减负后多了空闲时间，该让孩子们干啥

易其洋

以往，结束一周的校内学习，孩子们周末回到家里，不是急着去培训班上课，就是埋头于学校布置的一大堆作业。因为经常在学校、培训班连轴转，一旦空闲，孩子们上网玩游戏理所应当，有的家长甚至将它作为一种奖赏和补偿。

作业负担和校外培训负担太重，玩游戏沉迷上瘾，对孩子成长不利，也给家长带来不小的经济负担和精神压力。学校布置作业多，家长不得不盯着孩子；上培训班，一科比一科贵，花钱如流水；玩游戏，许多孩子过度沉迷，学习兴趣衰退，让一些家长愤怒地呐喊“都是游戏害了我的孩子”。

学校老师布置的作业少了、简单了，好多孩子学校里就能完成；双休日、寒暑假、法定节假日，禁止校外培训机构开展学科类培训；网络游戏限时，仅周五、周六、周日和法定节假日每日20点到21点向未成年人提供服务……

一系列改变带来不适应，家长们添了新烦恼：作业少了，不能上培训班了，玩游戏限时了，孩子有了大把空闲时间，该干啥呢？总不能让他们呆坐着吧。可以说，这已经成了困扰一些家长的大问题。

有人说，“双减”、网游限时后，电视将迎来“第二春”。孩子们空了，可以看电视啊，做“沙发上的土豆”。电视上玩不了游戏，但可以看影视剧，还可以点播游戏视频，也可以消磨时光，照样可能上瘾。没有手机之前，许多家长就为孩子沉迷电视发愁过，这一烦恼可能卷土重来。

网络游戏对未成年人限时，但对成年人不限时，社会上已经出现了游戏账号出租业务。一些孩子手里有钱，自然会“灵活使用”。成年人个个有手机，爸爸妈妈管得紧，一些孩子便想方设法“攻陷”爷爷奶奶、外公外婆。老人“隔代亲”，很容易网开一面。国家政策有了，还得堵漏洞。不然，就个人而言，“限玩、防沉迷”恐怕是一句空话。

周末、节假日培训没有了，开始流行“周中训”：周一到周五，一放学，就去参加培训。我以为，这样的培训更坏，孩子上了一天课，有了厌倦心理，还要接着学，效果能好到哪里去？还有一些家长，啥都不怕，就怕孩子空闲，学科类不能培训了，就报各种艺术培训班，书法、绘画、乐器，不管孩子喜欢不喜欢，先统统报上再说。孩子的特长往往表现为自然喜欢，不顾孩子兴趣，为培训而培训，同样不可取，害处一样大。

那么，孩子们多出来的时间，到底该干啥呢？有人推荐几个“一”，很有道理，值得推荐。当然，不是花大钱，偷偷摸摸地搞“一对一”家教。

比如，一小时兴趣拓展。琴棋书画，喜欢哪个就弄哪个，不求分数，只凭兴趣，乐在其中，必有收益。比如，一小时悦享读书。会不会学习，更多地表现为爱不爱、会不会读书。知识学不尽，但学习习惯、方法和能力有了，爱读书、会读书了，随时可以学习。多读好书，不光能愉悦人心，也能熏陶人格。比如，一小时畅快运动。这些年来，大部分孩子过的是家庭、学校、培训班间来回奔波的生活，最爱玩的年龄，却没有时间运动。现在有时间了，和同学、朋友一起踢足球、打篮球、跑步、跳绳、骑自行车……既能强身健体，也能磨炼心性。比如，一次家务劳动。一些家长常说的一句话说是，“你好好学习就行了，别的都不用管”，一些孩子过着“衣来伸手，饭来张口”的生活，对家务活生疏得连洗个碗也不会。会学习是能力，但只会学习很可能成为缺点。自己洗衣服、刷鞋子、打扫卫生，学学烧饭煮菜、洗碗刷锅，动手了、劳累了，才知处处都有知识，事事都是学习，懂得分担责任。比如，一次户外活动。好多孩子是“宅男宅女”，一有空闲，就盯着手机，对生活的城市、对当下的社会隔膜生疏。有了空闲，一家人探寻自然，感知社会，领略人情，既能拉近父子（女）、母子（女）关系，也能开拓孩子眼界，不再是死读书、读死书。

