



最近,杭州家长陈女士和孩子就洗澡问题杠上了。“每天晚上都要催着他10分钟内结束洗澡,真的心累。”陈女士说,儿子上初二,每天都要洗头洗澡,30分钟是常事,“这学期初二后,学习紧张了,读读背背的任务有不少,晚上花半小时甚至40分钟洗头洗澡真的太奢侈!”(摘编自《钱江晚报》)

洗澡时间太长影响睡觉

因为儿子的洗澡时长,陈女士已经苦恼了近一个月。“儿子晚自习到家,基本在晚上8点半左右。吃夜宵、看看课外书、聊聊学校八卦,大概要半个小时。9点,我会提醒他读背英语,有时候补一下学校没完

初中生洗澡超半小时 拖延还是减压

成的作业。”9点半左右,陈女士会催着儿子洗澡睡觉。“我的理想状态是15分钟搞定刷牙洗澡,10点能躺床上睡着。这样到第二天6点40分起来,能睡八个半小时。”但令她崩溃的是,儿子经常洗完澡就超过了10点,再换个衣服、吹个头,一眨眼就10点15分了。“头发是短的,随便洗洗5分钟撑死了。再冲一下澡,怎么样也10分钟搞定了。”陈女士很困惑,一个男生,为啥洗澡要花那么长时间?

时间珍贵不如多“背单词”

家长方女士有个读初一的儿子,每天洗澡也要花上半小时。“洗半小时,浪费多少水!而且这半小时多么珍贵,多背点单词、多做一道题多好。”方女士聊起

儿子的洗澡时间,快要摇断头,“每次催他,还要和我吵起来”。

而家有长发女儿的妈妈们更是苦恼。“女儿的头发齐肩,发量多,每次洗头、吹头发都要花好长时间。”家长韩女士说,女儿爱运动,又容易出汗,小时候都是每天洗澡洗头,读初中后,每天睡前的时间捉襟见肘,不得不压缩到隔一天洗一次头。每周女儿的洗头日——周二晚、周四晚,韩女士都觉得跟打仗一样。前段时间,韩女士和女儿商量着调整优化洗澡方案,后来决定,女儿洗好澡后,安心写作业或者背书,妈妈帮忙吹干头发。

有家长心疼也理解

相比无奈的妈妈,家长田女士则对孩子的洗澡

时长表示了理解。

“小学时,儿子洗澡很快,大概几分钟就完成了。上了初中后,孩子洗澡却经常要用20多分钟。”田女士说,和孩子聊了后,她突然想到了自己读高中时,晚自习回家后经常会花上半个多小时来吃夜宵。

“那半小时,是曾经的我每天最开心的时间。因为不用写作业,而且以吃夜宵为借口,可以边吃边看一些爸妈眼里的‘闲书’,甚至可以看会儿电视。我经常希望这半小时能长一点更长一点,因为吃完了我就又要写作业、做题、复习了。”田女士说,孩子自己加长了洗澡时长,可能也有同样的想法。

“我心疼孩子,初中后,洗澡大概是他减压、放松的一种方式。”田女士说,她不再催儿子快点洗澡了。

做个会引导的外婆

过去,外孙女有个一边做作业,一边又想着手机里的动画片的坏毛病,女儿特生气,把手机藏了起来,可不但没效果,还激起了小家伙的反感。有一回我看不下去了,就让女儿离开。接着,我对外孙女说:“你做作业时想着动画片,偷看动画片时又担心做不完作业妈妈批评,结果作业没做对,动画片也没看好,搞得自己和妈妈都生气。这样吧,今天外婆做个主:只要你认真做完作业,咱俩就一起放心大胆地看它两集动画片。”

“真的?”外孙女的双眼顿时被我点亮后,就赶快做作业去了。

久而久之,外孙女专心做好每一件事情的好习惯就这么渐渐地养成了。“妈,你真是个好有耐心、会引导的好外婆呀!”女儿向我竖起了大拇指。(山西绛县 陈玉霞 65岁)

