



修身养性

电闪雷鸣

# 咬牙切齿啊 为小猪和老妈“贴身肉搏”

□吃肉的羊乖乖

自从家有小猪,我家平静的生活更增添了几分快乐。由于公公婆婆年纪大了,照顾孩子的事情就麻烦俺爸俺妈了。我刚刚退休浑身还有使不完劲的爸爸妈妈,主动承担起照顾我家猪宝宝的艰巨使命。从2007年4月小猪出生,他们花了不少力气,我和老公也是万分感激,小猪和他们也是特别亲,但从今年的3月份,呵呵~~我家的战争就开始爆发了……

小猪上幼儿园,我选择了我们这里最好的一家,和LG商量,根据家庭情况,选择普通班就好了。小猪还不满3岁,所以是小班。俺滴个神哪,第一天上课,全家动员送孩子,到了幼儿园,一看满屋子孩子都在哇哇哭,姥姥姥爷就先不干了:“送到这么小的孩子班里,小猪不习惯。”在幼儿园,就朝我发了飙……

习惯不习惯,咱先上着,头两天小猪还没什么反应,到了第三天,终于觉得不习惯了,开始哭闹不去幼儿园。姥姥姥爷就开始心软了,不去就不去了,又不是没人给你们带孩子,可我们知



945宣舒乐全家福

道,如果不硬着心肠送下去,以后去幼儿园会更麻烦。我只好说我来接送,这下,可捅着马蜂窝了……猪姥姥眼泪就哗哗地流啊……俺心疼妈啊,算了,换个妥协的方法,去早教班。这个班学生少,老师多,讲课内容也比较有趣,最好的一点是班里孩子的年龄大小不一,这样能玩一起,可学费是普通班的一倍啊,咬咬牙把攒下准备换电脑的钱送幼

儿园吧。到了那家早教班,手工作业有不少,小家伙回来不管撕也好,乱涂乱画也好,装模作样也能完成,我也顺利把小猪接回了家,咱自己带着,可姥姥姥爷心里就空落落的了。为了让他们适应,俺干脆把接孩子的任务交给他们,我们下班回家吃饭,再带小猪回家,就因为这个错误的决定!让我后悔了……

就说昨天晚上,老师布置作业,看图讲故事,我辅导小猪把故事看明白,说清楚了,然后让他自己讲讲,嘿!人家不干了,死活就不说。我是好言相劝啊,结果,猪姥姥过来了,你当你孩子多大啊?会讲这个故事这么重要?知道就行了。看到有人帮腔,小猪表演的功力立马发挥到极致,抱着姥姥腿,开始哭了;我不想讲,姥姥求求你了,我真的不想讲。为了捍卫俺当妈的尊严,我把小猪拉到自己身边,这下好了,姥姥立马和小猪一起哭了:好好的孩子,你们一回来就弄哭,不就是讲个故事吗,不想讲就不讲,看把孩子吓得……

我快发疯了,妈!!这是我孩子,我在教育他,我说你护,这怎么能行?

你给我走!以后不要回来,孩子还是交给我们好,我们啥时候让他哭过……

我被老妈赶了出来,再回头的时候,看到小猪已经若无其事地玩他的玩具车了……

我真的是咬牙切齿啊!!!孩子这样教育可不成啊!!!老妈快把孩子还给我吧!!!

