

设立 全民健身日 十周年 你参加了一些什么运动

主持人：

今年是国家设立 全民健身日 第10年。为推广全民健身理念,全面推动广大群众自觉参与健身、科学健身、文明健身,各地都建有许多健身器材。当下,在各大健身场所都能看到许多人挥汗如雨的健身场景。你是否也有健身的习惯?是出于什么样的目的而健身?你觉得,一般影响人们参与健身活动的客观原因是什么?

红枫叶：

健身,重在坚持。身边很多朋友嚷着要减肥健身,健身房卡办了,一年却只去两三次,这样肯定没有效果的。

小杆：

要健身时一头热,几千大洋报了私教,买齐了健身装备,然后去了一次就再也沒去了。

勇：

一周五次打卡,对我而言,健身就是生活中的一部分。

我爱吃烤肉：

长期坚持运动对身体带来的变化还是很明显的。而且,运动也是会上瘾的,只要不下特别大的雨,我每天都要到南溪溪边锻炼。

带花纹的云彩：

健身还是很必要的。我意识到健身的重要性时就有点晚了。太胖,高血压也有了,要靠服用药物降压。也是因为这一点,才不得不动起来,目前我已经减去10公斤,整个人感觉轻松很多,也能穿上很多以前想穿没法穿的衣服。健身这条道路还很长,我要继续努力

只如初见：

今年,身边越来越多人重视健身,有通过健身减了几十斤,也有报私教专门增肌

的。大家都在改变,就属我最懒了。我也想减肥,但就是没有动力,经常给自己寻找半途而废的借口。

工藤小兰：

现代人的意识跟过去不一样了,像年轻人,对身材管理越来越看重;而中老年人,大多数健身的目的是为了让身体更强健。虽然目标不一样,但行动是一致的,就是让自己变得更好。

花花猪：

刚开始,健身是为了减肥。减肥成功后,我已经爱上了运动,一天不去健身房,不出点汗就不自在。除了身体状态发生变化,运动还能改变人的情绪,以前我很消极,动不动就感到累,而现在,每天早上6点就起床开始新的一天,感觉身体充满了力量。

月亮弯弯：

你看,每天绿道、体育馆、溪边到处是人,都是在锻炼的,这样的健身氛围是挺不错的。大家锻炼的方式无非就是慢跑、快走,但是能打羽毛球、乒乓球、篮球这些运动的公共场地还是太少了。

到达不了的远方：

有一次,我和老婆相约进行了减肥比赛,我瘦了10公斤,老婆嘴巴喊着减肥却没有行动,反而胖了。其实,只要你想运动,任何借口、理由都不能阻止你运动的,关键还是在于你自身。

寄封信给自己：

以前,一家三口还经常饭后就近到公园走一圈,哪怕怀孕的时候也会去走走,哪怕走一小段儿也会心情舒畅。自从生了二孩后,我连睡觉时间都不够,哪来的时间锻炼,只能可望而不可即了。

孩子放学没人接送 想寻找顺路的家长

小草：

最近儿子开学了,我遇到了一个比较棘手的问题。

主持人：

遇到了什么问题?

小草：

放学没有人接,婆婆在乡下,不肯出来。我和老公都是上班族,要5点下班,孩子3点多就放学了。孩子在高镇小学,我在总部中心这边上班,他们学校门口没有公交车经过,坐公交车需要走一段路。

主持人：

高镇小学到总部中心不是很远,但那边车流量也比较大,确实不放心。不过可以引导他过马路时一定要到有红绿灯的路口,这样会更安全些。

小草：

一直都非常喜欢看你们的Q来Q去,所以想向你们求助。

主持人：

想我们怎么帮你?

小草：

希望你们帮我问一下有没有孩子和我儿子同一个学校,家又同一个方向的家长,能不能放学时顺风车帮我儿子也接一下送到我单位,我可以按次付费的。高镇小学附近有空余时间的阿姨们有愿意接一下先在他们家也可以,我下班去他们家接回。我都是可以付钱的。

因游戏晋不了级发火 伤了感情感到后悔

帅哥的世界你不懂：

我一个亲戚,迷上了玩游戏,为了晋级,叫来表弟帮忙。关键时刻,表弟接了一个电话,导致游戏输了。气得他把表弟的手机砸了,还把人打了一顿。

主持人：

就为了游戏输了打起来?

