《亲子周刊》官方微信公众号

百米创作 儿童剧场 DIY刺绣

红色亲子阅读节走进龙湖

“上个月,专门为孩子开辟了一个阅读小天地,他说那是他的‘秘密基地’,喜欢得不得了。”近日,由晋江市妇女联合会、晋江经济报社主办的“百年礼赞 童心向党”晋江红色亲子阅读节系列活动推出,其线上活动得到咱厝亲子家庭的踊跃参与。今年恰逢中国共产党成立100周年,在延续前两届精彩线上活动的基础上,本届线下活动以“红色”为主题,将让孩子通过“玩的艺术”播下热爱祖国的种子。

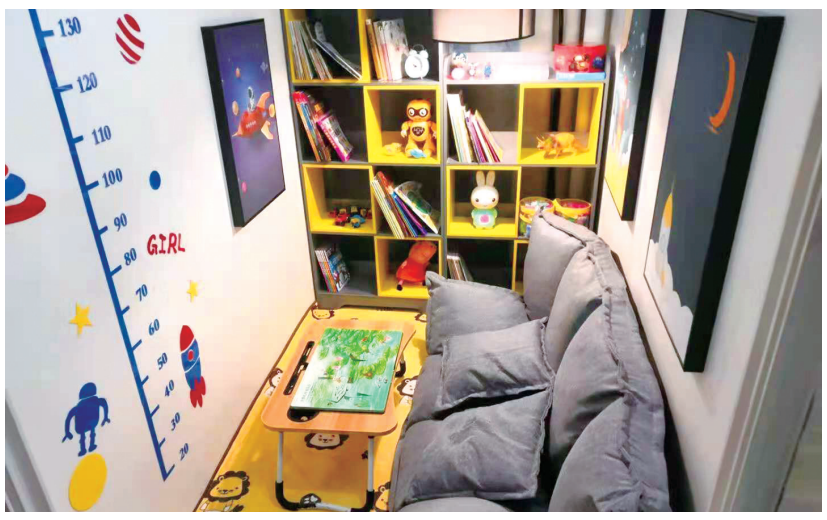
首场线下活动来袭

近日,晋江市第三届亲子阅读节线下系列活动首场将于龙湖镇施琅将军纪念馆举行。届时,现场将设置丰富多彩的“红色”主题活动,比如共绘百米画卷、一针一线绣党章、红色儿童小剧场,来自晋江市衙口中心幼儿园的数十组亲子家庭,将在亲子互动中加深对祖国母亲的浓浓温情。

据了解,共绘百米画卷将以“童心向党”为主题,从尊老爱幼、勤学好问、爱岗敬业、践行环保、热心公益、弘扬爱国爱党精神等角度,鼓励孩子关注现实、关心普通人、发现身边的榜样、传承红色基因,将社会主义核心价值观的培育和践行融入百米画卷中。该主题活动为现场创作。届时,到场参与该环节的亲子家庭将获得奖状一张。

此外,活动现场还将开辟红色儿童小剧场。在该区域,孩子们能够听到专业的老师用通俗易懂的语言讲述红色绘本剧,延展孩子们的阅读体验,培养孩子的阅读兴趣,加深孩子对党史的认知。值得一提的是,届时,亲子家庭还将DIY刺绣,主题为“一针一线绣党章,一颗红心永向党”,把对祖国的热爱与真情化在针里,融在线中,刺绣作品将送给亲子家庭带回家留作纪念。

据了解,活动当天,晋江市妇女联合会还将举行2021年晋江市家风家教主题宣传月启动仪式及项目点授牌仪式,包括闽南家文化体验馆授牌、为“沐家风、颂党恩、守平安、传大爱”龙湖镇孝廉文化现场演诵比赛获奖代表颁奖、为“故事爸妈同阅读 红色基因共传承”亲子红色故事会获奖代表颁奖、为晋江市最美家庭代表颁发证书等。



(投稿作品)

线上活动火热征集中

除了备受期待的线下活动外,其线上主题互动项目亦获得亲子家庭的踊跃参与。在截稿前,“晋江经济报亲子驿站”微信公众号后台收到不少参与“最美阅读1㎡”的家庭阅读角图片。

来自青阳中心幼儿园小四班的卓以禾妈妈投稿时介绍道,“我和孩子已经养成每天晚上在被窝里阅读的习惯,上个月在学校老师的发动下才想起给孩子一个专属的阅读空间。于是,选择地方、选材、布置、组装,一切从零开始。每天忙于工作,身高贴纸是在孩子睡着后才有时间与其父亲共同完成。看似简单却耗时3个多小时,孩子非常喜欢。他说,那是他的‘秘密基地’,能在里面阅读一个多小时,非常享受这种惬意的阅读时光。”

