

三江热议

# 世界杯能否触动人们的“运动惰性”

胡晓新

世界杯无疑是当下的热点。世界杯进行到今天，不管是真球迷、伪球迷还是“非球迷”，反正是很少有没听说过C罗、梅西，以及黑马冰岛队的。可不知人们注意到没有，这场货真价实的体育赛事，似乎早已演变成准娱乐式的全民狂欢，体育、运动、健身这些本该与世界杯最贴近、最应成为焦点的话题，反而集体被边缘化了。

本来，“要看也要练”是体育赛事带给人们不可或缺的“正能量”。精彩的体育赛事，除了给人们强烈的感官刺激与精神享受，激发更多的人“动起来”那是必须的。如果大多数观众光看不练，那多没劲？目前这种现象显然不正常。

看看我们周围绝大多数关注世界杯的人们，目不转睛地盯着足坛健儿在绿茵场上满场飞的时候，极少有原本很少运动的人，由此萌动“哥们有空也练练”的心思。近年来相关部门对国人运动的大数据分析表明，超过八成的国民选择消极休闲活动(如看电视、上网)，而仅有21.9%的国民喜欢运动休闲活动。这么多的人喜宅不喜动，除了观念、工作压力和时间少等因素，惰性是一大原因。对一个宅惯了的人来说，要让他选择一个适合自己的运动项目动起来，谈何容易。触动惰性有时候比触及灵魂还难，这也是如此精彩的世界杯仍然难以触动人们的“运动惰性”并促使他们动起来的内因所在。

长期缺乏运动会导致心肺机能衰退，提前发生动脉硬化、冠心病和高血压，增大患老年性痴呆症的可能性，也是造成电脑族、低头族脖子僵硬、头痛眼涩、心理压抑、精神萎靡的祸根所在。“运动惰性”愈是严重，这些症状就愈是明显。在宁波，世界杯开始至今就“产生”了十多位看球看到面瘫的患者。原本激励人去运动健身的球赛却导致伤身事件频发，不能不说是一大讽刺。

要让世界杯来触动“运动惰性”，除了人们的“自我觉醒”，相关部门的投入、倡导、干预等“外因”必不可少。全民健身喊了这么多年，许多人的运动意识和运动状态仍然止步不前，显然说不过去。如果相关部门将世界杯等重要体育赛事，作为触动人们“运动惰性”的契机，情况或许会大不一样。看看人家冰岛，这个只有约10万平方公里的国家，却拥有超过300个足球场，如此完备的设施，再加上对全民体育20多年的持续普及，这个国家的公民想有“运动惰性”也难。

其实，我们中许多人的“运动惰性”，是在校园里养成的，如今，沉重的学业负担让这种情况更甚。因此，要触动人们的“运动惰性”，相关部门不妨从驱使更多的学生走上运动场做起。

投稿邮箱 nwbjpl@163.com

图说世相



严勇杰 绘

街谈巷议

## 欠缺的“第三更衣室”考验文明细节

斯涵涵

游泳馆里，妈妈将5岁的儿子带进了女性更衣室更衣，结果遭到多位女士的投诉。上周六，这一尴尬出现在成都太古里一家健身房游泳馆内。矛盾背后，是双方对5岁男孩有没有自理能力和认知能力观点的分歧。  
6月26日《成都商报》

陈女士认为自己很无奈，因为更衣室内水多地滑，还不具备自理能力的儿子独自更衣，存在安全隐患，她也向健身房工作人员寻求过帮助但无果，而健身房方面也表示，明文规定在先，且广而告之，得到了众人认可，也提出让健身教练把孩子带到男性更衣室的建议，但其儿子怎么也不愿意。看起来大家都没有错，但出现这种不快场面，其实还是相关各方没有做到位。

首先是教育的细节。既然知道也认可这个规定，陈女士就应该做好相关准备：比如尽量让丈夫抽空带儿子去游泳馆，可避免更衣尴尬也强化父子亲情；再比如在家里教会儿子简单的泳装更衣，5岁孩子学习这类知识并不难，照理也应该开始学，逐步培养其自理能力。

其次是经营服务的细节。健身会所作为服务行业，理想状态是配备专门的、不限性别、先到先得的第三更衣室，以供父母带异性子女解决更衣难题。然而，囿于空间、场地及资金所限，很多健身房、游泳池并未设置第三更衣室，这一点可以理解，但可以效仿上海虹口游泳学校，开辟一间专门的儿童更衣区和更衣室，哪怕只是在墙角挂一个帘子，做出一个专门的儿童更衣区，也可以让大家都省心舒心。可见，只有想不到没有做不到，要想在激烈的市场竞争中获胜，提升服务质量的关键在于细节。

