

成为育儿网注册会员 付费后却很少关注 网上注册 宝妈莫冲动

□本报记者 潘丽亚

为了能够“科学养娃”，学习更多的育儿知识，不少新晋宝爸宝妈会在网上寻求科学方法，并注册了不少网站的会员，甚至是付费会员。然而，多数人付费后却发现，育儿网站的会员注册了不少，真正关注的却不多。

新宝妈：忙在育儿网注册会员

家住市区淞江路天元明珠小区的林女士是一名新宝妈，去年11月生完宝宝后因为双方父母都不在身边，一度因为一个人面对女儿一筹莫展。在老公的提醒下，她开始关注很多育儿网站、微信公众号等，还在月子里的时候就时不时地上网浏览育儿信息。“女儿满月后，我还兴奋地在育儿网站充值注册了会员，并有一个育儿网页，每天上传一些孩子的图片、成长记录什么的。”林女士说，新奇了两个月，只照顾孩子就够她手忙脚乱了，根本想不起来去关注那些网上的育儿信息，而专门为女儿开的那个网页也很久时间没有更新了。

“一般这些会员费用也不高，有



的一年才100多块钱，所以和我同龄的朋友好几个都注册了。”林女士说，后来大家在交流中才发现也就新鲜一段时间，时间长了大多数人就不会再关注了，但费用却已经支付。

与林女士一样，去年9月份生完

宝宝的马女士也有这样的经历。马女士从怀孕开始便不断在一些育儿网站或微信公众号里注册会员，大部分都是付费会员，一般都是一年一二百元，在充值会员时，马女士信心百倍，下决心成为一个全能宝妈，从宝宝的衣食住行，到宝宝的健康、情商、智商的培养等都有关注。“起初，我确实很认真地在认真学习，还会针对网上的一些说法与朋友讨论。可是，现在孩子慢慢大了，才发现很久都没有关注过那些信息了，一些网站现在都找不到了。”马女士说。

专家：理性注册会员

对此，国家二级心理咨询师李丽表示，这些新手宝爸宝妈们最初的愿望都是好的，就是希望通过各种方式培养一个健康、优秀的宝宝，可是到了实际操作和现实生活中，并不是所有的人都适合于网上的那些育儿信息，也不是所有宝爸宝妈们能够完全按照网上的方法去养育孩子，大多时候还得因地制宜，因人而异，所以如果无法长时间坚持关注那些付费信息，建议新手宝爸宝妈们还是在网看看免费文章，别乱花钱了。

天花板墙皮脱落 谁该担责

□文/图 本报记者 于文博

“我家卧室天花板上个星期突然脱落了两块墙皮，还好没有碰到人。我和装修人员联系后，他们说不是他们的原因造成的，不归他们管。现在这问题我该怎么解决？”3月21日，市民王女士向本报求助。

王女士家在市区人民路居住，两年前，装修后她搬入现在居住的房子。装修的时候，由熟人介绍，她将装修全部交给了李先生。“李先生是卖装修材料的，平时也帮人装修房子。”王女士说，“他自己不做装修，而是在街上找一些水电工、泥瓦工、木匠等，组织他们进行装修，当时给我家装修天花板的就是他在街上找的工人。”装修前，王女士曾经和李先生有口头协定，“他说，如果有问题，可以和他联系，他再补修。”

天花板墙皮脱落后，王女士联系了李先生。随后，李先生赶到王女士



王女士家天花板的墙皮自然脱落了两大块。

家中，查看了天花板的情况后告诉王女士，天花板墙皮脱落的原因并不是当初装修的问题，而且装修已经过去两年了，早就过保修期了，天花板墙皮出问题应该由王女士自己找人修理。

“当时，他并没有说保修期是多长时间，而且他去我家只看了一天

天花板，就说不是他的责任，这也太不负责了。现在他不给维修，我自己修又觉得不合理，下一步该咋办呢？”王女士求助道。

随后，针对王女士的情况，记者咨询了河南澜业律师事务所李凯，李凯建议王女士先请专业人士对天花板墙皮脱落的原因进行鉴定，确定原因后，根据装修时的协定划分责任，若责任在王女士一方，王女士可以自行修整，若责任在装修方，王女士可以要求装修方对此负责。

