

学会适度关注 签份上网协定

宽严有度避免孩子“困在网中央”

教育新观察

如果问家长,暑假里,孩子什么情况最让你头痛,可能很多答案会指向——上网。联机打游戏太诱人,各种短视频令人眼花缭乱……眼见孩子就要被困在网中央,有什么办法可以帮孩子不要沉溺于网络呢?

在12355上海青春在线青少年公共服务中心特聘讲师沈芳看来,

网络让这一代孩子拥有广博的视野及拥抱世界的开放心态。为避免孩子对网络过于着迷,家长不妨试着用智慧,和孩子签一份“上网协议”。

营造良性亲子关系

疫情让孩子切换到在线教育新模式。“孩子使用网络的时间肯定增加,家长不要单纯用上网时间和以往相比,否则一定会焦虑,并把焦虑情绪传递给孩子。”沈芳说。

不过,她提醒,孩子如果对虚拟世界过于迷恋,可能说明亲子关系出现了问题。家长可以帮助孩子参与一些社交活动,增加其快乐因子。运动就是一种有效方式,家长若能和孩子一起动起来,效果更佳。

观察孩子精神状态

作为一名高中女生的妈妈,沈芳说,自己索性利用这段时间放手,让孩子学会自我管控。她所做的,是

和孩子心平气和地分析查资料、聊天、游戏、电子阅读等在网上时间中占多少比例,以及网络消费是否合理。

她建议家长学会“适度关注”,通过三方面指标衡量,分析孩子是否为网所困。其一,孩子是否能在规定时间内,把该完成的任务完成;其二,孩子是否有现实生活中的好朋友,可以线下聊天、出游;其三,孩子的日常作息是否正常,有没有精神涣散现象。

上网约定说到做到

沈芳说,不少家长很有意识,会和孩子签署上网约定。但有时,约定时间到了,孩子要求再看一分钟或打完这局游戏再下网……沈芳建议,在约定时间到来前,家长可适时提醒孩子剩余时间。更重要的是,和孩子商定,如违约要接受怎样的惩罚。“约定要注意尊重孩子的意见。”沈芳说。 本报记者 陆梓华

新民随笔

小馒头大市场

连建明

“巴比馒头”要上市了,上周,证监会发审委审核通过了中饮巴比食品股份有限公司上市申请,A股市场馒头第一股即将诞生。

“巴比馒头”上市成就了刘会平的创业梦。1998年,来自安徽安庆偏僻小镇的刘会平21岁,这个“初中生”怀揣4000元闯荡上海滩,首开包子店失败,又不屈不挠地在南京路开了一家“刘师傅大包”门店,凭借一个7毛钱的馒头站稳脚跟。2004年,他给土包子起了一个洋名——“巴比馒头”,此后,“巴比馒头”连锁店越来越红火,最终成为上市公司,预计发行市值可达38亿元,刘会平的身家至少10亿元以上。

馒头,是中国人生活中最普通

的食品,但小小的馒头实际上是个大市场,因为它是生活必需品。中国一年卖出多少馒头,缺乏确切的数据,不妨测算一下,如果有1亿中国人每天买2个馒头,每个馒头按2元计算,那么,馒头一天的销售额就是4亿元,一年就是1460亿元。小小馒头可是一个千亿级的市场。从这个角度看,“巴比馒头”虽然是中国的馒头大王,但市场份额实际上很小,2018年营业收入不过9.9亿元。这个大市场容得下很多的“巴比馒头”。

有着悠久历史的馒头,也有很多著名品牌,比如,天津的狗不理包子就声名远播。但是,2019年狗不理的营业收入只有1.55亿元,显然是狗不理门店太少。“巴比馒

头”能够后来居上,靠的是现代企业的连锁经营,截至2019年6月末,公司拥有15家直营店、2784家加盟门店。

中国很多传统食品,不光是馒头,还有面条、小笼、馄饨等,完全有条件做成中国的麦当劳、肯德基,当然需要现代企业理念。这些中国独特的食品能否在全球开连锁店很难说,但是,光在中国就完全可以做大做强。中国的人口足够多,市场也足够大。所以,以国内大循环为主体、国内国际双循环相互促进的新发展格局,当然是可以实现的。中国庞大的消费市场,不仅可以促进中国经济稳健发展,也可以让更多刘会平这样的草根创业者,实现创业梦。