●“最美阅读1㎡”

小小的1㎡,却承载着孩子大大的梦想。如果你还没参与,赶紧来加入我们吧!参与方式:完整清晰地拍摄家庭亲子阅读角或是书房照片,并发送到“晋江经济报亲子驿站”微信公众号,附上幼儿姓名、幼儿园、联系方式即可参与。

活动奖项:一等奖1名(价值260元的追逐动物园书包1个),二等奖3名(价值150元的小贝壳益智大礼盒1份),三等奖5名(价值99元的Luka哆学成语智慧卡1份)。以上奖项均可获得由晋江市妇联、晋江经济报社盖章的证书。

截止时间:5月10日

●红色亲子读物推荐

小英雄雨来、王二小的故事……关于红色主题绘本,你还能想起哪一些?快一起来参加红色亲子读物推荐赢好礼吧!参与方式:鼓励参与的亲子家庭推荐红色亲子读本,每个参与家庭数量不少于3本,家长将绘本书名、故事梗概、推荐理由、读后感受、幼儿姓名及所在幼儿园、联系方式,发送到“晋江经济报亲子驿站”微信公众号后台,即可参与。

活动奖项:此次活动主办方将整理出优秀的红色亲子读本,评选出5组分享书单的亲子家庭(获得价值380元的海贝湾阅读季卡),优秀的书单将通过“晋江经济报亲子周刊”发布。

截止时间:5月10日

希蕾 Sealand 希蕾小儿推拿
“手”护宝宝健康!
专业为0-12岁儿童提供健康咨询和体质调理服务!
健康热线:13131114439
地址:晋江市迎宾路344-13号(体育中心南门西侧)

希蕾小儿推拿养生小课堂走进校园

本报讯 立夏来了,夏天到了。一到换季,小朋友们经常会感冒生病,出现肠胃问题。近日,晋江市第三实验幼儿园桂山园区大一班请来了一位特殊的老师——王步遥小朋友的妈妈,同时她也是希蕾小儿推拿的创办人宋宪香。当天,她为该班的小朋友们带去一堂生动的养生小课。

“小朋友们,我们的舌头可是有大用处的,它会告诉我们很多身体上的小秘密,我们一起来看看好吗?”宋宪香从孩子们最熟悉的舌头入手,开启了孩子们的“养生之路”。她向孩子们介绍了舌头的四个部位:舌尖、舌中、舌根和舌边,它们依次代表了心脑、脾胃、肾、肝脏。“舌中‘鼓起来’代表积食、消化不好,舌中‘凹下去’代表最近胃口不好;舌根白腻代表肾脏生病了,可能会尿急尿床。”“他的舌尖有很多红点点,是草莓舌,上火了要少吃上火的东西!”“她是地图舌,她可能津液不足或者消化不好,要少吃面包牛奶,注意饮食!”“快看,他舌中白白的,说明他积食了。”孩子们纷纷观察起小伙伴的舌头,当起了小医生。

紧接着,宋宪香讲起了脾胃保健问题。这一直是家长们较为关注的问题,小朋友们又要怎样保护自己的脾胃呢?拒绝垃圾食品,不挑食不杂食,拥有健康的“开心胃”才能使小朋友们更好地成长。随后,她还向小朋友们介绍了三个穴位:脾胃经、内八卦及板门穴。孩子们纷纷伸出手跟着学起了推拿。“若要小儿安,三分饥与寒。一把蔬菜一把豆,一个鸡蛋一点肉……”最后,宋宪香还带来了一首“育儿歌”,让小朋友们回家分享给爸爸妈妈。

摆摊义卖献爱心 大手牵小手趣味闯关

亲子驿站萌娃精彩过“五一”

五天小长假,小朋友们都怎么过的呢?除了出游OR宅家,还有第三种选择吗?瞧,来自本报亲子驿站的孩子们,他们就度过了一个非常有意义的“五一”劳动节。清空家里的闲置物品,将售卖所得捐给慈善机构;参加寻宝活动,和爸妈在互助闯关中增进亲子情感……一起来看看精彩花絮!

