

小塘管理处

35支队伍同台“比舞”



3月8日,“巾帼风采,时代芳华”——2019年狮山镇小塘社会管理处庆“三八”暨体育嘉年华舞蹈大赛初赛,在小塘中心小学体育馆拉开帷幕。来自辖区的机关、企业、学校、村(居)及协会等单位的35支参赛队伍同台对决,呈现出“百花齐放”的姿态。最终16支队伍进入决赛,将于3月中旬进行巅峰对决。

比赛现场,参赛队员们伴着欢快的音乐节拍、踩着轻快的节奏翩翩起舞,饱满的热情、到位的舞姿,不仅受到现场评委的认可,也被观众所喜爱。参赛选手们纷纷表示,此次比赛

丰富了她们们的精神文化生活,也展现了巾帼的风采和魅力。据悉,从去年开始,狮山镇小塘社会管理处就开始举办庆“三八”暨体育嘉年华舞蹈大赛,今年已是第二届。“今年的舞蹈整体水平比起去年有明显提升,妇女群众的文化素养不断提升。”活动主办方表示,通过有益身心健康的舞蹈比赛,展现妇女群众在新时代的精神风貌和巾帼风采,丰富了广大妇女群众的文体生活,提升了妇女群众的文化素质,助力乡村振兴。

整理/李福云

南浦村

为社区长者“庆生”



为展现爱老、尊老、敬老、助老的良好社会风气,增强社区凝聚力,让老年人感受到社区大家庭的温暖,过一个难忘的生日,3月6日下午,南浦村幸福院举办主题为“温情相伴,耆乐融融”的长者季度生日会,邀请当季度生日的长者参与。

当天下午,社工拿出提前准备好的食材,让长者们自己动手给自己准备生日大餐。现场,长者们分工合作,有的煮粥,有的炒粉,洋溢着欢乐的气氛。等一切都准备就绪之后,社工让长者们坐在一起,拿出为他们精心准备的蛋糕,并给他们戴上皇冠

帽。伴随着生日歌的响起,生日会拉开了帷幕,长者们吹蜡烛、切蛋糕,现场一片欢乐,场面十分温馨。长者们纷纷表示,集体生日会既有新鲜感又富有创意,与在家里过生日相比,集体生日更热闹,让他们感受到社区大家庭的温暖。

开展本次活动的社工表示,今后社区每季度将为长者开展一次生日会,希望以此吸引更多长者走出家门,参与活动,获得关怀和欢乐,感受到社区大家庭的温暖,构建更加和谐的邻里关系。

整理/梁凤兴 供稿 彭敏仪

狮南村

60名长者现场学健康知识

3月6日上午,狮南村社区幸福院联合小塘新城社区医院,在幸福院二楼多功能室开展“春意暖人间,安康送万家”健康讲座,吸引近60名长者参与。

活动中,小塘新城社区医院的吴医生以PPT的形式,向长者讲述如何在生活中防治心肌梗死发生的小知识。吴医生首先利用图片向大家介绍了心肌梗死发病的原因,建议大家日常生活中避免过劳、精神紧张情绪激动、饱餐、大量饮酒等不良习惯。而疾病发生前一般伴有疼痛、发热、呕吐、心律失常等症状,一旦发生病症,病人应立即求助或者拨打120,等待救援的过程中,长者应平



躺等待救援。讲座期间,长者积极与医生互动,参与健康知识问答游戏环节,现场气氛良好。讲座最后,长者纷纷表示,以后会注意饮食习惯并树立健康的生活态度。

讲座结束后,村民纷纷表示健康讲座知识通俗易懂,贴近居民生活,感谢社工与医生为村民建立“健康加油站”,希望幸福院以后持续开展类似服务。

整理/李福云 供稿 何碧瑜

官窑卫计

街坊学经络穴位拍打养生操

为倡导广大群众科学健身,增强社会公众自我保健意识,从而提高社会公众的健康素养,3月12日上午,官窑卫计办联合狮山镇社卫中心,在官窑成人学校舞蹈室开展经络穴位拍打养生操培训活动,辖区内30个村居近100名市民参加。

培训过程中,狮山镇社卫中心全科医疗科副主任周润兴就为什么推荐经络穴位拍打进行了详细介绍,并由社卫中心工作人员现场示范常用穴位取穴方法。周润兴说,经络保健是一种很好的运动锻炼,拍打可激活经络、疏通气血,经络通,则能调虚



实、祛百病,达到祛病防病的功效,是治疗亚健康的重要手段。

对经络穴位拍打养生操有了全面的认识后,现场参与的群众在社卫中心工作人员带领下动了起来,一起跳

拍打操。动感的音乐、欢快的节奏、整齐的动作、准确的穴位拍打,现场气氛十分热烈。“学拍打操5年了,觉得对身体很有好处。”吴屋村村民吴结芳说。

整理/梁凤兴 供稿 刘庆茹

官窑社区

社区舞蹈队激情热舞

0日上午,官窑社区居委会联合官窑社区驻班团队、官窑社区工青妇、官窑社区计生协会、官窑社区幸福院,共同举办“三八”国际妇女节广场舞文艺汇演及有奖知识问答活动,向社区妇女同胞们致以美好的节日祝福。

活动首先由官窑社区妇女主任朱雪仪作节日致辞,紧接着由官窑社区的七个经济小组(厚西、厚东、街头、新东、新南、新北、鱼布)的舞蹈团队分别进行广场舞汇演。现场,各舞蹈团队激情热舞,魅力四射,频频赢得在



场观众的掌声。

现场,活动主办方还通过悬挂宣传条幅、发放宣传资料等形式,广泛宣传优生优育政策、《反家庭暴力法》《妇女权益保护法》等法律法

规知识。

此次活动约有500余名妇女参加,进一步激发了妇女群众参与活动的积极性、主动性、创造性。

整理/梁凤兴 供稿 阮嘉丽