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！

如何工作带娃两不误？

咱厝宝妈分享育儿干货

那些工作繁忙，还能给娃高质量陪伴的父母，都是如何做到的呢？本期，“育儿经”栏目邀请到晋江市艺术实验幼儿园黄昕悦小朋友的妈妈吴苗阳，她将结合自己的带娃经历分享实用的育儿干货，一起来看看。

分享嘉宾：吴苗阳（黄昕悦妈妈）
嘉宾职业：金融业职员
推荐幼儿园：晋江市艺术实验幼儿园

教育贯穿生活点滴

为人父母，一路走来有欢声笑语，也有艰辛历程。“由于工作的关系，孩子爸爸大多时间不在家，照顾孩子的重担落到我头上。平日里，我的工作也比较忙碌，还得在闲暇之余照顾三个孩子，说实话有时候也会无暇顾及；但我特别珍惜和孩子相处的时光，尽量给予他们高质量的陪伴。”吴苗阳告诉记者，她会有意识地创造宽松自主的环境氛围，把孩子当作朋友一样对待，将教育贯穿于生活的点滴中。

在吴苗阳看来，不必拘束于某种特定的形式教育孩子，家长的一言一行都会对孩子产生影响，因此在要求孩子的同时也要严格要求自己。“我觉得在孩子的幼儿阶段，良好性格的塑造、生活习惯的培养很重要。”吴苗阳说道，在家中她会培养孩子的动手能力，一些力所能及的家务事都会让孩子去完成，比如拿东西、扫地板、叠衣服等。此外，家里还开辟了“儿童乐园”，专门放孩子的书籍和玩具，该区域内的所有物件都需要孩子自己整理，这个过程能够体会到大人平时料理家务的辛苦。

“更多的时候，家长要去发现孩子的做事方法和节奏，不要盲目地让小孩按照大人的想法去做，鼓励孩子自主地去发现、感知这个世界。如果家长过于干涉、操之过急，反而会限制他们对事物的认知和探索。”吴苗阳笑道，都说教育孩子是一门很深的学问，而她也一直在摸索着。

耐心倾听孩子心声

然而，陪伴孩子的过程中，并不总是“母慈子孝”。“遇到孩子哭闹，我会给她讲讲道理、哄哄她，有时候忍无可忍我也会由着她哭，等她停止哭闹了再跟她沟通，问问她知道自己错在哪了吗？这个时候，孩子会勇敢地承认自己错了，还会说‘对不起，我下次不再这样了’。”吴苗阳说道，孩子从小要有一颗勇于承认错误的心，在往后的人生道路上才会不断进步。

如何跟孩子沟通呢？吴苗阳分享道，平日里她会尽可能多抽出时间与孩子交流，耐心地倾听孩子的心声，允许她发表不同的意见，营造一种孩子能充分表达自己心声的氛围。“对于孩子正确的观点，我们会支持她的想法；如果有不明白的地方，我们会耐心地跟她讲道理；在处理问题时，我们也会征求孩子的意见或想法。”吴苗阳分享道，身为父母要尽量放下家长的架子，和孩子多点朋友式的沟通，把她当作家庭的一分子。

宝妈闲聊

提到育儿话题，便离不开电子产品。在我看来，看电视、玩电脑游戏并非不好，不能完全否认电子产品有益的一面，孩子还是能从好的节目中学到知识的。但我会选择适合孩子的节目，控制使用电子产品的次数和时间，保证孩子有充足的睡眠时间。

闲暇时高质量遛娃

闲暇之余，吴苗阳很喜欢带孩子参加活动，鼓励孩子融入集体生活。“玩是孩子最喜欢的活动，而我认为陪孩子玩也是最佳的育儿方式。在这个过程中，不仅能够提升孩子的心理承受能力、语言表达能力和应变能力，还能密切亲子关系，让孩子收获无尽的乐趣，学到各种知识。”吴苗阳坦言，幼儿阶段是孩子性格养成的关键时期，这阶段她更关注孩子的身心健康，鼓励她做一个富有爱心、懂得宽容团结的人。

