

第一届辣妈萌宝见面会·万圣节派对圆满结束 逗萌“小苹果们”嗨爆全场 美丽辣妈交流分享



上周末是西方的万圣节，《现代快报》辣妈帮第一届线下见面活动成功举办。本次活动以“不给糖就捣蛋”为主题，萌娃们盛装汇集在金汇大酒店，发挥团队精神完成了一系列的神秘任务，不但都得到了丰盛的礼物和奖状，还为妈妈们赢得了美味丰盛的自助大餐。

现代快报记者 昂洁/文 现代快报记者 徐洋/摄

“小苹果”音乐一响 萌娃们全都“扭动”

主持人给辣妈萌娃们发放了任务卡，其中一项任务是在2分钟内即兴表演自己最擅长的技能，大家都争先恐后地上台一显身手。“太阳组”17月大的王墨嫫宝宝听到妈咪放的“小苹果”音乐，就手脚并用屁股撅着有节奏地跳了起来，把大家都逗乐了；“星星组”的6岁男孩邱天，也给大家表演了“小苹果”，他很会带

动现场的气氛，直接把“爱心组”的张梓骁等宝贝也“号召”上了台，一群宝贝一起跳起了集体舞；“月亮组”的丁钦意和梁睿芝是一对漂亮的好闺蜜，两人穿着魔法披风同台表演了诗词；王湘然和王湘荃兄弟俩非要说：“我们要各表演各的！”最后，弟弟胆怯，哥哥贴着弟弟的耳朵给他念歌词，场面相当温馨。



“团队任务”让萌娃学会交换分享

在活动进行的过程中，主持人继续给大家分发任务卡，这一轮的任务是：同组的宝贝要向别组的妈咪宝贝收集四种颜色的五颗糖果，大宝要帮助小宝贝完成任务。出乎意料的是，宝贝们都很快地把任务完成，把收集的糖果展示了出来。当主持人问宝贝们：怎么将任务完成得这么快？“爱心组”的杨丝雯宝宝说：“和其他组的小

朋友交换糖果，大家在一起数颜色和个数，很快就能完成了，妈妈说要学会把自己的东西分享给别的小朋友，大家一起齐心协力才能取得好成绩。”由于每组都分配了一个两岁以下的宝宝，但来“交作业”的宝贝都是相对较大的，他们称自己为“组长”，帮助组里的小弟弟小妹妹一起完成任务，共同赢得丰盛的自助大餐。



辣妈会“捣饬”时刻美美哒

89年出生的辣妈张艺馨妈咪是当天活动中最年轻的妈妈。虽然宝贝才20个月，但是她身材非常好。“很感谢现代快报《悦生活》的“辣妈帮”活动，活动很精彩，还能让宝宝和小朋友一起多学点东西，懂得分享、开拓视野。”问到保持身材的小贴士，艺馨妈咪俏皮地说：“就是月子里不要吃太多，生娃之后更要对自己好，要时刻美美哒！”一位妈咪感慨，“参加活动不但我们可以获得护肤品、面膜，宝贝们有奖状，连没来的爸爸们都有白酒礼盒，‘辣妈帮’考虑得可真细致，金汇大酒店的菜品更是美味又精致，量又足，感谢‘辣妈帮’给我们带来的福利！”

【辣妈帮】福利：

宝贝照片有机会登上《现代快报》版面秀一秀，线上线下活动名额优先选取

【辣妈帮】加入方式：
一定要加关注公众账号：现代快报悦生活，回复“辣妈帮”按提示操作



孩子不听话能打吗？

虽然体罚孩子有许多负面的影响，但是，在教育孩子的过程中，也有不得不打的时候，有时候，一时气不过打了不听话的孩子，也是许多父母经常会出现的情形。家长们应调整好自己的心态，尽量控制自己不打孩子，用自然后果惩罚孩子。

