

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后头。面对接踵而至的困惑、难题,你是请教老师、专家,还是老一輩? 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!

如何营造家庭“松弛感”?

咱厝宝妈分享精彩育儿干货

“闲看庭前花开,得空养娃遛狗”,这是不少职场妈妈羡慕的生活状态。在忙碌的工作之余,如何陪着孩子将日子过成诗? 来自晋江市第三实验幼儿园的家长徐源,便是一个颇有“松弛感”的妈妈。打开她的朋友圈,满是生活中的小确幸,浓浓的幸福感扑面而来。

朋友圈记录有爱点滴

“跟米米一起完成了幅彩泥画。”“你的童年有它(小狗)陪伴,以后想起来也会觉得幸福吧。”“又带孩子过了一个新历的生日,她不解地问‘妈咪,我生日过了那么久啊!’因为我不想让你错过每一个幸福的机会!”……打开徐源的朋友圈,每一条都记录着生活中的美好点滴,更多的是和孩子在一起的温馨互动。

“我很喜欢记录孩子的成长,手机相册里全是孩子的照片,容量都快放不下了。接下去,我打算每年都带孩子去拍一套全家福和证件照,记录她的成长变化,我想她以后长大了应该会很喜欢。”徐源

生活中鼓励孩子探索

在孩子成长的每个阶段,会对不同的东西感兴趣。徐源的做法是关爱、尊重孩子,尽量为她营造探索的氛围和环境,不打击她的积极性,鼓励她在安全的范围内勇敢尝试。比如,孩子突然喜欢剥鸡蛋,他们就会让她自己尝试;喜欢上涂鸦,他们就给孩子买了画板,让她尽情地画;大概2周岁时,孩子喜欢上削苹果,他们便选择了一个相对安全的刀具让她自己尝试。在多次尝试后,孩子已能安全、快速地削皮。

在工作之余,徐源常常带她出门溜达,去海边赶海、玩沙,去公园踏青、野餐、骑单车等。有时候,也会根据一些节点,安排周末的出行计划,给孩子有仪式感的亲子时光。

说道,日常生活中,她和孩子爸爸从来不会吝啬对孩子的爱,经常给予爱的表白和抱抱,睡前也常常和孩子谈心,聊她一天的生活,开心或不开心的都说。

在徐源的朋友圈中,有一条视频引起了记者的注意。春节期间,她和孩子手里各拿着仙女棒,优雅地在庭院里起舞。烟花的玩法有很多种,而这是幸福溢出屏幕的那一种。把孩子当成朋友,和孩子玩到一起,这样的相处方式让亲子关系更为融洽。徐源坦言,她想把孩子培养成一个独立自主、积极阳光、善良的人,也希望孩子养成用爱的眼光去看待他人、看待世界。



分享嘉宾:徐源(葛玉霏妈妈)
嘉宾职业:教师
推荐幼儿园:晋江市第三实验幼儿园



相处中学会示弱尊重

“在孩子面前,我喜欢示弱,这对培养她独立、自信和乐于助人的品质有帮助。有时候,我会告诉她:‘妈妈好累,小能手能不能帮妈妈做点什么呢?’这个时候,她总是很积极、热心地完成各种‘小任务’。也许任务完成得不是很完美,但我都会告诉她,谢谢你帮我完成了这么辛苦的工作,你真是个热心且厉害的宝贝。”徐源分享道,孩子在三岁时,就学会了自己洗澡、穿衣、晒衣服。

徐源说道,在生活中,家里做任何决定时,都会拉着孩子一起参与讨论,他们尊重孩子的想法和决定,也让她有家庭的参与感。这份尊重,让亲子之间的相处变得松弛和自在。“前段时间我感染了新冠,孩子一直看不到我,但知道我生病了不能靠近我,就拿了一只小鸭子放在我门口,说这是她给我的礼物,让小鸭子陪着我,这个小小的举动让我觉得很幸福。”徐源欣慰地说道。

宝妈育儿干货

有一次,我生气批评她,她哭了,可等她平静之后我问她:“妈妈刚才批评你,难过吗?”她告诉我:“妈妈没有批评我,是为了我好。”还有一次,我生病了一直在床上躺着吃不下饭,她便拿着她最爱吃的小零食来喂我吃,我不想吃她也很着急,叫我要吃一点,身体才能赶紧好起来。在我看来,育儿是一种双向奔赴的幸福,我无条件爱着她的时候,她也一直无条件地爱着我。

青阳街道锦青幼儿园第13届趣味运动会举行



本报讯 近日,青阳街道锦青幼儿园举行第13届趣味运动会。在春日的暖阳之下,孩子们变身小小运动员,挑战各种有趣的运动项目,与小伙伴们切磋,为超越自己喝彩。

据了解,该园各段老师根据孩子的年龄特点,分别设计了不同比赛项目。比如,小班段的孩子们畅玩“小兔大冒险”“小兔运粮食”等,巧妙地将跑、跳、钻、爬、投掷等基本动作融入比赛项目中。中班段的孩子们则进行翻翻乐、花样运球、旋转风火轮、快乐接力等项目。大班段的孩子们则进行跳跃重心、整装待发、保护恐龙蛋等比赛。面对挑战,每个小小运动员们的脸上都充满了自信。