## 4种食物 比木瓜丰胸效果好

□shiyin005so

**酒酿蛋:**酒酿加入煮好的蛋中,加入一点糖,月经来前早晚吃一碗,据说养颜又丰胸。主要是甜酒酿含有醱化酵素,是天然的荷尔蒙,而营养完全的蛋也是热量来源。

**木瓜牛奶:**木瓜、牛奶都有助于胸部发育,木瓜加牛奶,丰胸效果更加倍。另外,青木瓜、地瓜叶和各种莴苣,也都是效果不错的丰胸蔬果。

**种子、坚果类食物:**含卵磷脂的黄豆、花生等,含丰富蛋白质的杏仁、核桃、芝麻,都是良好丰胸食物。另外,玉米更被营养专家肯定为最佳丰胸食品。

**维他命A食物:**如花椰菜、甘蓝菜、葵花子油等,有利于激素分泌,帮助乳房发育。

## 大蒜 让男人“长精神”

□漫舞

很多人都提倡春天多吃大蒜,因为病菌被“冷藏”了一冬,大蒜天然的杀菌作用能够在这时派上用场。其实对于男性而言,大蒜还有另一个绝妙好处——可以让精子数量明显增加。

专家说,尽管没有专门的实验室数据,但中医理论和临床都证明,大蒜作为阳性的药食同源食物,刺激雄性激素的效果毫无疑问。对于已确诊精子量偏少的男性来说,每天吃一到两瓣蒜,一天只吃一次,吃上两到三个月,在医院就可以查出精子量有明显升高。

大蒜让人“长精神”,还不止这么简单。春天是身体机能最旺盛的季节。大蒜的肌酸酐是参与肌肉活动的主要部分,大蒜中蒜素与维生素B1共同产生的蒜硫胺素,能消除疲劳、增强体力。大蒜的保健作用还包括促进新陈代谢,降低胆固醇和甘油三酯的含量,并有降血压、降血糖的作用,故对高血压、高血脂、动脉硬化、糖尿病等有一定疗效。

很多人不愿意吃大蒜,是怕口气熏人。专家推荐的办法是,吃蒜后嚼茶叶,尤其是花茶和铁观音最见效果。另外,将温热的牛奶在口腔里含一会儿,然后慢慢咽下,也能有效去除异味。其实,吃大蒜更应注意的不是口气,是食用禁忌。体质较弱的人,吃大蒜一次一两瓣即可,否则易上火。另外,大蒜最好在早晨和中午吃,因为大蒜在晚间吃更易刺激鼻、咽和胃黏膜。

奶爸打算盘

## 晒晒1岁半女儿的“富养”账单

□liulanguo

和同事聊起来,总是说什么“穷养儿子富养女”,其实,爱女儿也不一定要“富养”啊,晒晒偶家的账单吧,其实并不贵:

**衣:**衣服没花多少钱,基本都是朋友和亲戚送的,而且都是棉质的旧衣服,女儿很少出现皮肤过敏这类问题。

**食:**科学育儿,母乳喂养。女儿在1岁前都是她妈妈喂的,这里要感谢老婆一声。5个月以后,增加了辅食,也都是外婆在家做的,自己动手,卫生干净还便宜。断了母乳后,我家用的是喜安智的,现在一个月大概也就两三罐,按600元一个月算吧。

**住:**女儿暂时还没有自己的单独房间,外婆和她一起住,在大床上加了一个小布床,可以折叠的那种。买的时候300元,能用到她两三岁呢。好多朋友建议,说要注意孩子的小环境卫生,所以,家里也备用了一些84消毒液、蓝月亮洗手液什么的。一个月也就按50元计算吧。

**行:**婴儿车,同事送的。女儿用纸尿布,一天大概6-7片,在\*\*市场买的帮宝适,一次囤了5大包,价格还不错,每月200多。偶尔带女儿去远的地方,打的费也不多,算100元吧。

**其他:**奶嘴、奶瓶100元左右,各种玩具、图书,也就每月一两百元。给孩子准备的一些护肤品,小药品什么的,也就每月100元以内。女儿很少生病,就算有点小病,也能很快恢复。另外,因为多了孩子,有时买东西注意品牌和品质,有机猪肉、蔬菜、黑麦面包什么的,价格会相对高些,也不能算到女儿身上吧。应该是女儿的存在提醒了我们,要注意生活的品质。哈哈……

嗯,一算下来,我家闺女还是很容易养的了。钱多有钱多的花法,钱少钱少的花法,日子一样过,给女儿更多的爱,更多的时间。是那个名人说的,爱孩子就是陪孩子一起浪费时间。

潮妈惊魂

□周宏的妞

去小阿华家给儿子买衣服,随便买了两样就接近300块了,咋舌……感叹小朋友衣服贵死个人同时,心不在焉地下楼梯。

插播下今天的造型,黑色的裤袜,上面小西装(今年流行的那种,里面搭的小蕾丝裙),脚踏7公分的高跟鞋,很拉风。引得街上中老年妇女频频回头眼睛流露出羡慕的眼光。我那130多斤“苗条”的身影啊,那么多姿,那么摇曳!

