



今天白天阴天间多云，局部小雨，偏北风2级到3级，温度19℃到22℃。夜里到明天阴有小到中雨。

预计本周内我市多阴雨天气，全市有一次较明显大范围降水天气过程，时间在周二到周四。本周内阴雨日数较多，最高气温将明显偏低。

今天部分气象指数，紫外线指数：一级，辐射强度最弱；人体舒适度：早中晚为四级，感觉适中。

更多天气资讯，请拨打12121。



读报

投稿邮箱: dengyeran@126.com
QQ群: 155495021
短信: 15039233359
大河鹤壁网评论坛:
http://bbs.hebiw.com/



9月2日 15版

《点亮18名弟兄生命的那盏灯》

向“带头大哥”刘明祥致敬！但凡成功施救的范例，都有一个挺身而出的人充当“主心骨”，起到稳定人心、加油鼓劲的作用，并组织有效的自救行动，以赢得时间，配合外部营救活动！

王志庆 新区市民

2010年国民体质监测公报显示，成年人越来越“没劲儿”

2010年国民体质监测公报2日上午公布。据调查结果显示，我国国民体质总体合格率持续上升，学生体质健康状况总体有所改善，但国民体质健康方

三成以上成年人和老年人超重

检测数据显示，2010年，成年人和老年人超重率分别为32.1%和39.8%，比2005年分别增长3.0和4.2个百分点，成年人和老年人的肥胖率分别为9.9%和13.0%，比2005年分别增长1.9和1.7个百分点。

“过去10年，国人的增长的体重几乎等同于西方人在过去30年增长的体重。”体育科学研究所研究员、群众体育研究中心副主任王梅说。

王梅介绍说，改革开放以前，国人的体重一直偏瘦，西方都说中国没有体重问题。但改革开放之后，特别是近20年以来，国人的肥胖率和超重率大幅增长。

不论中小学生，还是成年或老年，国人超重与肥胖率都在持续增长。王梅表示：“肥胖和超重是全球

大学生锻炼普遍低于中小小学生

教育部体卫艺司司长杨贵仁介绍说，参加这次调研的学生人数达到34万多人，涉及31个省市的27个民族。中小小学生主要是指7岁~18岁年龄段的学生，调研显示，反映下肢爆发力的立定跳远成绩、反映身体柔韧度的坐位体前屈和反映耐力素质的耐力跑等项目比2005年有部分提高，反映力量素质的握力成绩全面提高。

但在中小小学生体质状况出现好转的同时，大学生人群的身体素质仍旧延续下滑的趋势；中小小学生营养过剩的情况普遍，超重和肥胖比例城乡都持续增加；而在所有年龄层，近视的比例都在上升，而且

对力量和柔韧度锻炼不够重视

王梅介绍，与上次国民体质监测公报相比，反映生长发育水平的身体形态指标有所增长，反映肺活量、台阶指数等的身体机能指标大部分也有所提高，而反映力量、柔韧性等的身体素质指标则有升有降。

“与2005年相比，2010年国民体质总体合格率(即达到‘合格’以上标准的人数比例)有所增长，这种增长的趋势在不同年龄、性别以及城乡人群中均有所体现。”王梅说。

与此同时，国人特别是20岁至59岁的成年人，在柔韧性、绝对力量和爆发力方面与之前相比也有

国人10年增长体重相当于西方人30年

面仍然存在不少问题，如各年龄段人群的超重与肥胖率持续增长，“过去10年，国人的增长的体重几乎等同于西方人在过去30年增长的体重。”

性问题。这与我们的生活方式变化有很大关系。比如以前我们是走路、骑车上班，而现在很多人是开车或乘坐快速公交上班。此外，我们工作中的体力活动也大幅度减少，再加上摄入的能量又高，很容易导致肥胖和超重。”