## 卖车霸王条款就该依法整改

郑建钢

近日广东省工商局公布了13项汽车销售类典型的涉嫌不公平合同格式条款，并组织合同监管专家进行了评审，以进一步提升消费者依法维权意识，规范汽车销售行业合同使用。  
6月26日《新快报》

有些霸王条款，纯属赤裸裸地耍赖。比如，需要整改的霸王条款10规定：由于售方原因未能按时交车的，售方可退回定金；其他原因一律不退回定金。

还有的霸王条款，消费者稍不注意，就会非常容易掉进经营者事先设置的陷阱里上当受骗。比如霸王条款4规定，乙方(买方)违约，若乙方未能按合同的约定付款，每延迟一天，乙方按合同支付滞纳金，按余额的0.2%给甲方。千万别小看滞纳金只是小数点后的百分比，这0.2%的日滞纳金经换算，逾期年利率为73%。

如果发生了消费纠纷以后，消费者再进行投诉或者打官司，耗费大量的人力物力不说，由于霸王条款的签订原本就不利于消费者，投诉或者诉讼的结果怎么样还真不好说。因此，与其事后算账，还不如防患于未然，在购车的时候能够使用公平规范合同更重要。

## 关于宁波市医疗保险系统暂停实时交易结算服务的通告

2018年6月30日至7月1日，宁波医保将实施新政策，现就医保系统暂停实时交易结算服务有关事项通告如下：

一、医保系统停止服务时间：2018年6月30日23:30至7月1日6:00，在此期间宁波市医保实时交易结算系统将暂停对所有医保定点医药机构的实时交易结算服务，涉及范围包括宁波大市区域内所有各医保定点医疗机构、定点零售药店、单位内部医务室，届时上述范围内职工医保、城乡居民医保参保人员医疗费用结算将暂停，同时我市参保人员在宁波大市外异地就医交易结算也将暂停(宁波市外参保人员在宁波异地就医结算不受影响)。如非急诊必须，请参保人员尽量避开在此时间段就医。

在此期间，网上(浙江政务服务网、宁波市人力资源和社会保障局网站、宁波人社APP、宁波人社医保通APP、12333微信等)信息查询、自助一体机信息查询、异地安置、转外就医、门诊特殊病种申请、历年账户家庭共济等业务查询、办理也将停止。

二、医保系统停止服务期间，在定点医疗机构(急)诊就医医疗费处理办法：宁波市职工医保参保人员(不包括参加住院医疗保险人员)，可凭本人的《社会保障卡》在定点医疗机构应急记账(选择应急记账的不再报销医疗费)，也可以在定点医疗机构选择先由个人现金支付，事后到所属医保经办机构申请零星报销；城乡居民医保参保人员由个人现金支付，事后到所属医保经办机构申请零星报销。

三、医保系统停止服务期间，定点零售药店暂停提供医疗保险购药服务，发生的购药费用不实行应急记账，也不能申请零星报销。

请各参保单位及参保人员相互转告。因年度变更处理给您带来的不便，敬请谅解！宁波市医保咨询电话：12333(工作日8:30-11:30, 13:30-17:00)，83865537(非工作日8:30-11:30, 13:30-16:30)。

宁波市社会保险管理局  
2018年6月27日

## 房屋出租、出售启事

现有宁波报业传媒大厦(宁东路901号)内(办公楼12000平方米、店铺3000平方米)的场地对外公开招租、出售。

一、大厦概况：大厦是宁波报业集团的新办公地，总建筑面积15万平方米(其中地上面积10万平方米，地下面积5万平方米)，拥有1000个停车位。大厦位于宁波东部新城核心区，宁东路以北，与宁波市市政府隔路相望，毗邻新杨木碶河，坐拥东部新城“绿肺”——中央花园。宁波金融中心、宁波国际会展中心、宁波国际航运中心近在咫尺，地理位置优越，环境极其优美。

二、房屋概况：出租房屋为宁波报业传媒大厦A座北一楼(店铺约3000平方米)、五楼、六楼、七楼(办公楼三层共计10000平方米)，A座南一楼(店铺约700平方米)、二楼部份(办公房700平方米)。大厦设施、设备齐全。

三、拟招业态：办公楼招商业态：金融、电信、文化、教育、科

研等机构单位，以及会计事务所、律师事务所各类单位。

临街商铺业态：金融、电信、培训、餐饮、咖啡、便利店、洗衣店等。

四、租赁要求：租赁单位限于具有一定经营规模和经济实力的单位。

有意向者请携企业营业执照、企业简介、以及相关委托证书资料前来洽谈(也可登录宁波日报报业集团官网查询；HTTP://NB.JT.CNNB.COM.CN)。

五、以上招租房产除店铺外均可出售。

六、联系方式：宁波市宁东路901号宁波报业传媒大厦A座南楼三楼。

联系人：虞先生 徐先生  
联系电话：87685633 87682018

13586911755 13806666880  
宁波报业资产管理有限公司