言归正传,下楼梯,脚没抬起来,我尝试再抬一次,忽然重心不稳,人摔倒了,当时脑子里闪出4个字:“我命休矣!”

人没昏,开始滚下楼梯了,我还聪明,伸手紧抓住栏杆,

## 泪奔……俺摔下14级台阶

这样也没阻止住自己往下翻滚。翻了大概14级台阶,引起店员和顾客惊呼。

不知道那些看着我这个庞然大物从楼梯上滚落下来的人们,需不需要进行心理疏导?同情他们!

自己坐起来,跺跺脚,貌似没伤到骨头,摸摸脸还好。把袜子卷起来,腿擦伤两块皮。店员们扶的扶,倒水的倒水,还来了个店长对我进行心理疏导,其实最好的心理疏导就是把我给儿子买的衣服打到1折。

出门忘带电话,借一手机给老公打电话,我说你快来,我从小阿华家的楼梯摔下来了。老公很淡定,说:没事你跑那去干嘛!!!

爷爷的,我是没事吗?!——此话只在心中说,哪敢当众不淑女?

过了一会,老公来了,黑皮衣牛仔裤,很帅,很拉风!!!

他说:伤哪了?我说还好!他说:你踩脚了。我说踩过了!他说:扭扭脖子。我说:扭过了!他说:想吐不?我说:不想!他说:估计没事。我说:我觉得也是!!

于是付钱走人,我对收银小姐说:摔了这么大一跤,给点折扣吧?

小姐说:我们折扣都在电脑里统一的,送你一个宝宝碗吧!——得,摔了一跤,给儿子挣了个碗!

昨晚右眼跳,今天不该出门啊。

瞎掰取乐

□我就一转贴

性感分为三个层次:第一是内在气质,第二是举手投足引起的感觉,第三才是迷人的体形或健硕的外表。

男人的性感首先通过深刻的内涵放射出来,它是一种隐藏的力量,具有震撼人心的效果。美国人物杂志经常把五六十岁的影星评选为性感男人。代表力度的皱纹、脱口而出的妙语,都会令人在黑暗的电影院产生无数幻想。这其中的佼佼者是皮尔斯·布洛斯南和克林特·伊斯特伍德、罗伯特·雷德福等。

### 良好的修养和品格是男人性感的重要砝码

随着年龄和阅历的增长,女人会渐渐透过男人的表象欣赏他们由内而外的魅力。良好的修养和品格更为男人的性感增添一枚重要的砝码。很多运动型的

性感男人规规矩矩,有家有室,从周一到周五认真工作。他们周围不乏女性倾慕者,可他们对家庭一往情深,正直和谦逊是男人恒久的性感元素。

人们往往有一种错觉,以为高大威猛、性感外向就是性感男人,其实性感是一种内在的体现,并非一件可以随便戴在身上的装饰品。自认为性感的男人让人讨厌,自恋是男人最要不得的品质。有些男人自认为英俊潇洒,随处照镜子,借着车窗照,对着电梯里的镜子照。自恋使男人盯着自己脚尖的灰尘,完全忽略了周围的世界。

### 善良而真诚的男人才是稀有的精神贵族

商业社会里,善良而真诚的男人才是稀有的精神贵族,他们自然、率性,丝毫不矫揉造作,具有亲和力的笑容可以照亮整个房间。不同女人眼中的性感元素



958号朱宸昊全家福

不同,有的女人喜欢偏于中性的角色。越来越多的男人注意修饰自己,衣着得体、举止大方。有些会收拾房间、能做一手好菜的男人才深得女人青睐。

但无论时尚的风景怎样变幻,人性中的善良、正直、勇敢、谦逊等是男人性感恒久不变的元素。

### 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 [kbddzk@163.com](mailto:kbddzk@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。