

●荐书
《紫砂小史》
陈传著
上海人民出版社

本书是对中国紫砂艺术从宋代至今逾千年历史的全面盘点,分为滥觞期、兴起期、成熟期、发达期、衰落和复兴期、鼎盛期等6大阶段,从中可见不同时期的社会分析、文化背景、艺术理念,以及相应的制壶知识、鉴赏风向、工匠师承、名壶展示、茶文化细节。

●悟一点
我喜欢自己

一旦我发现一个孩子的自我意念开始增强,你会看到他在学习领域有丰硕的成果,但更重要的是,你会看到一个孩子开始懂得喜爱生活。

——韦恩·戴尔

当我体会到孩子需要的不只是实体的事物时,我甚感安慰。我的专长是数字,而且教得很好。我一直认为分内该做的就只是这些。然而我现在教的是“孩子”,而不是数学。因为我认识到,光是数学教得好,只成就了部分的孩子。现在当我不知道某道题的答案时,我似乎比从前想当专家时,有更好的答案。真正让我了解这一点的是那个叫艾迪的孩子。有天我问他,为什么他觉得自己去去年进步很多?他的回答给了我一个崭新的思考方向。他说:“因为我和你在一起时,我开始喜欢我自己。”

(木云)

费用不低 称心月嫂难找 奶奶辈老人争上培训班

60岁康阿姨:
花钱请人还不如我自己去报培训班学带娃

康阿姨今年60岁,住在荷塘月色小区,儿媳二胎的预产期在7月底。

康阿姨说,儿媳的头胎请了月嫂照顾,这次二胎就想着让之前那个月嫂继续照顾,不想价格竟然猛涨。2016年是每月5500元,今年已经涨到了8500元/月。

“太贵了,他们小两口一个月也就赚七八千,还要还房贷,孩子出生又要花很多钱。”康阿姨当时就提出来,不用请月嫂,自己来照顾。可是,儿媳觉得婆婆在30年前带的孩子,不会冲奶粉不会用尿不湿,更不用说做月子餐了。家里讨论了几天,还差点因此闹出了家庭矛盾。

“我当时心里就有个主意,花钱请人还不如我自己去报培训班学带娃。”康阿姨和儿子

儿媳一说,大家都觉得这个法子可以试试看,于是,2月份,康阿姨专门去上了短期育婴师培训班。培训以理论为主,也有一些给婴儿包纸尿裤、喂奶粉的实践课程。

康阿姨觉得收获还蛮大,特别是观念新了很多。在培训班上她发现,有好几个都是跟她年龄相仿的“准外婆”“准妈妈”,不为拿证不为做月嫂,就想学点东西回来照顾儿媳、女儿。

“我以前和儿媳说,坐月子头要包起来,不能吹风,更不能洗头洗澡,不然老是要发头痛的,后悔都来不及。为这事,儿媳还和我争过几次。

上课后知道,只要注意保暖,洗头洗澡完全不成问题。”康阿姨说。

63岁翁阿姨:
媳妇现在一遇到育儿方面的问题,首先就会问我

翁阿姨今年63岁,住在芦淞区南方印象小区,儿子、媳妇都在株洲做律师,工作很忙。

儿媳1月份生了个宝宝,3月份就外出打官司,孙子都是由翁阿姨照顾。说起在培训班学到的知识,翁阿姨形容“受益匪浅”。

翁阿姨回忆,在照顾儿媳坐月子30天中,她发现学来的知识挺有用。比如怎样给婴儿拍嗝、看黄疸、做抚触等,有些原来没有听说过的概念都要逐一理解并实践操作。翁阿姨说,她们那一代大多20多岁就生了孩子,稀里糊涂地把孩子带大,自己没有什么育儿常识和经验。但照顾孙子时心情不一样了,一是退休了时间充裕,二是如今年轻夫妻更讲究科学养育,过去的老传统和现在的新观念冲突,学习还是必要的。

翁阿姨说,读完育婴师的课程,回过头再看看很多父母养育孩子的过程,发现真的错过了很多。比如,她清楚地记得自己的儿子在三个月就已经自己翻身了。按照新生

儿大动作发展的时间来看,儿子远远要比一般孩子学会得早,但儿子长大后,运动协调能力并不好。

“以前我根本不知道去引导孩子,就随着儿子顺其自然发展,现在上了课,我才意识到自己错过了不少培养孩子的阶段。”翁阿姨说,每个孩子的成长发育速度都不同,儿子一开始要比别的孩子运动能力强,但没有大人更进一步的引导,孩子的能力一直保持在那个水平上,“如果我当初就有这方面的知识,很可能现在儿子就发展得更好。”所以,翁阿姨不想错过孩子每一个成长瞬间。

如今,翁阿姨的儿媳完全放心将宝宝交给了婆婆来带。“媳妇现在一遇到育儿方面的问题,首先就会问我,感觉她把我当成了老师一样看待。”翁阿姨说。

记者调查
“准妈妈”、“准外婆”上课明显增多

记者在采访中了解到,目前在一些家政中心的育婴师、月嫂培训班里,都会出现一些准妈妈、准外婆的身影,大概占到参加培训人员总数的两成左右,但最近两年呈明显增长的趋势。

业内人士
优生进家庭是大势所趋

“今年,培训班里准妈妈、准外婆的比例明显多起来了。她们来的目的很明确,学习新的护理理念和技巧,更好地照顾女儿或儿媳坐月子,更好地照顾新生儿。”株洲某家政服务中心的工作人员说。

