



市场星报

出版单位 安徽市场星报社
地址 合肥市黄山路599号
时代数码港24楼



新闻热线 62620110
广告垂询 62815807
发行热线 62813115
总编办 62636366
采编中心 62623752
新闻传真 62615582



市场星报电子版
www.scxb.com.cn
安徽财经网
www.ahcaijing.com
Email: admin@scxb.com.cn



零售价 1元/份
全年定价 240元
法律顾问 安徽美林律师事务所
杨静 律师
承印单位 新安传媒有限公司
印务公司
地址 合肥市望江西路505号
电话 0551-65333666

星报传媒 全媒体矩阵



市场星报官方微信



《安徽画报》微信



掌上安徽APP



市场星报官方微博

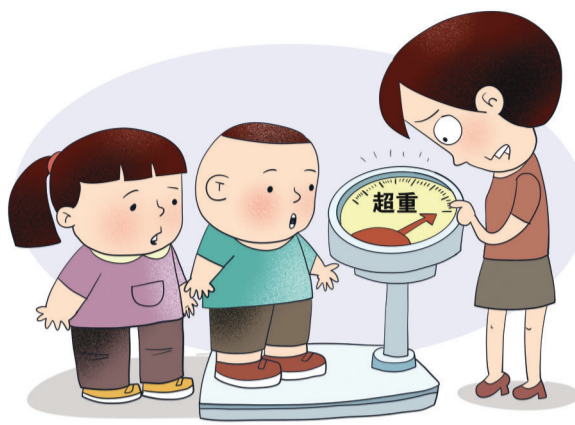
“身高跑不过体重”，科学减肥迫在眉睫



九月的蓉城，秋高气爽，走进四川省成都市天府国际会议中心，“健康食物与城市发展研讨会——为城市未来共创健康食物方案”14日在此举行。与会嘉宾汇聚一堂，聚焦城市环境对儿童青少年超重和肥胖的影响，深入研讨展望未来。(9月15日《工人日报》)

随着生活水平的提高，我国居民尤其是儿童青少年人群超重肥胖患病率增长较快，成为严重危害居民健康的公共卫生问题。《中国居民膳食指南(2022)》数据显示，6至17岁儿童青少年超重肥胖率高达19.0%，意味着每五个儿童青少年中约有一个超重肥胖，甚至在生长发育过程中，存在“身高跑不过体重”的现象。

“小胖墩”看起来可爱，却有着健康“大问题”。肥胖儿童常常伴有平足、膝内弯、脊柱和椎间软骨损害；肥胖引起的高胆固醇和高脂血症会抑制免疫系统功能，降低身体抗感染能力；重度肥胖还严重影响生长发育与性



烦恼 朱慧卿/绘

成熟。此外，肥胖还与慢性病紧密相连，引发糖尿病、高血压、脂肪肝、脑卒中和动脉粥样硬化症等。

孩子是祖国的未来，没有孩子的健康，就没有真正的健康中国。因此，全社会都有责任把减少“小胖墩”作为头等大事来抓。

“小胖墩”这么多，除了少数是遗传外，大都与一些家庭的错误观念有关，家长总认为

“胖比瘦好”，只希望孩子“会吃”“能吃”，却不知科学的饮食才是健康成长的关键。平日，孩子要吃啥都尽量满足，不合理的饮食，又缺少体育锻炼，“小胖墩”于是越来越多。因此，减少“小胖墩”首先必须从转变传统观念入手，科学防控。

减少“小胖墩”是一个综合系统工程，不能只靠善意提醒“少吃点”。作为家长在食物选择上不能一味满足“孩子的胃”。零食的高盐高油高糖高添加，是导致“小胖墩”增加的罪魁祸首，需要规范“儿童零食”标准，让“儿童零食”不仅是“好吃的”还必须是“健康的”。必须充分重视儿童身体锻炼，不仅让孩子爱上体育活动，还得有“体育活动的时间”。维持儿童青少年健康体重，需要强化学校责任，学校食堂和配餐企业必须提供符合儿童青少年营养需求的食物。作为家长，还要帮助孩子养成不熬夜、早睡早起的好习惯。

总之，“小胖墩”科学瘦身是国之大事，需要社会各方共同努力，只有加强儿童青少年肥胖防控，不健康的“小胖墩”才会越来越少，健康中国的目标才有可能实现。 栗水



个人养老金开户乱象亟待整治

近期，个人养老金开户乱象引发社会关注。不少人反映个人养老金账户莫名“被开通”，本人却毫不知情。据了解，部分银行业务人员通过隐藏信息诱导客户开通个人养老金账户，甚至使用客户办理业务时留下的身份证复印件私自开通；也有银行与用人单位合作，批量为其员工开设个人养老金账户。

