快来报名这个活动 享“早鸟价”大礼包

想要带娃体验一场与众不同的体能赛？想要锻炼孩子的胆量？那么，快带娃来参加虎贲少年体能挑战赛。这是一场面向6~14岁的专业体能挑战赛。温馨提醒，现在报名（即日起至4月8日）就能享受“早鸟价”立减30元（原价报名费为399元、499元、599元），还能享受多重优惠和豪华装备，要报名的家长扫下方二维码。

扫码报名

现在报名享“早鸟”特惠价

自虎贲少年体能挑战赛晋江站启动报名以来，便引起广大家长的关注。家长陈先生表示，“这次参赛福利太丰厚了，“早鸟”报名有立减优惠和签到红包，既经济又实惠，而且专业的参赛装备，能让孩子更有仪式感。”家长林女士也提到，“完赛能获得国家级体能证书，对孩子的成长来说是一次非常不错的体验，而且现场的趣味关卡，将传统文化和运动结合，让孩子能玩得开心又有收获，非常期待这次赛事的到来。”

据悉，虎贲少年体能挑战赛一直致力于为青少年打造一个突破自我、释放潜能的专业平台，引导青少年在挑战中塑造坚韧的品格，实现体能与心智的全面提升。若还未报名的家长，赶紧报名。现在报名，不仅能享受立减30元的“早鸟”优惠，在活动当天签到还能领取40元红包。此外，报名成功的选手还将获得超值参赛礼包，内含专业参赛服、定制发带、智能芯片手环，为比赛增添仪式感的同时，也为本次赛事提供全方位的支持。另外，完赛的选手，不仅能获得完赛纪念服、完赛奖牌，还能收获国家级体能证书。这份证书不仅是对少年们运动成果的认可，更是他们成长道路上的一份宝贵纪念。

设置22个关卡 有趣又好玩

据悉，虎贲少年体能挑战赛作为虎贲青少年体能培训项目的核心赛事平台，专为6至14岁的青少年精心定制。这是一项极具专业性的体能挑战赛事，采用计时障碍越野赛的赛制，为参赛选手带来充满激情与挑战的比赛体验。考虑到不同年龄段孩子的体能差异，赛事设立了三个针对性的专业组别：6至8岁的少儿组、9至11岁的少年组、12至14岁的青少年组。与此同时，为了让更小年龄段的孩子也能体验到运动的乐趣，赛事还特别增设4至6岁亲子体验组，家长可陪伴孩子一同踏上赛道，在亲子互动中感受运动的魅力。

值得关注的是，本次虎贲少年体能挑战赛，赛事项目围绕青少年身体素质发展精心设计，涵盖力量、速度、耐力、敏捷等多个维度。赛事现场，以《山海经》等中国传统文化为深厚背景，将古老的上古传说、经典的历史典故与赛事内容进行了别出心裁的融合，精心布局了22个妙趣横生的关卡。如“鱼跃龙门”关卡，参赛少年需跨越重重障碍，寓意突破自我、迈向新高度；“举父善投”环节，孩子们比拼投掷精准度，展现果敢与力量；“精卫填海”挑战，则要求少年们搬运物品，体会精卫坚韧不拔的精神。这些趣味关卡，为青少年打造出沉浸式的运动体验，让青少年在挑战体能极限的同时，深入领略传统文化的独特魅力，感受其深厚底蕴。

此外，全国青少年体育联合会凭借深厚的行业积累与专业的技术团队，为全国青少年体能培训项目和虎贲少年体能挑战赛，提供全方位体育专业技术支持，充分保障赛事的专业性与权威性。

在这里，不仅有令人心动的“早鸟”福利，更有趣味赛事等着你，现诚挚邀请每一位怀揣梦想的小勇士，以及陪伴孩子成长的家长，共同奔赴这场精彩的运动盛宴。

萌娃化身小警察

“妈妈，以后我要当一名警察。”“太开心了，终于体验一回小警察。”……近日，晋江经济报亲子驿站组织安海片区的亲子家庭走进东石派出所，零距离感受警察的日常生活。

活动伊始，东石派出所民警带领亲子家庭参观了派出所的接警大厅。民警详细介绍了110接警的工作流程，同时也告诉小朋友，警察除了抓坏人外，也保护好人。“小朋友，如果你们的生命财产受到伤害时，可以拨打110。”民警说道。

