

健康时报

人民日报社 主办

总第1953期 2023年 第3期
1月13日出版 星期五
周二、五出版
官方网站: www.jksb.com.cn
广告咨询: 010-65368968

零售每份3元
国内统一刊号: CN11-0218
邮发代号: 1-51
发行中心: 010-65369671
新闻热线: 010-65369721

中医调理“阳康”小问题

文见六版



权威医生在身边



雪地趣味运动会作为北京市属公园第八届冰雪游园会项目之一，专为放假的中小學生举办，满足孩子们多元化的冰雪运动需求，并且在运动会中融入传统文化项目来提升孩子们冰雪运动技能。图为1月11日，开始进入寒假生活的孩子们在北京玉渊潭公园雪上乐园进行雪地趣味运动会。健康时报记者牛宏超摄

05版
幸福的家庭
不爭对錯

07版
老人健康
少“猫冬”

10版
咳嗽两年
竟因为一块骨头

15版
新冠变异株
有了新疫苗

健康时报全媒体广告热线
010-65368968
编辑 田茹 美编 霍耀翠
E-mail: jksb01@jksb.com.cn

健康中国

日前，全国妇联、共青团中央、中国关工委等10部门联合发布通知，部署开展儿童寒假关爱服务活动。这是一份令家长儿童都感到温暖有爱的文件，因为它在政策层面上，专门提醒家长朋友们要高度重视儿童寒假期间的身心健康。

面对寒假，憋在家的儿童小朋友们特别需要家长们科学规划学习游玩的时间，摒弃“唯学习唯一论”或者打着“爱的名义”对孩子实施绝对管控。教育，无论学校教育还是家庭教育，都不能过

于注重分数。分数是一时之得，要从一生的成长目标来看。如果最后没有形成健康成熟的人格，那是不合格的。因此，合理安排儿童寒假，首先要注重儿童的时间分配。

把爱带回家，还要帮助少年儿童树立正确的三观和理想信念。“古往今来，大凡很有作为的人，都是在少年时代就能够严格要求自己”“榜样的力量是无穷的。大家要把他们立为心中的标杆，向他

给孩子一个爱意满满的寒假

健康时报特约评论员 聂书江

们看齐，像他们那样追求美好的思想品德”“千里之行，始于足下。每个人的生活都是由一件件小事组成的，养小德才能成大德”。筑牢少年儿童的理想之基、信念之塔需要家长们将一些充满正能量的好故事真英雄讲给孩子听。如舍小家为大家的白衣天使等英雄故事。这些好故事，不但能够激发少年儿童“清澈的爱”，而且也能够让他们树立起正确的人生观价值观和世界观。

与此同时，暖童心护航成长还需要相关部门采取实实在在的暖心措施。一方面，因地制宜开展农村留守儿童、困境儿童的关爱活动。近年来，脱贫攻坚成效显著，农民的生活水平大幅提升。但是，农村儿童事业依然存在教育和陪伴问题。因此，有条件的村镇需要构建“儿童之家”，特殊家庭需要相关部门建立帮扶对子，就近就便为他们提供关护照料、学业辅导、爱心陪伴等服务。另一方

面，发挥公益慈善平台作用，集中创设一批面向特殊困境儿童的关爱帮扶项目，如“暖暖童心家庭支持”、“暖暖童心春蕾守护”等项目，为特殊困境家庭送防疫爱心健康包，推动形成关心关爱儿童健康成长浓厚氛围。

儿童是祖国的花朵，是民族的希望与未来。从国家家庭层面看，培养好少年儿童事关国家的长远、家庭的幸福。每年的《政府工作报告》都明确部署儿童发展的目标任务，督促检查任务落实。我们有必要在以往关爱的基础上，重视儿童寒假关爱工作，为孩子们茁壮成长奠定有爱的情感基础。