运动会现场,参赛的孩子们情绪高昂、奋力争先,赛场周围的小观众们也积极地呐喊助威,现场气氛热情高涨。该园园长陈晓霞表示,比赛中孩子们个个大显身手,通过自己的努力不断地挑战与超越自我。在这个过程中,孩子们的体育技能得到了锻炼,也收获了快乐和自信。

学雷锋 献爱心 官前幼儿园开展义卖活动



本报讯 “走过路过,不要错过。”“快来呀,1元就能买到好货啦!”近日,西园街道官前幼儿园的操场上,传来孩子们此起彼伏的吆喝声,该园开展的“学雷锋献爱心”爱心义卖活动正在如火如荼进行中。

活动现场,孩子们在该园老师的帮助下,将从家里带来的零食、饮料、书籍、玩具等“商品”整齐地摆放在桌子上,等待着“顾客”前来购买。除变身小小摊主外,孩子们也互相“光顾”,在各个摊位上购买自己心仪的东西。义卖现场,也不乏爱心家长前来“捧场”。

据了解,本次义卖活动共筹得金额3388.9元,其中一半资金将捐给晋江市残联,一半资金将捐给西园街道教育基金会。该园园长董华珍告诉记者,通过此次爱心义卖活动,让孩子从小养成关爱互助的良好习惯,在心中播下温暖的种子。

磁灶大埔中心幼儿园参与亲子义卖助学活动

本报讯 在学雷锋纪念日到来之际,3月4日,晋江市磁灶镇大埔中心幼儿园组织党员、团员、巾帼文明岗教师、幼儿及其家长,参加磁灶镇第六届亲子义卖助学活动。

活动开始前,家长早早带着孩子来到活动场地,竖店铺、摆物品、标价、整理,很快一个个富有个性和创意的小摊位就已布置完成,静候顾客的光临。

义卖开始了,叫卖声连绵不断,热闹非凡,吸引了众多顾客来挑选商品。大家在选到称心如意的商品后,便把钱投入爱心捐款箱中,既能买到自己喜欢、实惠的商品,又能献爱心,一个个都喜笑颜开。

在活动期间,该园党员和团员义工队、巾帼文明岗教师也自发而动,主动上阵维持现场活动秩序,并积极协助“小摊主”招揽顾客,用自己的行动展现出强烈的社会责任感与乐于奉献的品质。

此次该园义卖所得的善款全数捐献给磁灶镇志愿者协会,助力困难青少年圆梦。该园负责人表示,通过义卖活动既提高了物品的利用率,让幼学会勤俭节约的传统美德,又培养了其乐于助人、乐于奉献的品质,让孩子在感受快乐义卖的同时,在稚嫩的心里萌生出爱的枝芽。

购房问答

住房公积金贷款最高额度多少?

市民吴女士先生:我准备申请住房公积金贷款买房,请问,目前,泉州住房公积金贷款最高额度是多少?

泉州住房公积金12329热线:2023年,泉州住房公积金贷款额度已恢复至单方缴交住房公积金的,最高贷款额度由40万元;借款人夫妻双方均缴交住房公积金的,最高贷款额度为60万元。生育、抚养两个及以上子女的职工家庭申请住房公积金贷款,且符合其他贷款申请条件,其住房公积金贷款额度在最高贷款额度基础上另加10万元。如还有疑问,可拨打0595-12329咨询。

亲子健康

春雷响 万物长 春季助长攻略请查收



惊蛰时节,万物生长。眼下,正是孩子生长增速的关键时期。家长如何从生活作息、情绪调节、应季饮食等方面,为孩子长个助力呢? 本期,“亲子健康”栏目采访了晋江市妇幼保健院主治医师、集体儿童保健负责人王彩云,这些实用的建议大家别错过啦!

保证充足睡眠

“身高与遗传、营养、运动、环境、内分泌等多种因素有关,但树立良好的心态、饮食营养均衡,再加以锻炼,都能为长个蓄力。”王彩云告诉记者,俗话说“人在睡中长”,保证孩子充足

的睡眠非常重要。首先,家长要给孩子树立榜样,规律自己的作息时间;同时,也要督促孩子养成早睡早起的好习惯,充分发挥睡眠对身高增长的促进作用。

王彩云介绍道,生长激素在睡眠状态下的分泌量是清醒状态下分泌量的3倍,所以保证充足的睡眠有利于长高。睡眠时肌肉放松,有利于关节和骨骼伸展。需要注意的是,睡眠时间的长短因年龄而不同,每个个体也有很大差别,一昼夜所需睡眠时间为:1-3岁孩子每日需11-14小时,3-5岁的孩子每日需保证10-13小时的睡眠时间,6-12岁孩子需9-12小时睡眠时间,13-18岁孩子需8-10小时的睡眠时间。

