

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!

跟“超人妈妈”学育儿: 陪伴是最好的教育

工作、育儿两难全,这是不少职场妈妈遇到的困扰。如何在有限的时间里,给予孩子所需的陪伴呢?本期,“育儿经”采访了晋江市紫帽镇中心幼儿园小朋友陈浩天的妈妈朱青,她将结合自己的生活经历和带娃经验,分享实用的育儿干货,快来下载吧!

有意识地陪伴孩子

“当了妈妈以后,恨不得自己有分身术,既想要努力地工作,又想着能抽出点时间陪孩子成长。”朱青坦言,自从有了工作以后,工作日能够陪伴孩子的时间就变得非常有限了,睡前的两三个小时是她陪伴孩子的黄金时光。在这段时间里,她会放下手机和工作,陪孩子一起做一些他们感兴趣的事情。不管是做手工、画画、读绘本还是玩游戏,她希望通过这些互动让孩子感受到父母的爱和用心。

朱青认为,陪孩子们在玩乐中学习,不仅能够收获乐趣,还能学到各种知识,是比较有效的教育方式。每当节假日来临,她都十分珍惜整段式带娃的时光。“遇到节假日,我都会跟孩子们说:‘我放假了,可以好好陪你们了,你们想要去哪里?或者想做什么呢?’”朱青说道,孩子需要家长陪伴的时间也就这几年,所以她趁着他们还小,尽可能地给他们多一些陪伴。

“碰到节假日,我喜欢带着孩子们到周边公园或游乐场玩耍,寒暑假,我会带他们回外婆家住一段时间。如果出远门需要携带行李,我会鼓励孩子自己收拾,当然我也会在旁边给予一些建议。”朱青告诉记者,如果时间允许,她也喜欢带孩子到不同的地方看看,让孩子直观地感受不同地区的风土人情和历史文化。

给予孩子足够的耐心

在陪伴孩子的时光里,也不总是和谐的画面。“当我遇到孩子哭闹不止时,耐心也会渐渐被磨灭,变得暴躁易怒,时常‘暴力’震慑孩子。这虽然能够起到‘立竿见影’的效果,但过不了多久,孩子就又‘故技重演’。这个时候,我开始反省我自己:控制不好自己的情绪,对孩子太过‘暴力’后,导致孩子也有样学样变成了一个‘暴力小孩’。慢慢地,我学会在等待负面情绪平息后,在平静的状态下思考与沟通。”朱青说道,孩子哭闹是很正常的事情,家长要学会了解哭闹背后的原因。

“我儿子小时候有段时间总喜欢在墙上乱涂乱画,起初看到时我有些生气,但我会调整情绪后心平气和地跟他说:‘画画应该拿笔在纸上画,墙面上画的要自己擦干净。’之后,他还是会再墙上画,但他会自己把墙擦干净。直到现在他还是很喜欢画画,但是已经会自觉地在画纸上画了。”朱青说道,她总是在不断学习和探索,希望自己能在育儿方面做得越来越好。每个孩子的天性不同,每个年龄段也有不同的成长需求,家长要寻找适合自己孩子的教育方式。



宝妈有话说

我时常感慨,孩子长大真的就是一瞬间的事情,能够参与孩子的成长是这辈子最幸福的事。日常生活中,除了给予孩子高质量的陪伴外,我也会认真倾听孩子们的分享,并给予他们恰当的回应,让孩子感受到被重视和被尊重。生活中,我也会以身作则,答应孩子的事情做到不食言,不让孩子对我们失去信任。

分享嘉宾:朱青(陈浩天妈妈)
嘉宾职业:自由职业
推荐幼儿园:晋江市紫帽镇中心幼儿园

营造有爱家庭氛围

“我们总是习惯性地去批评孩子,总觉得大人说的、做的是正确的,可能本心是出于对孩子的爱意和担心,但这种担心可能因为表达方式的问题,到了嘴边就会变成了责问。这不仅不能让孩子感受到家长的爱,反而会体会到了愤怒。”在朱青看来,家长对孩子的爱不仅要在行动上,更要说出口。“我每天都会抱抱孩子、亲亲孩子,跟他说‘我爱你’,这么做能够让孩子实实在在地感受到爸爸妈妈的爱。”朱青分享道。