随后，大家来到警用装备展示区。民警脸上挂着亲切的笑容，开始耐心细致地向小朋友介绍警械“八件套”装备。民警拿起伸缩警棍，幽默地说道：“小朋友，这可不是普通的棍子，它就像孙悟空的金箍棒一样，关键时刻能迅速变长，帮警察叔叔制服坏人。大家看，就这么轻轻一甩，它‘唰’的一下就变长啦！”民警一边说，一边进行演示，小朋友被这神奇的操作逗得哈哈大笑，现场气氛瞬间被点燃。紧接着，民警又拿起强光手电与催泪喷雾详细讲解：“强光手电在夜间不仅能照亮道路，还能通过强光照射，干扰不法分子的视线；催泪喷雾则能在遭遇危险时，暂时让对方失去行动能力，为自身安全争取时间。”

另外，民警还拿出了警用盾牌，向小朋友介绍：“小朋友，这是盾牌，就像是我们警察叔叔的‘超级护盾’，能帮我们挡住坏人的攻击，保护自己。”说着，民警示范了盾牌的持握姿势，以及在面对危险时如何运用盾牌进行防御，向左、向右移动阻挡，前进、后退控制距离。

值得一提的是，在民警的热情鼓励下，几个勇敢的小朋友率先站了出来。民警认真地为他们穿戴好警用装备，小朋友瞬间挺直了腰板，脸上洋溢着自豪的笑容，仿佛自己真的成了一名警察。他们用小手拿起伸缩警棍，感受沉甸甸的重量，试着模仿民警刚才的动作，有模有样地挥舞着。

最后，小朋友还坐上了警车。民警打开警灯、鸣响警笛，让小朋友真切感受警车执行任务时的紧张氛围。小朋友兴奋地左顾右盼，对车内的各种设备充满好奇，民警一一为他们讲解了警车的功能和用途。

参观结束后，家长纷纷表示，这次活动让小朋友收获满满，不仅让他们了解了警察的日常工作，还学习到了很多实用的安全知识。希望未来能有更多这样的机会，让小朋友增长见识、拓宽视野。

家长感言

陈逾明的家长：这次孩子参观派出所、体验小警察，对他来说是一段极其珍贵的经历。活动结束后，孩子兴奋地向我讲述民警叔叔的讲解，还有那些神奇的警械装备，眼睛里闪烁着光芒。看着他的变化，我特别欣慰。

孙泽铠的家长：非常感谢亲子驿站组织的这次小小警察体验活动，让小朋友有机会近距离接触警械装备，与民警面对面交流，对警察这一职业有更深入的认识和了解。在参观过程中，小朋友学习到了实用的安全知识，明白了在遇到危险时该如何应对。更重要的是，正义感的种子在他们幼小的心灵中生根发芽，让他们懂得要做一个遵纪守法、勇敢正直的人。

安海实验幼儿园 第十七届亲子运动会开幕

本报讯 近日，晋江市安海实验幼儿园内彩旗飘扬、欢声笑语，第十七届亲子运动会在一片欢乐的氛围中盛大开启。

当天，运动会在别出心裁的花车巡演中拉开帷幕。小朋友们和家长共同制作的花车造型各异、创意十足。紧接着，活力四射的带动操环节将运动会推向高潮。老师们身着运动服装，带领孩子们一起舞动起来。欢快的音乐节奏、富有感染力的动作，让大家沉浸在运动的快乐之中。

随后，小朋友在老师的带领下，精神抖擞地步入操场，整齐划一地进行体操表演。他们的动作标准有力，节奏感十足，小小的身躯里迸发着无限的活力。此外，现场还有开展趣味游戏等。

据了解，安海实验幼儿园举办亲子运动会，旨在通过丰富多彩的体育活动，培养孩子们对运动的兴趣，增强他们的体质和意志力。同时，也希望借此机会增进亲子之间的感情，促进家园之间的沟通与合作，为孩子们营造一个健康、快乐的成长环境。

相关链接

安海实验幼儿园 家校社协同育人 “教联体”联盟建设启动

近日，晋江市安海实验幼儿园举行家校社协同育人“教联体”联盟建设启动仪式。作为全市首批试点单位，该园将通过创新多元主体协同机制，推动育人模式转型升级。

启动仪式上，该园与教育行政、医疗卫生、公共安全、村（社区）及文化场馆等领域的成员单位签署了合作协议。为落实教育部等十七部门《家校社协同育人“教联体”工作方案》要求，该园将整合跨领域优质资源，构建家校社协同育人网络，重点解决传统教育中家校社联动不足、资源整合度低等问题，并将试点经验总结提炼为可推广的“安幼模式”，打造具有示范引领价值的协同育人典范。

