

全职妈妈拍短视频实现自我价值

记录生活,半年“吸粉”20多万

YMG全媒体记者 张莘 摄影报道

今年是马海燕辞职在家带娃的第10个年头,10年来,原本开朗健谈的她渐渐变得“社恐”,遇到人群总是本能地想躲。今年年初,马海燕老公的职业出现危机,家庭经济压力显现,这也将她内心早已萌生的拍视频的想法逼成现实。从来没有学过拍视频、剪辑的她,在网上看攻略、刷视频学习,3月下旬,“米乐妈妈日记”抖音号开通了。



第一条视频反复拍摄剪辑了3天

39周岁的马海燕已不再年轻,但是内心想要实现自我价值的想法却越来越躁动。“生孩子前,我一直活跃在职场,当时每个月工资近万元。孩子出生时被确诊为过敏体质,这种体质的孩子在成年以前都非常难护理,家里老人又患病,无奈我只能被迫在家看孩子。”马海燕说,如今孩子9岁了,而自己却渐渐变得不像自己,长时间在家让她似乎与外界脱轨了,也渐渐没了朋

友,照顾孩子的忙碌、琐碎和偶尔不被孩子理解的心酸只能独自默默吞下。“内心很渴望与人诉说,渴望能够找回自己的价值,考虑到还要在家照顾孩子,所以做短视频比较适合我。”

没有学过视频拍摄和剪辑,马海燕凭着一腔热情刷攻略、学习借鉴同类型主播,一个人反复拍、反复剪辑,第一条视频足足花了3天时间。“我这个人有点强迫症,

即使现在做了5个多月了,我拍摄视频还是至少拍5遍,从中选择最满意的那个去剪辑。”马海燕说,自己一点点摸索着做短视频,常常一个人拿着自拍杆在家“沉浸式”拍摄,而最初定位的群体便是她最熟悉的全职妈妈们。“全职妈妈真的很不容易,我希望通过诙谐的方式拍摄我的全职妈妈日常,为她们带去快乐和正能量,也希望鼓励到她们。”

粉丝帮她找回了曾经乐观的自己

截至目前,马海燕的抖音号已经有了6万多名粉丝,而微信视频号仅仅更新3个多月,便已吸粉20多万。一直想要和全职妈妈这个群体“聊聊天”的全职宝妈,终于在网络上实现了这个愿望。通过视频引发群体共鸣,并向全职妈妈传递快乐和正能量是马海燕拍短视频的初衷,也是短

视频受欢迎的“流量密码”。

在马海燕的视频里,减肥咋这么难、吐槽和老公一起出门旅游、暑假来了等话题热度居高,其中吐槽和老公一起旅游的视频点赞量20多万,评论量2万多条,转发量15万余次。“做全职宝妈这么多年,对于我来说能收获粉丝的喜欢和认可是一件很感动的事情,

给我带来了很大的能量,现在感觉每天生活都很积极乐观,有粉丝留言和评论我都会一一回复。我把她们当成朋友,希望我的视频能减轻她们的抑郁,为她们带去正能量。”马海燕说,做出的短视频让她和很多全职妈妈产生情感共鸣,帮她找回了曾经乐观的自己。

拍摄短视频让她有了小笔收入

说到短视频收入,马海燕表示目前自己变现不多,主要来自于短视频平台给的视频流量收入和短视频带货收入,累计几万元。“我不喜欢将看不到、不了解的东西盲目地推荐给我的粉丝,所以带的产品都是

我自己用了一段时间才推荐的,属于自用分享吧。”马海燕说。

“最让我开心的是,我儿子看到我反复拍视频的做法后,在学习时也学会了反复研究题目,说要向妈妈学习。”做了不到半年

短视频,马海燕感觉自己仍有很大挑战和困难要去跨越,比如剪辑需要提高技巧、选择表现手法等等,“短视频平台更迭速度很快,要及时关注热点更新,所以我还要不断地学习才能坚持做下去。”

烟台的那些“网红”



“烟台康博会”落幕

累计吸引2.56万余人次观展

本报讯(YMG全媒体记者张莘 通讯员 平安 摄影报道)为期三天的第七届中国山东·烟台国际康养产业博览会在烟台国际博览中心落幕。据初步统计,累计2.56万余人次观展,达成合作意向额约3.75亿元。

本届展会主要有部门联动专区参展、多品牌云集互动参展等“七大亮点”。部门联动专区参展,市卫生健康、民政、医保、体育、残联等部门,设置卫生健康、养老服务、医养结合、医疗保障、体卫融合、公益助残等成就展示和政策服务专区,通过现场参观、康博会直播间等方式,与参展企业、群众进行“线上+线下”互动,进行咨询宣传。多品牌云集互动参展,本届博览会面积1.24万平方米,设置“健康养老”和“体卫融合”两大展馆。

适老化与青春气息相伴。健康养老服务更加注重品牌化、连锁化、综合化,健康产品更加趋向适老化、居家化、智能化。体卫融合一体机、智慧养老机器人等健康产品给参观人员带来全新体验。“00后”健康养老护理员亮相博览会,用“热情、责任与专业”推介服务,为健康养老服务注入了青春与活力。



职工退休金怎么计算?

