

迎东社区张秀芹：

用热爱演绎精彩“银龄”

YMG全媒体记者 王鸿云
通讯员 邢巍巍 摄影报道

今年65岁的张秀芹，几年前从潍坊昌乐来到烟台定居，她舞龙、绘画、创作短视频，将晚年生活过得丰富多彩。

近日，在芝罘区奇山街道迎东社区见到张秀芹时，她正在指导舞龙队的队员如何才能单手将那8米长的龙身舞动起来。这位“硬核奶奶”舞动长龙、以画寄情，在抖音平台收获了上千粉丝的关注，用行动诠释着“只要你想，何时开始都不晚”。



8米长龙舞出“吉祥如意”

几年前，张秀芹为方便照顾外孙，从潍坊昌乐来到烟台。面对陌生的环境和单调的带娃生活，这位老人并未让时光虚度。

“带孩子也要带出精气神！”她从老家背来自己一直很喜欢的舞龙彩带，一有时间就在广场上练习。8米长的彩龙在她手中翻飞腾跃，矫健的身手让年轻

人都自叹不如。

“乘风破浪，扭转乾坤，前八如意，后八吉祥……”张秀芹说，别看舞动的时候挺简单，但想要单手将这龙舞出气势，对臂力的要求是很高的。“单手握住的龙头有重量，在舞动的过程中，连接龙头的甩绳远远望去就像是一根木棍，这里面需要力量，更有技巧。”



舞动夕阳红的“幸福密码”

在张秀芹带动下，迎东社区成立了一支舞龙队，近30名舞龙队队员都是由张秀芹手把手教会的舞龙。

“这是社区举办晚会时，我们队员上台表演的舞龙节目。”张秀芹将手机里的视频拿出来欣赏时说，上台表演的

节目都是她一手自编自演。有很多队员没有见过这种彩带龙，她就从老家买好背回来，分给队员，一起舞出幸福夕阳红。

晚年的幸福生活，不仅仅是台上那些手持彩龙腾转挪移的身影。4年前，

抖音账号成晚年新舞台

“年轻人都玩短视频，我们老年人也要潮起来！”张秀芹的抖音账号“和鸣”已发布596条作品，里面记录着她丰富多彩的晚年生活，展示着老年群体的无限可能。

她特意学习运镜剪辑，用慢动作呈现龙须飞扬的瞬间，以延时摄影记录画

作诞生过程。有不少视频下都有年轻人留言：“看完奶奶的精彩视频，突然也不害怕变老了。”

清晨舞动8米彩龙虎虎生风，午后执笔绘就水墨丹青，从风筝之乡到滨海之城，从灶台边到聚光灯下，张秀芹单手舞出生命的壮美，用斑斓画笔绘就晚霞的

张秀芹还学会了画画，她用彩铅画出来的鲤鱼、花朵，栩栩如生。

采访时，张秀芹抚摸着陪伴自己多年的彩龙笑道：“年龄只是数字，心年轻就永远绽芳华。我要让更多人看到精彩老年生活的千万种可能。”

璀璨。这位不服老的“硬核奶奶”正用实际行动证明：当热爱遇见坚持，岁月从不打败追梦人，每个年龄都能绽放独特芳华。



烟台市消协开展双节消费体验活动

以监督促规范 树绿色消费新风

本报讯(YMG全媒体记者 逢苗 通讯员 李俊彦 摄影报道)端午节、儿童节双节来临之际，烟台市消费者协会于近日组织开展了消费体验活动，通过实地检查、科普宣传等方式，规范市场包装等行为，倡导绿色消费理念。市人大代表、政协委员、市市场监管局、莱山区市场监管局相关科室工作人员以及市消协消费环境监督员、消费者代表、媒体记者等20余人组成消费体验团参与了活动。

活动首站走进烟台市标准计量检验检测中心，参与计量实验室开放日暨“民用三表”消费体验活动。在专业技术人员的讲解和演示下，体验团详细了解了水表、电表、燃气表的检测流程和计量原理，学习正确读数方法及日常节能技巧。通过现场互动答疑，消费者代表掌握了计量器具使用常识，增强了科学消费和节约资源的意识。