下一步，安海实验幼儿园将着力完善“政府统筹、部门协作、学校主导、家庭尽责、社会参与”的协同育人工作机制，推动学校、家庭、社会三方协同共育、同向发力，构建“全员育人、全科渗透、全域联动”的家校社协同育人新格局，为幼儿健康快乐成长创造良好环境。

东石钻石海岸幼儿园 开展闽南童谣比赛

本报讯 为了让传统文化在童声中焕发新生机，日前，晋江市东石镇钻石海岸幼儿园中班段举行一场闽南童谣比赛。此次活动通过寓教于乐的方式，让稚嫩的童声与古老的方言碰撞出文化传承的火花。

比赛中，小选手个个精神饱满、信心十足，一首首充满民俗特色和富有儿童情趣的童谣，如《数宫灯》《天上一块铜》《泉州人说泉州话》《东石蚵阿》等展现在大家的眼前。此次活动不仅为闽南童谣的传承搭建了桥梁，更为孩子们的心灵播撒下热爱家乡文化的种子。

这份霉菌知识请查收

在五彩斑斓的自然界中，霉菌以其独特的形态和色彩吸引了不少人的目光。然而，这些看似不起眼的微生物，却常常在潮湿温暖的环境中悄无声息地繁衍生息，对我们的健康构成潜在威胁。晋江市疾控中心提醒市民朋友：建议大家知晓家中霉菌的常见重灾区及其危害，并实施有效的预防手段。

霉菌的常见“藏身之地”

该中心健教科科长叶福全介绍，卫生间作为家中湿度最高的场所，自然成了霉菌的“乐园”。洗手池、浴缸、淋浴房边缘墙面及木质家具的底部，这些看似不起眼的角落，却往往是霉菌滋生的温床。它们在这里肆意生长，释放出挥发性有机化合物和过敏原，悄悄威胁着我们的健康。

厨房，这个美食的诞生地，也时常受到霉菌的侵扰。洗碗池、橱柜及灶台边，尤其是那些带有胶条的地方，常常能见到黑色的霉点。久用不换的筷子、砧板、擦台抹布及洗碗海绵，更是成为霉菌的“温床”。此外，厨房里的食物若保存不当，也极易受潮发霉，进一步加剧霉菌的滋生。

而冰箱，这个我们用来储存食物、保鲜食材的“神器”，同样可能成为霉菌的“避难所”。若长时间不清理，冰箱门上褶皱的胶条、冷藏室的温度和食物残渣，都为霉菌的生长繁殖提供了得天独厚的条件。

霉菌的危害与预防

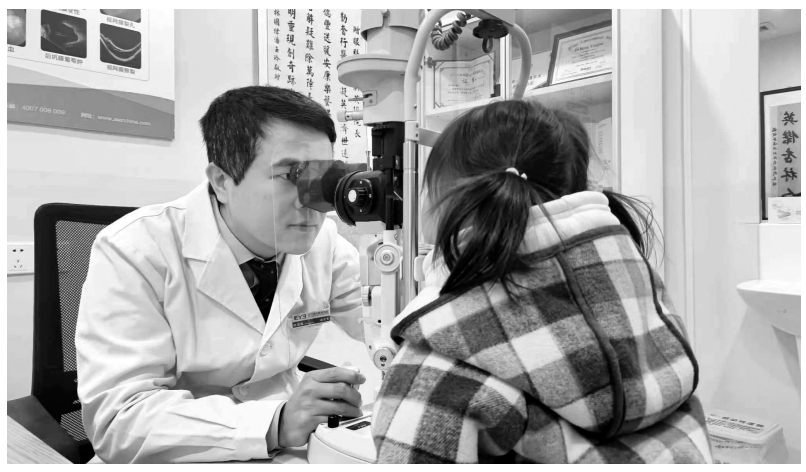
“霉菌不仅影响家居环境的美观和卫生，更重要的是，它还可能引发多种疾病。过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、过敏性哮喘及特应性皮炎等过敏反应，都与霉菌有着千丝万缕的联系。严重时，霉菌甚至可能导致过敏性肺炎等严重疾病。”叶福全解析说。

那么，如何有效预防霉菌的滋生呢？关键在于除湿和清洁。首先，我们应尽量将室内的湿度保持在50%以下，特别是厨房和浴室等潮湿区域。通风不畅的房间，可以考虑使用除湿机等设备主动除湿。其次，定期对容易生长霉菌的冰箱、洗衣机等家用电器进行清理，使用专门的消毒剂来除霉。最后，科学选购食材，合理储存食物，减少食物囤积。一旦发现食物发霉，要及时清理，避免霉菌的进一步扩散。

