

育儿经

在育儿的过程中,家长就像在升级“打怪”,虽晋级不断但仍有更多的挑战在背后。面对接踵而至的困惑、难题,你是请教老师、专家,还是老前辈?或是翻开育儿书籍捞一捞有用的知识点?然而,也有部分家长在和孩子斗智斗勇的过程中,摸索出一些靠谱的育儿智慧锦囊,快来收下这些干货吧!

# 如何帮孩子开阔眼界

## 咱厝宝妈分享实用干货

都说“读万卷书不如行千里路”,在这不方便远行的两三年里,如何带孩子更好地看世界呢?来自晋江市实验幼儿园的陈未染(小名“嘎吱”)的妈妈廖珍妮调侃道,在孩子5年的童年时光里,配合疫情防控占了3年。宅家里读万卷书易,走出去行万里路难上再难。但是,这些“困难”难不倒一心想带孩子出去玩的妈妈。

### 掘地三尺 搜罗出游清单

“三岁前,我家娃是个交通工具迷,家里有‘豪车’和交通工具,玩具近百辆,但是真正坐过的也就家里的小汽车和摩托车。在一次游戏场景中,他硬是把乘坐飞机演成了乘坐公共汽车,直呼‘上飞机的乘客请拉好扶手’,当时便趁着暑假和孩子来一次交通工具之旅。”嘎吱妈妈分享道,此行途经深圳、澳门、珠海,乘坐了飞机、轮船、动车、地铁、摩天轮、缆车、索道、观光车……可以说,把海陆空各种交通工具都乘坐了个遍。

嘎吱妈妈说道,孩子刚上幼儿园没多久,就因疫情原因在家里宅了大半年,但始终阻止不了她想带娃出去玩的心。“那段时间,我通过朋友推荐、网络搜索,列出了一张省内游清单,一有空便带着孩子打卡动物园、海洋馆、周边农场、游乐园、图书馆、德化九仙山、东石海边、龙鹏艺术馆、清源山防空洞……”嘎吱妈妈坦言,在陪孩子将家乡玩了个遍的过程中,她和孩子慢慢地发现大泉州也可以这么美。

今年暑假,随着各地旅游逐渐放开,她和孩子开启了一趟北京游。“我们在北京待了一个多月,陪孩子去遍了各大名胜古迹、各大博物馆。在故宫和国家博物馆里研学,在北海公园里游船,在夜幕下的奥林匹克公园里跟着老师抓昆虫,在天安门前的国旗下面画记录,在长城的留言板上写下了祖国的祝福……”嘎吱妈妈幸福地分享道。

分享嘉宾:廖珍妮(陈未染妈妈)  
嘉宾职业:教师  
推荐幼儿园:晋江市实验幼儿园



### 亲子旅行 累并快乐着

聊到带孩子旅行的感悟时,嘎吱妈妈直言:“带娃出去玩很累。”但在这个过程中,孩子收获良多。“他慢慢知道乘坐交通工具的注意事项,学会看交通地图,甚至对交通工具的工作原理感兴趣;在大海边玩他学会了涨潮、退潮的知识,在滩涂赶海挖到了好多不知名的海洋生物;在来旺良品基地学习面线的制作方法;在中国自然博物馆摸到了真的恐龙化石,在国家博物馆一步一国宝和历史对话;在天安门升旗时,被仪仗队的庄严震撼到落泪。”

嘎吱妈妈坦言,每次的出行都要比

在家的花费多很多,但是这些钱可以换来孩子的眼界和知识,让他知道这个世界有那么多和我们生活环境不一样的地方,有那么多和我们说着不一样的方言,过着不一样的生活。在旅行的过程中,娃在不断地学习着、沉淀着,也逐渐打开了眼界。与此同时,自己拥有了一个身体越来越强壮、适应能力也越来越强的娃。孩子既可以躺在酒店的大床上睡,也可以躺在博物馆的长凳上睡;既可以在家吃家人为他准备的美味佳肴,也能和妈妈坐在台阶上啃玉米。回首这一路,嘎吱妈妈认为,这一切都值得。