摆摊做老板 义卖献爱心

“快来!快来!我们的小摊位应有尽有,便宜又大碗!”“五一”期间,本报亲子驿站携手老约翰绘本馆开展“咱们工人有力量”义卖活动,吸引了来自青阳片区、桥南片区的60组亲子家庭分别前往万达广场、百捷上悦城参加。活动现场,孩子们纷纷带上家里的闲置物品,分别在万达广场、百捷上悦城摆摊做老板,并捐出义卖所得,过了一个非常有意义的假期。

活动现场,亲子家庭拎着大包小包,在铺好地垫后摆好“商品”。专业的“小老板们”甚至还拿出了事先准备好的价位牌、店铺招牌等。书籍、玩具、零食等闲置物品琳琅满目,有的小朋友还自己动手制作了“数星星盲盒”等创意商品。“在报名这个活动后,我和孩子就十分地期待,他翻箱倒柜找要卖的东西。我制作店铺招牌,同时还采购了一些气球,送给光顾我们摊位的顾客。”梅岭中心幼儿园李宇沫妈妈说道。

“今日收入96元,剩6本书。”“我们才卖了7个布娃娃。”“这些都是之前买给我女儿的玩具,今天带来的大部分都是全新的,放在家里也闲置了。”几个回合之后,眼看着摊位上的物品越来越少,孩子们的成就感油然而生。当然,亦有“老板们”互相光顾彼此摊位上的东西。义卖期间,不少“小老板”登上舞台,重点介绍自己摊位上售卖的物品。活动最后,孩子们纷纷将自己的义卖所得捐给爱心机构,帮助贫困地区的孩子购买书籍。

当天,参与此次爱心义卖活动的孩子们都领到一份奖状,并获得一份小礼物。“这样的活动太有意义了,孩子在选择物品时学会了取舍。在这个过程中,拿出了自己的玩具卖钱捐给有需要的人。同时,孩子也在义卖中,初步建立了金钱观。”不少家长纷纷点赞此次活动。

大手牵小手 趣味闯关赢好礼

“哇,投篮好好玩。”“穿越火线,很有意思。”“桌上乒乓球,很有趣。”5月1日上午,本报亲子驿站组织的“趣味闯关探店”活动在晋江吾悦广场举行,吸引陈埭、西滨、安海、东石等片区80组亲子驿站家庭参与。不少家长表示,此次活动环节设置得非常好,每一关有趣又好玩,既能锻炼小朋友的脑力,又能开阔他们的视野。

“担心堵车,就早点出门。”来自东石的蔡女士说道,平时工作上班没时间带娃,趁着这次五一放假带娃来参加亲子活动,增进亲子感情。活动现场,工作人员分发闯关卡,并跟亲子家庭讲解游戏规则及注意事项。随着一声令下,每组亲子家庭拿着闯关卡,大手牵小手奔跑在吾悦广场里,俨然是一道亮丽的风景线。据了解,此次活动设置9个关卡,有投篮高手、踩气球、火线冲击、暴走轮滑、徒手抓球、你画我猜等。“我儿子特别喜欢打篮球,这一关‘投篮高手’对他来说,简直就是‘送分’项目。”阿梅中心幼儿园家长丁女士高兴地说道,儿子投篮十次,投中10个,命中率超高。

这边亲子家庭在投篮,那边亲子家庭在进行“你画我猜”。只见有的家长在画版上画着一个大圆形,中间还画着几条线,画完之后问旁边的儿子,“平常夏天,你最喜欢吃什么水果。”“西瓜”……现场亲子家庭为了让小朋友能够准确猜出自己所画的图案,使出浑身解数,有的边画边用手比划。“这一关考验的是亲子之间的默契度。”家长萧女士说道,这次活动设有很多环节,每个环节都挺有意思,我儿子特别喜欢玩。

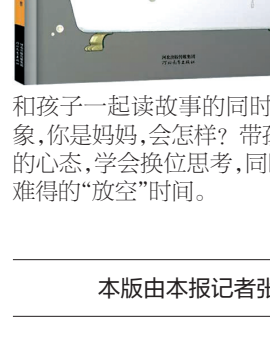
当天“摸着石头过河”环节,深受亲子家庭喜爱。大家穿着定制的“鞋子”,一步步往前走,这一关考验的是亲子之间的配合度。“这次寻宝闯关活动,跟以往有所不同,不仅关卡较多,而且每关环节设置有趣。”家长许女士说道,希望以后多多开展类似活动。活动结束后,工作人员根据小朋友闯关所获得的盖章数,分发礼物,有精美文具礼盒、纸巾。

绘本阅读

母亲节即将到来 打开绘本感受母爱

本周日,我们将迎来一个特殊的日子——母亲节。在这个和妈妈相关的日子里,我们多了一个向妈妈表达自己感恩之情的机会。同时,也让家长在繁忙的日常中暂停下来,和孩子共享浓浓的温情时光。本期,“绘本阅读”将推荐几本和该节日相关的主题绘本,一起打开绘本温习一下母子(母女)间甜蜜的过往吧!