帅哥的世界你不懂：

是的。表哥喜欢玩游戏,游戏账号又一次到了晋级的关口。由于有多次晋级失败的经历,他当天晚上邀请技术比较好的表弟一起玩游戏帮他顺利晋级。开局后,他们优势显著,大有顺利晋级的势头。不曾想,在最后一波团战时,表弟接了个电话,导致游戏因为少一人参与团战而失败。表哥迁怒于表弟,表弟向他道歉,说电话是自己领导打来的,不得不接,游戏就是消遣,不必太认真。实在不行,可以陪他重来。可是生气的表哥听不进去,指责表弟不负责任,不把他的请求放心上,话越说越难听。表弟气不过,反唇相讥,嘲讽他水平差。暴跳如雷的他冲上来,一把夺过表弟手机,砸在地上,还不过瘾,又冲上去拳打脚踢。

主持人：

打游戏不能过分投入,为了一场游戏大动干戈实在不该。

帅哥的世界你不懂：

是啊。在父母劝导下,表兄弟都深感懊悔,为自己冲动的行为感到惭愧。

维权讨说法 忌过激宜理性

今天下彩虹鱼：

律师,我们和开发商签订了房屋买卖合同,但是现在开发商对之前的规划做了修改,我们感觉受到了欺骗,我们一些买房人就去维权了。我就想问一下,像这样的情况我们可以解除合同吗?

浙江华溪律师事务所应远遥律师：

我们通常应该依合同履行义务,依照《中华人民共和国合同法》规定,依法成立合同,对当事人具有法律约束力。当事人应当按照约定履行自己义务,不得擅自变更或者解除合同。依法成立的合同受法律保护。当然,合同也可以解除,解除的方式有法定解除、约定解除、协商一致解除。法定解除的事由法律有明文规定,而约定解除的事由是由当事人双方在订立合同时,事先约定了合同当事人方解除合同的条件,一旦该条件成就,解除权人就可以通过行使解除权而终止合同。当然双方协商一致,也可以解除合同,建议先与对方协商。

今天下彩虹鱼：

但是我们现在和开发商也没法协商,之前去维权的一些人还由于这个事闹到公安局去了,有人还被拘留了,律师,我真的搞不懂,我们维权难道有错吗?

浙江华溪律师事务所应远遥律师：

维权本身没有错,但是维权也应做到合法且理性。现在,国家强调依法治国,所有人都应该建立起规则意识、法律意识,老百姓维权也要改变以往过激的维权模式。

维权讨说法 应该是拿起法律的武器维护自身合法权益的一个过程,而现实中,很多人认为只有采用一些过激的方式才能够起到作用,殊不知,一个不小心就有可能让自己从 维权者 变成 违法者 。

今天下彩虹鱼：

其实我们也只是想解决事情,谁也不会想要闹成这样。若就按我自己想法,人多力量大,影响也大,估摸着事情也能够引起重视些,也就方便解决了。

浙江华溪律师事务所应远遥律师：

根据我国刑法规定,针对在公共场所起哄闹事,造成公共场所秩序严重混乱的,或者有其他侵害公共场所秩序的行为的,可能会构成聚众扰乱社会秩序罪、聚众冲击国家机关罪、扰乱国家机关工作秩序罪或寻衅滋事罪等犯罪。

今天下彩虹鱼：

真有这么严重吗?

浙江华溪律师事务所应远遥律师：

律师重申,上访、维权、讨说法本身并不违法,但是一旦采取一些过激的行为和言论进行维权,在公共场所起哄闹事或者煽动闹事,造成公共场所秩序严重混乱,就有可能触犯刑法。而如果具有社会危害性,但尚不够刑事处罚的,也将由公安机关依照《中华人民共和国治安管理处罚法》给予治安管理处罚。



请加司法局
工作人员微信,进
Q来Q去 公共
法律服务群,进行
法律咨询。



尊法 学法 守法 用法

律师咨询 法律援助

调解纠纷 公证鉴定

请到永康市公共法律服务中心

主办单位 永康市普法办 永康市司法局