

# 活动丰富，为幸福生活“加码”

## 多社区开展各种文体活动，丰富居民文化生活

本报讯(芝罘融媒记者 李淼 通讯员 鞠晓丹 王琳 牟凤楠 于洋 摄影报道)非洲鼓公益课、DIY 手绘徽章、全民阅读……为丰富辖区居民文化生活,连日来,多社区组织开展多彩文化活动,增进邻里之间的友谊,拉近社区与居民之间的距离。

“来,大家跟着我的节奏一起数拍子,一二三四、二二三四……好!”手掌落下,鼓声响起,跳跃的节奏激发了居民们的热情。在慎礼社区新时代文明实践站,一场热情奔放的非洲鼓公益课活动正在进行。课堂上,来自手拉手公益组织的老师为大家示范打鼓的要点,像鼓面的打击位置、双手的放置方式、手部打击技巧等。非洲鼓上手容易,无论男女老少首次打鼓就能敲出节奏,让初学者轻松享受玩音乐的乐趣,而且在拍打过程中还能增强四肢的协调性,增加手脑的协调能力。在老师的指导下,大家逐渐掌握拍打的技巧和节奏,共同演奏了一曲《最美的中国》。参加活动的居民开心地表示,自从加入非洲鼓公益课堂,和姐妹们一起参加活动,不但增加友谊,还能锻炼身体,一举两得!本次非洲鼓公益课是慎礼社区的一项民生微实事,通过此次社区活动,让社区居民培养更多兴趣爱好,让参与活动的居民老有所乐,进一步丰富居民的精神文化生活,营造积极向上的社区文化氛围。

梁家社区新时代文明实践站联合德邻社会服务中心开展“趣玩DIY 手绘徽章”活动。活动中,志愿者首先介绍徽章的由来及发展,让孩子们了解到徽章是佩戴在身上用来表示身份、职业、荣誉的标识这一含义。接下来,志愿者向孩



子们展示常见徽章,并仔细讲解徽章的制作方法。活动中,孩子们认真听讲,仔细观察,迫不及待地想设计一枚属于自己的徽章。在一片欢声笑语中,大家充分发挥艺术创想,精巧构思、认真制作,先用水彩笔在卡片上勾勒出灵动的图案,接着将卡片放在压模工具里,旋转按压,一个个专属徽章就制作完成了。活动结束后,小朋友们相互展示徽章,充分享受动手的乐趣,收获满满的成就感。此次活动不仅激发孩子们的想象力,提高他们的

动手能力,还能在制作过程中感受手工魅力,体验艺术创作的乐趣。下步,梁家社区将继续深入开展未成年人健康成长相关活动,让少年儿童感受到社区大家庭的温暖和关爱。

万华社区持续开展“书香传家全民阅读”活动,吸引数十名居民前来阅读。在社区,居民阅读着各自喜爱的书籍,读到有趣的内容还会一起分享讨论,从故事谈到实际生活,从理论谈到实践经验,大家分享着各自的阅读体会,现场十分融洽。居民们纷纷表示,与其在家看电视、刷手机,倒不如到社区和大家在一起读书交流,不仅增长感情,还增添许多乐趣。下一步,万华社区将进一步弘扬“诗书传家”的好传统,推动全民阅读活动深入持久开

展,满足群众的文化学习需求,为创造学习型社会贡献基层力量。

龙海苑社区新时代文明实践站举办“歌唱传情,魅力之声”合唱课堂活动,丰富辖区居民精神文化生活,营造温馨、良好的文娱氛围,进一步推进社区精神文明建设。活动中,声乐老师结合自身经验,用通俗易懂的语言,深入浅出地讲解合唱技巧,指导大家通过吸气、呼气来练习声乐基本功,并带领大家认真进行音准、节奏、咬字、吐字等方面的训练。大家在老师的指导下放声歌唱,展示着积极、健康、向上的精神风貌。今后,龙海苑社区会继续发力,不断推出各类活动,为居民搭建更广阔的学习平台,营造温暖和谐、健康向上的生活氛围,提高老年群体生活质量。

### 南洪社区 为外卖小哥“充电”

本报讯(芝罘融媒记者 王睿 通讯员 马心怡)随着互联网的迅速发展,外卖行业成为一个蓬勃发展的领域。外卖小哥们作为这个行业中坚力量,每天奔波在大街小巷,为人们送去热腾腾的美食。为助力外卖小哥们实现梦想,近日,南洪社区德邻社会服务中心特别举办一次创业课程,让他们能够提升自己的技能和创业意识。

活动伊始,一场主题演讲奏响活动的序曲。一位成功的创业者分享了他的创业故事和经验,激发大家的创业激情。他强调创业的重要性的成功的关键要素,鼓励外卖小哥敢于追求自己的梦想,并积极寻找机会。接着,市场营销老师带领外卖小哥学习市场营销策略、社交媒体运营等知识,为他们的创业之路增添更多的可能性。除此之外,活动还邀请财务专家为大家讲解如何管理自己的财务和利润。通过学习基本的财务知识,让外卖小哥了解如何制定合理的价格策略,如何控制成本,为自己的创业之路提供更坚实的基础。