为何商业银行纷纷争抢个人养老金业务？究其原因，在于个人养老资金账户具有唯一性。根据相关规定，参加人只能选择一家符合条件的商业银行确定一个资金账户。为此，不少商业银行一方面竞相推出各种营

销活动，包括发放现金红包、礼品、消费券等，吸引客户开立账户；另一方面则对各级员工下达开户任务。不少员工为完成绩效指标，或自掏腰包给客户返现，或在电商平台“寻求外援”，有的甚至不惜“铤而走险”不经客户同意违规私开。

部分商业银行在个人养老金账户开立方面的不规范行为，可能带来了一时的客户数量增长。但实际上，“被开通”的养老金账户很大一部分不是“活户”，账户并未存钱。开户乱象也导致投诉增多，客户信任度降低，不仅不利于相关业务发展，还使其长远竞争力

受损。个人养老金开户乱象亟待整治，各商业银行应强化自律意识，科学制定业绩指标，提高业务规范水平。同时，要在加强业务创新上下功夫，丰富养老金融产品供给，不断满足客户多层次多样化需求，提升核心竞争力。金融管理部门要优化监管举措，加大对此类违规行为的惩处力度，拓宽维权渠道，切实加强用户合法权益保护。此外，也要通过多种渠道加强政策宣传，为个人养老金制度营造更加有利的社会环境，推动更多人积极主动开设账户。 秦悦《经济日报》



警惕掉入“吃瓜”陷阱

网络平台上，不少人热衷于“吃瓜”。但碰上这种“爆料吃瓜群”，慎入！

近日，一则“网传济南女生被欺凌”的短视频引发广泛关注。然而经相关部门核实，当地并未有网传情况发生，系网民康某某编造。此外调查发现，康某某团伙创建引流“吃瓜群”1000多个、发送涉黄虚假信息超30万条、拉拢群成员超50万人、获利超100万元。

非法牟利这么多，令人震惊。公众“吃瓜”的心理，被不法分子精准收割了。

各种娱乐八卦，常被网友戏称为“瓜”，但经过不法分子的恶意炮制，有的“瓜”早已“变质”，超出了娱乐的范畴。为引流获利，一些不法分子打着“吃瓜”“爆料”的旗号，利用网民的“吃瓜”心理组织群聊，进群需要扫码付款，群内分享所谓“诱人”信息。为了持续获利，这些群聊组织者不惜编造虚假信息，蹭热点甚至造热点，干起散布隐私、色情、血腥、暴力、谣言等违法违规信息的勾当。

表面上看是“吃瓜群”，实是诈骗“杀猪盘”。为了规避监管，一些“吃瓜群”

“爆料群”故意设置一定的门槛，链接一环套一环。套的不仅是入群费，有的群实质是为了给涉黄APP和网赌平台引流，让“吃瓜群众”一步步落入圈套，以牟取更大利益。

造谣一张嘴，辟谣跑断腿。如果不加甄别、不顾公德，随意跟风“吃瓜”，不仅有可能成为网络暴力的帮凶，给当事人造成二次伤害，一不留神还可能触及法律底线。有网友感慨：“没想到吃个‘瓜’，却吃出了‘祸’。”

互联网不是法外之地。一些“吃瓜群”“爆料群”演变成违法违规信息的“中转站”，严重扰乱互联网秩序，必须严厉打击，坚决斩断其利益链。靠违法违规编造爆料获利不可取，这样的生意违法缺德，心存侥幸认为会躲得过处罚，终究是搬起石头砸自己的脚。

违法造“瓜”要不得，“吃瓜”陷阱跳不得。每个人守法崇德，共同守护网络清朗，才能助力互联网在法治轨道上健康运行。

新华网记者 张浩然 刘怀丕



内心越稳，人生越顺

在每个人的人生中，我们自己都是当之无愧的主角。不论何时，都不要妄自菲薄、自我退缩，始终相信自己、勇敢前行。你只管勇敢迈开步子，生活的美好定能与你不期而遇。遇事能够自我反省是一种可贵的品质，但如果总是自我否定、过分苛责，就容易陷入焦虑。懂得放下，学会释怀，用更加放松和积极的心态来鼓励自己，我们才能走得更稳更笃定。从现在开始，以行动追赶梦想，就是对未来最好的成全。 @人民日报



再忙也别忘记给自己充电

在书页翻动之间，把读书当成习惯，你终会与更好的自己迎面相逢。通过读书，体会到别人的经历，感受了别人的人生，那些读过的书，就是你打开世界的地图。读过的书，终会变成营养，给你提供成长的能量。在日复一日的岁月里，影响你的气质，改变你的谈吐，最终根植在你的灵魂里。读的书越多，能不断地提升你的表达力，让你拥有不凡的文采。胸中有墨水，便能对着美景出口成章；脑中有积累，便能与杰出的人产生共鸣。 @新华社