随后，体验团前往永旺(佳世客)超市开展暗访式消费体验活动。针对端午节

粽子消费热点，重点查看礼盒包装层数、空隙率是否符合国家标准、是否存在过度包装及“天价粽子”现象；围绕儿童节玩偶、文具等商品，查看产品标识、执行标准、安全警示等内容是否规范。市消协表示，对体验中发现的问题将及时反馈给相关部门，督促商家落实整改，推动绿色健康消费。

近年来，烟台市消协以提升消费者满意度为核心，通过组建消费环境监督员队伍、开展常态化消费体验活动、完善投诉调解机制等举措，切实维护消费者合法权益。烟台市消协副会长兼秘书长邓元刚表示，此次双节前体验活动旨在发挥消协组织对商品和服务进行社会监督的职能作用，通过监督与宣传相结合的方式，倒逼经营者落实主体责任，帮助消费者树立绿色消费理念、提升维权能力。“我们既要当好市场秩序的‘监督员’，也要做好消费知识的‘传播者’，让诚信经营成为常态，让放心消费深入人心。”



烟台山社区： 弘扬中医药文化

本报讯(YMG全媒体记者 吕金淮 通讯员 李佳格)为弘扬中华传统医药文化，提升居民健康素养，近日，芝罘区烟台山社区联合辖区两家医院，在大庙广场开展“传承弘扬中医药文化、倡树美德健康新生活”主题科普活动。活动通过义诊服务、文化体验、健康宣教等形式，让居民沉浸式感受中医药文化的博大精深。

活动现场，中医专家们为居民把脉问诊，并针对居民常见的颈肩腰腿痛、失眠、脾胃虚弱等问题，运用望、闻、问、切的传统诊断方法，耐心分析病情，给出个性化的中医调理方案，赢得居民连连称赞。

中青路社区： 讲解“带押过户”政策

本报讯(YMG全媒体记者 杨健 通讯员 陈楠)近日，福山区不动产登记中心联合区税务局，组织党员先锋队深入中青路社区开展“红色服务进社区”政策宣传活动。活动以“党建引领、便民利企”为核心，紧紧围绕“带押过户”“上门服务”“掌上办”等政策展开，通过面对面讲解、手把手指导，让群众感受到“红色服务”的温度与效率。

先锋队重点推介的“带押过户”服务让不少居民眼前一亮，这项服务通过“一次申请、并联审批”的模式，让二手房交易无需提前还贷，既节省了资金成本，又缩短了办理时间。“原来卖房不用先还清贷款就能过户，这可省去了我们筹钱的麻烦！”居民张先生在听完“带押过户”政策讲解后连连称赞。

针对特殊群体的需求，服务队推出“上门办”服务，现场登记预约信息，承诺“一个电话，服务到家”。65岁的李大爷高兴地说：“我腿脚不便，正愁怎么办理房产手续，这个上门服务太贴心了！”

活动现场还设置了“掌上办”体验区，服务队手把手教居民使用“爱山东”APP办理不动产登记业务。“原来手机上就能查产权信息，真是太方便了！”居民刘女士在服务队的指导下完成操作后连连称赞。对于居民关切的居住权登记，服务队通过情景模拟的方式，生动演示了居住权设立、变更、注销的全过程。居民王女士表示：“这样直观的演示让我们更容易理解政策，知道怎么保障自己的权益。”

顺河社区： 制作香薰蜡烛



本报讯(YMG全媒体记者 宋晓娜 摄影报道)近日，芝罘区顺河社区联合渤海银行开展香薰蜡烛制作活动。

活动现场，手工老师向居民们详细介绍了香薰蜡烛的制作原理、材料选择以及制作步骤。从融化大豆蜡、调配香薰精油，到挑选干花装饰、倒入模具，每一个环节都蕴含着独特的技巧。

在实操环节，大家充分发挥想象力和创造力。在等待蜡烛凝固的过程中，邻里之间互相交流制作心得，分享生活趣事，欢声笑语此起彼伏。“今天不仅学会了制作香薰蜡烛，还认识了很多新朋友，感觉特别开心！”居民王女士捧着自己的作品，脸上洋溢着幸福的笑容。