



有趣有意义的社区活动 快来了解一下

绿地社区

“智能手机微课堂”又来了

本报讯 今年以来,如意湖办事处在各社区轮番开展的“智能手机微课堂”反馈效果良好。近日,“智能手机微课堂”又来到了绿地社区党群服务中心,志愿者手把手教学,帮助社区老年人更好地使用智能手机,享受科技带来的便利。

课堂开始,志愿者老师先带大家回忆了一遍此前学习的各种功能操作,帮助新参与进来的居民朋友跟上学习进度。随后根据大家的实际需求,讲解了如何使用微信发布群公告、快速搜索聊天记录、手机支付等功能。此外,老师还讲解了怎样使用手机查看高德地图。大家直呼,以后外出查询附近商场超市、查看公交地铁线路就更方便了。



考虑到老年人可能难以深入理解,社工同步辅助进行讲解和示范,带领大家做了一些简单的互动游戏,帮助老人们更好吸收了本节课所学的内容。
记者 王阳 通讯员 李冲 文/图

提高保健意识 注重饮食养生

本报讯 近日,如意湖办事处绿地社区党群服务中心特邀全科医生、功能医学保健专家杨晓江开展“饮食养生”专题讲座。

秋季气温骤降,但并没有阻碍居民参与活动的热情,不少人都裹上了羽绒服前来“捧场”。在本次健康讲座中,杨医生主要针对秋冬季中老年人起居、运动、饮食、预防疾病等健康知识进行了讲解。老师的讲解生动形象、通俗易懂,现场居民听得十分认真。在老师对健康知识提问时都踊跃发言,积极交流自己对饮食健康的看法,并就自身疾病、慢性病防治等问题向杨老师进行了咨询。讲座



结束后,医护人员为老人们测量了血压,免费发放了健康教育等主题宣传资料。
记者 王阳 通讯员 李冲 文/图

关爱健康 义诊先行

本报讯 近日,如意湖办事处绿地社区党群服务中心携手颐和医院及美奥口腔以“关爱健康,义诊先行”为主题,在绿地四期广场开展第五期义诊活动。

本期义诊项目主要包含骨科、内科、口腔科、血糖血压几大方面。活动现场,居民有秩序地排着队,医护人员认真地进行量血压、测血糖等检测项目。不少居民还带来了自己的X光片和病历本,希望能通过义诊活动对自己的病情进行进一步了解,医生耐心解答问题后,还对用药情况、饮食等方面的注意事项提供了合理化建议。考虑到



近期气温变化较大等因素,检查结束后医生还为居民发放了预防疾病等方面的宣传材料。
记者 王阳 通讯员 李冲 文/图

绿城百合社区

第七届敬老月老年太极比赛举行



本报讯 近日,由郑东新区管委会社会事业局主办、如意湖办事处承办的第七届敬老月老年太极比赛在绿城百合社区广场举行。

活动中,各支参赛队伍的太极拳爱好者身着太极服,伴随着悠扬的乐曲展示了二十四式太极拳,动作整齐划一,如行云流水般收放自如,完美诠释了太极拳刚柔并济之美。其中,绿城百合社区老年太极队带来的八段锦、功夫扇等精彩展演,更是展现了新时代中老年人的无限活力与精神风貌。太极拳是中华民族传统的体育运动,本次活动也吸引到众多居民群众的“围观”,大家对这项运动的向往也愈加浓烈,纷纷表示要加入到社区太极队伍中来,一起将太极文化发扬光大。
记者 王阳 通讯员 刘学馨 文/图

创意无限 快乐周末



本报讯 近日,如意湖办事处绿城百合社区联合郑州航空工业管理学院的大学生志愿者开展了儿童趣味手工DIY活动。

活动前,志愿者首先为小朋友发放航模、创意画、轻黏土等手工材料,然后

一对一讲解制作手工的方法和注意事项。大家都迫不及待着手开始制作。有的小朋友之前和爸爸妈妈做过类似的手工,很快便完成了自己的作品,但他们没有停下休息,而是转过身向其他需要帮助的小朋友伸出援助之手,展现了孩子们“懂分享、知合作”的良好品德。最后,小朋友们相互交换了自己的作品,用“心意”换得了“友谊”。“哥哥姐姐,我们约好了下次活动还要一起来参加!”

此次手工DIY活动在小朋友和家长的欢声笑语中顺利结束,不仅培养了小朋友的想象力和创造力,锻炼了小朋友的动手能力,还增进了亲子感情。
记者 王阳 通讯员 刘学馨 文/图

垃圾分类遇上皮影戏



本报讯 日前,如意湖办事处绿城百合社区联合河南谦泰文化传播有限公司、河南精灵梦皮影艺术团共同组织开展了“垃圾分类遇上皮影戏”专场活动,吸引了200余居民前来参与。

活动首先通过一段视频向大家介绍

了垃圾危害,并讲解了推进垃圾分类工作的重要意义。几轮互动游戏后,精彩的“大戏”正式开始——皮影艺术团的表演者为大家带来了一场诙谐幽默、生动有趣的《垃圾总动员》。最让人眼前一亮的要数演员们手中的皮影人,除了传统皮影戏人物外,还有大家熟悉的“中中”等造型,这都是皮影老师们在演出开始前指导居民参与拼装的。戏唱得好、皮影“耍”得好,居民都看得津津有味,称赞不已。

本次活动发放垃圾分类宣传资料近300份,通过欢乐活泼的方式切实宣传了垃圾分类理念,引导居民树立了低碳绿色生活的环保意识。

记者 王阳 通讯员 刘学馨 文/图

