



随着二胎政策开放，老龄化程度加重，家政产业强大的市场潜力和发展空间日益凸显，家庭服务需求呈现出前所未有的发展态势。与此同时，在“大众创业、万众创新”发展战略的指引下，精准发力供给侧结构性改革，推动家政服务业规范化、职业化建设之路不断深入，凤网e家推出“家政服务合伙人”计划，寻找有想法、有热情、敢想敢干的伙伴们，投身家政服务一起造梦。



错误喂养宝宝的几个方面
文/吕云双(湖南省儿童医院消化营养科)

1. 不合理给宝宝补钙。6个月内的宝宝，母乳可以保证宝宝摄入足够的钙。只要平时多带宝宝户外运动，多晒太阳就可以了。2. 不按正确方案配比奶粉。家长给宝宝冲调的奶粉量及水量必须按罐上指示冲泡。奶粉冲得太稀，会导致蛋白质含量不足，引起宝宝营养不良；奶粉浓度过高，宝宝饮用后，会使血管壁压力增加，宝宝胃肠消化能力难以负担，宝宝肾脏的排泄能力也难以承受。3. 长期用矿泉水冲奶粉。有些家长会觉得矿泉水含有的矿物质更高，可以给宝宝补充矿物质。实际上，专家早指出，矿泉水不适合婴幼儿长期饮用。正是由于矿泉水中矿物质含量比较高，长期大量饮用会加大宝宝患肾结石的风险。4. 经常让宝宝大鱼大肉。家长都喜欢让宝宝多吃肉，生怕宝宝营养不够。其实，过度摄入大鱼大肉，极易加重宝宝肠胃负担。

从负债到年收入500万元，为40多名创业者打造家政品牌 做家政创业者的“一站式大管家”

今日女报/凤网记者 史超

有人创业为生计，有人创业为梦想，还有人为了爱。从负债几百万元到拥有五家公司的老板，对龚荣春来说，只为兑现一个“爱的承诺”。龚荣春是四川自贡人，而他的妻子付元则是个地地道道的湘妹子。2007年，30岁的龚荣春和年方20的付元在温州相遇相恋。距离、年龄的差距遭到了付元父母的极力反对，“当时她父母把她接回湖南，手机号码都换了，见不着面，电话也联系不上。”可一心认定付元的龚荣春不想就此放弃。2008年，湖南遭遇百年难遇的特大冰灾，龚荣春冒雪赶来，费劲周折找到付元的家。这股执着，最终打动了付元的父母。龚荣春也做出一个爱的承诺——来湘创业。并最终创立了同诚家政、环宇基地，以及为创业者提供创业服务的“金牌大管家”服务项目，先后为40多名创业者构建了属于自己的独立家政品牌。

本期，今日女报/凤网记者带你一同走近为爱出发的“金牌大管家”龚荣春。



金牌大管家家电清洗技能培训。

“一站式”清洁服务 让他从负债到年收入500万元

龚荣春做过酒店管理，擅长企业策划运营。2011年，他与付元结婚后，俩人开了一家酒店。没想到行业不景气，出现了严重的亏损，负债累累的龚荣春做了一个让很多人都反对的决定：开家政公司。

“当时，家人朋友都反对我转行做这个，觉得这个行业低端，没人看得起。”唯有付元始终支持他、相信他，她对龚荣春说：“你放心去做”。

选择家政行业重振旗鼓，并不是龚荣春的盲目选择。早在2008年，他就帮朋友打造过一个家政品牌——同诚家政。“那时员工制的家政公司极少，而我帮他打造的就是一家员工制家政公司，为家庭提供‘一站式’清洁服务。”

龚荣春口中的“一站式”清洁服务，在他看来就是提供家庭所需的各类服务，

比如开锁换锁、擦窗擦门、日常保洁、瓷砖美缝、地板及家居保养、墙面除霉等等，“只要你能想到的，都能一站式提供。”龚荣春的朋友在他一手策划和指导下，公司办成了连锁品牌，让门店在全国遍地开花。

有了这个成功经历，龚荣春对自己的选择更有自信，他下定决心把“同诚”开到长沙。

2014年4月，龚荣春注册了自己的公司——长沙市同诚家政服务有限公司(现改名长沙同诚保洁服务有限公司)，主攻工程开荒和外墙清洗业务。“只要看到在建房子的地方，我就去谈业务。”龚荣春不辞辛苦地天天“扫楼”，拿下一个个楼盘的保洁开荒业务，服务团队也逐渐壮大。仅一年，龚荣春就赚到了近500万元，兑现了当初许下的爱的承诺。

