

“翰墨达人”用字书写人生

星报讯(孙珊珊 记者 沈娟娟 文/图) 在合肥滨湖家园社区,一提起孔令法,大家都竖起大拇指,因为写得一手好字,他是邻居们眼中的“翰墨达人”,每逢过年,大家更是排队请他书写对联。

“年轻时,我在县里当老师,如果字写得好,对我和学生都是一种学习上的激励。”从那时起,孔令法就在心中种下了书法的种子,但是当时家家户户条件都不好,没有钱去拜师学艺,孔令法就自己一点一滴地摸索、练习。慢慢地,书法成为了他最大的兴趣爱好,也是他生活中最重要的事。

孔令法最喜欢的是楷书,最欣赏的是唐朝中期著名书法家柳公权,“他的字取匀衡瘦硬,追魏碑斩钉截铁势,点画爽利挺秀,骨力遒劲,结体严紧,想要写得好,不容易!”

为了这份“欣赏”,孔令法没少下功夫,他买来很多字帖临摹,还买来很多书法理论书籍进行系统研究,“字多、深奥,没办法,我就一点点地学,边学边模仿,边模仿边学习。”

凭着一股韧劲和一份坚持,孔令法在书法上取得了让人称赞的成绩。如



今,他还利用自己的业余时间,在社区开设免费公益书法班,根据居民的书法功底,科学制定练习方案,由浅入深地给大家讲解,手把手教学。

他说:“学习书法不仅可以了解我国的历史文化,而且还可以增强修养,磨炼人的意志。如今现代人生活节奏快,工作压力大,如果能每周抽点时间练习书法,可以启迪人的内心,对精神世界也是一种放松。”



接种有我,健康有我

星报讯(卫绍春 记者 马冰璐) 疫苗是预防传染性疾病最有力的武器,人群中疫苗接种率达到一定程度,可形成有效群体免疫屏障,阻断新冠肺炎传播蔓延。为做好新冠疫苗接种工作,进一步扩大疫苗接种率,合肥市淝河镇卫乡村卫建办联合团总支青年志愿者,在本辖区内企业全面推进疫苗接种工作。

4月2日,工作人员带着宣传海报、宣传画来到辖区产业园及建筑工地等人口密集地区,广泛发动异地在此的外来务工人员就地就近接种疫苗,活动现场,工作人员通过张贴海报,摆放展板,帮助过往居民和工人了解疫苗接种的相关事宜,回应居民产生的疑问,广泛宣传疫苗接种是阻止感染,阻断疫情传播的有效手段,也是构建全民“免疫屏障”的重要措施。

通过本次活动的开展,让大家对新冠疫苗的认识有所提高,为下一步全民接种奠定了良好的基础。

让爱来,让“碍”走

星报讯(沐双娇 记者 沈娟娟) 4月2日是“世界自闭症关注日”,由合肥市包河区残联主办、方兴社区妇联、霁航社会工作服务中心、合肥爱贝倍特殊儿童教育中心协办的“星心守护——让爱来,让碍走”关爱自闭症儿童主题活动在方兴社区心理健康服务中心举行,10名自闭症儿童及8名家长参加了此次活动。

活动开始,孩子们来到方兴社区心理健康服务中心的“海豚屋”内,利用设备模仿海豚发出的高频超声波,加上音乐和灯光一起来激活儿童脑中处于“休眠状态”的神经元细胞,伴随着自然舒缓的音乐声,孩子们在海豚屋内自由玩耍。随后,孩子们来到活动室跟随特教老师们做心理测试等活动,通过本次活,小朋友们与“海豚”亲密接触,在一定程度上疗愈了内心。

此次活动也是在方兴社区增补妇联执委后,由新任妇联执委领办的一项儿童关爱活动,下一步,方兴社区妇联执委将根据各自工作实际和特长,充分发挥优势,以连续性、项目化的服务活动,在关爱妇女儿童上下功夫,领跑妇联建设,推动社区妇联工作再上新台阶。



乘坐公共交通工具是多数市民优先选择的绿色出行方式,然而公交站台设立在道路两侧,常年风吹日晒雨淋,很容易蒙上尘垢。为了提升环境卫生质量,改善市民的候车环境,合肥高新区域管局对辖区内的公交站台进行集中清洗,擦亮城市窗口。

■ 王婷 记者 马冰璐 文/图

美好社区

市场星报

2021年4月6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

柠檬凤爪,一道简单的懒人菜



星报讯(杜晓芳 刘亚萍 记者 沈娟娟 文/图) “每次去酒店吃饭,大家都喜欢点一道泡椒凤爪,辣辣的很下饭,回来后我尝试着自己做,加入几片柠檬,这样的鸡爪更清新。”家住合肥市安粮城市广场的居民孙奇霞最喜欢做柠檬凤爪,“过程简单,就是大家常说的懒人菜。”

每次做之前,孙奇霞会去菜市场买回来新鲜的鸡爪,清理干净后冷水下锅,煮出血水和浮沫,捞出浮沫后再煮5分钟,“这样鸡爪就会比较干净,如果喜欢吃烂一点的鸡爪,煮的时间可以延长到10分钟左右。”

等鸡爪煮好后,孙奇霞再用清水清洗一遍,沥干水分,准备好青椒、红椒、泡椒、生姜,再将大蒜头拍扁或切片,放入柠檬和卤糟,“卤糟在很多菜



市场都能买到,生姜去腥,所有的调料淹没过鸡爪就可以了,再密封好放在冰箱泡两三天就可以吃了。”

因为在泡椒凤爪的基础上加入了柠檬,所以吃起来口感更清新、更解腻,“不过,需要注意的一点是柠檬不能太早放,否则会苦,不能吃辣的话就可以不放红椒和泡椒,卤糟泡出来本来就有味道。”

合肥东城办开展安全生产检查

为进一步落实安全生产责任,夯实安全生产基础,近日,合肥东城办对辖区安全生产开展全方位督查指导。

检查组一行深入核心区在建项目施工现场,就前期安全隐患自查摸排工作开展督促指导,并现场指出各项目部单位在安全生产工作中存在的问题

及薄弱环节,发出事故隐患整改通知书5份、监理安全管理行为整改通知书3份,责令其限期整改。同时要求各单位要进一步增强紧迫感和责任感,把安全生产工作当作头等大事来抓。要加大安全隐患排查力度,压实安全生产主体责任。

■ 王小娟 龚玮