在寒暑假期间，吴苗阳会抽空带孩子去旅行。远的地方去过广州长隆野生动物园、中国科技馆、鸟巢、水立方、国家军事博物馆、国家博物馆、国家自然博物馆、故宫博物院、长城等，周边游则去过泉州开元寺、永宁古城、欧乐堡、泉州科技馆、动物园、游乐园等。

吴苗阳说道，博物馆、科技馆都是不错的遛娃场馆，和孩子共读相关的绘本画册、参与兴趣活动，让孩子通过视觉、触觉、听觉感受历史、科学、艺术，赋予其日后对学科的亲近感。除此之外，经常带孩子走出去，有助于拓展视野、认识多元文化、对新事物保持开放的态度，也有助于孩子健康性格的发展。

亲子健康

寒冬时节 这些保健干货别错过

冬至即将到来，本周咱厝气温下跌。在寒冷的天气里，如何从饮食、日常起居等方面为孩子的身体健康保驾护航呢？本期，“亲子健康”栏目将分享实用的冬季幼儿保健干货，感兴趣的家长别错过啦。

当季宜进补

俗语说：“冬天进补，开春打虎。”眼下，正是进补的好时机。为此，家长可从日常饮食中着手，为孩子准备一些营养、可口的温补食物，提升身体免疫力。

推荐1：藜麦花生红薯粥

做法：将白藜麦、糯米和花生米三种食材洗干净后放入电饭煲中；将红薯去皮后切成小粒放入电饭煲中，再加入适量的水，按下电饭煲煮杂粮粥的功能键。该食材有健脾养胃、补充营养、促进消化、预防便秘的功效。

推荐2：党参羊肉汤

做法：将生姜和羊肉一起放入锅中焯水，随着水温升高，血沫渐渐浮出。之后，捞出羊肉，倒掉锅里的水。把洗净的羊肉、党参、红枣、枸杞、生姜一起放入锅中，加入适量的水，大火煮开5分钟后转小火焖煮30分钟左右，出锅时加入适量的盐调味即可。该食材有调理脾胃、补气养血等功效。

推荐3：黄芪党参乌鸡汤

做法：将姜片、料酒、乌鸡放入煮沸的水中焯水，之后将乌鸡放入炖锅中加入黄芪、党参、红枣、姜片等。大火烧开，转小火慢炖1.5小时左右。之后，加入枸杞、适量盐，5分钟后即可食用。该食材有补气养血、健脾益肺等功效。

防范冬季流行病

冬季，是流行性感冒的高发季。在深冬节气，如何预防孩子生病呢？家长可在每天清晨查看天气预报App，了解当天的风力指数和气温，为孩子挑选暖和、透气、舒适的衣物。比如，上身可以穿保暖衣、羊毛背心和羽绒服，下身可以穿保暖的冬裤。尽量避免给孩子穿得过厚、过紧，不利于孩子开展户外活动。

需要注意的是，当下是呼吸道疾病的高发期，家长需提醒孩子多补充水分，保持呼吸道黏膜的湿润，冲洗掉黏附在呼吸道上的黏液和细菌，降低孩子感染病菌的概率。周末或空闲时间，可带孩子到户外走走，多呼吸户外的空气，提升孩子的抗寒能力。

楼市

商品房买卖合同纠纷知多少？

听法律人士来支招

对于普通百姓来说，买房是生活中的一件大事。可是，有时因为太过盲目签订商品房买卖合同，买房又成了生活中的一件“烦心事”。

那么，商品房买卖合同纠纷有哪些类型？在这些纠纷中，买卖双方的责任又是怎么划分的？就这些购房者关心的话题，本报邀请到福建一脉律师事务所律师李耿佳，给购房者进行解答——

