

高边社区

畅游古村 玩转艺术集市



6月24日,高边社区璜溪村举办古村文化节,现场设置有陶艺、古琴、剪纸等摊位供市民体验,还有导赏员带市民游古村。

现场,艺术集市吸引了众多市民驻足。在陶艺摊位,石湾刘胜记第六代传人伍蔚蔚指导市民玩泥制陶;在空灵鼓摊位,艺术家陈志伟手把手教市民照着简谱弹奏《送别》,吸引众人驻足聆听;而在剪纸摊位,高边张南村第四代剪纸传人张锦权带来作品供市民观赏。

除了摊位体验活动,现场还有导赏员带市民游古村。“璜溪村自宋代开村至今已有800多年历史,村内依旧保留着祠堂、书舍、炮楼、民居以及13条巷道,都未经开发,古村韵味浓郁,是较难得的乡土建筑标本。2010年璜溪村被评为‘南海十大最美乡村’,2012年被评为‘广东历史文化名村’……”导赏员孔

翠玲将璜溪村的情况娓娓道来,引来众多市民的关注。孔翠玲是璜溪村人,因为热爱本村历史文化,性格热情好客,很快成为村里的金牌导赏员。

在孔翠玲的带领下,市民们观赏了百年炮楼、中西合璧的小洋楼、民国时期牌坊式小楼、镬耳屋等建筑,细看古村随处可见的木雕、砖雕、石雕、灰塑,并在三百年古榕树下留影。

据悉,璜溪村古村活化工作独具特色,从2015年底开始,两位来自南海区大众社会工作服务中心的项目社工,就在璜溪村开展文化保育工作。社工们通过出版口述史《璜溪口述史与生命故事》、开发古村主题桌游《华侨翁》和组织高校团队设计璜溪村建筑模型等,帮助该村走出了一条极具个性的古村活化之路。

撰文/梁凤兴
通讯员 刘家仪

芦塘社区

培育一批“防跌宣传大使”



21日,芦塘社区“不倒翁”长者防跌计划收官。在过去近一个月时间内,多名社区长者通过学习防跌知识,训练防跌操,分享防跌小技巧,个个变身“不倒翁”,防跌意识深入人心。

防跌计划特邀罗村义工叶肖娴担任导师,20名社区长者参加训练。“我主要从

太极36式中,针对加强长者下肢力量提炼出8式,套路清晰节奏平缓,最重要是简单易学,个个都能做‘不倒翁’。”叶肖娴说。整个训练课时共10节,不少长者训练后都表示,就算教学结束也会坚持锻炼,让自己身体更强健。

整理/何万里

长虹岭工业园

职工团辅助沟通技巧提升

为培养职工沟通技巧,6月23日下午,长虹岭党群服务中心组织开展主题为“巴林特职工团体辅导”活动。活动负责社工表示,通过本次团辅,提升职工沟通技巧,改进职工对沟通与交流的观念,促进职工沟通能力提升,让职工家庭交流与职工沟通中都游刃有余,进而提升自身生活和谐度和幸福感。

整理/梁凤兴



狮南村

长者齐学健脑操

近日,狮南村社区幸福院在涌口新村举行“脑友伴行,耆乐无穷”长者健脑服务活动,为村居长者提供脑部训练。

本次脑部训练一共分四节课进行,逢周二开展。每节课,社区幸福院社工都会采用游戏互动来促进长者的积极性,长者则会根据自身情况与大家相互交流,形成一种互相学习的氛围。课上,长者通过拼出中国图、扑克找对碰环节增加左右手协调性,提升长者平时健脑的意识。

撰文/李福云 通讯员 何碧瑜



芦塘、乐安社区

美食制作串起街坊邻里情

“我们特意来学,学完回去教其他居民,让大家都能吃上自己做的美味曲奇。”日前,芦塘居委会饭堂迎来一批特别学员,来自乐安社区富安花园邻里中心的7名妈妈前来拜师学艺。师傅是芦塘阳光点心坊的大厨妈妈,学的是曲奇饼干和杯子蛋糕。这次“凭食寄意”的交流,让两个社区之间的联系更为紧密。

活动现场,作为老师一方的阳光点心坊,率先由一位妈妈介绍制作曲奇饼干的原料和需要使用的工具。“我们这次安排了6位点心坊成员,都是烹调能手,希望她们的经验能帮到乐安的妈妈。”芦塘社区工作人员叶洁明表示,种类繁杂的西饼种类里,曲奇和杯子蛋糕相对比较容易做,所



以选择用这两种食物来打基础。

看着老师操作轻松,学员们也迫不及待地动起手来。打黄油、放鸡蛋、筛面粉,撒蔓越莓干、用小竹桶定型……慢慢地,大家掌握了诀窍。2个小时后,香喷喷的饼干被端出烤箱,大家把自

制的快乐化作了甜蜜的分享,每个人都尝到了酥脆可口的蔓越莓曲奇饼干。

乐安社区工作人员李雁容告诉笔者,最近富安花园邻里中心设了一个“美食初尝试”活动,希望通过美食增进社区居民的沟通,凝聚情感。