

金冠眼镜寄语广大小记者家长：

科学用眼 让孩子过一个视力健康的暑假



小记者免费体验高端验光设备。

近日，不少家长向小记者俱乐部反映，孩子在家看电视、玩电脑，读课外书，视力下降得非常快，那么，怎样才能防患于未然，让孩子拥有一双明亮的眼睛？一旦近视了，该采取什么样的方法使近视不再发展？为了解答家长们的困

惑，笔者采访了“洛阳青少年视力矫正中心”拥有13年品牌历史的金冠眼镜负责人杜总，杜总给家长们提了几点建议，希望对您有所帮助。

避免近视重在预防

杜总介绍说，人的眼睛就像一部照相机，如果我们总让它看近处的物体，这个相机索性就不再调整焦距，只是固定在一个距离。眼睛也是一样。保护视力重在预防，包括在日常生活中注意看书写字的姿势、加强体育锻炼、注意营养均衡、视觉训练等。

怎样科学地给孩子配镜

科学配镜非常关键，如果不能正确地佩戴眼镜，孩子的近视度数可能会很快增加。杜总说，每个孩子配镜之前都要进行视力检查，分清是真性近视还是假性近视，眼部

有无其他病变。金冠眼镜对此非常重视，13年来，不断引进国际先进的视光学理念和技术，培养出了拥有多名国家级验光技师和国家注册验光师的视光学队伍。

如果经过诊断，孩子是假性近视，杜总推荐使用“睛康灸疗仪”，它采用微电脑生物场能调节系统，产生脉动生物电磁场和中医灸疗场，对眼部实施全息康复治疗，属物理疗法。多年的用户使用经验证明，使用“睛康灸疗仪”不仅对假性近视、混合型近视有一定效果，而且对脑疲劳、眼疲劳有保健效果。学习疲劳之时用该仪器保养10分钟，便可缓解眼部疲劳，达到长期预防近视的目的。

一旦确定为真性近视，金冠眼镜独有的科学验光流程可以为小记者的眼睛作出全面、精准地检查，配合多部在国际国内领先的专业设备，一定能为小记者选配一副合适的眼镜。

如何使近视度数不再增高

很多小记者近视一开始大多是假性近视或轻度近视，如果矫正得当是可以好转的。针对这种情况，杜总为我们推荐了一种强制性近视控制方案——渐进多焦点镜片+视必治，渐进片可以让小记者在日常生活、学习时有清晰的视力。视必治在看近时可以给眼睛一定的训练，增强眼睛的自我调节能力。

普通近视镜容易导致睫状肌的调焦能力进一步减弱，致使近视度数越来越高，这已逐渐成为业界的共识。金冠眼镜适时推出的渐进镜片是一种特殊设计的镜片，这种镜片的凹面是用来矫正原有的屈光不正，包括近视及散光，而其凸面的上半部屈光度较高，用以看远；下半部屈光度较低，用以看近；中间部分为渐进变度区，因而看远看近时无像跳干扰，可全天佩戴。

“视必治”是一个晶体调节镜，孩子在近距离学习时，每天坚持使用1小时以上，就可以缓解视疲劳和控制近视度数不加深。如果再配合每天半小时的极限看近和递进式看远训练，一定范围内的假性近视将会有所好转。

除此之外，金冠眼镜还有一种“博视顿视功能训练系统”，可以使眼睛的视觉功能得到全面强化和优化。“博视顿视功能训练系统”通过营造各种特定的视觉环境并采用多种视标引导模式，能够有效调整眼睛的视觉状态，实现包括大脑视觉中枢神经系统、调节眼球的内外肌力在内的视觉功能拓展训练，从而达到使眼睛的视觉功能得到全面强化和优化的目的。

最后，杜总表示：保护视力是每个家长和小记者必须时刻关注的事情，建议小记者多吃鱼、粮食、柑橘类水果与红色果实，适量食用糖、肉和全脂奶酪。

河南最好的牛奶奉献洛阳市民

双重大礼 超值大奖 “三剑客”奶业来洛阳了

本报讯 喜讯！喜讯！“三剑客”奶业来洛阳了！如果您有喝鲜奶习惯，下月起，除本地三家乳品外，您又有新的挑选余地了：漯河“三剑客”奶业加盟本报物流配送行列，想换个口味，打个电话，我们会上门服务。

“三剑客”的名气在河南奶业界可是响当当的：她是河南乳业的一匹“黑马”，企业拥有瑞典利拉伐全自动挤奶机、超高温瞬时灭菌机、全自动无菌灌装机等现代化先进设

备，八条乳制品和乳饮料生产线，可日处理牛奶300吨。产品销售覆盖河南、安徽、湖北、山东、山西、河北、江苏等省辖下的300多个县市。

“三剑客”奶业坚持“按规范养牛，照标准做奶，产品要放心地拿给妈妈和孩子喝”的食品安全方针，从奶牛的饲养、原辅料的采购、生产工序加工到成品检测、贮存、销售、流通，建立了全过程的质量管理体系，严格按标准控制关键工序和步骤，并做好记录，从根本上确保了乳品

