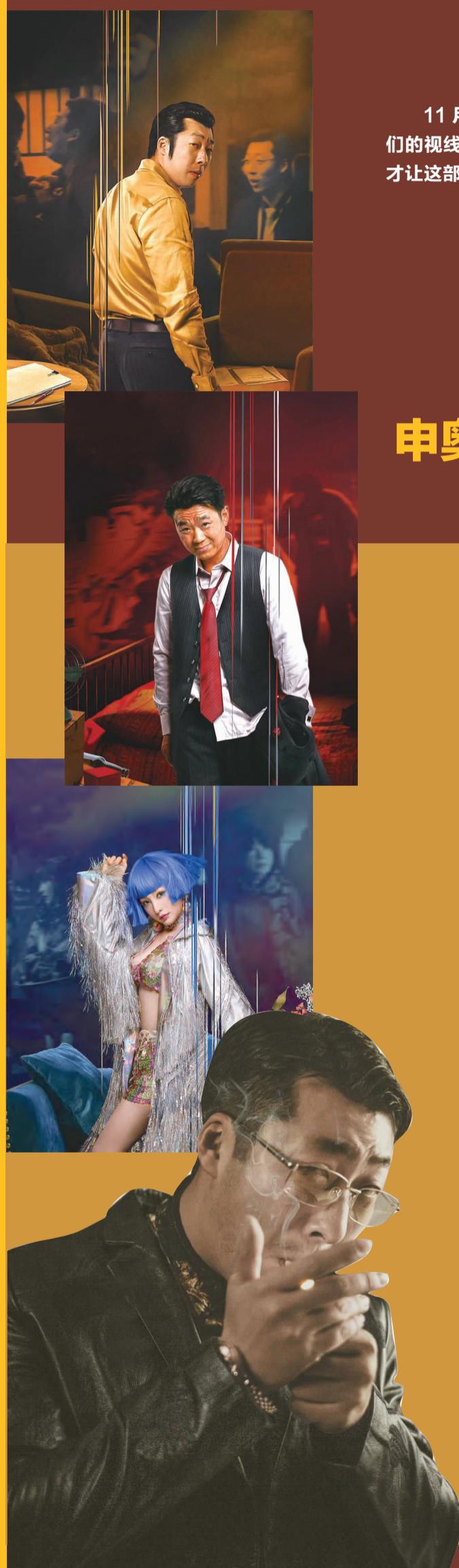
实际上,酒精虽具有杀菌作用,但不是含有酒精的产品都可用于消毒。酒精能够杀菌是因其可穿过细菌表面的膜,进入细菌内部,使组成细菌的蛋白质凝固从而将细菌杀死。用于消毒的酒精浓度通常为75%,其他浓度消毒效果差。浓度过高,酒精会在细菌表面形成一层保护膜,阻止其进入细菌体内,难以将细菌彻底杀死;浓度过低,酒精可进入细菌,但不能将其体内的蛋白质凝固。白酒酒精浓度一般低于65%,啤酒的一般为3.3-3.8%,因酒精浓度低,白酒或啤酒均不能起到消毒的作用,啤酒还含有一些糖类,可能造成细菌滋生。因此,酒精制品不是都能用来消毒的。

补钙就应该吃钙片吗?

电视上的补钙广告铺天盖地,因此也有许多人认为,补钙就应该吃钙片,那么,这样做是正确的吗?



实际上,常见的钙片主要是碳酸钙和柠檬酸钙,也有些其它的方式比如乳酸钙、葡萄糖酸钙、磷酸钙等,这些钙片的吸收率其实都不高。对于大部分人来说,如果饮食规律,平时能经常晒太阳,吃适量的奶制品,一般可以满足身体对钙的需要,如果还不能满足,再吃钙片。



11月8日，青年导演申奥执导，大鹏、柳岩主演的电影《受益人》走入人们的视线。没有超级华丽的主创阵容，没有强势的宣传阵势，只有宁浩监制才让这部电影沾了点“名气”味，但似乎不影响《受益人》是一部好电影。