人太忙不行，疲劳过度，容易丢掉兴趣和激情；人太闲也不行，无所事事，容易虚度时光，糊里糊涂。孩子们空了干什么，从来就是一个大问题，现在变得尤其沉重。家长和老师乃至全社会，都是答题人。

明州论坛
中国新闻名专栏

让体育的精神、力量和影响力无处不在

徐 川

第十四届全国运动会昨晚在陕西落下帷幕。在本届全运会上，我市选手表现抢眼，共获得20金11银11铜，创下了参赛全运会的历史最好成绩。此外，在群众赛事活动中，我市选手获得4金3铜，展演类项目获得3个二等奖。

全运会是全方位检验各地体育发展实力的重要平台。综观我市选手在本届全运会上的表现，可谓厚积薄发、可圈可点，其间呈现出来的多点开花、新人辈出的可喜局面，标志着宁波体育达到了一个前所未有的高度，彰显了坚实的基础和非凡的实力。

成绩可喜可贺，经验值得总结。竞技体育有偶然因素，但偶然中有必然。如何追根溯源，找出并把握规律，进一步夯实基础，争取各方支持，从而在即将到来的冬奥会、亚运会上再续辉煌，对宁波来说，无疑是个重要课题。

随着社会的发展，体育的影响力日益广泛，其多元价值正被愈来愈多的人所认识和接受。在总结成功经验的同时，如何放大“金牌效应”，进一步挖掘、利用好由此带来的“体育红利”，使之转化为促进城市经济社会发展的无形财富，值得期待。

为此，我们应抓住契机，通过讲好宁波体育故事，进一步扩大宁波城市影响力和知名度，提升美誉度。应通过竞技体育的发展，带动更多人关心、参与体育，营造更加浓厚的体育氛围，促进群众体育、体育产业和体育文化的共同繁荣和发展，让体育真正成为宁波的一张亮丽名片。

同时，每位市民应有这样的自觉意识：把体育健儿身上所迸发出来的团结合作、顽强拼搏精神，融入血液，奋发向上、奋勇争先，在自己的岗位上积极发挥光和热，助推全国文明典范城市创建和共同富裕先行市建设，让体育的精神、力量和影响力无处不在。

透过“500强榜单”，看民企的“宁波力量”

俞永均

“2021中国民营企业500强”榜单公布，宁波有16家民企入围，稳居全国前十、浙江第二，上榜企业较上年增加1家。另有20家甬企入围“2021中国民营企业制造业500强”，4家甬企上榜“2021中国民营企业服务业百强”，上榜企业数量同比分别持平和增加2家。

透过榜单，看到以“小而美”著称的宁波民企，正向“大而强”转变。今年，中国民企500强门槛升至235亿元，宁波上榜企业不减反增，反映出我市民企体量更大、实力更强、底气更足。上榜的雅戈尔集团和金田控股，营收均破千亿元。今年新进500强榜单、排在第420位的中哲控股，年度营收为264.1亿元，较去年高了近60亿元。市工商联数据显示，174家上规模民企，营收在100亿元至500亿元的32家，较上年度增加了5家。

透过榜单，看到宁波民营经济逆势而上的韧性和冲劲。2020年以来，面对疫情冲击，民企率先复工复产，灵活应对国际环境变化，坚持“专精特新”发展不动摇，逆势实现了“提质增量”。入选中国民企500强系列榜单的甬企，作为“领头羊”，去年多数实现了超越地区GDP和行业平均的增长。