此次创业课程,外卖小哥们不仅增长专业知识和技能,更坚定了自己创业的决心,纷纷表示将把所学所得应用到实际中,为自己的创业梦想插上腾飞的翅膀。

### 航院社区 预防一氧化碳中毒

本报讯(芝罘融媒记者 李淼 通讯员 于洁)天气渐冷,为切实做好防范一氧化碳中毒宣讲工作,全面提高居民安全意识,减少一氧化碳中毒事故的发生,近日,航院社区积极开展安全课堂——预防一氧化碳中毒知识宣讲。

活动中,社区工作人员结合真实案例向居民代表普及一氧化碳中毒的相关知识,通过问答方式,让居民将所学知识掌握消化。社区居民邢阿姨说:“一氧化碳无色无味,我们平时一定要多注意,虽说现在燃气灶都有保护装置,但是做饭时我也要及时打开窗户,防止一氧化碳中毒。”

通过此次宣讲,普及防范一氧化碳中毒知识,使居民认识到防范一氧化碳中毒的重要性、了解掌握防范一氧化碳中毒方法及措施,提高居民群众安全防范意识和自我救护能力,共同打造居民满意的幸福家园。

### 上乔西路社区 参观红色教育基地

本报讯(芝罘融媒记者 李淼 通讯员 滕琛琛)为弘扬革命精神,传承红色基因,近日,上乔西路社区联合“双报到”单位烟台银行奇山支行开展主题教育,组织党员到胶东红色文化陈列馆参观学习,接受红色教育。

陈列馆基本展陈分为5个部分,全面展示胶东近代屈辱与抗争史、胶东革命斗争史、烟台社会主义革命和建设史、烟台改革开放发展历程、建设中国特色社会主义新征程等5段历史,生动再现胶东人民不屈的奋斗历程,淋漓尽致地展现了革命先辈的英勇事迹和中国革命的光辉历程,诠释革命传统精神和先进时代精神。党员们纷纷表示,这是一次深刻的精神洗礼,要铭记历史,珍惜来之不易的幸福生活。

今后,上乔西路社区党支部将继续结合工作要求,扎实开展好党史学习教育。

## 我为群众办实事 文体生活篇

# 把健康“送”到居民家门口

## 多社区积极倡导健康生活理念,培养健康生活方式

本报讯(芝罘融媒记者 李淼 通讯员 刘林林 王泷 王琳 周舟 摄影报道)免费健康体检、健康知识宣讲、慢性病防治……连日来,多社区组织开展特色活动,把健康“送”到居民家门口,关心、爱护辖区内老年人的身体,提高辖区居民健康意识,倡导和传播健康的生活理念。

楚兴社区联合只楚医院在新时代文明实践站对辖区内60岁以上的老年人开展免费健康体检活动。前期,社区充分利用网络优势,通过张贴通告、微信群通知、电话通知、入户走访等线上、线下方式进行宣传动员,希望更多符合条件的老年人知晓,确保老年人参检率。此次健康体检包括一般体格检查和辅助检查,辅助检查包括血常规、尿常规、空腹血糖等。体检现场,志愿者们发放号码,积极做好引导、维持体检队伍秩序,医护人员为老人填写个人信息卡、检查身体,针对老人自

身体状况结合生活习惯给予指导,让老人及时知晓自己的身体健康状况,做到“早发现、早诊断、早治疗”,不断完善老年人的健康档案,积极为老年人提供医疗咨询和健康生活指导服务。通过开展此次健康体检活动,使老年人切身感受到党和政府对社区居民的关怀,同时增强社区老人的健康意识,进一步提高老年人健康水平和生活质量,推进健康和谐社区建设。

海防营社区开展“预防高血压·健康你我他”宣讲活动。活动中,志愿者们向群众宣传规律服用高血压药的重要性,对高血压的危害性、如何防治、家庭自测方法等方面进行详细介绍,加深大家对高血压病防治及健康生活方式的理解和认识。志愿者们还叮嘱血压高的老人合理饮食、戒烟戒酒、适当锻炼、保持心情愉悦,活动得到居民们的连连称赞。此次活动,使辖区居民进一步了解高血压防治



知识,提高居民对高血压病的科学认知水平。

兴隆街社区联合兴隆街社区卫生服务站开展骨密度检测义诊活动。活动现场,医生为大家耐心讲解骨质疏松的危害,容易引发骨关节疼痛、影响关节的负重能力,甚至诱发病理性骨折等。同时,专家及医护人员为前来咨询和问诊的居民免费测血糖、量血压,免费问诊咨询。医护人员结合老人的既往病史和日常生活习惯,给出有

针对性的防治建议,着重宣传和科普如何通过改善饮食、运动习惯来提高个人身体素质,提醒老人要清淡饮食,多吃新鲜蔬菜水果,平时加强锻炼,增强对换季常见病、多发病的防范意识。同时,告知他们定期检查身体的重要性,鼓励老人养成健康的生活习惯,做到无病早预防、有病早发现、早治疗。下一步,兴隆街社区将继续大力弘扬志愿精神,把优质的医疗服务延伸至社区,满足居民的健康需求。

## 我为群众办实事 基本医疗篇