受益人

申奥对宁浩风格的致敬与抽离

致敬宁浩 像与不像的辩证关系

电影《受益人》讲述了代驾司机吴海为了给患有哮喘的6岁儿子治病，在好友钟振江的怂恿下，刻意结识了一个与他同样身处边缘和底层的网络女主播淼淼，决心酝酿一场别有用心的婚姻骗保的故事。

申奥虽然是导演界新秀但实力绝对不容小觑，2010年他曾凭借短片《河龙川岗》斩获首届中国国际新媒体短片节最高奖项金鹏最佳短片奖。之后，申奥被宁浩“相中”，成为“坏猴子72变电影计划”的签约导演，而《受益人》正是其在该计划中的处女作，也是该计划继《绣春刀2》《我不是药神》后推出的第三部作品。

申奥说这部电影是百分百致敬宁浩，荒诞喜剧风格、剧情逻辑严谨、关照现实情怀、边缘人物呈现、重庆实景拍摄，电影中充满了宁浩的影子。从剧本一稿到后面数稿的修改，宁浩全程把关，为新导演“保驾护航”。人物成型后，演员的选择成为另一个关键要素，申奥并没有直奔名气加身的一线演员，也没有追求流量艺人，而是启用最适合人物的演员。选择大鹏和柳岩是因为他们“身上的生命力”。

大鹏和柳岩的表现没有让申奥失望，而且产生了超出期望的化学反应，甚至改变了电影原本的气质。影片最后由黑色犯罪类型变成喜剧类型，这种转变并非刻意而是自然形成的。所有演员都在无形中完成了喜剧表演。申奥定义这种喜剧为“自然”。“所有的喜剧梗都是会发生的，我不是为了搞笑才去写，才去这么演。所有的人都在很认真地、执着地做自己的事情，但他们形成的化学反应是非常好笑的。”

面对“很像”宁浩的声音，申奥有自己的理解。“拍电影、写剧本他是我的师傅，徒弟像师傅这个是无可厚非。但其实《受益人》非常不‘宁浩’，只是视听语言，包括一些审美趣味跟宁浩很接近。”

演技突破 大鹏体验“表演开窍”

在电影中，大鹏和柳岩呈现出相反却又相生的表演方式，前者设计角色、变成角色，后者本色出演、自然流露，合作多年的默契让两人能在表演上时刻保持在统一频率。对于角色塑造，申奥对大鹏提出了明确的要求，“找到适合自己的表演方法，一种具体的方法”。为此大鹏在吴海身上投入了大量的精力，“我们真的经过了计算、彩排、造型研究以及导演指导，包括我长时间地找寻我在这个戏里的样貌，甚至



气质我都希望能够因此而转变。”

为了更贴近角色，大鹏做了很多“设计”，体型胖了一些、有些驼背、眼神呆滞，每次造型结束后，他会去重庆街头走来走去，甚至做到了连导演都认不出的效果。经过本次出演，大鹏直言“表演开窍”了，其中一场吴海哭的重头戏，“我一直在酝酿，从化妆的时候就在想待会怎么办。”然而剧组的生日惊喜打断了准备好的情绪。“返回去演那个戏，突然发现，我所有的准备都无效了、忘掉了，我的武器已经拿不出来了。”但正是这次打断，让大鹏毫无准备地表演成功诠释出人物的高光时刻，“我突然一下子就站那儿慌神了，剧本里其实没有那句词，我拽着大家说‘她是我老婆。你们看啊，这个女的是我老婆’，剧本里只是站在那儿感动，哭，我不知道为什么，我就站在那儿，变成了一次非常成功的表演体验。”回想整个表演，大鹏感慨“在这个戏里，很多时刻，都对了。”

方言魅力 重庆话与湖南塑料普通话的碰撞

电影全片使用方言，其中大鹏说的是重庆方言，柳岩说的是湖南塑料普通话。申奥与方言结缘是因为《疯狂的石头》。“我第一次看到《疯狂的石头》印象太深刻了，从来没想到电影可以用另外一种语言来说，当我看到它在银幕里呈现出来的魅力和喜感时，我整个被吸进去了。”