透过榜单，看到宁波民企做大做强的紧迫感。目前，宁波仅有2家千亿级民营企业，排名最高的雅戈尔集团位居第68位。培育一批“大而强”的龙头企业，任重道远。如何发挥大型民企引领作用，带动百万民企走上创新驱动、共同发展之路，是个大课题。

民企是宁波经济中最活跃、最具竞争力的发展力量。大型民企作为宁波民营经济的领军者，在推动宁波经济发展中，理应发挥更大作用、展现更大担当。我们期待，明年的中国民企500强榜单中，能涌现更多宁波面孔，排名进一步提升。

“便利”
王永琦 绘

全面小康，重在全面

新华时评

刘红霞

两千多年前，《诗经》有云：民亦劳止，汔可小康。惠此中国，以绥四方。中华民族的千年梦想，在中国共产党一百年来团结带领中国人民接续奋斗中成为现实。9月28日，国务院新闻办公室发表《中国的全面小康》白皮书，记录呈现这一伟大历程和非凡成就。

逐梦小康，奋斗不息。从“小康之家”到“小康社会”，从“总体小康”到“全面小康”，从“全面建设”到“全面建成”，中国的小康，重在全面。

全面发展，体现在经济持续健康发展上。党把发展作为执政兴国的第一要务，作为解决中国一切问题的基础和关键。新中国成立时，一穷二白；今日之中国，稳居世界第二大经济体，实现从低收入国家到中等偏上收入国家的历史性跨越。

全面发展，体现在人民民主不断扩大上。在中国，国家一切权力属于人民，大家的事由大家商量着办。从衣食住行到社区管理再到大政方针，人民的意见建议可以通过形式多样的民主渠道表达出来，说了有人听、听了有反馈。以宪法为核心的中国特色社会主义法律体系不断完善，让人民当家做主更加稳定牢靠。

全面发展，体现在文化更加繁荣发展上。全面小康，既要仓廪实、衣食足，也要知礼节、明荣辱。人民精神文化生活日益丰富活跃，中华优秀传统文化接续传承弘扬，中华文化走出去步伐不断加大，文化自信愈发坚定。

全面发展，体现在民生福祉显著提升上。“人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。”近年来，特别是党的十八大以来，中国牢牢聚焦幼有所育、学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居、弱有所扶等“国之大者”，人民的幸福感、获得感、安全感不断提升。

全面发展，还体现在生态环境发生历史性变化上。这些年，中国着眼中华民族永续发展，统筹推进山水林田湖草沙系统治理，持续打好蓝天、碧水、净土保卫战，“绿水青山就是金山银山”理念日益深入人心，人与自然和谐共生的美丽中国愈发清晰。

全面建成小康社会目标如期实现，标志着实现中华民族伟大复兴迈出了关键一步。全面建成小康社会不是终点，而是新生活、新奋斗的起点。踏上全面建设社会主义现代化国家新征程，目标催人奋进，让我们接续奋斗，创造让世界刮目相看的新的更大奇迹。

“刚怀孕被辞退获赔7万元”是堂普法课

丁家发

邢女士系外地来沪务工人员，于2019年8月进入上海某公司从事仓库管理工作。2021年3月8日，邢女士被诊断为怀孕，后因身体不适被诊断为先兆流产。3月21日至25日，邢女士依公司规章制度请病假休息，3月26日，她休完病假上班后，遭老板言语辱骂，老板说赔偿其一个月工资，让其主动离职。邢女士拒绝后，公司以其工作严重失职为由解除劳动关系。经劳动仲裁，双方最终达成赔偿协议，公司一次性赔偿邢女士7万元，双方劳动关系结束（9月27日《潇湘晨报》）。