我市某装修公司有着十二年装饰经验吴师傅说：“装修房子时最好铲掉原来的腻子，如果不铲除的话容易出现起壳脱落。墙面是水泥表层，内部水分干不了，经过季节性的热胀冷缩，这层腻子起壳脱落很正常。一般来说，铲除后要掸干净尘土然后再刮腻子粉，等干了再打磨刷漆，这样就不会出现墙体起层或者掉落的情况了。”

春分养生要注意啥

□本报记者 尹晓玉

随着生活水平的不断提高，市民的养生意识也在增强。3月21日是二十四节气中的春分。春分时节气应如何防病、养生？3月21日，记者来到市中医院采访了副主任医师原文涛。

养生：保持乐观的心态

“现在是春天了，也是养生的好时候。”原文涛说，“春分时平分了昼夜和寒暑，此时的特点就是阴阳平衡，养生也要顺应此特点，尤其要注重调和五脏阴阳。精神调养要做到心平气和，保持乐观愉快的心情，切勿情绪大起大落。起居方面，虽然天气回暖，但早晚温差大，市民要注意适当增减衣物，穿衣宜下厚上薄，注意下肢和脚部保暖。天气晴好时可到公园锻炼身体，以散步、慢跑、打太极拳为宜，提高免疫力。”

解春困：保证足够的睡眠

春天，人们容易感到乏力或精神不振。“春困是一种正常的生理现象。”原文涛说，首先要保证睡眠时间。每天保证7~8个小时的睡眠，但不要超过9个小时，睡得多不利于身体健康。”市民还可以经常按摩太阳穴，晒晒太阳、听舒缓的音乐等，这些都有助于缓解春困，调节情志。

饮食：少吃酸味食物 多食时令蔬菜

原文涛介绍，古代名医孙思邈说过：“春日宜省酸增甘，以养脾气。”意思是说，春天宜少吃酸的，多吃甘味食物，因为春分时多食酸味食物会使肝气过盛而损害脾胃。蜂蜜、红枣是春分时节的首选。每天吃几颗红枣或以1杯温开水冲服1~2匙蜂蜜，对身体有滋补的作用。另外，春天多吃时令蔬菜，如植物生发出的新鲜嫩芽，如香椿、豆芽、蒜苗、豆苗等。

分类信息

2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话：0395-3132295 3117189 13781707655

家政服务

洁爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗
石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

保姆月嫂

雪绒花母婴关爱中心 工商
注册
服务内容：月嫂育婴 催乳 小儿推拿 满月
发汗 保姆护工 常年培训 安排就业
昌建东外滩A2座24楼21室 13939531652

欢迎刊登 分类信息

世纪缘

白领相亲会所
2003年~2018年
世纪缘全城寻找
诚心找对象的人

●征婚：(32998) 女，34岁，无婚史，1.60米，经商，肤白靓丽，性格开朗。觅稳重踏实男士。
电话：2116177 微信：13523953597

●征婚：(61425) 男，33岁，离异，1.73米，经商，家庭优越，诚实稳重。觅温柔大方、会持家的女士。
电话：2116177 微信：13523953597

●征婚：(61713) 女，28岁，离异未育，1.64米，事业单位，肤白温柔，善解人意。觅人品好、踏实可靠男士。
电话：18839527539 微信：luohe6179

●征婚：(61429) 男，39岁，离异，1.74米，经商，收入丰厚，有事业心。觅脾气温和的女士。
电话：13193907179 微信：13193907179

百业信息

易经研究
生意 财运 考试 工作
婚姻 生克化解 起名 家居布局
新房规划 地理勘察
电话：15803958920 赵老师 15603958221
辽河路与舟山路交叉口向东100米路南农行家属院

出租出售

出租
西邻京港澳南高
速口，厂房仓库有出
租(含办公室)，面积
2000平方米，
13939509785。

传递最实用的生活资讯