朱青认为,爱是培养优秀孩子最好的养料,家长应尽力营造一个和睦友爱的家庭环境。“有时候,我会抱怨工作很累很辛苦,但我老公经常抱着安慰我,两个孩子也会对我说:‘妈妈,你辛苦了。’我老公经常当着孩子的面对我说:‘我爱你,辛苦了!’有时候还会亲亲我,孩子们看到后也会争先恐后地要亲亲,每天会对爸爸妈妈说:‘我爱你,早安(晚安)!’我记得我女儿刚出生时,我儿子到医院看到妹妹的第一眼就轻轻地摸摸妹妹说:‘我爱你妹妹!’”朱青说道。



亲子健康

夏天来了 如何预防常见季节病

端午一过,天气便一天天燥热起来了。随着“夏至”的到来,咱厝的夏季将正式拉开序幕。当季,容易出现中暑、空调病、腹泻、皮肤病等季节病。在日常生活中,家长可从哪些方面给予孩子合理的护理呢?一起来看看本期“亲子健康”的干货分享。

预防1:中暑

随着气温逐渐升高,如带着孩子开展户外活动时没做好防护措施,容易出现口干、头晕等症状,这可能就是轻度中暑的前兆了。就此,家长可在带着孩子户外活动时为孩子换上舒适、透气的衣服,记得避开正午前后两个小时(即上午10点至下午2点)。此外,还可准备防晒帽、防晒服、温开水等。

预防2:腹泻

由于夏季气温较高,食物中的细菌滋生快,孩子身体免疫力弱、消化系统不完善,如吃到隔夜或变质食物容易引发腹泻。此外,不少小朋友夏季贪凉,喜欢喝冷饮或吃冰西瓜、冰激凌等,这也容易引发腹泻。就此,家长要有意识地提醒孩子注意饮食卫生,饭前便后要洗手。此外,还要让孩子尽量不吃或少吃生冷、过夜食物。

预防3:皮肤病

当季,蚊虫肆虐。孩子娇嫩的皮肤,是蚊虫们最青睐的“美味大餐”。如果被蚊虫叮咬后,家长没有注意并及时处理,孩子抓挠后容易引发炎症。就此,建议家长常备花露水、风油精等止痒消肿的物品,尽量让孩子的皮肤保持清洁、干燥。如果孩子开展户外活动,尽量不要靠近草丛或水面。此外,还可给孩子穿上舒适的防蚊裤,并戴上防蚊手环或防蚊贴。

预防4:空调病

随着炎炎夏日的来临,不管在学校、家里还是车上,空调似乎无处不在。但随着不同场景的切换,孩子冷热交替容易出现感冒流鼻涕的症状,还容易患上疲倦、头晕、烦躁等空调病。就此,家长要定时开窗通风,保持室内空气清新、流通。随着场景的切换,要注意给孩子及时增减衣物。此外,要让孩子多补充水分、锻炼身体,提高身体免疫力。

萌娃探索燕窝的秘密



参观燕窝文化馆、了解燕窝历史、品尝营养可口的燕窝,学习非遗手工艺知识……6月8日,由晋江经济报亲子驿站发起的“探索燕窝的秘密”亲子活动欢乐开启,来自晋江市第二实验幼儿园、晋江市灵源街道灵水中心幼儿园、晋江市第九实验幼儿园的20多组亲子家庭来到晋江五里品鉴工厂燕窝文化馆,探索燕窝的秘密,了解燕窝的生产工艺流程,还学习了非遗养生知识,度过了一段愉快的时光。

“小朋友们,你们知道我们吃的燕窝是哪一种燕子的窝吗?”当大小朋友们来到品鉴中国燕窝文化馆,讲解老师立刻向大家抛出了问题。“答案是金丝燕,你们看,这里有金丝燕的故事哦。”在老师的带领下,大家观看了金丝燕和燕窝的故事,在仿真的立体场景中了解到燕窝诞生的过程,在燕窝生产文化长廊学习如何辨别燕窝品质真假,还聆听了郑和西洋因缘巧合洞见燕窝的奇妙际遇。