咨询:在公司受伤住院,因为工友操作不当导致我受伤,请问工伤涉及第三人责任的,我需要提供哪些材料?

答复:工伤职工涉及第三人责任的,需要提供以下民事损害赔偿法律文书:(一)属于交通事故或者城市轨道交通、客运轮渡、火车事故的,需提供相关的事故责任认定书、事故民事赔偿调解书;(二)属于遭受暴力伤害的,需提供公安机关出具的遭受暴力伤害证明和赔偿证明资料;(三)经人民法院判决或调解的,需提供民事判决书或民事调解书等证明资料。

咨询:个体工商户给员工缴纳社保的费率是多少?

答复:个体工商户给员工缴纳社会保险费需缴纳基本养老保险费、失业保险费、工伤保险费。缴费比例为:基本养老保险24%(单位16%,个人8%)、失业保险1%(单位0.7%,个人0.3%)、工伤保险按照行业实行差别费率(现行费率:一类0.24%、二类0.48%、三类0.84%、四类1.08%、五类1.32%、六类1.56%、七类1.92%、八类2.28%,由单位缴纳)。

咨询:我退休好多年了,我的社保卡已经到期了,请问需要更换吗?如何办理?

答复:社会保障卡到期后需要更换新卡。虽然有时候过期的社

保卡仍然能使用,但是存在一定隐患,比如说异地就医联网结算容易出错。建议社保卡已经到期或者即将到期,应当及时更换,避免因社保卡过期带来不便。

请本人携带身份证和社保卡前往社保卡制卡银行的即时制卡网点办理更换。外地的群众可以通过线上更换,登录烟台市人力资源和社会保障局微信公众号或官方网站申请补换即可。

咨询:职工退休金怎么计算?

答复:我市企业职工月基本养老金由基础养老金、个人账户养老金、过渡性养老金和烟台市地方补贴(33元)四部分组成。(1)基础养老金=((退休上年度省在岗月平均工资+本人指数化月平均缴费工资)/2)×(1%×N);(2)个人账户养老金=个人账户储存额/计发月数;(3)过渡性养老金=本人指数化月平均缴费工资×账户前缴费年限(烟台市1996年1月建账)×1.3%。

张孙小娱 华元



记录一生 保障一生 服务一生

广告

小钦岛海参只卖“参农价”买贵双倍返还

所有海参先看后买,买完试发2根,不满意全额退款,所有海参管泡发、管售后,让新老客户没有后顾之忧
活动时间:8月15日—9月29日,中秋限时特惠



“小钦岛秋季海参节”活动来了,活动期间展售的所有海参都是工厂直供,工厂价直销,没有任何中间环节,省去了高额的渠道流通成本,产品售价较商超等渠道低,且这次活动所展售的品牌海参是在深海生长5至9年的散养底播海参,从源头和加工保障海参的营养与品质,让市民吃上高品质“参农价”海参。

冰岛红参99元每斤,买5斤送5斤,每斤折合49.5元(3-5只每斤)。

小钦岛鲜食刺参400元每斤,买5斤送5斤,每斤折合200元(6-15只每斤)。

和气淡干海参1650元每斤,买2斤送1斤,每斤折合1100元;买5斤送3斤,每斤折合1030元(再赠送3斤冰岛红参)。

日晒老淡干海参2050元每斤,买2斤送1斤,每斤折合1370元;买5斤送3斤,每斤折合1280元(再赠送3斤冰岛红参)。

小钦岛纯淡干海参2180元每斤,买2斤送1斤,每斤折合1450元;买5斤送3斤,每斤折合1360元(再赠送5斤冰岛红参)。

小钦岛9A深海纯淡干海参2780元每斤,买2斤送1斤,每斤折合1850元;买5斤送3斤,每斤折合1735元(再赠送10斤冰岛红参)。

郑重承诺:活动期间所有产品工厂价直供,支持同城比价,买贵差价双倍返。

抢购热线:15725352090