

母亲节 他们这样宠妈

35组职工志愿者家庭做状元饼、送康乃馨,庆贺母亲节



周六上午,狮山镇青年志愿者服务总队善曦长者服务分队携手大圃长虹岭党群志愿服务队组织35组职工志愿者家庭前往南海绿电再生能源有限公司与佛山市庆联食品有限公司参观,并现场制作状元饼送妈妈,庆贺母亲节。

职工家庭首先来到南海绿电的垃圾处理厂,参观了垃圾接收贮存系统、垃圾焚烧系统、中控室等。参观过程中,讲解员为职工家庭介绍了日常垃圾处理方面的先进技术以及流程,以及垃圾分类知识。“从走进园区开始,我发现一直没有闻到垃圾臭味,真的好神奇。”易方



小朋友为妈妈送上康乃馨。

鑫小朋友分享道。

结束参观南海绿电后,大家继续前往庆联食品的伴手礼(庆联)旗舰店制作状元饼,小朋友们早就等不及了,摩拳擦掌,等着大展身手一番。小朋友先将饼皮压成扁平状,再包进馅料,放到模具中压制成型,

最后放到烤炉中烤制。状元饼上印有“金饼题名”四字,寓意让吃了状元饼的孩子们学业进步,金榜题名。在等待状元饼出炉的时间,活动方还准备了“你比划我来猜”游戏和赠送康乃馨环节,不少家长收到孩子送的康乃馨热泪盈眶。

带着两个孩子参加活动的颜冰分享道:“我和小孩都比较喜欢参观绿电公司,就是想让小孩知道科学所在,人的大脑有多么厉害,好好读书,做好接班人。”

撰文/摄影 曾雯

30个家庭DIY相框示爱母亲

树本小候鸟驿站联合狮山创思驿站举办母亲节感恩活动



亲子家庭作品展示。

世界上有一种情感,它与生俱来,没有条件,绵绵不绝,她就是母爱。五月,阳光灿烂,暖风拂面,在这亲情融融的季节里,迎来了“母亲节”。5月12日上午,狮山镇树本小候鸟驿站联合狮山创思驿站举办了“谢谢你的爱——母亲节感恩活动”,吸引近30个家庭参与,现场洋溢着欢声笑语。

据了解,活动以母亲节为契机,分为亲子小游戏、亲子DIY和献花给妈妈三个环节进行。活动一开始,工作人员播放了《伟大母爱》的宣传片,让孩子了解自己是妈妈辛苦十月怀胎生出来的小宝贝;紧接着来到游戏环节“我的宝贝在哪里”,妈妈们紧凭着双手去触摸孩子们小手来寻找自家小宝贝,游戏过程中笑声不断,妈妈不停的说:“能不能再摸多一次,刚刚没摸清楚”。最后,妈妈们经过一番头脑风暴后,都能正确识别出自己家的小宝贝,游戏结束时开心地和孩子抱一起。

进入到亲子DIY环节,孩子们领取到制作物资后便迫不及待的和妈妈商量,选取什么颜色彩绘相框粘粘土。不一会的功夫,原本平平无奇的实木相框,在孩子们的巧手下变成一幅幅温馨的画面,有浪漫的亲子装一家四口,有蓝天白云彩虹,还有很多画框特意标注“妈妈,我爱你”“母亲节快乐”等字样。

DIY环节过后,孩子们都大胆地表达对妈妈的爱,并向妈妈献上鲜花。妈妈们脸上展露出甜蜜的笑容,时间仿佛都定格在美好的这一刻。

我想对妈妈说

●江优齐、江优泽:妈妈,这么多年辛苦您了。我们会乖乖听话,好好读书,长大后我们会好好孝顺您的,妈妈我们爱您!

●孙安乔:这是我和爸爸一起合作的相框,就想送给妈妈,祝妈妈母亲节快乐,我爱您。

●梁睿:妈咪,母亲节快乐!我爱您!我真的很爱你。

撰文/曾雯 供稿 卢婉婷

练室外瑜伽 舒缓心理压力

华兴玻璃组织员工到罗村咏春公园进行户外瑜伽活动

结束了一天忙碌的工作,你会选择怎样的方式来放松自己的大脑和身体呢?近日,华兴玻璃“相约瑜伽社团”组织员工到罗村咏春公园进行户外瑜伽活动,在老师的指导下,舒展腰身,享受瑜伽的乐趣。

华兴玻璃瑜伽社团一行人来到罗村咏春公园内,伴随着鸟鸣声,学员们在老师的引导下,由一场晨间冥想开始唤醒身体,在内心与自己达成和解,抛开一切的忧虑与烦恼,让夏日的阳光映射在脸上。盘腿而坐、单脚站立、扭转身躯、下犬伸展、婴儿式放松……在冥想、呼吸、调息的递进方式下进行瑜伽体式练习。“在瑜伽里,你可以开启自己的感知能力,感受到你自己,通过呼吸、通过身体所有器官和感知神经的激活,感受到你与自然的联结。”学员陈娟娟分



华兴玻璃企业职工进行户外瑜伽活动。

享道。瑜伽练习结束后,学员们在草坪上聊天嬉戏,更好地促进了彼此间的交流与学习。

据瑜伽社团负责人梁秋喜介绍,开展户外瑜伽活动,一方面坚持练习瑜伽,能修

身养性,改善个人情绪,增强抵抗力,调节生理的平衡;另一方面,与其他运动相比较,瑜伽安全、柔和的特点非常突出,更适合作为女性平时运动的方式。

据悉,华兴“相约瑜伽社

团”自成立后便致力于向员工推广瑜伽运动,倡导通过练习瑜伽调整机体不适,改善机体亚健康状态,并促成不良情绪的释放,舒缓心理压力。

整理/曾雯 供稿 梁秋喜