纠纷一 ▶ 商品房逾期交付

近年来，随着不少房企的暴雷，逾期交房纠纷时有产生。

李耿佳介绍，商品房逾期交付一般可分为开发商未按照约定时间交付和非正确交付两种情形：若开发商未按照合同约定时间向购房人交付房屋，则需按照合同约定向购房人承担逾期交付违约责任；若开发商交付的是未达到法定交房条件的房屋，无论购房人接收与否，都可以向开发商主张逾期交房违约责任。

纠纷二 ▶ 逾期办证

对于购房者来说，“办证”是买房过程中最重要的一环，不动产权证是房屋所有人拥有房屋所有权、使用权、处置权的重要法律凭证。

“在商品房买卖纠纷中，开发商逾期给业主办理不动产权证书是比较常见的纠纷类型。”李耿佳介绍，究其原因，往往有两种情况：一是开发商原因。开发商在合同约定期限内未向不动产登记机关报送办理房屋不动产权登记所需的全部资料，导致办证逾期。这种情况下，购房人可以要求开发商承担逾期办证违约责任。二是购房人原因。因办理房屋不动产权登记需要购房人配合提供相关资料，若购房人拒绝提供或逾期提供导致开发商迟延向不动产登记机关报送的，那么，逾期办证责任应由购房人自行承担。

纠纷三 ▶ 购房人要求返还定金

交了定金，而购房者后面反悔不买了，定金可以退吗？

“这种情况，在实际的交易过程中比较常见。”李耿佳介绍，一般来说，涉及返还购房定金的情况有几种：比如购房人因家庭状况变化等原因无法按照约定购房；开发商存在违规销售商品房的行为或在销售过程中存在一些不当行为导致交易未能达成；双方就合同条款未达成一致意见；或者因不可抗力等原因导致无法签约等。

根据《最高人民法院关于审理商品房买卖合同纠纷案件适用法律若干问题的解释》第4条规定：“出卖人通过认购、订购、预订等方式向购房人收受定金作为订立商品房买卖合同担保的，如果因当事人一方原因未能订立商品房买卖合同，应当按照法律关于定金的规定处理；因不可归责于当事人双方的事由，导致商品房买卖合同未能订立的，出卖人应当将定金返还购房人。”

“由此可见，退还定金是有一定条件的，购房定金能否返还，需首先厘清是哪一方当事人的责任。”李耿佳介绍。

纠纷四 ▶ 房屋质量问题

房屋质量问题，也是购房者关心的话题。

李耿佳介绍，房屋质量问题一般分为三个层面：一是主体结构或基础工程质量问题，直接影响安全居住。这种情况下，购房人不仅可以拒收房屋，还可在开发商未能整改解决质量问题时要求解除合同。二是除主体结构或基础工程质量问题外的其他严重影响房屋正常使用的质量问题。这种情形下，购房人有权拒收房屋；而开发商除负有整改修复义务外，若约定由此产生逾期交房责任由开发商承担，那么购房人还可依据合同约定主张逾期交房违约金。三是一般性质量缺陷或质量瑕疵。这类问题，则开发商应在合理期限内进行解决，若导致购房人产生损失的，开发商应当赔偿，但购房人对损失应承担举证责任，购房人一般无权以质量瑕疵拒收房屋；若开发商在合理期限完成整改且合同约定合理期限完成整改无需承担逾期交房违约金，那么购房人就无权主张逾期交房违约金。

购房问答

离职后住房公积金可以直接提取吗？

市民陈先生：我和妻子之前在泉州缴交住房公积金，办理了房贷。目前，我已离职到广东工作。请问是否可以直接线上办理住房公积金提取呢？

泉州住房公积金12329热线：职工公积金贷款中，在异地继续缴交公积金的，泉州地区公积金余额需提取冲还公积金贷款本金，待异地缴满六个月后转出。如果异地无继续缴交公积金的，余额提取还贷，账户需保留。

如还有疑问，可拨打0595-12329人工咨询。

本版由本报记者张清清、陈青松采写