

家长要关心孩子交友

刘忠革

孩子在学习、成长过程中，经常同哪些人接触，跟哪些人交朋友，做为家长来讲，一定要做到心中有数。革命老前辈谢觉哉曾经说过：“和好人交朋友，受到朋友的帮助，自己就随着好了，所谓‘与善人居，如入芝兰之室，久而不闻其香’；与坏人交朋友，受到朋友的侵蚀，自己就随着坏了，所谓‘与不善人居，如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭’。所以我们要知道择友，要交‘益友’，不交‘损友’。”

在日常生活中，一些家长由于工作忙，家务事多，往往不太了解或忽视孩子交朋友，一旦出了问题，才大惊小怪起来。

两年前，一位孩子母亲忧心忡忡地找我说：“刘老师，你说咋好呀，我家



刊头设计 钱煜明

老二是你教过的学生，你教他时，每次考试没出过前三名，现在可好，二十名都出去了。放学后常常不回家，不知干什么，你帮我管管他吧。”我教时，这孩子确实是挺不错的，不但年年被评为“三好”学生，还是副班长呢。但上初三以后，受社会上“读书无用论”的影响，竟和几个差孩

子混在一起，不但学会了酗酒、吸烟、打架，还养成了小偷小摸的习惯。但这些做为父母的却不了解，只看到考试分数不断下降。后来得知这些情况后，又从一个极端走到另一个极端：规定孩子放学后回家，不准和任何孩子接触。为了把这个“小蚂蚱”拴住，父母请事假轮流看守。连上课时，父亲还趴在教室的窗台上偷偷往里张望呢！有一天放学后，父亲躺在床上睡着了，孩子又找那几个伙伴出去打群架，把一个孩子打得鼻口穿血，差点送了性命，被罚了八百元……

在日常生活中，要求孩子只和益友来往是不易做到的。正确做法是推心置腹和孩子心平气和地讨论，用生动、具体事例说明为什么同某某交朋友，讨论要具体，说理要透彻，语言要中恳，要让孩子心悦诚服。如果还不奏效，采用“间断隔离法”有时也管用。把孩子送到亲友家读书，做“感情切断”，等孩子有了免疫力再接回来，也许会步入正轨了。总之，家长要时时关心孩子交友问题，不要等出了事再着急上火。



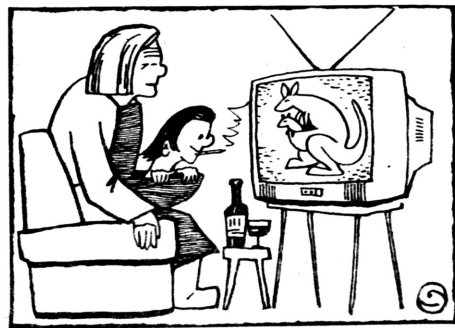
看看你的肚脐眼

王路松

- 1、圆形：肚脐圆圆的，下半部丰厚而朝上，这是男性中最好的一种。这种肚脐表明血压正常，肝、肠和胃等内脏都健康，而且此人精力充沛。
- 2、满月形：看样子结实丰盈，下腹有弹性，这是女性中最好的一种。这种肚脐表明身心健康，卵巢机能良好。
- 3、向上形：肚脐向上延长成为三角形的人，多半胃、胆囊和胰脏的情况不佳，要多注意。
- 4、向下形：形状与向上形相反。这种肚脐表明患有胃下垂、便秘等疾病。亦要注意慢性肠胃病及妇科疾病。

线与皮肤接触，可以产生维生素D，人体就能更好地

吸收和利用钙，而且有益于生物有机体的新陈代谢。所以，长期在室内的工作人员，尤其是老人和儿童，当冬季到来的时候，为了避免因缺少阳光照射在情绪上出现波动或可能患季节性神经功能紊乱症，必须每天到户外多晒太阳。但是，请记住，由于玻璃能够阻挡紫外线照射的原因，在室内晒太阳时，千万不要忘记把玻璃窗打开。冬天晒太阳是安全的，一般不会造成紫外线带来的损害。维生素D的增加，促进了钙的吸收，对预防佝偻病、中老年骨质疏松症等更为有益。



- 5、偏右形：易患肝炎、十二指肠溃疡等疾病。
- 6、偏左形：肠胃不佳，宜注意便秘、大肠粘膜等症。
- 7、浅小形：有这种形状肚脐的人，不论男女身体都较虚，激素分泌不正常，经常会出现浑身无力现象。



一天，厂长找到我：“小李呀，你是不是有什么顽疾在身啊？”