肥胖、超重会导致诸多慢性病，王梅建议想要减肥的人要注意吃、动两方面平衡。“一要全面营养，膳食平衡，二要坚持中小强度的有氧运动，比如游泳和慢跑。”

王梅建议人们在体育锻炼中应注重全面性和科学性。“锻炼要有针对性，针对自己的目标，比如减肥、锻炼耐力、柔韧性。”

有向低年龄层次扩散的危险。杨贵仁说：“虽然全国学生体质总体有提升，但提升效果不明显，某些个别方面还有下降趋势，全国学生体质健康的状况仍旧很严峻。”

调查发现，中国大学生的体育锻炼普遍低于中小小学生，大学生过多地将时间用于上网、看电视、玩游戏机。教育部在切实落实“每天一小时校园体育活动”中，一直比较重视对中小学生的考核，对高校的要求还不到位。高校体育工作的问题也是近年来出现的新情况，还没有切实可行的改善对策。

所下降。体现力量耐力的俯卧撑和一分钟仰卧起坐等指标的平均数，自2000年以来呈持续增长趋势。2010年，成年人的身体素质中的握力、背力、坐位体前屈等指标平均数略低于2005年，更低于2000年，呈持续下降趋势。

按通常的理解，随着营养的丰富和锻炼意识的提升，这些身体素质指标应该随之增长才对。但王梅解释说：“近几年，人们的体育锻炼意识虽然增强，但在进行体育锻炼时，人们往往更重视有氧锻炼，对力量和柔韧度的锻炼相对不够重视。”

建议 全民健身开销地方要舍得投入

此前，国家体育总局副局长冯建中曾不无忧虑地说过：“有些地方的干部还不够重视，还不舍得把必要的财政投入到全民健身的开销上。而目前我们接受监测的群体中，高血压、高血脂的人还不少，这很让人担忧。”他称，我国国民的身体素质情况不容乐观，进一步贯彻落实国务院《全民健身条例》任重而道远。

而针对学生群体在体制健康方面所存在的问题，教育部体卫艺司司长杨贵仁表示，教育部将围绕教育规划纲要的贯彻落实，采取一系列有力措施，促进学生体质与健康水平不断提高。一是采取有效措施，切实保证学生每天一小时的校园体育活动；二是建立和完善学校体育卫生工作保障机制；三是建立健全推进学生近视眼防控工作机制，把减负落实到教育教学各个环节；四是努力改善学生营养健康状况。

“目前全国各高校都呈现急剧扩大的趋势，很多高校动辄4万~5万名在校学生。这不像一个中小学1000多人可以到操场上锻炼，几万人如何集体锻炼，如何安排体育活动，这都是我们未来需要讨论研究的课题。”杨贵仁表示，想加强学生体质健康，既有学校的因素，也有家长和社会的因素。杨贵仁说：“我们尤其需要家长的支持。很多家长总考虑加强孩子智力的发育，想培养出天才学生，而忽略了体质的发育。没有家长和社会的支持，仅靠学校的改善是无法将这项工作真正完成的。”

杨贵仁提出，将加强幼儿园的保健工作也逐渐提到议事日程上，防止和纠正幼儿园教育“小学化”，防止近视率向低年龄层次扩散的趋势。

(据新华社电)

三连冠！美的变频空调成功卫冕 引领行业开启全变频化时代

晨报讯(记者 王雪)8月30日，国家信息中心发布了《2011冷冻年度空调白皮书》，美的变频空调以超过36%的市场占有率，继续蝉联变频空调销量冠军，成功登顶变频空调三连冠，变频王者霸气尽显，震撼业界。

经过多年的技术积淀，美的于3年前发动变频空调普及风暴，开启中国空调行业的变频化时代，自此，美的一直称霸变频空调行业。业内专家指出，美的变频空调能够持续领跑市场，关键是掌握和打通了整个变频空调技术产业链，从直流变频压缩机、直流无刷电机、变频控制芯片、变频控制算法到变频整机的制造工艺和品质管理，美的变频空调都通过技术创新全面掌控，形成足以傲视同行的全产业链竞争优势。