上海增18例境外输入病例,均从阿联酋出发 相关航班熔断机制已启动

本报讯(记者 邵阳)8月9日0-24时,通过口岸联防联控机制,上海报告18例境外输入性新冠肺炎确诊病例。

病例1-病例3均为中国籍,在阿联酋工作,乘坐同一航班,8月5日自阿联酋出发,8月6日抵达上海浦东国际机场,入关后即被集中隔离观察,其间出现症状,后确诊。

病例4-病例18均为中国籍,在阿联酋工作,乘坐同一航班,8月7日自阿联酋出发,经斯里兰卡转机后于当日抵达上海浦东国际机场,入关后即被集中隔离观察,其间出现症状,后确诊。

已追踪同航班的密切接触者237人,均落实集中隔离观察。

另据上海发布消息,针对近期部分进境航班连续出现多起输入病例的情况,上海市新冠肺炎疫情防控工作领导小组办公室表示,将进一步严格全流程闭环管理,严格落实各项健康管理措施,督促相关企业切实落实主体责任,抓好源头和远端防控,坚决遏制境外疫情输入。据悉,民航部门已经依照程序启动对相关航班的熔断机制。

又讯 据国家卫健委通报,8月9日0-24时,31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团报告新增确诊病例49例,其中境外输入病例35例(上海18例,山东4例,四川4例,广东3例,陕西3例,辽宁2例,浙江1例),本土病例14例(均在新疆)。



THE 4TH SHANGHAI AGRICULTURAL TRADE FAIR THE 3RD CHINA FOREST FOOD TRADE FAIR 2020

第四届上海·全国优质农产品博览会 第三届中国森林食品交易博览会 首届北大荒绿色食品博览会暨北大荒·第二届中国农垦食材交易会

明天开幕

2020年8月11日-13日

上海光大会展中心(徐汇区漕宝路88号)

800+ 原产地企业

3000+ 品类

80+ 地区组团



需关注微信登记参观

021-56785388

www.cagfair.com (CAF农博会) www.cfffair.com (森交会)

主办单位
中国国际贸易促进委员会供销合作行业分会
中国林业产业联合会

联合主办单位
北大荒农垦集团有限公司

承办单位
北京美合国际会展有限公司上海分公司
上海精合会展咨询中心

展品类别
果蔬、粮油、畜禽产品、森林食品、菌类、茶叶、油茶、蜂产品、豆制品、特产、食材、风味食品等。

协办单位
湖南省农业农村厅
贵州省林业局
安康市人民政府
衢州市人民政府
衡水市人民政府
温州市人民政府
眉山市人民政府
陕西省供销合作总社
聊城市人民政府
红河州人民政府
榆林市人民政府
驻马店市人民政府

石家庄市人民政府
韶关市人民政府
青海省林业和草原局
河南省林业局
江西省林业局
大兴安岭林业集团公司
曲靖市人民政府
北京市农业农村局
重庆市农业农村委员会
湖北省供销合作总社
宣城市人民政府
汉中市人民政府

沧州市人民政府
宜昌市人民政府
天门市人民政府
运城市人民政府
彭州市人民政府
漳州市人民政府
河南省罗山县人民政府
湖北省公安县人民政府
福建省尤溪县人民政府
河南省汝阳县人民政府
东台市人民政府
杭州市临安区人民政府

请携带 身份证参观



地铁1号线漕宝路站,1号口出,往西500米。
地铁12号线漕宝路站,8号口出,往西400米。



120路、166路、198路、43路、809路、92路、92路B线、946路、沪昆线、沪松专线、上余定班线,漕宝路通勤站下车即到。