童心不老,开启去香港的快乐旅程

对于乐龄族游客而言,香港不仅是一个安全便捷、充满活力的旅游胜地,更是一个能够唤起童真、享受家人朋友温馨陪伴的理想之选。湖南华天国旅最新推出的“暖心相伴——香港四天三晚品质游”,将带您在香港寻觅心灵的宁静港湾,深度体验东方之珠的璀璨魅力与繁华景致,再遇童年的欢笑与纯真。报名咨询请拨打电话0731-55555555,以下精彩行程即刻专享。(文/刘霞)

祈福大屿山,洗涤心灵享受宁静

沉浸读经、静谧冥想、细品香茗……自去年起,寺庙游蔚然成风,寺庙成为现代人生活的自我疗愈之所。

坐落于大屿山昂坪高原的宝莲禅寺,始建于1906年,是世界名刹之一。邻近的天坛大佛被誉为大屿山最著名的旅游点之一。大佛端坐在大屿山木鱼峰上,佛像坐南向北,总高度约34米,以250吨青铜,历12年铸造而成,展现释迦牟尼在菩提树下得道时的坐姿。在昂坪的凤凰山山

麓,静静站立着由38条长8—10米,宽1米多梨花木木柱组成的心经筒林。木柱群的最高点是编号23的木柱,这里刻意留白,以象征《心经》“空”的要义。听禅寺悠扬钟声,观大佛慈眉善目,诵《心经》享内心宁静,本次旅程融入祈福大屿山的环节,邀您前往香港的后花园,探寻一处让心灵得以栖息的净土。



经典长相伴,感受香港的繁华与魅力

在游览了大屿山和长洲岛之后,市区的繁华也不容错过。我们的行程还包含了香港众多必游的旅游项目,带您全面体验香港的魅力。

打卡金紫荆广场上“永远盛开的紫荆花”,感受祖国强盛带来的自豪感;漫步星光大道,领略“东方好莱坞”百年来影视王国的发展历程;乘坐天星小轮游览维多利亚港,体会香港的独特魅力与风情;乘坐山顶缆车前往太平山顶,俯瞰香港全景,感受这座城市所蕴含的生机与

希望……香港的全新世界级文化地标——香港故宫文化博物馆等文化艺术设施,也将是您的行程之一。香港故宫文化博物馆常年展出九百多件来自故宫博物院的珍贵文物,目前馆内正在举办的“中华文明溯源”特展,是近年来全球范围内最全面介绍中华文明起源、形成与早期发展的展览之一。



长洲离岛游,享碧海清风品海鲜盛宴

香港拥有大大小小的离岛二百多个,各具特色,是享受自然、放松身心的好去处。行程特别安排长洲离岛游,带您亲身体验那里的碧海清风,品尝鲜美的



海鲜盛宴。长洲海水清澈,岸边细沙柔软,您可

以漫步海滩,慢享生活,也可以租一辆自行车沿着小岛骑行,阳光洒在肩头,海风拂过发丝,现下就是生命中最好的日子。

海鲜美食街是岛上的一大亮点,从龙虾、螃蟹到各种鱼类、贝类,新鲜美味的海鲜应有尽有。长洲太平清醮的传统糕点平安包,是长洲名物,现已全年供应,不可不尝。



名遐迩的童话世界,为长者也提供了丰富多样的游玩项目。

推荐观看《迪士尼魔法书房》等经典剧目,在轻松愉快的氛围中感受童趣;探险世界里的“森林河流之旅”,全年龄段的人都可参加,登上

对了,“复古”的探险船,领略热带雨林的神秘风光;晚上8点半,美国小镇大街,魔法般的立体光雕投影技术将迪士尼经典故事注入全新编排的经典乐章,通过一场星梦光影之旅,我们将更加珍惜陪伴自己走过不同时刻的挚爱亲朋。

这样丰富精彩的行程,是不是已经心动了?那就赶紧拨打电话报名吧。

