

生活资讯

这4种爸爸伤孩子最深

有人说，在女孩眼中，爸爸是她小时候的依靠，未来想要嫁人的标准；在男孩眼中，爸爸是他长大后要成为的男人。所以，爸爸的形象，爸爸的所作所为，对孩子的成长都非常重要。然而，在现实生活中，总有一些爸爸没有扮演好“爸爸”这个角色，给孩子的成长产生了不良的影响。下面帮大家总结了四种对孩子有“杀伤力”的爸爸，看看你是否“上榜”？

控制欲过强的爸爸

爸爸控制欲太强，剥夺孩子自我表现和发表自我看法的机会，会让孩子产生“我不会”“我不行”“我不好”的心理，导致孩子自我怀疑，性格懦弱。

建议：爸爸要学着放手，给予孩子自我表现的机会；接纳孩子，允许孩子按照自己的节奏，做自己喜欢的事，在这个过程中，让孩子展现自己的能力，并挖掘出潜在的能力。

暴躁的爸爸

孩子就是父母的影子。孩子很会通过模仿来学习。如果爸爸脾气暴躁，动不动就打，动不动就骂，那孩子也很有可能如此，甚至程度更深。

建议：脾气暴躁的爸爸一定要收敛自己的情绪，学会用沟通、耐心解决问题，而不是动不动就发脾气，给孩子传递一种正能量，这对孩子的成长来说是一笔无价的财富。

毫无诚信的爸爸

孩子想要和爸爸一起吃晚

饭，爸爸永远回答“明天”；孩子想要全家一起去游乐园玩，爸爸承诺“下个周末一定去”。爸爸屡次失信，会让孩子养成对别人不守信的坏习惯，直接影响到孩子的品质和前程。

建议：请每一位爸爸认真对待给予孩子的承诺，如果做不到，那就请不要随意承诺。

不见人影的爸爸

父亲不能在家庭教育中缺位，尤其是在孩子12岁之前。如果父亲在孩子成长过程中参与度不高，男孩子很容易缺少阳刚之气，变得有点“娘”，而女孩会在无形中承担起一部分男性的角色，像女汉子。

建议：爸爸一定要参与到孩子的教育中，每周至少和孩子沟通两次，了解他们生活中的快乐和烦恼。有时也不妨适当减少一些不必要的应酬，与家人每周运动或出行一次，增加与孩子和家人交流的机会。 (新玉)



瘦脸带

美臀垫

双眼皮锻炼器

美容神器真有那么神吗

又懒又想美，怎么办？试试美容神器啊！很多商家利用女性这种求美心理，销售各式各样的美容产品。瘦脸“神器”、美臀垫、双眼皮锻炼器……每一样似乎都能帮助你达到想要的美丽，但是这些“神器”真的那么有用吗？它们真的像宣称的那样无副作用吗？

微针滚轮——作用有限当心感染

祛斑、祛痘的产品一直以来都受到女性朋友的欢迎，微针滚轮就是其中一种。从外观上看，这种微针滚轮是一种像刺猬一样布满细针的带手柄滑轮，同时说明书显示微针滚轮可以替换微针，调节针头深度，达到祛红血丝、祛皱、祛斑等多种功效。商家介绍，使用微针后，经脂质囊输送到皮肤里的养分渗透至角质层比一般乳霜高出四十倍，不再只停留在皮肤表面。

事实：微针滚轮的作用原理其实和医疗美容中的水光针的作用原理相似，都是将护肤物质注射到面部，微针滚轮可以通过调节不同针的深度达到不同的效果。这种方式是有一定作用的，但其作用效率并不像商家介绍的那样高。

微针滚轮的家庭操作并不提倡。首先，自己在家操作是否能够保证无菌，微针进入皮肤，操作不当很容易造成感染、局部色素沉着或是有瘢痕形成。

其次，微针进入皮肤的深度不同效果也不同，这需要专业的知识，非专业人士很容易弄巧成拙。

最后，微针想要达到美容效果，往往需要借助美容药物，那么这些药物是否质量过关，在注射时要注射多少都是要考虑的问题，盲目操作可能造成难以预计的后果。

美臀坐垫——别对一个垫子想太多

办公一族们也被称为久坐族，久坐不仅让女白领们腰酸背痛，更有人担心把臀部坐扁。由此美臀坐垫就火了起来，据商家介绍，这种美臀坐垫依照人体臀部曲线设计，使臀部不易偏移，可以有效集中臀部，对臀部有挤压、收敛、按摩作用。

事实：这种美臀坐垫也仅仅是个垫子而已，或许它可以让你坐着的时候更加舒适一些，但是想要通过一个垫子达到美臀的目的显然是不科学的。

对办公族来说，想要美臀首先不能缺少的就是正常的体脂，只有在体脂正常的情况下，臀部肌肉才能显现出线条来。其次再进行一些针对臀部的塑形训练，让整个臀部饱满、富有立体感。而这些依靠一个坐垫是不能做到的。

塑臀最重要的是训练臀大肌和臀中肌，臀大肌可改善臀部的维度和整体形状，臀中肌则是对臀部的上侧有塑形的作用。最简单的塑臀动作就是深蹲，伸直双臂，腰背保持直线，髌关节稍低于膝关节。

