

长者有乐趣 社区有温情

如何让老年群体老有所依、安享幸福美好生活，始终是全社会关注的热点话题。一直以来，龙华各社区持续围绕老年群体开展丰富多彩的社区活动，让长者在“家门口”就能有满满的获得感。

——编者

四和社区 10名长者参加健康小组活动

本报讯(龙华新闻记者 黄晓华 通讯员 郑琼伟/文 记者 陈建华/图)近日,福城街道四和社区社工组织开展“与你携手,健康同行”社区长者健康小组,本次小组有5节课程,共吸引10名社区长者参加。

小组前期,社工通过互动游戏营造轻松愉快的小组氛围,制定小组契约、小组目标,让组员明确小组的功能及目的,为接下来的小组活动奠定基础。小组中期,社工为长者讲解“三高”慢性病的重要性,引导组员重视“三高”慢性病的预防与治疗。邀请福城街道“心访之家”心理老师为长者普及老年人心理健康知识,增强组员的心理健康保健能力。链接社康医生讲解中医养生、“三高”慢性病机理及预防方法,帮助长

者掌握健康知识,树立正确的健康价值观,采纳健康行为,提升健康管理能力。小组后期,社工带领组员回顾学到的健康知识,通过“三高”健康知识竞赛进一步巩固所学知识,引导组员将知识运用到生活中,鼓励大家积极参与健康运动,定期体检、合理营养饮食,养成良好的生活习惯。

除此之外,社工组建“与你携手,健康同行”小组微信群,为社区长者创造一个朋辈交流平台,利用线上平台为组员布置课后作业,进一步巩固组员的学习成果。同时社工

将长者保健操、老年人如何保持心理健康、老年人健康饮食等学习视频及推文分享到微信群,引导组员积极学习,主动分享,并且将所学知识运用到生活中。



四和社区长者参与手指操活动。

大和社区

长者围炉煮茶叙家常

本报讯(龙华新闻记者 雷钦健 通讯员 闵永泷)1月13日下午,观湖街道大和社区开展了一场特别的家庭关系交流活动,邀请10余名老年人来到社区老友农场,围炉煮茶,共叙家常,营造温馨和谐的邻里关系。

在现场制作陶罐奶茶环节,社工演示一遍后,老人们亲自上手体验,动手制作时下非常流行的陶罐奶茶。大家品味着亲手制作

的奶茶,分享了各自家庭中的小故事。通过这些平凡而感人的家庭故事,老人们加深了对彼此的了解,也拉近了邻里之间的距离。

“本次活动为社区内的老年人提供了一个展示自己、表达自己、分享故事的交流平台。活动将社区内的老年人联系起来,共同营造一个友善亲近的邻里氛围,让居民享受到社区治理的成果,进一步增强居民对社区的认同感和归属感。”大和社区工作人员表示。

茜坑社区 老年人学做国潮非遗手工

本报讯(龙华新闻记者 黄晓华 通讯员 赖苑冰/文 记者 陈建华 通讯员 赖苑冰/图)1月14日,在茜坑新围党群服务V站,福城街道茜坑社区开展“龙腾四海”老年人亲邻国潮非遗手工DIY活动,通过制作布艺龙头活动来结交更多留深过年的亲邻“老友”,体验丰富多彩的社区文化生活。

老年人手工制作活动对老年人的身心健康有着积极的影响,手工制作需要耐心和细致的态度,可以锻炼老年人的动手能力和注意力。在制作手工艺品的过程中,亲邻之间的互相帮助,给社区老年人提供了一个交流和互动的平台,结识新邻居,分享制作经验和技巧,从而增进彼此的了解和友谊,

加强社区的凝聚力。

“这个布艺手工活动很有趣,做出来的作品非常漂亮。这次我学到了新的针法,制作过程虽然遇到些小困难,幸好有社工和邻居的帮助。”刘叔叔在制作龙头的过程中,在单线穿针上提出疑问,在社工的讲解和亲邻的示范下,慢慢掌握了单线缝纫的手法,完成了自己的作品。

