

暑假带娃怎么玩？

听听咱厝旅游达人的建议

“读万卷书，行万里路。”不少家长会选择在暑期里，带娃去看日月星辰、山川湖海，在旅途中增长见识、增进亲子情感。眼下，即将迎来暑期出游高峰，如何选择适宜的亲子旅行线路呢？一起来听听咱厝研学达人、资深旅行社负责人的建议。

国内亲子游 定制化线路受青睐

本周起，孩子们迎来了两个月的暑期生活。为丰富孩子们的假期，不少家长在做暑期出行规划，亦有不少家庭已在出游的路上了。“暑期最为热门的国内亲子游目的地北京，再者就是内蒙古、桂林、西双版纳等。出于带娃研学旅行的目的，不少家长会选择人文历史底蕴丰厚或自然景色秀丽的旅行线路打卡，此外也会考虑天气、气温等方面。”晋江厦门国旅五店市门店负责人黄芬芳说道。

据介绍，相比往年的散客自由拼团线路，越来越多的亲子家庭选择自主成团，找旅行社定制专属的旅行线路，让亲子出游更加舒适。“现在很多家长都会提前做好出游攻略，通过小红书或抖音获取出游资讯，之后跟我们商量对线路进行调整。比如，有的家长会指定住在北京几环的酒店，不想升旗想看升旗、不想白天爬长城想要晚上去等。”黄芬芳补充道，亲子游的方式正悄悄发生改变，越来越多的家长更注重出游时的深度体验，不再走马观花式的旅行。

周边亲子游 小众景点悄然走俏

相比常规的旅行线路，不少家长更倾向于逛一逛小众的景点。“今年打算带孩子去景德镇，学习一下陶瓷文化。”家长王女士说道。“今年很多亲子家庭选择前往承德避暑山庄，也有一拨人前往景德镇，因为很多国内的热门景点都带娃去过了。”黄芬芳告诉记者，与国内长途旅行不同的是，2-3天的周边游线路很多家长会选择自驾出行，但酒店和景区门票仍会依托旅行社预订(购买)。

“假期里，很多亲子家庭会来一场说走就走的短途周边游，可能出发前临时订酒店、景区门票等。当然，如果想要深入体验当地的特色文化，带孩子展开深度研学旅行，建议家长多看市面上的旅行产品，才能给孩子更丰富的研学体验。比如，永春研学线路中的部分项目，家长自驾游可能没办法体验到，亲子家庭想去厦门老院子，依托旅行社预订酒店和景区套票，会比自己买便宜百来元(一人)。”黄芬芳说道。

亲子时光 手作研学受欢迎

对于部分家庭来说，抽出5-7天的时间带娃出游，可能在时间、精力及经费预算上均无法满足。那么，如何在短暂的周末时光中，给孩子高质量的陪伴呢？带娃参与半天的趣味研学或手工制作亦是个不错的选择。很多孩子为打发漫长的暑期时光，长时间沉迷于电视、手机、平板等电子产品中。如果家长能带娃到周边景点、公园转转，或是陪孩子共同阅读、做手工等，不仅能够培养孩子的专注力，还能充实孩子的假期时光。

“很多家长会在周末带孩子到我们这里开展手工制作，因为这里有专业的老师能够给予指导，而家长也能在短暂的时间内陪伴孩子。在这个过程中，孩子能够获得成就感和自信心。”晋江来趣学手作中心负责人蔡先生告诉记者，该中心在暑期将陆续推出半日研学，以及非遗一日、二日和多日研学产品，让孩子在动手制作的过程中了解非遗、闽南等传统文化。比如，在彩绘滴水兽的过程中，孩子能够了解闽南古厝的建筑文化等。

出游小贴士

1. 出发前做好行程安排，包括酒店、车票预订，以免遇到出游高峰影响出行规划。
2. 带孩子出行尽量避免旅途较为奔波、温差较大的线路，以免影响身体健康。
3. 暑期出行合理安排行程避免高温中暑，另外可携带藿香正气水、正露丸、驱蚊露等药品，以备不时之需。