“我怎么啦？厂长，这不是好好的嘛！”我一时不知厂长是开玩笑，还是当真。

“没病？那你为什么一下班老往那些古山、古庙、古堡子里，尽是一些没人的地方跑？有病呀，就赶快去，可不要延误了病情啊！”我哑然失笑了。说也怪，我这个

人也不知道为什么尽爱这些东西：残垣断壁的堡子、破落的古庙、荒不可攀的古山……

象那南山上的烽火台，一千多米的山

上一个很小的土堆堆，别人不屑于顾，可我一连去了三次。古时发生的事我不太清楚，可当我站在这台上之后，当年激战的狼烟也不时从眼前滚过；还有那望鲁台，一个圆台，五、六米高，一半已被人挖去垫了牛圈，一半光秃秃地堆在那里，周围没山没水，更没有花与树，别人连看也不看一眼，可我每次登上它，都深深的体会到燕极老先生

光，挑这鬼地方！”
“你让我们一起跟你发疯是不是？”
“你可真……唉！”

可我意气奋发，高声狂吟：“大风起兮云飞扬……”从心底产生一种从未有过的豪迈之气。

还有一些古庙、古墓、古迹，只要是姓“古”的，我都有兴趣，总有独到之乐。

下班以后，不论多么疲劳，只要意念产生，我就背起背包，抽

一两本关于记载这些古迹的书，登上去，把上班时的疲惫和人生消沉的情绪，在这种独有的爱好中慢慢地消去。

别人问我是不是有何种目的，比如想当考古专家之类，我嘛，一笑置之。



我的业余生活

千阳县乳品厂 李万英
当年思家思国思师的心切，总有一腔独到的眷眷之情；还有一座座山脊之上的古堡子，现在大多数已经破烂不堪了，成了虫兽栖息的地方，充满着人为的恐怖，可我不在乎。今年八月十五，拉了四、五个知己，到这古堡墙上聚餐，边吃边体会当年人们在它里面避难的情景。可那几个知己却摇着头：“唉，你可真有眼

蒙头睡觉有损健康

苏金山



生活顾问

这是有损健康的。

人的生存离不开氧气。氧气通过呼吸器官进入人体后，由红血球把它带到机体各个组织，人才能有

冬眠，冬天，不少人睡觉时习惯于蒙着头，需要的氧气不能大量地吸进来，而呼出的对人体有害的二氧化碳气却越积越多，加上被窝里其他污浊的气体，使人睡觉不踏实；由于缺氧，醒后还会觉得昏昏沉沉、疲乏无力，甚至有头痛、头晕胸闷等不适的症状。

经冬不老的万年青

杜恒庆



花 鸟 集 虫

妈，你瞧这袋鼠多逗！

小寺

万年青为多年生草本植物，终年常青，经冬不凋。在我国不少人都栽有万年青的爱好，或盆植置于案几，或栽植于庭院。随意从母茎剪下一枝，插入瓶内，或埋入土中，只要有水，都能生根成活，而且老茎剪断又能长出新枝，代代相传，老幼并荣。在僻巷深宅之中，孤窗静室之内，这一小小草本植物，却给人们带来一片春意。青，标志着朝气蓬勃，自强不息；青，象征着高洁、庄重、贞节。古代江南一带认为它是吉祥的象征。“造屋移居、行聘

治塘、小儿初生，一切喜事，无不用之。”古人常在万年青的盆中，同种吉祥草、松之类，作为祥瑞之象征，寄托长青之良愿。

万年青原产我国中部及日本。性喜温暖湿润，且耐旱。每年早春四月结合分株繁殖应换盆，每丛分五、六苗，另盆栽植即可。

据上一辈老人说，家里种一棵万年青，毒蛇不敢进屋。万年青根茎捣烂外



冬 雪 (木刻) 牛文玉

考试

群英

A厂根据上级指示，要对80%的职工进行一次全面质量管理知识考试。

有关部门极为重视，专门发了红头文件，做了详尽安排。

此次考试为全国统考，密封卷，又有专人监考。准考证、工作证一应俱全放在桌上。

和昨天老师辅导的丝毫不差。老师真神了，猜得贼准。

只见学员们迅速从口袋里掏出“备忘录”，“唰唰”答了起来。此刻，监考老师知趣地在门外巡逻，落个顺水人情。不到一小时，最后两张卷子已画上了最后一个标点。

有个学生因出差，没赶上培训，虽说临阵

磨枪，在学员们的热心帮助下，居然也抄了个85分。

一位考生交卷后坦率地说，现在再问我，恐怕一道题也不会。另一考生说：“咳，管他呢，领导上不是常说，抄也是学习嘛。”



巧开罐头

刘相奇

开铁皮罐头有一妙法省时省力。即把罐头的顶面贴于较粗糙的水泥地面上磨，直到磨开镶嵌顶面铁皮的棱边为止，然后再轻磕几下，罐头自然就开了。若有汁液的罐头少磨几下以防漏汁，可拿一小刀之类的东西插进磨出的缝里撬几下即可。

与摘自《新生活》(晓生)

毛料去尘的方法：先用毛刷把沾在表面的灰尘刷掉，然后用汽油或酒精擦净，最后用布或毛