生育权是公民依法享有生育子女的权利，除法律有规定外，任何单位或个人不得非法剥夺或限制公民的生育权。一些用人单位制定限制生育、缩短产假等“土政策”，或给女性求职者设置不合理、不合法的入职门槛，如签订怀孕即离职的保证或协议书，如果女职工工作期间违反了“土政策”，就有可能被辞退，而且还不给任何经济赔偿。许多女职工担心维权将被“炒鱿鱼”或遭变相辞退，只好忍气吞声，在工作期间不敢生育。一旦因怀孕被辞退后，因怕麻烦、诉讼成本高，或根本就不知单位违法等原因而放弃了维权。

我国妇女权益保障法明确规定，妇女有按照国家规定生育的权利，也有不生育的自由。也就是说，用人单位不得侵犯妇女生育自由的权利。妇女权益保障法同时规定，劳动聘用合同或服务协议中不得规定限制女职工结婚生育的内容。因此，即便女职工在入职时，与单位签订了怀孕即离职等限制生育的保证或协议，由于与国家的法律相违背，也是没有法律效力的，用人单位以怀孕或违约为由辞退女职工，属于侵犯女职工合法权益的劳动违法行为。

邢女士怀孕即被辞退，就是一个典型案例。可喜的是，邢女士对公司赤裸裸的侵权行为，并没有选择妥协放弃维权，而是拿起法律武器，为自己讨回了一个公道。可以说，这起案例就是一堂普法课，也具有很好的示范效应，将激励更多遭遇侵权的女职工维护自己的生育权。而用人单位也应当从中汲取教训，清理和撤销一些违法的“土政策”，切实保护好女职工生育权等合法劳动权益。

落实国家生育政策，用人单位不能“使绊子”，保护女职工生育和平等就业权刻不容缓。一方面，劳动保障监察部门应加大监督力度，及时纠正“怀孕即辞退”等限制生育等内部规定，对严重侵犯生育权、平等就业权的用人单位，予以严厉处罚和制裁，并追究相关责任人法律责任；另一方面，各地工会、妇联等组织，也要积极支持和帮助女职工维权。此外，政府可以探索生育成本社会分摊机制，减轻用人单位保障生育权的成本和负担。

社会对导盲犬的宽容度有待进一步提升

苑广阔

9月28日凌晨，珠海长隆度假区官微就“盲人带导盲犬入住企鹅酒店遭拒”一事发布致歉声明称，9月26日晚，珠海长隆度假区企鹅酒店接到游客杨先生要求，希望携带其导盲犬共同入住酒店。由于酒店培训不力，员工在导盲犬相关接待规定上理解不够，导致杨先生未能顺利完成旅行计划（9月28日中国新闻网）。

事情被曝光以后，珠海长隆度假区能够公开道歉，并且承诺对存在的问题进行整改，也算是知错能改。但是通过这件事暴露出来的问题，值得我们给予更多关注。因为盲人携带导盲犬入住酒店，或者出入一些公共场所，包括公交、地铁、餐厅、公园等被拒绝的情况，不在少数，每次事情被曝光，都会引发讨论，但情况似乎并没有发生根本改变。

背后的原因，一是一些公共场所的经营管理者对国家相关法律规定、政策措施掌握不够，往往以没有规定为由拒绝导盲犬进入；二是一些公共场所的经营管理者，可能知道相关法律法规、政策举措，却担心导盲犬出入公共场所会给其他客人带来影响，从而影响自己的生意，或给自己招致不必要的麻烦，于是就拒绝导盲犬进入。

这种情况，无疑增加了视障人士群体融入社会的难度，给他们的工作和生活造成极大不便利。而一些公共场所经营管理者的做法，也是违反国家相关法律规定的。《残疾人保障法》第五十八条规定，盲人携带导盲犬出入公共场所，应当遵守国家有关规定；《无障碍环境建设条例》第十六条规定，视力残疾人携带导盲犬出入公共场所，应当遵守国家有关规定，公共场所的工作人员应当按照国家有关规定提供无障碍服务。

这意味着根据国家相关法律法规，视障人士是可以携带导盲犬出入公共场所的，只需要遵守相关规定，不对公共场所的经营管理和其他人带来干扰就行。而公共场所的管理人员，也需要为视障人士提供无障碍服务。就此来说，社会对导盲犬的宽容度需要进一步提升。

