



婆媳之间

一盒无糖饼干

□玉蝴蝶sz
引用地址: <http://www.xici.net/d139644297.htm>

艾子和婆婆的习惯和观念比天壤之别还要远。艾子喜清淡婆婆好咸辣,艾子细声细语婆婆大嗓门,艾子爱清净婆婆重手重脚……这些生活习惯且不提了,关于育儿方面,那她俩简直是南辕北辙。小宝宝刚出生,一哭她就抱,婆婆说不要抱,书上明明写着新生儿每天至少要抱16次呢,人家还不会说呢,要喝奶了,尿布湿了,能不抱不管嘛。满月后按医嘱给宝宝补充多种维生素滴剂,婆婆说他们那儿的小孩除了喝奶,不喝这些东西也长得跟牛一样,天啊,那这世界上有人成了美国总统,也有人当一辈子的乞丐呢……

于是,艾子生完小宝贝出月子后没多久,就把婆婆“请”回老家了。从此忙得脚后跟打后脑勺,小乖乖要喂奶哦,大哥哥要陪着玩哟,还得填好四个人的肚子呢,忙得分身乏术,累得天昏地暗的时候,想想别人家早晚围着孙子媳妇转的好婆婆,心里没有意见和怨尤,那200%是假的。

其间婆婆也打了几次电话,问需不需要她来,艾子都婉言谢绝了。咬紧牙根,也准



1370号王湘然和爷爷奶奶

备坚持到底。

这天,带大哥哥和小乖乖去超市购物,大哥哥要吃饼干,艾子就给他买了两盒,一盒是无糖的。大哥哥长了两颗虫牙不说,少吃糖也影响钙的吸收。回到家,大哥哥急不可耐地要吃饼干,艾子先打开了无糖的这包。

大哥哥只吃了一口,就吐吐舌头说,妈妈,一点儿也不好吃。艾子不信,取过来一片尝尝,的确,与香香甜甜的饼干相比,索然无味,感觉似乎在品味一张白纸。这时才豁然明白,大家为什么爱用“甜蜜蜜”、“甜滋滋”、“甜腻腻”来形容美好幸福的感觉。无糖的世界,原来如此苍白,如此寡味。

艾子那风马牛不相及般的婆婆,患糖尿病已有十年。

有个词叫“甘苦自知”,婆婆她所承受的病痛,艾子所肩负的重担,她俩少有换位思考过。这盒无糖饼干,改变了艾子的很多想法。

都是一家人,求大同,存小异,宽容是爱的基础,爱是家庭的基石。化解矛盾,和谐万岁。婆婆上周又打电话来了,还是那句话,需不需要我过来帮忙?行啊,欢迎您来。

都是一个人,求大同,存小异,宽容是爱的基础,爱是家庭的基石。化解矛盾,和谐万岁。婆婆上周又打电话来了,还是那句话,需不需要我过来帮忙?行啊,欢迎您来。



靓妈瘦身

巧吃山药瘦身又丰胸

山药是一种非常理想的减肥健美食品。它含有足够的纤维,食用后就会产生饱胀感,是一种天然的纤体美食。其次,山药是一种高营养、低热量的食品,可以放心地多加食用而不会有发胖的后顾之忧。

塑臂丰胸粥

材料:薏仁50克、枸杞15克、山药50克、葛根10克
做法:将所有材料放入电锅的内锅中加入2碗的水,外锅放2碗水,待电锅跳起即可食用
PS:可加少许盐调味

山药蜜茶

材料:山药粉20克、蜂蜜(量依个人喜好斟酌)
作法:山药粉20克,用慢火煮约3分钟,关火放置焖热5分钟,加入蜂蜜即可。
新浪

美胸山药奶

材料:优酪乳1瓶、山药粉适量
做法:山药粉与优酪乳一起放入杯中搅拌均匀即可
PS:可依个人喜好的量加糖与白开水

山药苹果汁

材料:山药粉15克、苹果1颗、鲜奶250cc
做法:苹果去皮切小块;山药粉、苹果块与鲜奶一起放入果汁机搅拌即可
PS:可依个人喜好的量加糖与白开水

山药芝麻糊

材料:山药粉20g、芝麻粉120g、鲜奶250g、冰糖适量
做法:山药粉加入黑芝麻粉和鲜奶,以小火煮开搅拌均匀,加入冰糖即可



1750号俞涛琪妈妈

龋牙兔儿童情商训练营

春季班现在报名啦!

再忙,也不要落下情商

龋牙兔儿童情商乐园, 国内权威儿童情商训练机构, 美国 SEL 社会情绪发展计划的中国实施基地。 遍布于全国的 50 多个训练中心, 每年服务于 40,000 个 0-15 岁少年儿童及家庭。

研究显示, 90% 的中国孩子有以下困惑:

- ★ 孩子内向、害羞、不自信;
- ★ 对一切都没有兴趣, 缺乏责任感和竞争力;
- ★ 急躁、爱发脾气、攻击性强;
- ★ 对环境不适应, 对家人依赖性强;
- ★ 跟父母难以沟通, 不服管教;
- ★ 做事磨蹭, 无法专注功课;
- ★ 挫折抵抗力差, 无法接受失败或批评。

受训后的好处:

- 1 认识自身潜能、增强自信心;
- 2 克服心理惰性, 磨炼战胜困难的毅力;
- 3 激发主动学习的热情和良好的生活习惯;
- 4 超强的环境适应能力和压力应付技巧;
- 5 更强的挫折抵抗力和情绪控制能力;
- 6 圆融的人际关系和沟通技巧。

龋牙兔课程:

0-3 岁课程:

- ★ 9 12M 神奇新世界
- ★ 13 18M 小小探索者
- ★ 19 24M 独立小兵团
- ★ 25 30M 社交万人迷
- ★ 31 36M 当家鬼仔王

3-6 岁课程

- 情商基础营(上) 情绪 E 乐园
- 情商基础营(下) 小太阳 3Q 效能营

7-12 岁课程

- 情商基础营(上) EQ 高手训练营
- 情商基础营(下) E 时代 3Q 领袖训练营

更多详情请登陆: <http://www.pngm.com>

<p>白下文联</p> <p>84517922</p> <p>常府街四条巷 12 号文联一楼</p>	<p>河西龙江</p> <p>86371979</p> <p>江东北路 301 号滨江广场 01 幢 6 楼 B 座</p>	<p>山西路少年宫</p> <p>83357020</p> <p>山西路青少年宫少儿活动部</p>	<p>新街口全民健身</p> <p>84450399</p> <p>中山东路 145 号全民健身中心 9 楼</p>
--	--	---	--