质量安全。

如今的“三剑客”奶业是国家产业化重点示范项目企业，河南省农业产业化重点龙头企业，先后通过ISO9001质量体系认证、HACCP食品安全管理体系认证；先后荣获“河南省科技企业”、“标准化良好行为AAA级企业”。

严格的奶源管理、一流的工艺流程、创新的科研队伍，让“三剑客”牛奶赢得了不同人群的交口称赞。几天前，一位洛阳男子品尝“三剑

客”袋装鲜奶后，连声赞叹：“三剑客”的口感独特，奶香味十足，的确不错。

据悉，此次“三剑客”奶业在洛阳推出的品种有瓶装酸牛奶、袋装鲜牛奶和袋装酸牛奶，征订价为每袋(瓶)1.4元，先期在瀍河、老城、西工、八一、纱厂、珠江、涧西等7个读者服务中心试点，凡在上述中心服务范围内的均可征订。

作为一个新的品牌，“三剑客”奶业制定了一系列诱人的订奶优惠

政策：凡征订1个月的，可获赠2袋鲜奶，也可获赠价值120元读者旅游卡1张或读者免费体检卡1张；另外，订8月份牛奶还有30名免费“中原漓江”石门湖2日游抽奖活动。

本报物流热线：63232114

瀍河中心：63952116 老城中心：63960506 西工中心：63231506 涧西中心：64820836 八一中心：63263201 纱厂中心：63305679 珠江中心：64813125

夏令营营员：写给爸妈和好朋友的一封信

今天下午，小记者“快乐三国之英雄少年”军事夏令营C计划的小营员就将学成归家。

尽管相逢之时渐近，但在昨晚，他们还是很用心地把营地里12天的欢乐时光整理成一封封书信，写给爸妈和好朋友，期待与他们分享快乐。

爸妈：我们在这里，别提多开心

小营员韩世龙：在这里生活不错，餐餐有肉，吃喝不愁；你们给我的40元钱，基本都用不上。我跟战友们一起玩耍、吃饭、过生日，真是很开心。

小营员胡之琛：在这里我学会了叠“豆腐块”、爱惜粮食、团结朋友、关心他人……回去后，我要全部表现给你们看，更要好好报答你们的养育之恩。



朋友：这里好玩还能学本领，你也快来吧

小营员韩世龙：佳良，嘿嘿，这个夏令营，真的很好玩，能玩“枪”战，我“击毙”了好几个敌人；还能演三国

故事，我演的是孙权，真的不骗你！

小营员万子奇：伙计们，我玩了一个叫“信任背投”的游戏，通过这个游戏，我学会了与“战友”相互学习、相互照顾、团结友爱，我以后也不会为一点小事和你们闹别扭、搞分离了。

小营员李逸飞：全班同学，你们

这个假期都是咋过的？我参加了小记者夏令营。在这里，我和教官、营员成了朋友，每天都很开心。要说不高兴的事嘛，那就是你们没在这里，快回来吧，这里真比躲在家里玩游戏要开心得多！

读者朋友，你是不是还为孩子在漫长的假期里无所事事而头疼？你焦急地期望他早日懂事、学会长大、完善心智，却不知如何去引导？来吧，小记者夏令营早已精心为他搭建好了一个快乐成长的七彩舞台！

报名地点：洛报集团定鼎南路办公区内3号楼306室

营期安排：A计划：7月19日、7月24日、7月29日

咨询电话：63232410 63256577 66778866

特别鸣谢：洛阳首电医院、洛阳市第一人民医院提供全程医疗服务 嵩县卧龙岗景区 (张书锋 苏亚丽 陈晓彦/文图)



播音主持、编导专业培训班招生

走进理想的大学是广大学生的美好愿望，选择播音主持、编导专业是很多学子迈向成功的重要一步。

随着传媒业的快速发展，播音主持、编导专业培训班之间的招生竞争越来越激烈，考前选择一个对

学生负责、对家长负责的培训班至关重要，兰月播音主持、编导专业培训班2009年本科上线率达到70%。

该班主讲兰月老师为洛阳电视台资深节目主持人，从事传媒业30年，播音主持、编导专业培训十几

年，具有一流的理论知识及丰富的实践经验。全国各大院校，如中国传媒大学、中央戏剧学院、浙江传媒学院、复旦大学、湖南大学、武汉大学、陕西师范大学、天津师范大学等都有从该培训班走出的学生。

培训班周六、周日上课，离市区较远的学生或住校生也不用担心影响文化课的学习，该培训班在学生的自信心培养、知识面上要求严格，用心用情，从培训到模拟考试、省统考，全程跟踪学生，及时给

予学生考试和心理辅导，欢迎广大学生和家长们试听。

招生对象：高一至高三在校生 **招生要求：**文化课成绩好(尤其是语文课)

联系电话：15896536620(何老师)