运动提上日程

惊蛰,预示着仲春时节的到来。

家长朋友们不妨在空闲之余,带着孩子遛遛弯、爬爬山,在欣赏户外美好春色的同时,还能多跑、多动,助力孩子健康成长。据了解,运动可以消耗多余脂肪,在孩子快速生长期预防肥胖。此外,多运动还能刺激生长激素的分泌,促进新陈代谢,增强食欲。

研究证实,经常运动能促进胃的生长,使骨骼变长、变粗,骨密度增大,儿童运动比不运动的平均高2-3厘米。王彩云建议道,家长还可以选择孩子感兴趣的运动项目,比如跳绳、篮球、足球、游泳都是非常好的选择,每日运动建议在1小时以上。

安排健康膳食

摄取均衡、适量的营养,是孩子长个必不可少的能源供给,尤其是在春天转增黄金时期。王彩云建议,在每天保证孩子足够的饭量外,还要注

意饮食的合理搭配和多样化,即粗细搭配、荤素搭配,不挑食、不偏食,少吃油炸的、腌制的、含糖量高的食物,少喝饮料。

与此同时,家长还可以做一些应季食物,让孩子尝尝鲜。比如,豆腐裙带菜、莲藕肉丸汤、虾仁豆腐菠菜汤、豆腐鲫鱼汤、山药肉糜蛋羹、芹菜鸡蛋饼、菠菜/西兰花鸡蛋羹(可加肉糜)、肉丸豆腐丝汤、春笋排骨汤、海苔虾滑汤,为孩子长个“赋能”。

营造良好氛围

需要注意的是,孩子如得不到父母的关爱或常常被父母责骂、心情压抑、情绪低落,长时间生活在压抑的气氛中,会抑制脑垂体分泌生长激素,影响长高。王彩云说道,孩子情绪不好,也会影响食欲和睡眠,进而影响身高。为此,家长需有意识地

孩子营造更为轻松、温馨的家庭氛围。

预防春季传染病

春暖花开,万物复苏,各种致病微生物生长繁殖加快,再加上气候变化无常,早晚温差较大,容易导致人的抵抗力下降。王彩云分享道,在儿童传染病高发季,家长要积极预防各类传染病(如流行性感冒、水痘、麻疹、风疹等),减少影响儿童身高增长的负面因素。

日常生活中,帮助孩子养成讲卫生的好习惯,勤洗手、戴口罩、勤剪指甲,不随地吐痰、不乱摸鼻子和眼睛等。同时,鼓励孩子多喝水,既能补充体内缺少的水分,还能够增强身体新陈代谢的能力,使呼吸道黏膜保持湿润,有利于将体内的有毒物质排出,降低生病的概率。

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都不是很了解。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。

房子落户孩子名下有哪些风险?

“这套房子是要给孩子的,所以就直接落户在孩子名下了。”在晋江,不少家长将房产直接登记在未成年子女名下。在家长看来,这样的做法有很多好处,比如规避税费、家庭破产风险等。

不过,律师表示,将房产直接登记在未成年子女名下,存在一些法律隐患。



问题一:离婚时可以分割登记在孩子名下的房产吗?

夫妻离婚时,就涉及分割共同财产的问题。那么,如果房产登记在孩子名下,夫妻离婚时可以分割吗?

“原则上不可以。”福建一脉律师事务所律师李耿佳介

问题二:父母可以出售该房产吗?

根据民法典第三十五条规定,监护人应当按照最有利于被监护人的原则履行监护职责。监护人除为维护被监护人利益外,不得处分被监护人的财产。未成年人的监护人履行监护职责,在作出与被监护人利益有关的决定时,应当根据被监护人的年龄和智力状况,

问题三:孩子成年后不赡养父母,父母可以收回该房产吗?

那么,如果成年后,孩子不赡养父母,父母是否可以收回该房产?

对此,李耿佳介绍,需分两种情况:一种情况下,如果该房

绍,根据民法典第二百一十四条规定,不动产物权的设立、变更、转让和消灭,依照法律规定应当登记的,自记载于不动产登记簿时发生法律效力。“因为房产登记在孩子名下,根据不动产

尊重被监护人的真实意愿。

李耿佳介绍,如果父母要出售该房产,需区分情况:第一种情况,如果该房产确实属于孩子所有的,父母作为法定监护人在维护被监护人利益的情况可以处置,但必须提供监护人签名保证书具有监护人资格和出售房产是为了未成年人利益的保证

书,保证书须经公证处公证。另外,父母出售房产所得款项应全部用于抚养未成年人。否则,日后孩子一旦提出异议,认为父母侵犯其合法权益,父母还要承担赔偿责任。第二种情况,该房产本身属于夫妻共同财产而只是登记在孩子名下的可以主张房屋的处分权。

以主张该房产的所有权。

李耿佳提醒,对于那些计划用于养老的房产,在过户给子女之前,可以在房产上设立父母的居住权。