如果体重过高，在坚持塑形的同时保证合理的饮食，例如坚持饮食计划，保持每天500卡路里的热量亏空，保证规律的睡眠。那么一般三个月就会有明显的效果。



双眼皮锻炼器——双不成眼皮还伤眼皮

双眼皮可以让眼睛看起来更大一些。除了常见的双眼皮贴、双眼皮胶水，近年来一种产自日本的双眼皮锻炼器在网上热卖。

从外观上看，双眼皮锻炼器主要是由镜框和一种特殊尼龙装置构成，尼龙装置可以在睁眼时

通过挤压制造出双眼皮。卖家声称每天佩戴几分钟就可以轻松变美。

事实：双眼皮的形成是上睑提肌腱膜的一部分固定到皮肤上，睁眼时肌肉将与它固定的皮肤向上和深处提拉，形成一个凹陷。仅通过外力想要改变眼皮的结构是不可能的。而且，长时间佩戴这种锻炼器可能损伤上眼睑皮肤，造成眼部的不适。另外，经常使用双眼皮贴、双眼皮胶，很容易造成眼部皮肤松弛，甚至眼睑感染等问题。

目前，想要拥有双眼皮，最有效的方式是双眼皮手术。一般分为埋线法和全切法。而商场宣称的无痕等方式，其实多半是一些营销手段。

瘦脸神器——瘦脸不是暴力美学

市场上瘦脸产品很多，瘦脸带、按摩器、瘦脸滚刷应有尽有。

以面罩式的瘦脸带为例，这种产品声称无副作用，可以通过物理调整的方式，运用“脂肪移动”的原理，通过施加物理压力控制脂肪细胞体积膨胀，从而达到瘦脸目的。

事实：一口一口吃出来的脸部脂肪真能通过勒紧脸部就解决吗？想要瘦脸，就要减少脸部的脂肪，这些“瘦脸神器”想要通过物理作用移动脂肪并不合理，脂肪细胞没有减少，细胞的体积和细胞的量也没有改变，脱掉瘦脸带后，脂肪又会复原。即使长期坚持佩戴，能瘦脸的几率也是微小的。更别说道面部总是被勒紧，影响血液循环。

想要瘦脸，要根据求美者自身情况，通过减少面部脂肪或者缩小咬肌的方法。减少脂肪通常可以健身使脂肪体积缩小，或者吸脂使脂肪数量减少。使用瘦脸针则可以使咬肌萎缩，达到瘦脸的目的。

(孙欢)

夏粮丰收 粮油批发价持续稳定

粮油批发价格持续稳定。据国家统计局日前发布公告，2017年全国夏粮单位面积产量为每公顷5126公斤，比上年每公顷增加89公斤，增加1.8%。其主要原因：一是气候条件总体有利于冬小麦的生长发育，二是灾害同比较轻，病虫害发生率普遍低于上年。受大豆原料供应充足影响，加之整体需求稳定，预计本周粮油类批发价格以稳为主。

猪肉价格小幅下降。上周，本市生猪收购价格微幅下降，屠宰量基本稳定。顺鑫鹏程生猪收购价为每500克7.21元，周环比下降0.17%。据农业部信息显示，6月份全国4000个监测点生猪存栏量月环比减少0.2%，同比减少3.2%；能繁母猪存栏量月环比减少0.5%，同比减少2.4%。

进入“伏天”后，受天气炎热影响，猪肉消费季节性减少，加之本市猪肉供应充足，价格仍有一定下行空间，预计本周猪肉批发价格小幅下降。

鸡蛋价格波动上行。从产区

了解，“入伏”后，蛋鸡养殖场鸡舍将进行降温处理，生产及运输成本将有所增加。加之产蛋量减少，鸡蛋价格仍有一定上涨空间。

监测数据显示，上周，受学校放假影响，本市7家批发市场鸡蛋交易量为49.47万公斤，周环比减少4.53%。鸡蛋周平均批发价格每500克2.78元同比下降14.98%。预计本周受产区鸡蛋出场价格上涨带动，鸡蛋批发价格持续波动上行。

蔬菜价格小幅回落。受前期降雨及雨后连续高温天气影响，蔬菜供应量小幅减少，价格有所波动。监测数据显示，全市7家批发市场25种蔬菜日均上市量为1509.2万公斤，周环比减少3.03%。预计本周随着降雨天气减少，叶类菜供应量恢复，将带动整体蔬菜价格呈回落趋势。

北京市职工物价监督总站
北京市发展和改革委员会
价格监测中心

遗失声明
工会法人法定代表人证书遗失声明：北京市电子工业干部学校工会遗失工会法人法定代表人证书，证书号：12020552，声明作废。

遗失声明
北京鸿嘉服装服饰有限公司不慎将工会组织机构代码IC卡丢失，代码：58913434-2，特此声明作废。

遗失声明
北京市平谷区子山福缘老年公寓工会委员会工会法人资格证书正本遗失，证书号京工法证字第01105001210，特此声明作废。

遗失声明
证号为京工法证字第01887000115号的工会法人资格证书丢失，特此声明作废。
民航总医院工会委员会

咨询电话：400-004-0525 网址：www.bj525.com
心理培训·企业EAP·职工心灵驿站建设
心理健康 专业服务
北京五二五科技有限责任公司