随后,大小朋友们来到品鉴新滋10万级净化车间,参观了解燕窝产品的生产工艺流程。挑毛、配料、蒸煮、杀菌……虽然隔着玻璃参观,但大家依然能感受到每道工序都有着严格的标准,“原来我们平时吃的即食燕窝是这样生产出来的呀!”看着科技满满的生产车间,不仅小朋友充满了好奇,连家长都学到了不少知识。那么,经过那么多道精良工序生产出来的燕窝究竟味道如何呢?在燕窝品鉴环节,工作人员为大家送上了品鉴新滋养的鲜炖燕窝和燕窝粥,大小朋友们迫不及待地品尝了起来。“太好吃啦!”体验了一把鲜炖燕窝和燕窝粥的营养美味,小朋友们都意犹未尽。

当天活动中,讲解老师还为亲子家庭带来了非遗文化陈氏手工艺知识讲座,教大家如何使用非遗文化正确养生。

楼市

如何才能避免租房“跳坑”?

租房高峰期即将来临

临近大学毕业季,晋江即将迎来租房高峰期。对于即将找工作的大学生们,又该注意哪些事项,才能避免“跳坑”?对此,业内人士给出一些建议。

谨慎选择住房租赁企业

进行住房租赁交易前,消费者可通过晋江市房地产经纪行业协会微信号查询星级评价平台查询中介信用档案,避免租赁产权不清晰的住房。不要租房未以原设计的房间为最小出租单位出租的住房,或将阳台、卫生间、厨房、地下室等改造后供人居住的房屋(房间),此类住房可能存在安全隐患,也无法办理房屋租赁登记备案,会对后续办理居住证等享受公共服务造成影响甚至受到行政处罚。

目前,晋江市房地产经纪行业从业人员实行实名登记制,完成实名登记并经过培训考试的,才能申请领取星级服务牌,取得从事房地产经纪业务资格。公众在委托房地产经纪机构前,可要求查验经纪机构从业人员的星级服务牌。

查验租赁房源状况和信息

消费者租房时,要切实查验租赁房屋的合法有效产权证明(房屋所有权证等),避免租赁产权不清晰的住房。不要租房未以原设计的房间为最小出租单位出租的住房,或将阳台、卫生间、厨房、地下室等改造后供人居住的房屋(房间),此类住房可能存在安全隐患,也无法办理房屋租赁登记备案,会对后续办理居住证等享受公共服务造成影响甚至受到行政处罚。

对于租赁企业或房地产经纪机构发布的出租房源,一定要查看房屋业主与该公司签订的委托协议书,了解房东委托房源的期限、房租支付方式等信息。严防“高进低出”“长收短付”等违反商业逻辑的行为。



审慎签订房屋租赁合同

审慎签订房屋租赁合同。一定要看好房后再签合同,一切以实物为准,拒绝未签合同即要求交中介费、定金、人还没见面就搞线上缴费,业务员

的口头承诺务必“白纸黑字”落在纸面上,做到“不急、不贪、不轻信”,相信“天上不会掉馅饼,地下不会长黄金”。签订租赁合同要仔细阅读和认真

理解租赁合同内容及完成标准,注意看清承租方所需要承担的责任、费用明细和违约条款等内容,避免霸王条款、隐形条款导致合法权益受到损害。

谨慎选择租金支付方式

租房的市民应尽量选择按月或按季支付房租,避免一次性支付较大金额租金。注意查看租赁合同中是否有“租金贷”“租房贷”“房租分期”等相关条款。在支付租金和押金时,应向合同约定的企业账户(出租方为企业)、个人账户(出租方为个人)支付款项,切勿向合同约定之外的企业账户、业务员个人账户或其他个人账户支付款项(包括支付宝、微信等个人收款账户)。转账支付应保留转账凭证,现金支付应要求收款方出具收据。

购房问答

申请公积金贷款 二套首付比例多少?

市民蔡女士:请问,申请住房公积金贷款购买第二套房子首付比例多少?夫妻双方缴纳公积金贷款最高额度是多少?

泉州住房公积金12329热线:职工购买住宅性质商品房的,第二套首付比例为30%。双职工最高可贷80万元,生育、抚养二孩及以上子女的职工家庭,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。

贷款额度和家庭收入、负债、征信报告、公积金缴存额等多种因素有关,建议您持证件到买房所在地公积金窗口测算。

如还有疑问,可拨打0595-12329人工咨询。