

社区热心大妈 带队十五年 心湖舞翩跹



达人秀

电话: 0551-62620110

星报讯(朱丽云 记者 马冰璐) 身为舞蹈队队长,61岁的合肥市沁心湖社区居民吴玲智阿姨15年如一日无私付出,不仅赢得了队员们的认可和点赞,还先后带出50多位“舞林高手”。

不跳广场舞,专攻难度高、舞姿优美、气质优雅的古典舞、民族舞,是吴阿姨所带领的沁心湖舞蹈队的一大特色。2006年,和文字打了一辈子交道的她开始与舞蹈结缘,她牵头成立了这支舞蹈队,消息一经传出,便立即吸引了30多位居民慕名前来报名,“基本上都是零基础。”吴阿姨既欣喜又发愁。

为了提高大伙的“舞艺”,她特地前往省歌舞团拜师,“从舞蹈编排到授课、排练,全部由那里的专业老师负责。”经过15年的发展,舞蹈队不但在人员队伍上不断壮大,而且队员们的舞艺也有了质的飞跃,如今队员们个个从“菜鸟”蜕变为“舞林高手”,不仅舞艺娴熟,还舞姿优美。近几年,舞蹈队更是多次受邀参赛,并多次在市级比赛中斩获一等奖。

15年来,只要是跟舞蹈队有关的事,无论是排练、演出,还是购置服装、道具……吴阿姨全都亲力亲为。这些年来,为了舞蹈队,吴阿姨已不记得自己多少次缺席同学聚会、家庭聚餐,“有时候,家里和舞蹈队同时有事要处理,那我肯定把家里的事放一放,先处理舞蹈队的事。”为此队员们都笑称她是舞蹈队的“定海神针”,没了她,大伙就发慌。



为丰富辖区青少年文化生活,培养青少年环保节能意识,将废弃物重新利用,近日,合肥市淝河镇老官塘社区新时代文明实践站、民政办、团总支、关工委在安百苑睦邻中心开展了“童创欢乐,蛋托大变身”儿童手工制作蛋托画活动。

■ 王爱华 记者 马冰璐

一句话新闻

近期,合肥市包河区骆岗街道高王社区残联开展困难精神残疾人药费补助摸排工作。残疾助理员共走访9户家庭,通过拉家常的方式了解患者是否按时吃药,精神状态及有无暴力现象发生。为下一步困难精神残疾人办理药费补助打好基础。

■ 周玉虎 记者 沈娟娟

为发扬雷锋精神,传递热血真情,近日,合肥市三里庵街道二里街社区联合国元金控集团开展无偿献血活动,献血人数达118人。

■ 吴炜 仲名山 孙雨静 记者 沈娟娟

反邪防邪,人人有责

星报讯(王玉霞 贺云龙 记者 沈娟娟) 3月10日上午,合肥市骆岗街道包河苑社区在睦邻中心开展主题为“反邪防邪,人人有责”宣传活动。

活动主要是为了庆祝中国共产党建党100周年,弘扬志愿者服务理念,践行中国共产党全心全意为人民服务宗旨。志愿者免费为辖区居民剪发、测量血糖、血压、现场咨询健康知识,现场普及反邪、防邪、抵邪等。

这次普及主要内容是识别邪教的“十个方法”,防范邪教的“五个小窍门”。十个方法中邪教“鼓吹能强身健体,治病救人”,“不劳而获”,反科学、反社会,反政府是最为明显的特征;五个防范窍门一是相信科学;二是树立勤劳致富思想;三是增强防范意识和能力;四是懂得拒绝;五是态度坚决。

通过此次宣传让骆岗街道辖区的居民了解到国家保护公民的宗教信仰自由,保护正常的宗教活动,但是坚决取缔抵制反对邪教,树立“反邪防邪,人人有责”思想意识,作为新世纪的中国公民,我们每个人都有责任,有义务自觉抵制各类邪教组织和活动,营造良好的社会环境,增强了反邪防邪的责任感,对构建幸福家庭,无邪社区,平安骆岗添砖加瓦。

不加糖山药饼,老少皆宜



电话: 0551-62620110

星报讯(孙珊珊 记者 沈娟娟 文/图) “山药的好处特别多,是入肺、健脾、补肾的佳品。我休息在家的時候,就喜欢做各种小点心给我爱人和孩子吃,山药饼是好评率最高的一款小点心。”家住合肥市滨湖家园社区的李常伦是一名敬业的瑜伽老师,但在家里却是一名名副其实的贤妻良母。

“山药的做法有很多,可以用来煮粥,煮汤,也可以用来爆炒,还可以用来做饼。”李常伦说,本来以为山药饼做起来特别简单,但做起来才发现挺复杂的,尝试好几次才摸索出来独特的不加糖山药饼。

李常伦将山药去皮后上锅,蒸熟后捣成泥,加入鸡蛋,放上适量木糖醇、酵母,搅拌均匀,再放上面粉和低脂奶粉,“我老公血糖高,小孩子吃太多糖不好,所以我就用些许木糖醇和低脂奶粉代替白砂糖,效果杠杠的!”



随后,李常伦将原材料搅拌成絮状,揉成面团,擀成0.5厘米厚的薄饼,做成自己喜欢的模型,盖上纱布醒发最少半小时。最后,用平底锅预热,翻面烙熟,“烙的时候一定不要放油,这样才好吃。我之前也是按照网上步骤来的,可是不好吃,还不太健康。”

“我的山药饼不加糖,绝对的老少皆宜。”每次,李常伦听到老公和儿子说好吃,觉得瞬间幸福感爆棚,“那种成就感是工作上和其他地方给不了我的!”

二月二龙抬头 义剪义诊暖人心

星报讯(季云冈 余茹 记者 马冰璐) “你们能这么细心地替我们居民着想,让我们觉得心里很温暖。”3月13日,在合肥市五里墩街道青阳路社区华邦繁华里小区开展的义诊、义剪活动现场,家住繁华里小区的一群居民们有的在排队理发,有的在跟牙医讨论牙齿问题,十分热闹。

据悉,因为民间有“二月二龙抬头”的旧俗。青阳路社区为此联合辖区内华邦繁华里小区开展了“二月二义剪义诊”活动,为居民谋取福利的同时也寓意好的开始。当天,活动刚开始,就有许多居民排队等候理发。理发师们细心地为居民修剪头发。伴随着剪刀声,居民们原先凌乱的头发变得整齐利落。居民们满意地点头并不时与理发师愉快地交谈。

在活动现场,为居民免费检查口腔的义诊活动也在热火朝天地进行。在新安口腔医院的专家医生及社区志愿者的引导下,居民们自觉地在口腔检查桌前排起队,依次接受免费口腔检查,听医生讲解如何预防口腔疾病,如何正确刷牙等口腔卫生保健知识,还根据居民口腔的检查结果给出相应的治疗方案,并为居民们进行健康指导。

“希望通过活动,为我们辖区的居民们做点实实在在的事,让他们感受到社会对他们的关心和爱护,为居民们谋取福利。下一步,我们还将继续开展此类活动,让更多的人受益。”社区工作人员张雨辰说道。

美好社区

市场星报

2021年3月16日
星期二

编辑 江 锐
组版 李 静
校对 刘 洁



掌中安徽
APP客户端



官方微信
scxb123

市场星报电子版
www.scxb.com.cn
安徽财经网
www.ahcaijing.com