

# 老师怀孕常请假家长急了

## 学校认为小学三年级知识量不多影响不大

本报泰安5月8日讯(记者刘来)“孩子的数学老师经常请假,期中考试数学才考了80多分。”8日,市民郭女士向本报反映,孩子的数学老师怀孕后经常请假,无法保证正常上课,孩子数学成绩下滑,她很着急。

郭女士的孩子在凤凰小学3年级3班,3月中旬开始,数学老师就因为怀孕经常请假,学校也没有安排别的数学老师代课,孩子只能上自习。“期中考试刚刚

结束,原来数学能考90多分接近满分,这次才考了80多。”郭女士着急地说,许多家长都向学校反映过这个问题,但一直没解决。

8日上午10时,记者来到泰安市高新区凤凰小学。学校负责人说郭女士反映的情况确实存在。他说这位女老师身体比较弱,怀孕接近6个月,早期妊娠反应比较剧烈,怀孕最初的3个月请假较多,医生也嘱咐她多休息。最近一段时间,由

于感冒和去医院检查,也请过假。

对于家长反映的没给学生找代课老师一事,该负责人称,怀孕老师请假是断断续续的,不是连着请很长时间,每次请假回来就把落下的课补上。“小学3年级的数学课知识量也不是很大,授课虽然因为老师怀孕受影响,但影响不是很大。”他还说,等老师到了预产期需要休产假,学校会协调其他数学老师上课,或者从外面找代课老师。

## 越要用水越没水真愁人

### 社区:早点二次加压难

本报泰安5月8日讯(记者王世腾)8日,时代佳苑小区居民反映,小区10天有2天停水,有水时水流也很小,一到用水高峰就没水。社区负责人说是因为供水二次加压设施的泵前压力不够,吸水量不足。

8日上午,记者来到时代佳苑小区6号楼前,三位老人说,昨天晚上7点正做着饭就停水了,老这样停水这个夏天就没法过了。居民李女士说,一个星期得停两三次,停水前也没人通知。有水的时候水流也很小。“一到用水量大的时候就没水,早上

7点洗刷,晚上做饭都受影响。”李女士说。

时代佳苑物业管理办公室工作人员说,每次停水都在小区张贴告示,但许多居民不注意。社区邢书记说,自来水到小区的泵前压力不足,小区内加压泵吸水量不足才出现居民家中水流不畅。

泰安市自来水公司相关负责人说,社区的水压达到1.5公斤,完全能保证正常供水,目前小区内的供水二次加压设施归开发商和物业管理,自来水公司正积极协商二次加压设施的移交。

## 喝醉竟敢乱打110 打十几次拘10天

本报泰安5月8日讯(记者赵兴超 通讯员陈华存 贾林超)醉酒后半小时打了十几次110,还让民警带他到派出所睡觉。近日,岱岳区山口镇李某,因扰乱单位秩序治安拘留10天。

4月26日23时李某报警称有人闹事。民警看到他独自在家,几个酒瓶扔在地上,他自称喝多了酒,让民警带他回派出所睡觉。

民警对他耐心教育,让他好好

在家睡觉。看到他情绪慢慢平静,就离开了。没想到他又拨打110,半小时内,连续打了十多次。

民警返回再次劝阻,等李某酒醒后,把他传唤到派出所。根据《中华人民共和国治安管理处罚法》第二十三条规定,民警以扰乱单位秩序,对李某处以治安拘留10日的处罚。

民警提醒,不要无故随意拨打110报警电话,以免浪费警力,同时给自己带来不必要的处罚。



## “洗刷刷”

7日,大众桥附近有市民用山水洗衣服,还把衣服晾在山石上,禁止洗衣服的标语视而不见。

本报记者 赵苏炜 摄



本报联合安利泰安分公司推出第一堂“营养课”

## 橙黄色食物 耀出阳光活力

橙黄色,总是让人联想起阳光,给人充满活力的感觉。而橙黄色的食物正如明媚的阳光一般,以丰富的营养,给人带去健康、快乐和充沛精力。

橙黄色的食物很多,从蔬菜水果到谷物、薯类等,均能发现它们的踪影,例如:胡萝卜、柑桔、菠萝、木瓜、杏子、芒果、哈密瓜、南瓜、番薯、玉米、小米、小麦……真是数不胜数。

### 亲民的橙黄色蔬菜——

#### 胡萝卜

胡萝卜素有“小人参”之美誉,除了有着独特的清甜口感外,还含有多种营养,例如丰富的类胡萝卜素,还有糖分、脂肪、挥发油、维生素C、B族维生素、花青素、钙、铁和膳食纤维等营养成分,是价格亲民但营养超高的家常蔬菜之一。科学进食胡萝卜不仅能获取丰富的营养,也有很好的医疗保健作用,如缓解肠胃的不适、便秘、夜盲症和皮肤干燥等,以及保护呼吸道和视力等益处。吃胡萝卜需讲究食用方法,因为类胡萝

卜素属于脂溶性植物营养素,只有溶解在油脂中时,才能被人体更好地吸收。而对于长期吸烟或是嗜好素食者而言,经常喝上一杯含有胡萝卜并搭配些坚果或少量橄榄油的蔬果汁,或在炒菜时加入丁、片、丝、块等不同造型的胡萝卜,获取到天然的类胡萝卜素,不仅对肺部有良好的保护作用,也能减少因维生素A和胡萝卜素的缺乏而导致的皮肤、免疫等方面的若干问题。

### 浑身皆宝的橙黄色水果——

#### 柑桔

所谓柑桔,是柑、桔子、橙子等这类水果的总称。柑桔不仅有着多汁的橙黄色果肉,其果皮亦可入药,可调味,可谓浑身皆宝!

柑桔不仅含有丰富的维生素C和类胡萝卜素等营养,还含有可控制炎症、协同提高维生素C抗氧化效果的柑桔生物类黄酮。而柑桔生物类黄酮中的佼佼者橙皮苷(尤其富含于果皮中)更具增强毛细血管韧性、降低胆固醇等作用,在临床

上用于心血管疾病的辅助治疗,更作为天然抗氧化剂而广泛用于食品生产中。

### 护眼的橙色草本——

#### 万寿菊、枸杞

枸杞菊花茶是人们非常熟悉的清肝明目之佳茗。姑且不谈中医的养生理论,在营养学上也能发现其有益于保护视力的根源——枸杞、菊花与万寿菊均含有丰富的叶黄素。叶黄素是一种广泛存在于蔬菜、花卉、水果与某些藻类中的植物营养素,它能延缓因年龄增长和膳食缺乏而导致的视网膜黄斑退化,预防其所引起的视力衰退和失明症。因此,为了保护视力,可注意日常膳食中橙黄色食物的配比,并适当补充些含枸杞、万寿菊等天然成分的食品。

要达致理想的健康状态,请给您的健康还以颜色——美国饮食指南建议:每日人均需摄取5-13份品种及色彩多样的蔬果。若日常饮食难以达成,可适当补充含丰富植物营养素的营养保健食品,为您和家人的健康增色!