

快乐分享

不一定面朝大海 一样春暖花开

□十二月的栀子花

一切的纷纷扰扰之后,日子也趋于平静。每到双休日,我就带着女儿回到那个生我养我的小乡村。那条弯曲的小河依旧平静地流淌着。我的爷爷奶奶都是快90岁的高龄了,依然精神矍铄,还种些蔬菜瓜果拿到集市上去卖。妈妈也不知道说了他们多少次,可他们依旧不肯放弃他们的“事业”,说是就当锻炼身体。呵呵,劳动最光荣。

正值三月,油菜花开开了,满目的金黄。妈妈带着我们到池塘里去捉螺蛳,四周的蚕豆花开了,紫紫的花映衬在绿绿的叶子里,煞是好看。我带着女儿和邻居家的孩子忙着采“蚕豆耳朵”。妈妈就忙活了,抓上来的螺蛳个大肉厚,晚饭妈妈做了红烧螺蛳,真是好吃得停不了嘴。

枝头的第一朵桃花绽放,透露出春的消息。麻雀在树枝间跳来穿去,鸭子在桃树下嘎嘎地叫着,女儿把从鱼塘里捉回来的小鱼小虾扔给它们吃,每扔一条,女儿就开心地大叫:“吃饭喽,多下蛋哦!”很久没看到女儿肆无忌惮地快乐着了,给予是快乐的。

马兰头已经露出了地面,换上了嫩绿的新装,藏在草丛里,一丛丛,一族族。姐姐和我带着我们的两个女儿,带着小篮朝田埂出发,我和姐姐一边挑马兰头一边说着我们俩小时候的往事,笑声在田野里回荡着,两个小家伙就顾着采野花和看蝴蝶了。回家的时候已经是满满一篮子了。妈妈做了凉拌马兰头,吃在嘴里一股清香。

春天出生的第一窝小狗,懒

懒地躺在妈妈身边吃着奶。女儿总是趁狗妈妈不在的时候把小狗捉出来玩,我告诉她,狗妈妈以为你要抢走它的孩子会着急的,女儿就乖乖放回去了。好在狗妈妈很通人性哦,知道它的小主人只是摸摸而已。

女儿的小脸被太阳晒多了,添了两抹绯红,像两朵彩云挂在两颊。小时候女儿三天两头感冒发烧,自从周末带她到乡下后,体质明显比以前好多了,我更加坚定,什么都没有宝宝的健康重要,现在黑就黑点,女大十八变,长大了小妮子自己会懂得打扮的。

生活,给了我那么多的美好,我要学会感恩。一直很相信一句话:上帝是公平的,关上了一扇门的同时会为你打开一扇窗。窗外是这广阔的田野,鸟语花香。

女生合唱

下午茶里的随想
平和的心态,赞个。
司徒丁香
多美的画面啊~
茉莉-茉莉
如此细腻,定是个热爱生活之人。

小蝗虫妈妈
你女儿真是好可爱啊,孩子活泼快乐健康,真是幸福。

蓝瑶妮妮
等着看~
你已经描绘出了一幅很美的图画~

一若晴
这样的文字,看了就舒服。
对真实 2008
这样的人儿,这样的心情,真的很美

本版锁定孩他爸、宝滴妈。完成结婚生子千秋大业,烦心事越来越多。家庭矛盾、职场风云、“面子”问题、夫妻关系.....今天我说,下回你讲,有苦恼大家支招,有快乐全民分享!盖楼、拍砖到http://b1207585.xici.net,不见不散!

潮妈传经

晒晒我的低碳生活

□展颜



作为都市OL的我,每天要面对电脑八小时,接触最多的就是电脑了;电脑四小时耗电一度,我离开超出半小时就会关机;临时离开半小时以内,我则把不需要的程序退出,并选择待机,同时把屏幕关掉;使用中我已经把屏幕亮度和对比度调低,不仅节能还不刺眼、保护视力;尽量减少桌面快捷方式图标,取消不必要的开机启动项,每天下班关机之前清理一次系统垃圾,这样做会加速开机时间和系统运行速度。

接着谈谈上下班步行计划的实施:早春时节,“乍暖还寒时候,最难将息。”早起可不是一件容易的事,我家走到单位需要20分钟;每天早晨总是匆忙得像打仗一般,往往都要疾步如飞赶到单位,每天往返共步行40多分钟,收获颇丰,其效果是显而易见的——我的体态曼妙轻盈;性格更加开朗乐观,积极向上,心情快意而舒畅;在大家都选择汽车作为代步工具的今天,我反其道而行之,以步代车,不仅减少了汽车尾气排放所造成的环境污染,同时也收获了开心和健康,可谓双赢,何乐而不为。

最后来说我的低碳饮食:单位的工作餐非常丰盛,营养搭配合理,我通常会选择大量新鲜蔬菜和少许肉类的搭配,不吃面条、米饭等碳水化合物含量高的主食;远离油炸、烧烤、方便、高糖食物;少吃多餐,在办公室常备一些时令水果,两餐之间可以随时补充能量;每天还要喝绿茶,绿茶有益健康是众所周知的,特别对于电脑族能起到抵御辐射的作用,电脑辐射可是皮肤的大敌哦,多年来我的皮肤状况良好,光滑润白,纵使素颜朝天也丝毫不逊色,我想也有绿茶的一份功劳吧。

当然,低碳囊括了生活的方方面面,我会一如既往地坚持,这样既能为社会贡献自己的微薄之力,又能畅享健康幸福人生。

人小鬼大

家长不在家,孩子就放羊

□玉风铃

前天和朋友约好,上午要参加一个活动,所以虽然是周六,早上七点我还是把儿子喊起来了。儿子闭着眼,哼哼着要再睡一会。但是早餐没吃,作业不写,怎么可以睡懒觉呢?告诉他妈妈有事要出去,儿子抱住了我的胳膊:“妈妈,你别出去了,在家陪我吧。”呵呵,这孩子,前两天还说要妈妈找个单位上班的,现在又忘了?