记者了解到,目前各家公司开办的培训班主要针对将要从事月嫂工作的劳动者,准外婆和准妈妈如果希望学习更多母婴护理知识,其实可以不用花高价报培训班,目前,我市很多大医院都经常开设“科学坐月子”、“新生儿护理”等公益讲座,免费开放,很实用。

“以前都说上学的时候不输在起跑线上,现在是从怀孕到生育都在学习。”母婴护理培训讲师胡晓霞表示,现在80后、90后父母越来越讲究优生优育,自家人学会了护理技能,带孩子更令人放心。有的甚至不满足只学育婴师知识,还报了按摩保健、营养配餐等培训课程。这也说明,人只要一技之长,必然会有用武之地。随着经济发展,社会分工越来越细化,掌握一技之长,遇到事情不求人。

文明祭扫,让环境更“清明”



主持人:凌晨

又是一年春草绿,一年一度清明来,市民们的出行计划头条里,都列上了为祖先、亲人祭扫的安排。一直以来,清明节都是我国的重大传统节日,在节日前后,人们慎终追远、礼敬祖先、弘扬孝道,在缅怀先人的过程中,也存在着许多不文明祭扫的行为。如今,越来越多人摒弃陈规陋习,实行文明祭扫,营造出清明“绿色”的清新氛围。

今天的茶话会,我们也来聊聊清明文明祭扫吧,你的记忆里都是如何祭奠祖先、追忆亲人,祭扫的方式有哪些改变吗?

1 夏金文 天元区民政局局长

以前清明节前后的不文明祭扫行为较多,焚烧纸钱、燃放鞭炮等行为容易引发山林小型火灾,对环境造成污染。不过,现在的祭扫方式“文明”了很多,采撷鲜花,放在墓前告慰先人;打开电脑,利用网络献花寄托哀思;甚至一些市民在清明节这一天踏青出行,以心意追思遥祭先人。摒弃了许多以往手提大把纸钱、香烛和鞭炮的传统陋习。

近些年,为巩固文明城市创建成果,进一步净化城市大气环境、倡导文明祭祀新风,主管部门和许多党员干部、志愿者都在向社区居民发起文明祭祀倡议书,让更多的居民群众参与到文明祭祀中来,提倡献一束花、敬一杯酒、植一棵树、清扫一次墓碑以及网上祭祀等无烟祭扫方式表达对逝者的哀思和怀念,树立现代文明祭祀新风尚。

2 彭水明 湖湘文化志愿者协会前会长

清明祭扫的传统一直以来都是针对自己家族的祖先、亲人,不过现在越来越多人会在这一天祭扫革命烈士墓,比如学校、单位,集中在一起缅怀革命先烈、感恩幸福生活,通过这样的祭扫来传承红色记忆,或是进行生命教育。

我认为这样的活动非常好,还可以听一听革命先烈的光辉事迹,教导今人学会感恩,自觉地培育和践行社会主义核心价值观,但有些时候这样的活动也流于形式,到了烈士墓地拍拍照还不够,要思考慎终追远、缅怀先烈的目的,如何把先人的红色精神、基因传承下去。

3 文长征 芦淞区金碧花园小区66岁

我记忆里祭扫肯定都会放鞭炮、烧纸钱的,但这只局限于扫墓当时,原来住在老小区里,还有人在楼房拐角烧纸钱,其实现在到了清明节、中元节前后,湘江风光带边上还是有人烧纸、放鞭炮,我觉得这种做法可以理解,但还是尽量不要在公共场所里做这些,毕竟有专门的祭祀广场,而且重在心意、不在形式。

找不同

下边两幅漫画共有7处不同,快来找找看吧!



技巧

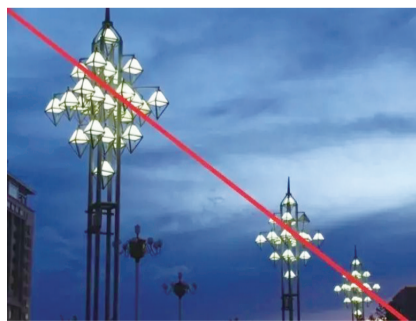
中老年人手机拍大片,掌握七个构图准则

- 1、对称构图法**
适用:对称的建筑、特殊风格的物体,有倒影的场景。
方法:从中间或是两侧对称即可。
- 2、S形构图法**
适用:拍摄蜿蜒、有延伸的主体,如河流、小路、人流等。
方法:远景俯视拍摄效果最好。
- 3、引导线构图法**
适用:拍摄道路、整排树木、建筑等。
方法:利用画面中的线条去引导目光,让目光最终可以汇聚到画面焦点。
在现实生活中,道路、河流、整齐排列的树木、颜色、阴影甚至是人的目光都可以当做引导线使用。
- 4、九宫格构图法**
适用:拍摄有少许人物或者其他主体的风景照。
方法:每台手机的拍照功能里,都可以设置“九宫格”参考线。它就是用来帮

- 助我们把画面平均分成九格,在中心块上确定四个角的点,用任意一点来安排拍摄主体对象的位置,可以突出主体对象。
- 5、三角形构图法**
适用:拍摄屋顶、斜拉桥、铁塔、合影等。
方法:将单个或多个拍摄主体置于同一个三角形中,拍出来的画面很稳。拍摄合影也可以选择三角形构图。
- 6、对角线构图法**
适用:拍摄“长形”主体或远景。
方法:把拍摄主体放在画面对角线上,对角线的存在能让画面更有延展性,更动感。
- 7、明暗对比构图法**
适用:逆光拍摄,剪影类照片,天然日光和大自然形成的明显阴影的风景照。
方法:拍照时只需要将对焦点放在摆好造型的人物或者动物身上即可。



▲对称构图法



▲对角线构图法