据了解,福城街道茜坑社区通过开展老年人亲邻非遗手工活动,让老人们感受到了传统文化的魅力和精神内

涵。新的一年,茜坑社区将继续努力,为社区的老年人提供更多有意义的活动,让老年人在欢乐和关爱中度过幸福的晚年时光。



茜坑社区长者参与国潮非遗手工制作。

桂香社区

老年人登台展示才艺

本报讯(龙华新闻记者 吴春华 通讯员 薛婷)为促进老年人的身心健康,加强社区居民之间的联系和情感纽带,近日,观澜街道桂香社区大坪居委会举办“情暖观澜,共筑温馨”大坪居委会暖心陪伴活动。

活动在轻松活泼的开场舞《大家一起来》中拉开序幕,现场长者跟着节奏舞动。紧接着《一梦惊鸿》等舞蹈节目将活动现场气氛推向高潮,老年人们在欢乐的氛围中感受到温暖和喜

悦。经过几组才艺展示,活动进行到益智游戏环节,工作人员组织现场长者开展游戏互动,通过“拍手舞”“口令纸杯”“填字”“逢七过”等游戏,营造了一个欢乐、活跃的氛围,促进了社区老年人之间的交流,同时有助于预防老年疾病,保持身心的健康发展。

参与本次活动的李阿姨开心地说道:“这次活动不仅仅是一场简单的聚会,而且充满乐趣和意义,更是社区大家庭共同努力的成果,让我们老年人感受到了社区的温馨与温暖。”

君子布社区

帮助辖区困难家庭渡难关

本报讯(龙华新闻记者 吴春华 通讯员 张映如)“感谢社区长期以来对我们家的关心与帮助,极大缓解了我们家的困境,你们是在真正为居民办实事、解难题……”近日,家住观澜街道君子布社区的詹女士将一面印有“心系民生解疾苦 社区服务献真情”字样的锦旗和感谢信送到社区,由衷地感谢君子布社区党委、君龙、君新居委会一直以来对她家庭的关心与关爱,为其困境家庭

提供了热心的帮助与支持。据悉,詹女士一家是社区重点帮扶对象,一家8口,詹女士在2020年确诊重疾,目前已做手术在家静养,其丈夫是单车维修工人,老人负责照顾4个小孩上学接送和起居生活,有时还需外出工作补贴家用,但高昂的医疗费用让全家一度陷入绝境。君子布社区两委知道詹女士的家庭情况后十分重视,通过走访慰问的形式多方关心和了解她的家庭动态,为

其宣传解读相关民政救助政策,为其家庭解决生活中的各种困难与问题,并链接各类慈善机构及社会资源,为其家庭申请了重大疾病关爱基金及困境未成年人资助,尽可能地为其家庭解困救急。

该社区党委负责人表示:“锦旗饱含了辖区居民对社区及居委会工作的肯定和认可。社区两委将以此为动力,继续用心用情为辖区困难弱势群体排忧解难。”

向联社区

书法老师义写春联送祝福

本报讯(龙华新闻记者 陈欣 通讯员 黄志圆)日前,龙华街道向联社区开展春联义写活动,提前营造喜迎新春的氛围,为居民送上新年祝福。

活动现场气氛热烈,书法老师们挥毫泼墨,下笔如行云流水,或苍劲有力,或秀气内敛,将美好祝愿融入笔墨中,为辖区居民写出一副副精美春联,送出一份份温暖祝福。现场居民有的饶有兴致观摩书写过程,有的帮忙铺纸递墨、晾晒春联,还有一些孩子跃

跃欲试,握着毛笔在鲜艳的对联纸上一笔一顿书写出心中美好的心愿。一副副饱含浓浓年味、寓意吉祥的春联铺满现场,既喜庆又充满福气。

“春节是阖家团聚的重要节日,承载着丰厚的历史文化底蕴,贴春联又是体现年味、祈求新年好运的民俗之一,我们希望通过活动弘扬中华优秀传统文化,丰富居民精神文化生活。”社区负责人表示,将继续开展各类精彩活动,让邻里关系更加密切、和谐。