



“孝老爱亲”系列活动第五站 走进长兴路办事处银河社区

学会倾听孩子的心声,让他们感受到父母的爱

精彩节目

老人舞“空竹龙”越舞越健康

社区居民带来的舞蹈《天天好时光》拉开了活动的序幕。

将空竹与龙头相连,后面拖着长长的布条“尾巴”,四个70多岁的大爷们舞出的“空竹龙”宛如一条真龙随身炫动,台下居民们不时发出赞叹之声。

舞空竹的人很多,而舞“空竹龙”并不多见,曹大爷和他的团队就是其中的一员,这个由普通空竹和彩色布料组成的长约7米的“空竹龙”,在阳光下格外醒目,声音悦耳。

曹大爷每天都会和他的伙伴们出门锻炼几个小时,在小区里玩空竹,7米的“空竹龙”舞起来不容易,因为空气要从龙头穿过7米长的龙身,才能活灵活现起来,不仅要实力和技巧,也要力量,彩色的“空竹龙”在老人的手中似蛟龙般上下翻飞,非常美观。

“我以前身体不好,一只胳膊还总抬不起来。”曹大爷说,自从练习这个以来,身体就棒棒的,什么毛病都没有,胳膊也没事了。



现场精彩的“空竹龙”表演

20日下午,由市文明办、市妇联、市老龄办、郑州慈善总会、郑州晚报社联合主办,惠济区妇联、长兴路办事处、老鸦陈村委会承办的“孝老爱亲”系列活动第五站走进了银河社区北城花园小区。

市妇联党组成员、纪检组长周宇红和市老龄办宣传部主任樊豫龙出席了此次活动。

记者 刘怡辰 柴琳琳 鲁慧 见习记者 刘涛/文 记者 周甬/图



社区居民们的舞蹈表演

专家讲座

学会倾听孩子的心声

“在西式婚礼中,新郎和新娘为什么要宣誓?”高级心理咨询师杨璟丽说,宣誓代表的是一种忠诚和责任,更是一种承诺,夫妻双方相互的承诺是和谐婚姻很重要的一个因素。

杨璟丽告诉大家,婚姻生活要有一个目标,并且做好一个规划,这样能让婚姻往一个好的方向发展。除此之外,婚姻还要保持激情,夫妻双方不要吝啬亲吻和拥抱。不管婚姻持续了多久,年龄有多大,每天早上出门前和晚上回来的时候,给妻子或者丈夫一个拥抱。

“现在有一种新的家庭教育理念,那就是相互影响、相互教育。”郑州60中教师李莉现场为

居民们讲解了孩子教育方面的知识。

“家长在同孩子交流的时候一定要保持一种平等关系,尽量低下身姿,和孩子平等对视。”

李莉说,在她的职业生涯中接触过很多孩子,他们中间大部分都表示跟父母交流不和谐。

“父母总爱问孩子考试考了多少分,对于他们心里想什么、有什么想法从不关心。每次孩子跟我讲这些的时候都是泪流满面。”李莉感慨地说,一定要学会倾听孩子的心声,让孩子能真正感受到父母的爱,这样孩子才能够健康地成长。

贴心服务

通过代购频道购买喜欢的宝贝

香港攻略网在当天活动中,一如既往地给居民们带来香港游大奖惊喜的同时,还给市民带来了不少免费的咨询服务。

“点击香港攻略网 7878hk.com,我们为您打开一座购物天堂,让你对香港了如指掌。”工作人员周世阳说,通过香港攻略网,你也可以找到投缘的朋友一起分享你们的香港行程、购物计划,通

过香港攻略网,让你们在旅途中不断地收获惊喜,让你拥有一段美好的旅途和记忆。

周世阳介绍说,香港攻略网将为市民提供最新的香港商家折扣优惠与团购信息,以及最实用与最经典的香港旅游攻略。

香港旅行之后,还可以通过香港攻略网的“代购”频道,在线购买喜欢的宝贝。

互动抽奖

现场抽出3对免费香港游大奖

“现在又到了我们抽奖时刻。”每当主持人说出这句话时,台下的气氛就会紧张起来,大家都会纷纷拿出兑券券来。在3轮抽奖环节后,共产生了20份2013年全年《郑州晚报》以及3对免费香港游大奖。

朱女士在此次活动中获得了免费香港游大奖。“每期进社区我都有关注,喜欢这种方式,既

提供了居民之间的沟通还为居民们送去了实惠。”

主办方送去全年《郑州晚报》和免费香港游的同时,市老龄办还送出了健康养生书一套。

另外,当天为了回馈晚报的忠实订户,活动现场也从晚报订户中抽取了3位幸运市民送出了精美的礼品。

郑州福彩给居民带去小礼品

在当天的活动中,郑州福利彩票又新增了“敦煌韵”、“黄河魂”和“幸运扑克”等彩票。

福彩的工作人员严先生说,福利彩票是以“扶老、助残、救孤、济困”为宗旨,为了让居民们更加了解福利彩票,福彩走进群众,通过活动深入人心。同时,在这次活动中福彩给居民们带去了200件小礼品。

工作人员说,这次带的刮刮乐品种很齐全,各种玩法都有,希望大家多多中奖。同时,希望通过活动让更多的市

民关注福彩“扶老、助残、救孤、济困”的公益活动。

另外,当天下午,济华中医馆的医生也来到了现场为居民们做健康检查服务,同时,还给居民们免费发放了500多个手提袋。

济华中医馆的医生说,秋天天气比较干燥,很多人容易上火,不同的上火症状所引起的身体状况不一样,平时在家可以煲点润肺、清热的汤喝,少吃煎炸的食物,多吃新鲜的青菜和水果。

趣味运动会老人展身手

本报讯 20日上午,老鸦陈村为了庆祝重阳节举办了一场别开生面的老年人运动会。比赛项目分为象棋、书法、麻将、投标等,参与比赛的老人共有1300多名。

在运动会中,71岁的陈新泰气定神闲地拿着毛笔,写下“海阔凭鱼跃,天高任鸟

飞”。他说,人老了,在家没事就喜欢练练字,可以修身养性。

现场的老人们每个人都是满脸笑意,活动场上不时发出爽朗的笑声,在他们的身上你丝毫感觉不到他们已是老人,倒是激情四射的年轻人。

村里老年办负责人楚百军说:“马上50

岁的我和他们比起来算是年轻人了,村里老人共1600多人,今天来参与比赛的人数有1300多人,一听说有活动,老人们都很积极,村里会将老年人的业余文化生活开展得更加丰富多彩,让老年人这种积极向上的精神更好地发扬下去。”

记者 刘怡辰

专治皮肤病

我院老中医皮肤病专家组有把握一次性治愈各种顽癣、神经性皮炎、湿疹、寻麻疹、扁平疣、疥疮、青春痘、手足癣、毛囊炎、带状疱疹、皮肤淀粉样变、斑秃、全秃各种脱发、皮肤瘙痒等各种顽固性皮肤病。一次不愈,下次免费治疗。

地址:郑州市桐柏路与西站路交叉口东北角即到
咨询电话:0371-86661088