说重庆话成为“东北人”大鹏的一大挑战，“重庆话对我确实有很大的难度，很早的时候拿到剧本，剧组有一个老师，把全部的内容进行录

音，我每天听，做什么都要听，跑步听，睡觉也听，然后标在剧本上。”每天不停地听加上拍摄时不停地说，大鹏从一开始只能按剧本走到可以现场即兴发挥加词，用了一个多月的时间。“那段时间是着魔的，我自己做梦，梦里不管是中国人还是外国人，说的都是重庆话。”原本大鹏只要实现川渝地区以外的人听不出来对错，最后变成川渝地区的人也能接受。

起初，柳岩也要求说重庆话，但最后申奥选择让她说湖南塑料普通话，“导演听了我的湖南塑料普通话之后，觉得非常对，就让我完全放弃讲重庆话。”不论是柳岩还是大鹏都借语言找到了表演支点，“语言会让你更相信你的人物和角色。”

当下电影市场“捉摸不定”，横生“爆款”现象不断，但大多数影片都逃不过“坐冷板凳”的命运。作为新生导演，申奥面对即将到来的市场考验并不担忧，“它是个好电影，不是一部糟糕的电影，所以我不太担心它。”

遗失声明

四川小柴鲜生商贸有限公司所持有的营业执照(副本)(统一社会信用代码 P1511102MA6MQHR33)遗失作废。

四川小柴鲜生商贸有限公司
2019年11月14日

遗 失

●陈志松遗失慈溪红星美凯龙收款收据两张：一.2014.7.24 开具的 1 万元租赁意向收据(编号 SK-1407052594)二.2015.12.24 开具的 1 万元商品质量保证金收据(编号 SK-1512071436)遗失作废。

为什么要订乐山广播电视台报？

阅读一座城市
的性情

2020年《乐山广播电视台报》征订开启
联系电话：18990629475

零售定价：3元/份

全年订阅：150元/份

联系电话：18990629475



《乐山广播电视台报》中心城区发行人员及路线



发行线路：

市中级法院→农民街→天星路中段→嘉州大道中、下段→时代广场→白蜡街→人民银行宿舍→安居工程→时代东安→白燕路→春华路中段→柏杨东路双号→凤凰路中、下段→巴比伦小区→茶坊路→嘉兴路



发行线路：

黄家山→叮咚街→海棠广场→府街→鼓楼街→土桥街→草堂寺→紫云街→桂花楼→洙泗塘→海棠湾
下观音→石雁儿小区→青果山街→竹公溪街→鹤紫山→翰园街→竹公小区→春华路上段→体育馆→市委办公区→实验中学→教育学院→牛耳桥小区→牛耳桥市场→白云路→清风街；



发行线路：

旧大桥→文昌宫→军区干休所→进修校→人民西路→青果嘉苑小区→财贸校→石柱山→无线电厂→人民北路；任家坝→八仙洞→碧山湖→碱厂→乐山大桥→龙泓路→凌云路→抱房湾→九鼎宾馆

张公桥→里仁街→演武街→横川街→徐家扁街→王浩儿街→滨江路中段→长江市场以内→钟楼→牛耳桥丝厂宿舍→嘉乐纸厂宿舍



发行线路：

乐山师院→白塔街→陕西街→县街→铁门坎→滨河路上段→育贤街→婺源街→御史巷→月耳塘；成乐路→605厂→通江镇→乐山一中→白燕路→嘉祥路→大修厂→长江市场→天星路上段→交通公寓→龙游路→宝马街→凤凰路上段→慧园街黑桥→意凡家居→长药→石油疗养院



发行线路

嘉定南路→水井冲→大桥西街→护国寺→人民南路→兑阳湾→兴发街→嘉定中路→嘉定北路→致江路



发行线路：

海棠路→肖坝→585所→高新区；滨河路下段→肖公嘴→滨江路→大曲口以内→高北门→土桥街→泊水街→较场坝→箱箱街→东大街→上、下河街→顺城街→学道街→油榨街→玉堂街→武圣祠→嘉定南路→泌水院→人民东路→张公桥红绿灯

《乐山广播电视台报》各区（市）县发行站|发行员征订电话（各区（市）县文广新局、电视台及邮局皆可订阅）

峨眉发行站：卢 欣 18081312651