

中秋赏月正当时

今年中秋不远行,跟着古代诗词,在家门口,把酒问青天……

中秋将至,在常态化疫情防控下,为推动文化旅游消费,方便市民和游客出行休闲,福州市文旅局推出六大主题赏月线路以及系列景区惠民措施。这个中秋佳节,不必远行,在家门口,亦可与家人一起赏花、赏月、赏秋香。

跟着诗词打卡福州赏月线路

明月未出群山高·山林赏月

线路一:鼓岭大梦书屋—柳杉王公园—柱里景区(露营地)
线路二:欧乐堡海洋世界—中国云顶景区
线路三:贵安水世界—贵安温泉懒虫房车露营公园

中秋明月涨金波·游船赏月

线路一:上下杭历史文化街区—闽江夜游
线路二:温泉公园—晋安河游船
线路三:福山郊野公园—白马河游船

凝光悠悠寒露坠·登高赏月

线路一:鼓山登山古道—十八景眺望台
线路二:朱紫坊历史文化街区—鳌峰坊历史文化街区—于山风景名胜公园
线路三:温泉博物馆—金鸡山公园

依楼听月最分明·古厝赏月

线路一:江心公园—烟台山历史文化风貌区
线路二:三坊七巷历史文化街区—乌山风景区
线路三:罗源洋坪古村落—畲山水景区—福湖村

湖光秋月两相和·亲水赏月

线路一:达明美食街—福州西湖
线路二:中国船政文化景区—闽安古镇—东江滨公园
线路三:商务印书馆福州分馆—东湖数字小镇

更邀明月濯涟漪·金汤赏月

线路一:闽越水镇—昙石山特色历史文化街区—凤翔首邑温泉旅游度假区
线路二:福道—源脉温泉园

安全出行 温馨提示

福州市文化和旅游局提醒您,中秋赏月虽美,但疫情防控不能松懈。市民朋友要继续绷紧疫情防控这根弦,落实好常态化疫情防控措施,增强防护意识,做好防护措施,提前规划,错峰出行,随时了解疫情及防控信息,安全出行,过一个健康平安的中秋佳节。



景区门票优惠 激活假期市场

中秋假期,福州众多赏月点,也应景推出优惠。记者了解到,源脉温泉园于9月1日—28日期间,在源脉微商城开启拼团活动,温泉门票3人拼团可享受门票88元/人优惠;5人拼团可享受门票66元/人优惠。而凤翔首邑温泉度假村打折力度颇大,在9月5日—30日,原价618元/间,优惠价398元/间,含温泉门票;原价998元/间,优惠价798元/间,含温泉门票。9月19日—21日,中秋门票优惠99元/人。

贵安儿童职业体验中心推出了套餐优惠,9月10日—10月7日,“奇趣家+海洋馆”套票线上购买优惠价159元/人,窗口购票优惠价184元/人。

不少景区推出了博饼活动。闽江夜游在9月19日—21日期间,游客凭票免费获得一次博饼机会。皇帝洞生态旅游景区9月19日—21日,在售票处购买1张门票可领取1张博饼券,博饼礼品为酒店住宿、景区门票等。

除此之外,红罍公社9月18日—10月10日,入住民宿免费采摘杨桃、洛神花。龙台山生态园9月1日—10月10日,给出中秋国庆特惠门票19.9元/张,限量100张的优惠。

校园欺凌 预防比发现更重要



海都记者
林星宇 余泓妍

近日,一则江苏15岁中学生因琐事,刚入学5天就被同学殴打致死的消息引起社会的广泛讨论。近年来,青少年校园欺凌现象时有发生,触动着社会的神经。海都邀请福州市青少年心理服务中心副主任叶德琴老师,以实例剖析校园欺凌背后的原因与对策。

“被隐藏的伤害”

小文是一个12岁的女孩,她长相姣好,成绩中上,但性格内向、家庭情况较差,刚上初中就被同学以言语或肢体方式欺凌。这样的经历给她带来了恐惧:白天吃不下饭,晚上总是梦魇缠绕,久而久之日渐消瘦,成绩直线下滑。

她的父母都是环卫工人,在向父母求助时,换来的却是一顿痛骂,“怎么都不欺负别人,就欺负你?肯定是你自己的问题!”她也尝试过向老师求助,老师并没有太重视:“同学之间开玩笑也是正常的,不要太敏感!”小文非常失望,她不知道还能向谁求助,甚至动起了轻生的念头。

