

小朋友上门 为老人表演

近日,河村社区幸福院、职工家举办了入户探访长者、瑜伽教学等活动,获得居民、职工频频点赞。

老爱幼的传统美德,要善待老人,关爱老人。”李小姐说,会借这样的活动,以身作则,教育自己的孩子。

亲子入户关爱长者

8月21日下午,夏日炎炎,河村社区幸福院联合南海区家促会里水办事处、里水镇家长联合会、乐道义工队开展“关爱与你同行”志愿服务活动,29名亲子家庭成员和社区志愿者参与到此次探访活动当中,一同为社区独居、困难、高龄等长者送上真切的关爱和暖心慰问,让长者们感受到社区的关爱。

“等会你们几个一组,家长带好小朋友,拿好礼物,小朋友记得进门要问候一下老人家喔。”出发探访前,由社工为各位志愿者介绍本次的活动流程和注意事项以及进行分组。

探访队伍分成了三队,每队分别由社工带领进行入户探访,小朋友们还自告奋勇提物资。

“婆婆,这是送给你的礼物,祝你身体健康。天气炎热,要注意防暑降温,早睡早起。”在探访老人吴姨家中,亲子家庭李小姐和儿子小鹏主动送上亲切的问候,同时小朋友还为长者表演才艺,现场氛围其乐融融,欢声笑语。

探访结束后,志愿者们一起分享本次探访活动的所见所得,纷纷表示本次活动很有意义。“我们要培育小朋友养成尊

组织女职工学瑜伽

连日来,河村社区职工·家开展了为期5天的“瑜伽人生”瑜伽学习活动。活动邀请了心逸艺术中心专业的瑜伽老师吴雨菲老师前来授课,共吸引了15名女职工参加。

每到晚上,河村社区职工·家三楼舞蹈坊都会响起柔美舒缓的音乐声,耳边萦绕着老师“吸气、呼气、放松……”的指导声音,学员们在呼一吸间,或舒展双臂或拉伸腰肢,在动静结合中充分地调动全身肌肉,进入瑜伽的美妙世界。

跟随老师说吸气、收腹、抬头、双臂向上伸展等口令引领下,职工们学习瑜伽“肩颈理疗、拜日式”等体式。职工在持续学习瑜伽的过程中,学会了静心、减压的方式,常见的肩颈疼痛也得到一定的缓解效果。

活动结束后,职工聚在一起愉快的交流分享,李小姐说:“练习一段时间后自己的颈椎问题有了缓解,很开心。”黄小姐也表示:“练习瑜伽有助于内心压力释放,人也精神多了。”职工纷纷表示这样的活动不仅丰富了业余生活,同时也强健了体魄,非常有意义。

文/珠江时报记者 陈志健
通讯员 吴希莱 谭筠瑶

老人雨中跌倒 社工撑伞守护



■社工为老人撑起“保护伞”。
通讯员供图

珠江时报(记者/陈志健)8月19日上午,正值下雨天,室外忽然有老人摔倒,幸遇里水镇新联社区幸福院的几个社工伸出援手,不仅帮老人撑起“保护伞”,还紧急联系送医,避免发生更大的事故,得到了老人和家属的衷心感谢。

事发当时,新联社区幸福院正在举行手工小组活动,忽然一名长者形色匆匆地走过来对社工说:“有人跌倒了,满嘴都是血,你们快点去救救。”听到这样的求助信息,梁燕明、梁思婷、戚燕琳、肖伟斌几位社工马上放下手上的工作,三步并作两步,顶着风雨吹袭,以最快的速度跑到老人跌倒的地方。

原来跌倒的老人已经八十多岁,跌倒的地方距离幸福院一百米左右,老人趴在地上不能动弹,看到地上一摊鲜血,社工们十分着急,一边打伞为老人遮风挡

雨,一边打急救电话。戚燕琳担心老人会着凉,返回幸福院拿毛巾,盖在老人身上。

老人虽然跌倒,但神智还是很清晰,梁燕明等人不停地安慰老人,缓解老人的惊慌心理。当时正刮着台风,下着大雨,但几人根本不理会自己是否淋湿,把伞连起来,为老人撑起一把最美的“保护伞”。

