

社会广角

「儿童食品」该如何选？

专家提醒：理性选购 切勿跟风

本报融媒体记者 刘玉宁

在当今市场上，“儿童食品”的概念越来越受到家长们的青睐。从儿童奶粉、儿童饼干到儿童酱油等，各类打着“儿童专用”旗号的商品琳琅满目。营养师提醒，家长们在选购时应保持理性，切勿盲目跟风。

近日，记者走访了几家孕婴童店和超市，含有“儿童食品”字样的商品摆放在各个商品区的货架上，这类食品的外包装上普遍色彩鲜艳，并有各种卡通图案。据一家孕婴童店销售人员介绍，在儿童食品中卖得最好的当属儿童面条、儿童水饺、儿童肉松、儿童饮料。

记者注意到，不少产品自贴上“儿童专用”标签后，跟一旁的同类普通商品相比，身价立马上涨。如一款容量为100克的儿童牛肉松售价为49.8元，超市内一款容量为280克的成人牛肉松售价为58元，儿童牛肉松的价格明显高于普通牛肉松。不过仔细对比二者的营养成分表，记者发现二者的比例差别不明显，均由能量、蛋白质、脂肪、碳水化合物和钠构成。

“妈妈，我要吃这款包子！”在南京路一超市生鲜柜台，4岁的沐沐看中了一款包子，有刺猬、熊猫、小猪等多种不同造型。这袋包子售价26元，共10个，平均每个超过2元。“虽然这些儿童食品价格偏高，但只要孩子喜欢，对孩子身体有益，多花点钱也无所谓。”沐沐妈妈说，自从有了孩子，最关注的事情就是买给孩子吃的，都要先看看是不是“儿童专用”。

采访中，不少家长都表示，在给孩子挑选食物方面，比起成人食品，还是会偏向选择带有儿童标签的，尤其在孩子年龄较小时，对儿童食品的关注和购买都会比较多。

“儿童食品”是不是更好？市民又应该如何为孩子挑选食品呢？

“儿童食品”市场的火爆反映了家长对孩子的关爱，但在购买时，家长们需保持理性，别被花哨宣传迷惑，要为孩子挑选真正健康、营养的食品。商丘市第一人民医院营养科专家陈黎亚表示，家长在购买儿童专用食品时，要仔细查看食品的成分表，优先选择成分简单、添加剂少的产品，尽量避免购买含有大量白砂糖、盐以及人工色素、香精等添加剂的“儿童食品”。在选购时，多参考专业的营养知识和医生的建议，将“儿童食品”与普通食品进行对比，分析其营养价值和价格，做出更明智的选择。

陈黎亚提醒，在选择儿童食品时要尽量选择天然成分的儿童食品。食材最好是新鲜蔬菜、水果、肉类等，对于一些高脂肪、高糖、高盐等食品尽量少买；选择儿童食品要关注适龄性。此外，要让孩子多运动，不要暴饮暴食，平时多摄入新鲜蔬菜和水果，主食和辅食应该从营养均衡角度来注重合理搭配。

高，即使复苏成功也有很多后遗症。“心肺复苏有个说法叫做‘黄金4分钟’，大多数理论认为，心脏骤停4分钟内开始复苏，可能有50%存活率；4分钟—6分钟开始复苏，仅有10%存活率；超过6分钟，仅有4%存活率；而10分钟以上者，几乎无存活可能。”张家民告诉记者，“心脏长时间停跳很有可能对大脑造成不可逆的损伤，甚至有患者因缺氧严重造成脑损伤而成为植物人。”

张家民表示，持续高质量的心肺复苏及有效抢救技术是患者恢复正常生活的关键。本次生命奇迹的出现，离不开提前制定的有效预案，更离不开所有参与抢救医护人员的紧密配合及努力。

培育和践行社会主义核心价值观 富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

提个醒儿

消遣娱乐莫添堵 乐极生恨成笑谈

2月24日，在民权县人民法院南华人民法庭调解室内，60多岁的崔老汉紧紧拉着法官王玉玺的手说：“我们都这把年纪了，为了打麻将闹别扭不值当，让人家笑话。”

原来，崔老汉自儿女成家立业后，无所事事，感到坐在家里面闷得慌，慢慢地，养成了出门玩麻将的习惯。“输赢不多，图个娱乐。”崔老汉说，和邻居打打麻将、聊聊天家常，不仅能感受到生活的乐趣，还能够丰富知识和视野。

一来二去，崔老汉就成了郑大娘店铺的常客。而郑大娘呢，闲来无事，就在自家房里开了个小超市，忙时，照顾生意，闲下来，就摆上麻将，招呼邻里玩上几圈。加上她热情好客，茶水免费照应，平日里，上了年纪的老人总爱聚在这里，热热闹闹地打麻将，打发时光。

事发当天，牌局酣畅之际，郑大娘与崔老汉因50元钱发生口角，情绪激动下竟扭打成一团，且双双受伤，闹得大家不欢而散。

事发后，经医院诊断，郑大娘肋骨骨折，崔老汉手臂也多处挫伤。痊愈后，郑大娘为维护自身合法权益，一纸诉状将崔老汉告上法庭，并索赔各种费用6000余元。

崔老汉听说郑大娘将自己诉上法庭，也“不甘示弱”，随即请人帮忙，通过反诉向郑大娘索赔万元。

接到双方当事人的诉状后，王玉玺边听取诉求，边了解案情。考虑到双方都是多年的邻居，平时还互帮互助，就想调解，但解心难。如何破解双方隔阂、化解矛盾？

王玉玺遂将两位老人请进调解室内，端上茶水，采取背对背的方式让他们尽情宣泄委屈。待情绪平复后，王玉玺趁热打铁开始面对面调解，用六尺巷的故事对他们进行开导：“您二老啊，本来是娱乐，结果呢，却动起手来。古人能为宅基各退三尺，咱们真要为了那50元钱毁了几十年的情分吗？”