总之，霉菌虽小，危害却不容小觑。只有我们时刻保持警惕，采取有效的预防措施，才能确保家居环境的健康与安全。

靠边坐会斜视？听听咱厝医生怎么说

在家长心中，孩子的座位问题总能成为他们关注的热门话题之一。近日，读者蔡小姐告诉记者，有家长在群里传播着一条“黄金定律”：“前排座位毁视力，两侧位置致斜视。”这条定律是否真的有道理呢？甚至有家长在凌晨3点给班主任发消息，恳求将孩子的座位调到第四排正中间。那么，孩子坐在教室两侧，是否真的容易得斜视？今天，我们就邀请晋江爱尔眼科医院的专业医师为大家揭开这个谜团。



斜视并非座位所致

“首先，给各位家长吃颗定心丸：孩子坐在教室两侧，并不会直接导致斜视。斜视，这个听起来就让人担忧的眼部问题，其实并不是简单地由看东西的角度不正所引发的。”晋江爱尔眼科医院副院长洪英俊告诉记者，斜视是由于眼外肌的协调运动出了问题，导致眼外肌力量不均衡，使得两只眼睛无法同时盯着同一个目标。简单来说，就是当一只眼睛在看目标时，另一只眼睛却偏偏要往旁边看。

洪英俊解析说，斜视有多种类型，如内斜视（眼睛往里斜，看起来像“对眼”）、外斜视（眼睛往外偏）、上斜视、下斜视和旋转性斜视等。在教室里，坐在两侧的孩子可能需要转头看黑板，但正常眼睛的调节能力通常可以适应这种角度变化，不会因此导致斜视。

斜视的主要成因与症状

那么，斜视究竟是由什么引起的呢？洪英俊说，斜视主要与家族遗传史、眼肌发育异常或神经系统问题相关。如果家族中有斜视的病史，那么孩子患斜视的风险就会相对较高。此外，未及时矫正的屈光不正、早产、脑部损伤等因素也可能诱发斜视。

斜视的症状也是多种多样的，家长们可得仔细留意了。如果发现孩子注意力不集中，眼睛位置明显不正常，老是往外或往上偏；或者孩子经常歪着头看东西，还时不时揉眼睛；甚至会主动遮住一只眼睛，觉得这样看东西更清楚；又或者孩子说看东西模糊、怕光；走楼梯时小心翼翼，总是走得很慢还容易磕碰，这些都可能是斜视的信号。斜视不仅影响孩子的外观，更可能对他们的视觉功能、身体发育和心理健康造成深远的影响。

防治斜视趁早是关键

“一旦发现孩子可能有斜视，治疗一定要趁早。”洪英俊提醒广大家长，斜视不会随着孩子年龄的增长而自行消失。在孩子3岁以前，视力和视功能发育得很快，这时候通过屈光矫正、视觉训练或手术矫正，可以取得较好的治疗效果。如果超过12岁，虽然还能矫正外观，但视功能恢复起来就困难多了。

那么，家长们在日常生活中应该如何预防和减轻斜视的影响呢？除了及时关注和治疗外，科学选座也是一个重要的方面。黑板到座位的理想距离大约是黑板高度的6~8倍（如黑板高1米，最佳距离就是6~8米）。此外，建议每两周或每月轮换座位，这样就像给眼睛做“全景扫描训练”，有助于眼睛适应不同的视觉环境。

健康问答

孩子阵发性腹痛怎么办

读者：孩子7岁，最近总说肚子不舒服，有时痛有时不痛，痛起来是一阵一阵的，过一会儿又好了，这是怎么回事？

晋江市医院健康管理中心：孩子阵发性腹痛，可能是肠系膜淋巴结炎或胃肠功能紊乱。肠系膜淋巴结炎多由病毒感染引起，会发烧、肚子痛，痛点不固定，可能伴有呕吐、拉肚子。胃肠功能紊乱则和饮食、腹部受凉有关，表现为肚子痛、肚子胀、拉肚子或便秘。建议先调整饮食，避免生冷油腻，注意腹部保暖。若症状持续或加重，如肚子痛得厉害、频繁呕吐、拉血便等，应及时就医检查，如做腹部B超、查血常规等，以确定病因并治疗。

本版由本报记者吴清华、唐淑红采写