### 宝妈育儿干货

1. 带娃出门很经常是在交通工具上度过的,这个时候最担心的就是孩子无聊坐不住,所以每次出行前除了在他的小背包里装上少量零食,一定会带上便携桌游、画本、彩笔,除了在路上打发时间,记录下沿途风景,到了游玩地还能将美景或想法用画笔记录。
2. 随着孩子的年龄逐渐增长,他的自主意识也越来越强,我也刚好利用这点,出行前和孩子讨论行程和路线,找找所到之处的介绍或文化背景,一起制作攻略。
3. 带孩子我一般选择自由行,且每天安排的行程最多不超过两个,这样孩子能够有足够的时间慢慢欣赏、慢慢感受,有时哪怕他对地上的蚂蚁驻足观察半天我也不去催促他,谁说旅行就一定到了景点拍照呢。
4. 提前列好清单准备好携带物品。带娃出门东西又多又零散,出行前先列出清单,再照着清单整理,也可专门帮娃整理一份他自己的东西,不认字的孩子可用简笔画代替,让孩子参与进整理的工作中,下次出行只需根据实际情况稍作调整即可。
5. 谨防走失。建议给宝宝穿戴一些颜色鲜艳的衣服或背包,让孩子谨记家长的联系方式和家庭住址,学习一些自我保护的相关知识。

亲子驿站

## 萌娃巧手绘贝壳

本报讯 “小朋友,以后去沙滩上看到中华鲎,不能随意捕捉,因为它是国家二级保护动物。”日前,晋江经济报亲子驿站组织亲子家庭的亲子家庭到顺隆小院开展一场“学习海洋知识 Diy 贝壳”活动,吸引不少金井毓英中心幼儿园的小朋友参与。

当天,亲子家庭来到顺隆小院,看到院子里种的各种花草及房间里摆放的老物件,忍不住用手触摸。当看到各种海洋知识海报时,不少亲子家庭驻足观看。“妈妈,这个海报里画的是什么?”“它的尾巴有点长。”看到各种有关中华鲎的海报,小朋友忍不住问道。随后,现场工作人员为了让小朋友对中华鲎有更深入的了解,通过通俗易懂的语言向小朋友介绍,并告诉小朋友要珍惜保护野生动物,不能随意捕捉。据了解,中华鲎被称为海洋“活化石”,存活在地球上已经4亿余年,属于国家二级保护动物,是我国沿海地区的重要生物物种,每年夏季会成对爬上沙滩产卵。

现场,还有开展Diy 贝壳环节,每个小朋友从两个装有贝壳的盒子里挑选自己喜欢的贝壳,然后拿出水彩笔开始一场Diy之旅。只见小朋友拿起画笔,充分发挥自己的想象力,在贝壳上涂上各种色彩。形态各异的贝壳在小朋友的巧手绘制下,一个个五彩斑斓的贝壳呈现在大家眼前,看着小朋友认真作画,一旁的家长露出了欣慰的笑容,并拿出手机拍照记录美好瞬间。



## 萌娃探秘玩具工厂

本报讯 玩具是每个小朋友不可缺少的玩伴。为了让小朋友了解玩具是如何生产的,日前,晋江经济报亲子驿站组织亲子家庭到晋江力利玩具,参观、了解玩具如何生产,吸引不少亲子家庭参与。

当天,小朋友一走进力利玩具,看到会议室里摆放着各种玩具车,忍不住上前摸摸、瞧瞧。随后,力利玩具工作人员,通过播放幻灯片,向亲子家庭介绍玩具如何生产及力利玩具的基本情况。随后,亲子家庭在工作人员的带领下,走进力利玩具的注塑车间和包装车间,了解了玩具的基本生产流程和分拣包装的过程。值得一提的是,力利玩具精心准备了各种美味蛋糕、饮料、水果,让亲子家庭享用。

在Diy环节,男生可以选择Diy玩具车,女生则可以亲手串一串漂亮的手串。“妈妈,你看我的小汽车装好了。”“爸爸,这个玩具车需要用螺丝刀旋紧。”这边小朋友开心地Diy玩具车,那边小朋友认真串珠子。“我要弄一串手链给妈妈戴。”“这些珠子很漂亮,我要送给奶奶。”现场,欢声笑语不断,整个会议室俨然成为“游乐场”。不一会儿,精美的玩具车、漂亮的手串在小朋友手里诞生了。小朋友动手Diy完的玩具不仅能带回家,还有一份额外的奖励。力利玩具为每个参加活动的小朋友精心准备了一份精美玩具,每个小朋友笑得合不拢嘴。

不少家长纷纷表示,该活动既让小朋友开阔了眼界,又学到不少新知识。据悉,力利玩具创办于1985年,拥有几十年的历史。力利玩具面向3岁至16岁的孩子,提供工艺串珠、惯性工程车、线控工程车等玩具经典产品。目前,力利玩具的DIY儿童手工串珠和工程车系列远销全球上百个国家,在国内也拥有广泛的销售渠道。