吃过早餐,告诉儿子在家好好写作业,尽量周六一天把作业完成,这样周日可以学点别的东西或

者出去玩玩。小子答应得挺好,我也就放心地离家。从早上八点半到中午十二点多,中间没有机会跟儿子联系,小子也安静地没有来电话找我。我心中暗自喜:看来孩子大了,能够离开妈妈自己照顾自己了。

下了公交车已经是十二点十分的样子,想着到家再择菜炒菜,本已有些劳累的我就感到发怵,于是准备在楼下买点小菜,再买条煎鱼,凑合一顿算了。正值中午,买小菜的人很多,估计要等个十来分钟,于是我打电话让儿子先把水烧上熬点饭,

这样可以节省些时间呀。

告诉儿子用哪个锅,加多少水,然后开气打火。儿子每一步都问好几遍,最后说行了。等买到菜,老公正好也下班回来,听我说让儿子在家熬饭,他很担心,就自己先往家赶,因为小子并没有单独用过火呢。等两个人大跑小跑到家,发现小子正端坐在电脑前玩游戏呢,再看厨房,根本就没动火。小子说自己不敢弄,锅里连水也没接。唉,真是被惯坏的孩子,啥都不会干呢!然后老公和儿子

都吵着饿,可是再饿也得等饭做熟呀!

下午检查儿子的作业,发现一上午人家一个字也没写,问他都干啥了,说背了两首诗,然后读了读课文。晕,这些都是看不到摸不着的作业,是真是假也未可知。看看,这半天没有人管着,小子就放羊了。

看来,是俺这些年全职在家,事事为孩子考虑太周到,所以孩子养成了依赖的习惯。如果俺真的上班了,家里还不乱成一锅粥啊?

点点生日汇

宝宝编号:457
姓名:薛佳儿
生日:2009年3月28日
性别:女生
我最喜欢笑啦,还喜欢随着音乐跳舞哦,现在还会伸出一个手指告诉你“我一岁啦!”要是有人送礼物给我,我还会作揖谢谢你!
祝福:爸爸妈妈希望佳佳每天都快乐地生活,一生健康平安!



宝宝编号:933
姓名:谭海柔
性别:女生
生日:2009年3月26日
爱好:爱笑爱叫,爱看电视广告。
祝福:愿宝宝天天开心,快乐成长!

宝宝编号:7
姓名:钱欣
性别:女生
生日:2009年3月21日
非常喜欢笑,喜欢听音乐,更喜欢看电视,从七个月的时候就爱上了智慧树,每晚必看的节目,呵呵。

宝宝编号:929
姓名:张晓可
性别:女生
生日:2009年3月22日
我是苏州小美女,所以爱听古典音乐。



从备孕开始的妈宝话题社区 《点点周刊》招募会员

- 两种方式便捷注册
1. 登录 http://b1207585.xici.net “现代快报点点周刊官网”,点击进入置顶公告帖“申请加入点点周刊会员”,填写完整会员登记表,发送到帖内指定邮箱,等待接收确认短信。
2. 完整告知父母姓名、论坛ID、宝宝姓名、生日、性别、联系电话、地址、邮编等内容,发送邮件到 kbdzk@163.com,说明想成为注册会员,等待接收确认短信。
3. 管理员以短信方式告知宝宝编号,即为注册成功。



382杜元君妈妈

另类减肥

晕啊 喝了荷叶水浑身发凉

□快乐很难吗

这两天我在喝荷叶水,有时候荷叶水配绿茶,有时候单单喝荷叶水,有时候荷叶水配普洱茶。我喝完这个水以后,便便没有增加(我是一天一次或者两天一次大的)。但是小的增加了,喝完水明显尿水儿多。这个是次要的,主要就是我感觉喝完荷叶水以后浑身往外冒凉气。这要是大夏天还好,喝完以后降温哪!可我这里还是春寒料峭,我喝完荷叶水,浑身发凉,把羽绒服找出来穿上了。这个荷叶果真是寒凉之物啊。

我老公直担心我喝出病来。我说:没事,荷叶水是自古以来就有的轻身配方,不会喝出病来的。但是,如果本身就手脚比较爱凉的姐妹就不要尝试了。

七嘴八舌出主意

淡淡梨花香:凉气好大。现在我在喝生姜红枣煮汤呢。
紫陌的海妖:直接喝普洱,加点菊花。不要加荷叶了。
可爱的妙颖:我喝过荷叶水,喝过

一次就扔了。当时也是为减肥买了一大包,第一次喝下肚没多久,肚子巨疼,像痛经的感觉,连忙去厕所大便,是拉稀。那时还未生育怕对子宫不好,从此没再喝了。我便秘很厉害的,感觉解决便秘问题还是很有效的。
nunumama:春天要养肝,祛肝火,其实吃点凉的东西应该问题不大,注意量。枫斗、菊花、枸杞等泡茶喝。夏天养心,主要是祛心火,就可以多吃点凉性的东西,如绿豆百合莲子荷叶啥的。