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们斗智斗勇的过程中，摸索出一些靠谱的育儿智慧锦囊，快来收下这些干货吧！

点滴陪伴 丰盈童年

宝妈分享暑期育儿干货

七月盛夏，蝉声嘹亮。孩子们期待已久的暑假已正式拉开序幕，如何在亲子相处的时光中开启“欢乐模式”？如何让漫长的假期更充实？本期，“育儿经”栏目邀请到晋江市第三实验幼儿园段斯年的妈妈林丹，她将结合自己的带娃经历分享育儿心得和干货，快来收下吧！



分享嘉宾：林丹(段斯年妈妈)
嘉宾职业：财务
推荐幼儿园：晋江市第三实验幼儿园

营造有爱氛围 让孩子学会爱

在数次亲子驿站的实践活动中，段斯年小朋友的言行举止引起了记者的关注。落落大方的他时常积极互动，掷地有声地回答问题。在妈妈眼中，他生性活泼、外向，不管跟大人还是小孩在一起都能处得来，是家里的“社交牛人”。

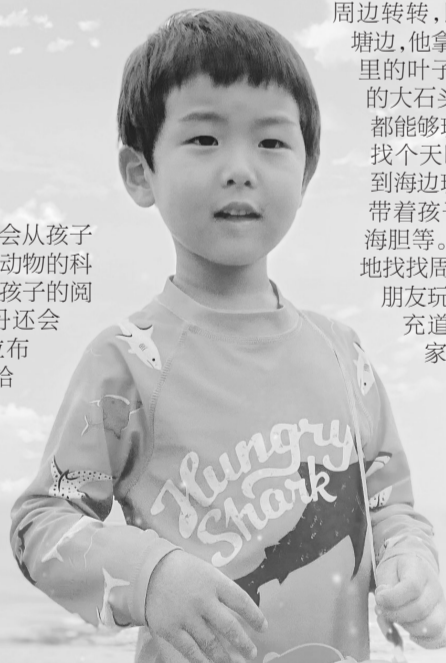
“我感觉他性格的养成有很大程度上得益于家人的陪伴。在他还未上学时，每天爷爷都会带他到敏月公园玩耍，一天至少出去两次，接触的人多了自然就认生。”林丹告诉记者，有时候外出遛弯她会特地带一些能互动的玩具，遇到其他的小朋友就可以一起玩。比如，泡泡棒我有时候会带好几只，他出去都会问小朋友要不要玩，主动和别人交流、分享。

林丹坦言，她希望在孩子有限的童年中，力所能及地给孩子更多的陪伴时间。“之前看过一句话觉得很受用，‘幸福的人用童年治愈一生，不幸的人用一生治愈童年’。现在幼儿园组织活动我都会积极参加，小朋友都会很开心跟班级的小伙伴介绍妈妈，也会跟我介绍谁是他的好朋友。”林丹补充道，回忆自己的童年时光，看到其他小朋友的家长入园参加活动而父母没空来时，那种心情她太能够体会了，因此她不想缺失孩子的童年，并尽可能地给孩子爱的陪伴。

坚持带娃阅读 在故事中成长

在每天的陪伴中，他们也逐渐培养了一些小默契。比如，每天晚上入睡时，林丹都会给孩子讲故事，或陪着他看书。这个亲子阅读的习惯，从孩子还很小的时候延续至今。“在孩子还没上幼儿园前，我会陪他阅读有关行为方面的绘本，比如收拾玩具、礼貌行为、我爱幼儿园等主题，让孩子提前了解集体生活，做好适应幼儿园的心理准备。等到再大一点，我会给孩子讲一些小故事，还会跟孩子互相提问，让他知道为什么会发生这个事情，以后如果发生同样的事情要怎么处理。”林丹说道。

在阅读方面，林丹还会从孩子的兴趣点出发，购买有关动物的科普书籍或恐龙百科，激发孩子的阅读兴趣。除此之外，林丹还会借助电脑或App播放“拉布拉多警长”的系列故事给孩子听，通过生动有趣的故事情节，能够让孩子了解有关火灾、防骗等知识。林丹欣慰地说道，有时候孩子听完还会跟自己讨论、分享，甚至像个小老师一样教自己。