话虽不多，句句戳中心窝。渐渐地，两位老人都面露羞愧之色。而王玉玺瞅准时机，随手翻开民法典，道：“您俩瞧瞧民法典，上面对打架说得明白明白。”稍停片刻，王玉玺不紧不慢地说：“打架造成损害，双方都要担责。若判下来，医疗费得按过错比例分摊，最后怕是‘双输’啊。”

听闻此言，两位老人逐渐意识到当初的不理智、不冷静。最终，双方互谅互让，达成调解协议。调解结束，两位老人一笑泯恩仇，并伸出大拇指，为王玉玺法官用心用情化解矛盾点赞。（本报融媒体记者 王冰 梁晓晨 通讯员 李宁）



▲2月26日，施工机械在华商大道积水点改造施工现场作业。此次改造旨在解决雨季积水难题，提升居民出行舒适度与安全性，改善城市排水系统，让城市在雨天也能“畅快呼吸”。



▲2月25日，在市区一家超市内，芥菜、田七、羽衣甘蓝等各类春菜摆满了货架，吸引顾客驻足挑选。随着气温逐渐回升，时令春菜陆续“抢鲜”上市，进一步丰富了人们的“菜篮子”。

沉浸式体验活动成年轻人“新宠”

本报融媒体记者 付盛凯

当下，我市的年轻群体中正掀起一股沉浸式体验热潮。从烧脑刺激的密室逃脱、角色扮演的剧本杀，到充满创意的手作坊、沉浸式体验活动已成为年轻人社交娱乐的新宠，悄然改变着他们的休闲生活方式。

2月26日，位于神火大道的一家密室逃脱店内热闹非凡，一群年轻人正在为即将开始的密室逃脱游戏做准备。密室逃脱作为沉浸式体验的热门项目，以逼真的场景布置和环环相扣的谜题设计，让玩家仿佛置身于另一个世界。“每次玩密室逃脱，都感觉自己像个侦探，要在各种细节中寻找线索。那种在紧张刺激中解开谜题的成就感，真的让人上瘾。”“00后”玩家小赵兴奋地说。该密室逃脱店老板表示，周末和节假日是营业高峰，常常需要提前预订，年轻人

占比超过80%，他们大多是和朋友或同事组团前来，在密室中共同协作，享受挑战带来的乐趣。

与此同时，剧本杀也在我市年轻人中持续火爆。走进位于归德路的一家剧本杀店，店内的装饰充满了各种风格的主题元素。在这里，玩家们通过扮演剧本中的角色，体验不同的人生故事。在一场剧本杀游戏中，玩家们需要根据线索推理真相，过程中充满了交流与互动。“05后”玩家小孙说：“剧本杀最吸引我的地方就是能体验不同的角色，和大家一起头脑风暴。而且每次玩都能认识新的朋友，社交圈一下子就扩大了。”据了解，为了满足年轻人的需求，许多剧本杀店不断更新剧本，推出独家定制剧本，让玩家有更沉浸式的体验。除了这些传统的沉浸式娱乐项目，充满创意的手工作坊

反恐防暴不松懈 实战演练保安全

本报讯（记者 宋云云 李佩）2月26日上午，商丘市第三幼儿园与商丘市公安局睢阳分局刑侦大队携手开展了一场别开生面的“警园共护幼 平安伴童行”护学岗暨反恐防暴安全演练活动。

当天上午，随着预设情境的启动，一名“可疑人员”在幼儿园门口执意闯入，企图制造事端。面对这一突发状况，幼儿园的护学岗人员迅速进入应急状态，展现出了极高的专业素养和冷静应对的能力。值班教师眼疾手快，第一时间按下“一键报警”装置，并迅速向园长汇报情况。与此同时，值班民警、保安及护学岗老师迅速反应，手持钢叉、警棍、盾牌等反恐防暴器械，与“歹徒”展开周旋，并最终成功将其“擒拿”。

在演练的另一侧，负责幼儿离园的教师在发现险情后，同样展现出了极高的应急反应速度。他们迅速带领幼儿返回教室躲避，并立即锁好门窗，确保孩子们的安全。在确认所有幼儿均已安全返回教室后，教师开始清点人数，安抚幼儿情绪，同时保持高度警惕，密切关注门外情况，确保没有遗漏任何安全隐患。

演练结束后，民警张明源对护学岗老师及保安人员进行了深入的反恐防暴技能培训。民警结合实战经验，详细讲解了反恐防暴器械的正确使用方法、应对突发事件的策略以及自我保护技巧。

“此次护学岗暨反恐防暴应急演练活动提高了全体教职员工的反恐防暴意识与处理突发事件的应变能力，有效地检验了幼儿园安全防范工作的实效性。在今后的工作中，我们将一如既往地安全教育渗透到日常保育教育活动中，并加强与家、社、警各方的沟通协作，严格落实各项安全制度，为全体幼儿的安全、健康、快乐成长保驾护航。”商丘市第三幼儿园园长赵玉超说。