“金牌大管家” 为创业者提供一站式创业服务

2015年7月，龚荣春成立湖南环宇家政产业管理有限公司，以家政产业管理为主，建立了自己的培训体系、家政企业运营团队、家政产品研发团队。

同时，龚荣春还建立了“环宇基地”，不仅成为湖南首个引进家政保险、家政清洁国家等级认证，企业专项技术培训及资质代办业务的企业，而且环宇基地还是一个大型的家政清洁产品卖场，为家政清洁企业提供专业的工具、药剂、设备销售。在龚荣春看来，这就像是一个家政服务综合体，有任何需要，都可以找“环宇基地”。

龚荣春告诉今日女报/凤网记者，他希望成为家政行业的管理者、投资者，以自己成功的经验来带动更多人在家政行业实现创业梦，不断地打造一个有生命力的家政品牌。

2016年，龚荣春的团队抓住了智能锁发展的黄金时机，主营开锁换锁服务为切入点，打造“金牌大管家”家政品牌。通过与电视节目深度合作，开启了60多家金牌大管家开、换锁门店。名气打响后，龚荣春

接着迅速推出“金牌大管家家政服务”。2017年，龚荣春成立湖南金牌大管家生活服务有限公司，线上线下同步发力，提供一站式清洁服务的同时，创新推出无菌蒸汽清洗、石材护理等技术型服务。除此之外，还免费为创业者提供一站式创业服务。

“现在我们为40多位创业者打造了属于自己的家政服务品牌。”龚荣春介绍，大家所熟知的“洁无忧”，正是通过金牌大管家家政服务打造起来的。

今年47岁的江行健是“洁无忧”的负责人，在创业之初，他考察了很多项目，最后决定投身做家政，“家政服务投资不大，起步也比较快。”但江行健是家政行业的门外汉，为此，他选择加入“金牌大管家”，在经过了系统的培训后，他所创办的“洁无忧”很快步入正轨，“我现在保洁团队有140多人，每个月营收能达到十几万，赶上我以前一年的收入了。”江行健笑着告诉记者，选择家政行业，让他拥有了自己从未想过的事业和收获。



“环宇基地”家政产品卖场。

宝宝翻身有这些误区

文/彭和平(湖南省儿童医院新生儿科)

1. 胖宝宝更难翻身。胖宝宝确实比普通宝宝翻身更晚些。这是因为胖宝宝身体沉，运动起来较困难。虽然翻身稍微有些晚，但随着其智力与运动量的增加，宝宝就会变得结实起来，翻身动作也是很灵活的。此外还不排除有的宝宝明明不胖但因为懒或讨厌趴着而拒绝翻身的情况。2. 本来要翻身的却突然不翻了。宝宝其实也有喜恶，刚开始他可能对翻身动作很热衷，但某天突然不想翻身了，这也正常。家长只要观察宝宝举动与情绪，逗他开心并适当推动他练习也未尝不可。3. 宝宝趴着睡会更早学会翻身。宝宝趴着睡更早翻身的理论并没科学依据。确实，现实中的宝宝趴着睡的比其他宝宝翻身早，但这并不全部归结于趴着睡的原因。而且宝宝趴着睡很容易被周围的被子、枕头等捂住鼻子，影响其呼吸，很容易发生窒息。

帮宝宝睡前合理加餐

文/屈小金(湖南省儿童医院神经内科)

给宝宝睡前加餐，妈妈首先要考虑加餐的含水量尽量不要过多，所以，比较稠的酸奶或者是适量的配方奶，搭配一点小面包或小发糕是比较理想的选择。对于辅食添加的品种还不是很多的宝宝，妈妈可将睡前的一顿奶少喂宝宝二三十毫升，替换成稠度比较高的米糊，或是米糊加鸡蛋黄，但要确定宝宝对鸡蛋黄不过敏，这样等同于给宝宝增加了一顿奶的营养素密度，增强了宝宝的饱腹感，可以避免宝宝夜间过早饿醒寻求夜奶。如果没加蛋黄，也可用二三十毫升的奶来调米粉，这样也可以起到延缓宝宝饥饿感的作用。不过，即使是用奶给宝宝调米粉，也一定要用小勺子喂宝宝，千万不能放到奶瓶里给宝宝喂食。