亲子健康

## 霜降时节孩子这样吃

本周日,我们将迎来“霜降”节气,这也意味着初冬即将到来。在这气温骤降的日子里,孩子体质较弱,免疫力较低,家长该如何结合当季食材,给孩子进行食疗养生呢?一起来看看本期“亲子健康”的分享。

### 选择当季食材

当下,正是秋收的季节,各类当季果蔬上市。比如,南瓜、板栗、柿子、山楂等,这些不仅营养丰富,还有很好的食疗价值。这个时候,家长可以多给孩子吃

这些滋阴润肺的食材,养肺护胃,清热化痰,止咳、生津止渴。此外,薏米、红枣、核桃仁、扁豆、黑豆等,也是很不错的食品。

此外,霜降时节民间有食用“煲羊肉”的食俗,这道菜可起到祛寒补益、调养气血的作用。就此,家长可以让孩子适当吃点羊肉,但烹饪时应以清淡为优,如清炖羊肉、羊肉炖萝卜等。

### 多吃润肺汤水

当季,气候较为干燥,如果孩子不喜

欢喝白开水,家长可从一日三餐着手,为孩子煮些可口的汤粥,补充水分的同时,还能润肺祛燥。

比如,山药红枣粥。家长可备好鲜山药、大枣、粳米,鲜山药切成颗粒,大枣、粳米洗净,一同放入锅中,加水煮成稀粥即可;或者,平日里可以熬银耳百合羹,先将银耳泡发,放入锅中,加入足量的水,再放入干百合,开火后烧开,慢火煮半小时,最后放入少量冰糖或蔓越莓干后煮10分钟即可。该道食材可滋润润肺,是秋季调理身体的佳品。

# 楼市

购房课堂

买房是件大事。不少买房人是第一次购房,对于买房这件大事的很多常识不是很了解。为了解答这些购房者的疑问,本报《楼市周刊》特地开通“购房课堂”栏目。每期,我们精选一个话题,邀请业内人士与您分享,让您少走弯路,买到满意的房子。

## 二手房该怎样定价才合理?

如何你想卖一套二手房,那么,如何定价应该是最关心的一件事情。定高了,你担心卖不出去;定低了,又觉得自己亏了。那么,如何对二手房进行定价,才能顺利将房子以不错的价格出售?



### 调查周边区域二手房价格

给二手房定价时,要对区域的二手房价格进行调查。也可以说,区域价格调查是为二手房合理定价的第一步。

做区域价格调查可以通过多种渠道,例如了解同小区最新成交的二手房价格,周边小区最新成交价,还可以了解周边二手房中介最新发布的成交记录及成交价格及网络上发布的出售二手房信息等。

### 对房产价值进行评估

做好第一步,在大体了解区域价格后,要根据自己的房产情况,再进行价值评估。

业内人士介绍,在小区成交均价的基础上,再结合自己房产房屋新旧、楼层、户型、装修及配套赠送等情况,进行合理增减。

“市民可比较自己的二手房与其他二手房存在的优点、劣势各有哪

些。这些对二手房定价是十分重要的,只有对自己的房产做到心中有数,才能制定出一个准确的价格。”业内人士介绍。

### 确定心理价格底线

对于卖掉旧房,想买新房的市民来说,确定心理价格底线就很重要。

业内人士介绍,在确定底线时首先要以自己的资金需要量(假设为将要购买新房)为依据,事先计算好新购房所需的首付比例、首付资金、月供等金额,这样才不至于出现在卖掉二手房后,购买新房时仍出现捉襟见肘的情况。

但是,需要特别注意的是,制定价格时不能背离自己手中房产的实际价值,切不可将底线定得过高,导致二手房成交周期较长。

另外,为了促进成交,业内人士建议,在确定了心理价格底线之后,卖方应该根据自己的实际情况为二手房价格预留一定的砍价空间。

购房问答

## 提前还住房公积金贷款如何办理?

市民吴女士:我想提前还住房公积金贷款,请问,该如何办理?

泉州住房公积金12329热线:提前还住房公积金贷款的,1.现金还款,主借人带身份证和银行卡到贷款银行预约提前还贷。2.取一部分公积金还贷,主借人持双方身份证和结婚证到公积金归集管理部,办理提取公积金余额还贷,再到贷款银行现金结清。

如果不结清只是提前还贷:1.现金还款,主借人带身份证和银行卡到贷款银行预约提前还贷。2.取一部分公积金还贷的,主借人持双方身份证和结婚证到公积金归集管理部,办理提取公积金余额还贷。

主借人也可在公积金微信公众号申请提取公积金冲还本金。如还有疑问,可拨打0595-12329咨询。