假期亲子出游 丰盈孩子的童年

眼下正值暑期，很多家长计划着陪孩子出去旅行，林丹也不例外。提到亲子出游，她分享了带孩子出去旅行的注意事项和干货。“不久前，我们陪孩子去德化石牛山，带他体验了索道，孩子特别兴奋，一点都不害怕。旅途中，我们一起观赏瀑布、玻璃观景台，还坐了竹筏。”林丹分享道，亲子出游在行程规划上就是要尽量让孩子玩得开心，旅途安排得轻松自由些。

此外，家长须提前了解要去的景点的天气、饮食、线路，如果温差较大，要记得给孩子多带防风或保暖的衣服。比如，如果要上山，要记得带长袖长裤；如果去紫外线较强的地方，记得给孩子备遮阳帽、防晒衣等。在饮食方面，尽量选择干净卫生的餐厅和食物。需要注意的是，旅途中还可以携带一些医用物品，比如生理盐水、藿香正气水、正露丸、创可贴等，以备不时之需。

“这段时间，我们会带他到周边转转，比如五店市的池塘边，他拿着树枝去钓池塘里的叶子，或坐在石磨台的大石头上假装在开船，都能够玩得很开心；也会找个天晴的日子带孩子到海边玩，在退潮的时候带着孩子抓小鱼、螃蟹、海胆等。有时候，也会特地找找周边有没有适合小朋友玩的项目。”林丹补充道，今年带娃回老家过年，陪他经历了第一次乘坐飞机、看雪花，孩子特别开心。

在她看来，正是这些平凡日子里的点滴美好，丰盈了孩子的童年。

亲子驿站

暑期安全活动进警营 萌娃的“小小警察梦”

如何陪孩子度过一段安全的暑期时光呢？日前，由本报亲子驿站发起的“暑期安全训练营”活动，吸引了晋江市第三实验幼儿园桂山园区、竹园园区共25组亲子家庭到场参加。和警察叔叔面对面交流，学习暑期安全知识，在欢乐的互动中收获满满。

活动现场，派出所民警王志群从卫生安全、防溺水、交通安全、外出活动安全等方面，给亲子家庭上了一堂生动的暑期安全课。“当下天气炎热，孩子们要注意预防传染病及暑期中暑，不吃‘三无食品’、不喝生水、不吃未清洗干净的食品。此外，还要保持适当的体育锻炼。”王志群深入浅出的分享，吸引了在场孩子们的注意力，大家纷纷举手互动。

暑期里，不少家长会带孩子出游。那么，外出期间需要注意哪些事项呢？王志群表示，亲子家庭在大众场所要排队慢行，孩子不要远离父母的视线，牢记爸爸妈妈的电话号码。此外，记得不要跟陌生人交谈，不吃陌生人给的东西，不跟陌生人去玩。如想到水中纳凉，切记要在父母的陪伴下游泳，不去海洋、河流、水库等陌生的水域游泳。

除了学习暑期安全知识外，王志群还向孩子们展示了警用八件套，包括对讲机、手铐、警棍、手电筒等。随后，孩子们还参观派出所各功能区，如综合指挥室、110接警台等，并前往停车场和警车合影。“太帅气了！”“我长大后也想要当警察！”……孩子们的仰慕之情溢于言表，“小小警察梦”仿佛在这一刻实现了。

家长声音

薛煜玮的爸爸：在这个假期里，想开阔孩子的视野，参加亲子驿站的活动是一个不错的选择。在此次活动中，孩子不仅了解到警察这一职业及工作环境，还学到了暑期里自我保护的安全知识，这是个很不错的活动。

段斯年的妈妈：儿子很喜欢警察叔叔，参加这个活动时特别兴奋，全程在跟警察叔叔交流。通过这个活动，孩子学习到了很多安全知识，同时也丰富了孩子的暑期时光。



本版由本报记者张清清、通讯员庄佳佳、王志群采写



珍爱生命

预防溺水



晋江经济报社 (宣)