

# 家门口跟着名厨学做菜 饱了口福提升了厨艺

## 光华里社区举办“家的味道”公益活动受居民欢迎

本报讯(首席记者 南开宇)8月11日,在石家庄市光华里新时代文明实践站,“家的味道——传承中华饮食文化”公益活动第二期在此举行。“早就盼着这次活动了,上次参加完活动,回家就给人露了一手,家里人都赞不绝口,在家门口和名厨学烹饪秘诀,既饱了口福,又提升了厨艺,真的太幸福了!”参加活动的居民刘阿姨开心地说。

该活动在石家庄市志愿服务联合会指导下开展,长安区委文明办、共青团长安区委发起,活动由建北街道团工委联合光华里新时代文明实践站及冀徽志愿服务总队执行,活动旨在传承、推广中华饮食文化,让家人共同制作、享受美食,促

进家庭和睦。

活动开始后,高级营养师、高级厨师房晔龙向居民介绍了“八大菜系”的由来。进入实际操作环节,从准备、切块、翻炒到摆盘,房晔龙详细展示了做脆皮茄子、辣子鸡等菜的要点。

“出锅啦!”参加学习的居民用手机拍下菜品的制作过程,此时有人已迫不及待地品尝起美食。“我妈妈的手受了伤,最近都是我做饭,参加这次志愿服务活动不仅能品尝美食,还学到了烹饪方法和菜系知识,非常受用。”开学就要上大三的张一源说,这一活动体现了舌尖上的邻里情,让居民们收获满满。

# 做好助老服务 教老年人使用智能手机



老年朋友学习智能手机使用。(社区供图)

本报讯(记者 方小北)为了让老年人充分享受数字化、智能化带来的便利,共享信息化发展成果,近日,石家庄市长安区跃进街道联合乐享社工、贝壳公益基金,走进和华家园社区,为社区老年朋友上了一堂智能手机学习课。

“叔叔阿姨早上好,希望通过智能手机学习系列活动,提升大家使用手机的能力,大家有什么不懂的都提出来,咱们共同学习共同进步。”和华家园社区副书记马皓悦热情的致辞把大家带进了有趣的手机学习课堂。工作人员通过“手把手、面对面”实际操作互动教学的方式,教授老年人如何连接无线网络、如何调节铃声、如何调节字体大小、如何使用百度地图导航等知识,还一起学习手机空间垃圾清理、微信使用、微信添加好友、加入微信群、微信语音视频聊天,以及微信、支付宝付款等功能。同时,针对老年朋友的个性化问题进行一对一详细讲解,消除了他们使用智能手机的困惑与担忧,让他们感觉更安心。

跃进街道将以传递温暖、关爱老人为宗旨,深入了解老年朋友需求,持续做好助老服务,为社会和谐发展贡献一份力量。

# 学非遗 长本领 暑期生活乐有所获

本报讯(首席记者 柳安臣)为进一步落实“双减”政策,连日来,晋州市开展了形式多样、内容丰富的暑期活动,让孩子们在丰富多彩的活动中,学知识、开眼界、长本领,体验不一样的假期生活。

在晋州市实验小学“晋州官伞”非遗文化传承基地,只见同学们手持“官伞”,一个个聚精会神,动作也做得有模有样。“官伞舞”的基本动作包括碾、拧、夹、转四类,这四类动作的有机配合,形成了和谐完美的艺术统一,构成了“官伞舞”的独特风格,使其在众多舞蹈中独树一帜。据了解,“晋州官伞”作为该学校的校本课程,二十年来培养了千余名非遗文化的小小传承人。

晋州市东里庄镇南寺吕学校也举办了“非遗进校园”活动,让同学们领略了戏曲“东路丝弦”的传统魅力。晋州市郭家庄“东路丝弦”起源于清朝末年光绪年间,至今已有100多年的历史。“东路丝弦”声腔高亢,铿锵有力,唱腔板式分头板、二板、三板、河西调等十几种。活动现场,“东路丝弦”第四代传承人郭翠娟女士身着百年传承的戏服,搭配韵味独特的丝弦唱腔,表演了《宗泽与岳飞》的精忠爱国故事,既培养了孩子们的爱国主义情怀,也让孩子们近距离感受到了丝弦艺术的风采,体会到传统戏曲的魅力。