导盲犬是从小就经过严格训练的视障人士“辅助犬”，有网友调侃说一只导盲犬要想顺利从训练基地毕业，比人考上清华北大都难，虽是调侃，但也道出了一些实情。经过严格训练的导盲犬，在公共场所活动时，不会发生咬人、扰民等妨碍他人的行为，这一点公众大可以放心。

一只导盲犬能否顺利工作，决定着一名视障人士能否顺利融入社会、获得自力更生的机会。我们期待着国家相关法律法规能够得到全面的贯彻落实，也期待整个社会对导盲犬能够更宽容一些。

司机吃半条生鱼才免过路费：

执行绿通政策别逼人“自证新鲜”

陈广江

近日，一条“鱼不新鲜不让免费过收费站，司机气得当场吃了半条鱼”的视频引发热议。

9月27日，浙江温州甬台温高速公路有限公司发布声明称，因取证过程中司机配合度不高，工作人员对带鱼新鲜度产生质疑，由此引发司机情绪激动，做出过激行为。随后，收费所负责人赶赴现场重新查验，发现新鲜与不新鲜带鱼夹杂，测算比例后给予免费放行。声明还称，现场工作人员操作流程合规、未发现不文明服务行为。

绿通政策再惹争议。但和以往不同的是，这次引发争议的不是蔬果，而是水产品。虽然最终货车得以免费通行，但过程并不轻松。收费站严格执行政策没有错，但严格到逼司机“吃生鱼自证新鲜”的程度，叫人心里不是滋味。

根据相关规定，整车合法装载运输《鲜活农产品品种目录》内的农产品的车辆，免收车辆通行费。换言之，要想享受绿通政策，必须是该目录内活的、新鲜的农产品，并符合“整车装载”要求，大量混装是不行的。

带鱼在该目录内，但作为一种“出水就死”的深海鱼，活带鱼的运输成本太高，现实中几乎不存在。因此，本次事件的关键，就是看带鱼是否符合“新鲜”和“整车装载”的标准。

网传视频显示，司机声嘶力竭地向工作人解释：中午卸船装车，下午4点到收费站出口，你们不能说鱼不新鲜，一箱中也就一两条是破损的和掉头的，拍照取证不能专拍破损的……但工作人员不为所动，相关领导又迟迟未到，司机情急之下当场做出“吃生鱼”举动，令不少网友直言辛酸。

如果涉事货车上的带鱼经过了深加工或者大部分已变质腐烂，工作人员认定其不属于鲜活农产品无可厚非。视频中，司机反复提醒，要看整体，别光看局部，为何现场工作人员偏偏盯住少数“不新鲜”的？

从最终测算结果看，该货车符合政策规定，应免收过路费。这至少说明，司机的说法有理有据、合情合理，而收费站涉事工作人员工作不专、业务不精、担当不足，服务能力和水平亟待提升。

类似争议并不鲜见。仅今年以来，就发生了“去叶莴笋不能走绿通”“苹果蕉不是香蕉”两起舆情事件，事后涉事收费站均道歉退费。由此也引发更多质疑：樱桃可以走绿通，为何车厘子不行？菠萝可以，为何凤梨不可以？苹果、大白菜、菠菜、黄瓜、西红柿可以，为何蛇果、娃娃菜、油麦菜、小黄瓜（乳瓜）、小西红柿（圣女果）不可以？

在国家千方百计降低物流成本、畅通经济循环的语境下，“绿色通道通行难”“惠民政策打折扣”的现象应引起重视。一方面，《鲜活农产品品种目录》应与时俱进、及时更新，给新名称、新品种的鲜活农产品留下空间和位置；另一方面，收费站应吃透法规精神，提高服务效率和水平，多体恤民生疾苦，让惠民政策更规范、更明确、更包容、更有温度。