绘本名称:《有些时候,我特别喜欢妈妈》



适读年龄:2~6岁

推荐理由:“什么时候,我特别喜欢妈妈呢?”试着从环衬页开始找答案吧!一辆自行车、几本图画书、一个小喷壶、没有系上的鞋带……这些事物里,是不是都饱含着我和妈妈的美好记忆呢?绘本中的每一段文字、每一幅图画、每一件小事,都在诉说着“我”对妈妈的喜爱,如此细腻,如此真实。

绘本名称:《我讨厌妈妈》

适读年龄:3~6岁

推荐理由:小兔子一遍又一遍地发着牢骚,列举妈妈的种种不是。那些零碎的生活细节,在孩子看来比天还大。因为妈妈就是他的整个世界,拥有着无与伦比的意义。也正是因为爱妈妈,才会关注妈妈的一举一动,希望妈妈时刻注视自己,才会“讨厌”妈妈。和孩子一起翻开书,看看小兔子的“讨厌”,也听听孩子的“讨厌”与喜欢吧。

绘本名称:《让我安静五分钟》

适读年龄:3~6岁

推荐理由:该绘本为我们描摹了每一个有孩子(特别是有多个孩子)的家庭的日常。难道当了妈妈后,就一定要全身心陪伴孩子吗?当然不是!妈妈在和孩子一起读故事的同时,可以聊一聊,如果我是小象,你是妈妈,会怎样?带孩子从故事中体验不同角色的心态,学会换位思考,同时,也为自己赢得每一天中难得的“放空”时间。

亲子健康

立夏了 这些保健干货别错过

“五一假期,孩子吃了很多零食,昨天突然喊肚子痛,挂急诊后才知道是肠道不舒服,可能吃了变质食物。”立夏刚过,咱厝气温在忽高忽低中逐步上升,病菌繁殖快,各种食物容易受到病菌污染。那么,家长该在饮食上注意哪些问题呢?如何在换季时节给孩子穿衣服?一起来看看本期“亲子健康”的干货分享。

预防肠道疾病

随着气温的升高,各种食物、水、饮品、物品很容易受到病菌的污染,幼儿如果饭前不洗手,再加上肠道的抵抗力较弱,吃了被病菌感染的食物,就容易患上急性肠炎、腹泻等肠道疾病。为此,家长应把好“口入”关,避免孩子暴饮暴食,让孩子养成饭前便后洗手的习惯。此外,告诫孩子不喝生水,不吃过期、变质的食物,不买“三无”食品。

饮食以清淡为主

立夏过后,咱厝天气逐步过渡到闷热,这阶段可以给孩子准备清淡开胃的养生粥,比如绿豆粥、红小豆粥、银耳粥、葛根粥、苦瓜粥等。值得一提的是,炎热的天气里孩子喜欢喝冰饮、冰西瓜、冰淇淋等解暑,但这类食物吃多了对肠胃不好。建议家长可以自制酸梅汤或鲜榨水果汁等,代替孩子较为不喜欢喝的白开水,或者孩子偏爱的含糖量较高的饮料。

及时增减衣物

夏日气息渐浓,路上行人也都换上了夏装,但不代表马上进入暑热阶段,家长还是要多注意天气的变化。建议每天给孩子换装前,查看一下当天的天气预报,做到对当天温度的一个区间值心中有数,给孩子选择适宜的、透气的、宽松的、较容易吸汗的衣服。户外运动时,尽量给孩子穿薄款的防蚊长裤,避免蚊虫叮咬。

规律生活作息

另外,夏日日长夜短,气温较高,孩子新陈代谢旺盛,消耗也大,容易感到疲倦。为此,家长在周末或节假日也让孩子养成午休的好习惯,作息尽量与幼儿园生活同步。值得一提的是,如果当下已开始使用空调,温度不宜调得过低,控制在27摄氏度~28摄氏度,注意孩子腹部保暖。另外,孩子不要在空调房中待得太久,关闭空调后建议开窗通风一段时间。

本版由本报记者张清清、唐淑红采写