暑期以来,晋州市精心策划各类活动,根据学生兴趣爱好开设了亲子共读、足球训练营、武术、舞蹈、劳动体验课等内容丰富的暑期托管服务。在课程类别上,落实立德树人根本任务,开展不同类型的兴趣班,让孩子们在有意思的假期活动中玩有所乐、乐有所获。

# 义诊服务暖人心 垃圾分类宣传入人心

## 大郭街道开展形式多样的志愿服务活动

本报讯(首席记者 杜慧)健康义诊、清理杂物……石家庄市新华区大郭街道依水社区、大马村社区日前相继开展了一系列志愿服务活动,将贴心实用的服务送到了居民家门口。

为进一步提高居民医保政策知晓率,帮助居民了解最新的医保知识,依水社区新时代文明实践站在依水佳苑一期开展了“医保政策进社区 义诊服务暖人心”志愿服务活动。

活动期间,冀联医院的医务人员为居民提供了免费心电图、量血压、听诊、健康咨询等服务。针对患有高血压、高血脂、糖尿病等常见老年病的患者,医务人员耐心询问他们的日常生活习惯,认真评估其身体状况,并给予了合理建议。当天,社区志愿者还为广大居民讲解了门诊慢病、大病救助、医保用药等相关政策,指导居民使用微信缴纳医保费用。

“这次活动为居民提供了便利的医疗服务,同

时把便民、惠民的医保政策送到居民手中,受到了广大居民的欢迎。”依水社区工作人员说。

大郭街道总工会联合大马村社区新时代文明实践站开展了“建设绿色家园”国际青年日宣传活动。

在水域南岸小区,青年志愿者、社区工作人员通过展牌宣传、发放明白纸等形式,积极宣传国际青年日的背景及由来,引导广大青年担当时代责任、勇于砥砺奋斗,为社会发展贡献青春力量。同时开展了垃圾分类宣传,增强居民的环保意识,共建绿色美好新家园。

宣传活动结束后,志愿者们还拿起清扫工具,一起清理小区杂物,以实际行动助力社区环境建设。“下一步,我们将继续开展形式多样的志愿服务实践活动,让更多的青年参与到社区工作中,展现新时期青年风采,贡献青年力量。”大郭街道总工会相关工作人员说。

# 社区惠民演出邀居民听京剧赏国粹 感受传统文化魅力

本报讯(记者 方小北)本着唱响主旋律,充分发挥基层党组织服务居民,教育居民的作用,石家庄市长安区青园街道范华社区日前联合河北省京剧艺术研究院,在裴艳玲大戏院举办了“听京剧 赏国粹”惠民演出活动。

此次演出的剧目是《小英雄雨来》,剧目表现了小英雄雨来为了掩护交通员李大叔,机智勇敢地同敌人作斗争,歌颂了小雨来热爱祖国,不畏强敌,机智勇敢的品质。这场“传统文化大餐”让广大居民朋友大饱耳福,荡涤心灵。经典戏曲唱

段让居民群众在家门口就能感受到传统京剧文化的魅力,凡来观演的居民朋友无不连连称赞,演出结束后,迟迟不愿离开剧场。整场演出服务居民80余人,受到了一致好评。一位阿姨激动地说:“范华社区组织的这场演出真是太好了,期待社区多组织类似的活动,我要踊跃参与让晚年生活更幸福。”

此次活动不仅丰富了辖区居民的精神文化生活,也弘扬了社区文明新风尚,党群共建和谐美好家园。

## 声明公告

◆微信办理 13011578201  
wb99ok yzwb\_36524  
◆广告咨询 8862 9347

## 服务信息

◆微信办理 13011578201  
wb99ok yzwb\_36524  
◆广告咨询 8862 9347

## 疏通服务

红马甲疏通高压清洗  
专业水电暖、安装  
空调加氟维修 15832176896

## 粉刷装修

旧家翻新,老房装修  
粉刷门窗 防水铺砖水电  
无需搬家 83536856

## 保姆病护

保姆月嫂 钟点工 专业保洁  
13463113304 15127071667

## 敬告

本版分类信息仅供参考,请交易双方严格  
查验对方手续和证件,如发生纠纷,本刊不承  
担法律责任。

肖景景残疾证丢失,残疾证  
号:13018419890803402312,  
特此声明。  
赵县李涛水饺店不慎遗失食品小  
作坊小餐饮登记证,登记证编号:  
2130133000630,特此声明作废。