叶老师告诉记者,受欺凌者通常内向、不善表达、自卑。经常因形象或生理缺陷等受到欺凌者言语、肢体、网络以及心理上的攻击。而“欺凌者”往往擅长伪装,学生对欺凌的界限模糊,父母以及老师容易忽略、或抱着“小事化了”的心态,这都导致“受欺凌者”关上心门,他们并没有意识到,孩子们所经历的是难以言说的“被隐藏的伤害”。

叶老师表示,“欺凌者”也同样值得关注,他们通常自我控制能力差,家庭教育也存在一定问题。欺凌者出现攻击行为时,他们并没有受到严厉的教育,或者在父母打骂中成长,他们在家庭中受到的伤害也是同等被隐藏的。



不能总靠悲剧来提醒

叶老师告诉记者,不能总靠悲剧来提醒社会关注校园欺凌。“当孩子的正常需求没有被满足,他又不知道如何正确进行自己的情绪表达,就会导致欺凌行为的出现。”

同时,家长也要注意子女的日常状态。当孩子发出“求救信号”时,是“及时止损”的最佳时期,一定要耐心倾听,家长的态度很大程度上决定了孩子能否对校园欺凌说“不”。而对于欺凌者的学生家长,一定要重视并积极共同应对。

家长应及时与老师取得联系,做到“家校合一”。作为老师,首先要重视,其次应采取及时有效的反制措施,可以针对发生在班上的欺凌行为设立班规,教育与惩罚并重。学校也应成立专门的防治委员会、规定具体的惩戒措施。

生命教育刻不容缓

“预防比事后干预更加重要。”叶老师表示,校园欺凌事件通常发生在偏僻角落,这就造成学生欺凌行为难以被发现,这便需要将预防的种子植入学生的心中,增强学生的预防意识和能力。

在校园中适时开展多种形式的生命教育课程,引导学生增强调控心理、应对挫折、适应环境的能力。针对校园欺凌,组织主题活动,通过情景模拟、辩论、校园剧等多种形式,让学生知道欺凌的危害,知晓基本的法律边界和行为习惯,养成遵纪守法的良好行为习惯。

叶老师还强调,被欺凌者以任何方式求助,一定要保证自己不受二次伤害。不要当着施暴者面或者公开地以“告状”的方式寻求老师的帮助,容易刺激到施暴者,从而再次受到伤害。当求助家长和学校都无效果时,可以选择报警的方式保护自己。

夜幕下 我变成猫

福州教育学院附属第二小学
六年(1)班 丁怡然

我曾多次向往过猫那样无忧无虑的生活。今天,我终于成为一只有着光滑黑色毛皮的猫。夜幕刚刚降临,我在小区里闲逛。“嘿,你是新来的吧?”一只虎斑猫不知啥时候出现在我身旁,“要小心保安和花匠,他们对我们不太友善。不过你可以去窗台看看,孩子们可喜欢猫了。哎,现在的孩子挺惨的,真不知他们是怎么活下来的。”“哪有这么夸张?”我想。不过我仍然听从它的建议。

“一只猫!”一个十来岁样子的小女孩从书桌旁站起来,惊讶地说。她长相清秀,但脸上写满了疲倦。“好累啊!”她看着我,似乎想倒尽肚子里的苦水,“作业很多,要上网课,现在每个人都这样,而且家长有时又不信任我,唉!”

突然,房间外传来一声吆喝:“网课开始了!”“来了来了。”小女孩垂头丧气地离开。

这时,右下方的房子里响起间断的嘈杂声,我赶忙纵身一跃,落在房间的窗台上。

房间门被重重地关上,一个少年走了进来,脸上有几分戒备,眼中含着泪水,但他并没有哭。

“明明不是我拿的!”他自顾自地说,“估计是他们弄丢的,还怪到我头上!”少年突然发现了我,便犹豫地靠近。

“我的父母丢了钱,硬说是我拿的。被我爸打了一顿,我也许活得还没有一只猫好!”

少年叹了口气,表情中的戒备逐渐化为委屈,他在书桌前坐下,默默地写起作业。……

我同时想到,我所看见的,只是沧海一粟,在夜幕下的万家灯火里,还隐藏着多少故事?