过了一会儿,救护车和社区治安队也到了,在众人的合力搀扶下,老人被抬上了救护车。确保老人无大碍之后,梁燕明等人松了一口气。家属芳姨临走前还对社工说:“非常感谢你们,要不是你们后果不堪设想啊。”

“遇到紧急事情一定要出手相助,这都是我们应该做的。”戚燕琳说,当时正刮台风,外面温度有点低,风雨交迫,老人一嘴都是血,担心老人会着凉,于是赶紧回去拿毛巾。对于老人家属的感

谢,她认为这都是社工们应该做的事情。新联社区相关负责人表示,这种见义勇为的精神推动了良好的社会氛围,社工、治安队等人继承和发扬了中华民族的优良美德,为维护社会稳定作出了贡献。

贤僚村道处处景 惹得游人频频停

里水镇妇联正开展「最美庭院」评选活动,通过鼓励群众参与庭院评选



■贤僚村民在自家阳台浇花。



■贤僚亲子来到村道赏花。



■花化后美丽的贤僚一角。



■游客在贤僚“小花园”拍照留念。

珠江时报(见习记者/刘伟鹏 通讯员/沈燕祺 摄影报道)8月28日,“锦绣万家·花化里水”行动走进里水贤僚村,村道上摆满了鲜花盆栽,让粉色“桃花源”遍布绿意盎然的生机。

记者来到贤僚村,发现此前干净的墙壁下,围满了一条条花栏,不少村民家门多了各式各样的“小花园”。“汤伯,可以过来帮我浇浇水吗?”“陈姨,你觉得种多盆花在这好看吗?”……贤僚村民们乐呵呵地戴着草帽,拿着浇水瓶和剪子,在门前有说有笑地养护鲜花。

在贤僚戏台附近,几位背着包的行人在道上走着,他们望着家家户户门前的植被盆栽,步伐逐渐减慢,最后驻足停在一户门前,弯下腰细细欣赏。原来,他们是来自广州的游客,在了解贤僚的水乡文化后,便组团前来感受。“一下车,我们都说大开眼界。”广州市民张先生说,自己是一名摄影爱好者,此次前来真是大饱眼福。

除了户外的花化“桃源”美景,

村民的阳台也“别有洞天”。贤僚村民曹伟丽说,在平时,她比较喜欢种植花草,享受这种惬意的时光。而这次花化活动,更是为她提供“大展拳脚”的机会。“一听到花化活动要在贤僚村开展,我立刻为自家阳台报了名。”曹伟丽说,布置当天,她和志愿者们一起为户前庭院、户内阳台种上新的花卉,大家齐动手美化家园的氛围,让她在劳动中既开心,也感到温暖。

贤僚村相关负责人表示,贤僚作为里水最具特色的水美乡村,也是“水中贤僚·梦里桃源”的特色品牌村,这次“花化”行动能快速、高效地在村内实行布置,离不开村民们的支持。活动前,里水镇妇联、贤僚村委干部时常与村民进行深入的研讨交流,切实地了解群众的美化愿望,让“花化美”走进每一位村民心里,不断鼓励、带动村民群众动手、动手参与到美化家园行动,为贤僚添上独特的色彩。

目前,在乡村振兴推动下,“锦绣万家·花化里水”行动已深入到

里水各村居。在里水镇妇联的带动下,全镇居民纷纷从自家庭院阳台做起,齐齐参与“花化”。如今,村前村后、家家户户开满了花,不仅提升了人居环境,也凝聚了居民力量。

近期,里水镇妇联正开展“最美庭院”评选活动,通过鼓励群众参与庭院评选,营造共建美丽里水家园的浓厚氛围。本次活动征集将持续至10月。里水市民可提供不少于3张的最美庭院照,并附上对自家庭院的文字介绍,到各村居妇联进行报名。评选期间特邀评委将对候选户进行入户对比、拍照,确保评选公平、公正。

里水镇妇联相关负责人表示,参与活动评选的家庭要展现出各自庭院的特色,庭院内部绿化格局美,庭院内外绿植数量不少于5盆(棵),要显出错落有致的色彩搭配;布置协调要美观舒适,庭院内无乱搭、乱建、乱堆、乱挂的现象;庭院内外也要保持干净整洁,突显庭院的卫生美。