自2009冷年强势切入变频空调市场，美的变频空调在行业内掀起了震撼性的变频空调普及风暴。随着三年来的推广普及，变频空调的发展趋势得到业界的一致认可和消费者的广泛认同，加上高能变频空调的节能惠民补贴在2011年6月1日起正式取消，成为变频空调全面普及的催化剂。2011冷年迎来了变频空调爆发式增长的高速普及期。

根据国家信息中心的统计数据显示，2011冷年变频空调销售量占整体空调比例已经达到38.68%。从2008冷年的不足8%到2011冷年的38.68%，是美的引领变频空调行业实现这一历史性的跨越。中国家电营销委员会副理事长洪仕斌指出，如果没有美的的持续推动和强势引导，中国变频空调的普及进程还要等很久。

作为变频空调最坚定的推广普及者，美的变频空调在这场轰轰烈烈的“变频化”普及浪潮中，始终是那个高高立于潮头的变频王者，连续三年销量冠军的成绩引得业界连连惊叹，今年还宣布计划在三年内淘汰国内定速空调的生产。美的变频空调能够连续三年取得这般震撼业界的成绩，除了在产能、品质、服务等方面的前瞻性布局以外，更重要的是美的变频空调构建了全产业链竞争优势。

空调行业“全变频化”进程的推进在2011冷年取得瞩目的成绩，美的变频空调三连冠的佳绩只是一段新征程的起点。2012冷年，美的把变频空调销量目标定位为1500万套，进一步扩大变频空调的市场份额。同时，美的变频空调将继续发挥其行业影响力，引导空调行业从变频产品的升级，迈向变频产业链的升级，打造震撼全球的中国变频产业链，推动中国实现从变频制造大国向变频技术创新大国的转变。



9月2日，四季青集团与工商银行举行银企洽谈会，商讨银行与中小企业深度合作，建立长效机制，实现共同发展。工商银行将为四季青农产品批发市场商户提供更加优惠便捷的融资渠道，推动产业资本、金融资本全面对接，开创合作共赢的新局面。

晨报记者 赵永强 摄

长生源：让大家吃上健康、安全的绿色有机食品

晨报讯(记者 柯其其)“我们长生源绿色有机食品特产店的经营宗旨是做食品良心工程，通过健康、安全的绿色有机食品和全国各地特产，让大家享受真正的田园生活。”9月4日，长生源绿色有机食品特产店经理王宵说。

据悉，长生源绿色有机食品特产店是鹤壁市长生源杂粮食品有限公司的旗舰店，主要经营绿色有机食品及全国各地特产，包括长生源与北京食品研究所养生专家共同研发的各种养生粥，以及长生源在湖北宜昌高山深处自种的2万亩有机大米。该店经营的有机食品包括各类有机杂粮、有机薯粉等。为方便市民购买各地土特产，长生源还经营山西沁州黄小米、西藏牦牛肉、内蒙古风干牛肉、大兴安岭野生木耳、猴头菇、松茸、梅花鹿茸、

人参、椴树蜂蜜、黄柏蜜、松子、榛子、太行山特产菌类以及北京特产驴打滚、艾窝窝、京八件等。

据王宵介绍，有机食品是指原料来自有机生产体系，并根据有机认证标准生产、加工，获得权威认证机构认证的纯天然食品及加工品。有机食品最显著的特点是在生产加工过程中禁止使用农药、化肥、食品添加剂、转基因技术，比绿色食品、无公害食品有更高的质量要求。随着市民生活水平的提高和对食品安全关注度的提高，不施化肥、不添加任何化学制剂的有机食品很受青睐。

“目前，我们推出了一系列优惠活动，非常受消费者欢迎，我们希望通过完善、贴心的诚挚服务，全力推动有机绿色食品产业的发展。”王宵说。