1. 尽量控制自己不打孩子

不打孩子应该是一个理想的状态。

当孩子犯错误时，家长不要急于打孩子，因为冲动地打孩子，效果往往适得其反。这时候，你可以向孩子说出自己此刻的感受，让孩子知道你对他刚才行为的不满。

2. 用自然后果惩罚孩子

孩子犯了错，无须过多批评，让孩子自己承受行为的过失或者错误造成的后果。

对于年幼的孩子，家长还可以告诉孩子修正错误的具体方法，指导孩子自己去弥补错误。

3. 用间接的方式惩罚孩子

如果孩子的过错不大，家长可以对孩子已经发生的错误不过分追究，而是通过给孩子使眼色、对他的行动加以限制、扣留他喜欢的东西、限制他娱乐的时间等间接惩罚的手段与方式，让孩子记住这次教训。比如，玩具不收拾好，就取消看动画片的时间。

4. 打孩子时不要情绪化

如果出现了不得不打孩子的情况，比如，在多次劝告无效的情况下，孩子依然不停闹腾而影响到了自身的安全、周围人和周围的环境时，父母首先要稳定自己的情绪，冷静面对孩子的问题。

5. 让孩子明白自己被打的原因

在迫不得已要打孩子的时候，父母要把打孩子当成一种教育的仪式，一定要明确告诉孩子，他为什么会挨打，这次要打几下，下次再犯错误要如何处理等。



金涌牛肉牛筋锅 吃一锅58元还返38元券

吃牛肉牛筋就到“金涌牛肉牛筋锅”！以牛肉牛筋与火锅的完美结合为特色，既保留了火锅便捷、卫生、精致的优点，又融合了牛肉牛筋健脾养胃、强筋壮骨的食补功效。慢火费时炖出来，把各种营养调配到最佳状态，让你在吃火锅的同时又能体味到延年益寿的放松感，香气四溢的“金涌牛肉牛筋锅”绝对令人垂涎三尺。

牛筋糯，牛腩脆，肥牛肉嫩滑，轮流吃完这些，再尝一口原汁原味的全牛汤，那真叫回味无穷、欲罢不能！关键是58元一锅够三四个人吃还返38元券的活动太给力了。

这个时节天气很宜人，相约亲朋好友，一起去逛逛湖南路，然后在位于鼓楼区湖北路10号的“金涌牛肉牛筋锅”，来顿热腾腾的美味滋补，那感觉才美妙，难怪近日店内订餐热线18913028577火热。河西附近的朋友，当然也可以直接去江东北路293号银城街名泰假日旅店旁的店，订餐热线86367398，正宗味美又划算的“金涌牛肉牛筋锅”绝对是不可多得的养生滋补美食。

好吃的老卤面汤要清



主持人：@老夏逛菜场

个人简介：资深美食博主、资深“菜篮子”记者，凭借多年的采访经历，跑遍了南京大大小小的菜场和角角落落的小吃店，先后整理出版了《南京小吃》《南京面条》的美食地图，被吃货奉为“美食秘籍”。

刚刚获得2014中国面食文化节“中国最佳大众好味道面食汤料”大奖的面公馆师傅告诉记者，很多人家熬汤都是先烧开，然后小火慢慢炖。有的吃货到面馆吃老卤面，认为老卤汤汁越浓越好，其实这些都是美食误区。正确的做法是，将调料用纱布包裹起来跟老母鸡或骨头一块儿熬，千万不要烧开，要一直用小火慢慢熬，并不断地把漂在汤上面的沫子撇掉，

这样熬出来的汤或老卤可以清澈见底，而味道却很醇厚。

在去年南京首届面条节暨《南京面条》地图签售会上，面公馆将面锅搬到凤凰书城现场下面，请消费者品尝。由于不放添加剂，食后口不干，清润味美，受到各方吃货的好评。据说这次获了大奖，记者又特意赶到金鹰店点了获奖的腰花面，品尝之后感觉不错，有时间的吃货不妨去试试。



月宫会所

58元

【送：套餐】

聘：执行总经理、营销经理
各类技师、服务员

热线：66077716 地址：江东北路216号