

# 志愿服务“赶”大集 文明实践暖人心

## 长安区“便民帮帮团”走进建华家园社区



■“便民帮帮团”走进建华家园社区。

□文/图 本报记者 方小北

健康义诊、法律咨询、心理咨询、关爱老年人服务、防摔知识宣传、垃圾分类知识宣讲的服务摊位一起开张，志愿者和社区居民面对面交流。建华家园“心助爱”爱心互助志愿队的志愿者们穿梭其中，为参加活动的老人送上贴心服务……这就是记者昨天在石家庄市长丰街道建华家园社区长安区便民帮帮团志愿服务现场看到的场景。长安区的特色文明实践品牌“便民帮帮团”带着爱心、带着文明风尚、带着丰富的志愿服务，走遍了辖区内的各个社区，吸引了众多社区居民踊跃参与，共同感受文明实践带来的丰硕成果。

4月9日上午，在长安区长丰街道党工委指导下，长丰街道建华家园社区党支部、新时代文明实践站联合长安区“便民帮帮团”“心助爱”爱心互助志愿队、红色联盟成员单位，共同开展便民志愿服务活动。走进活动现场，各个摊位整齐排列、精心布置。本次便民志愿服务活动内容依旧保持了丰富而实用的特色。活动现场，医护人员为居民们免费测血糖、测血压，提供健康咨询。还有律师为居民们讲解法律知识，志愿者们教老年人使用智能手机，心理医生为居民提供心理辅导。

非遗雅集，文明有约。本次“便民帮帮团”志愿服务依旧带来丰富的非遗文化内容。李师傅现场绘制的戏曲脸谱惟妙惟肖，老人孩子拿着脸谱爱

不释手。再看张师傅剪的十二生肖剪纸栩栩如生，梁氏传统烙画用烫染等工艺在葫芦上刻画出的人物形神兼备，于氏糖画以勺为笔以糖为线，一勾一描就画出了玉兔、蝴蝶、凤凰……这些丰富多彩的非遗文化项目极大地丰富了居民的文化生活。居民王阿姨开心地说：“我昨天就在邻里群里看到有志愿服务活动的消息，上午也没事儿，带着孩子过来，量量血压，让孩子看看这些非遗制作，孩子特别喜欢这个糖画。这个活动真挺好的，这一天过得真有意思。”

“心助爱”爱心互助志愿队由建华家园社区志愿者组成，以用心沟通、爱心助老、真心关怀、心心相印为宗旨，通过对社区内独居困难老人的日常探访、陪伴、谈心，从生活上帮扶、照料他们；另外，链接社会资源，解决独居老人生活上的困难，使独居老人能体会到社会、社区的关心与关爱，在社区生活中更有归属感，生活照料上也有一定保障。活动现场，志愿队协助其他服务团队展开服务，给予老人们周到细致的帮助。下一步，建华家园社区将继续整合多方资源，坚持“党建引领，融合共建”工作法，深入开展社区志愿服务活动，用心用情打造“幸福零距离”服务版块，为辖区居民提供更贴心的服务，持续提升辖区居民的幸福感。

本周五，长安区“便民帮帮团”服务团队还将走进跃进街道石美集时光智慧体育公园开展服务。

## 将温暖与关怀 送给社区高龄老人

本报讯(记者 方小北)为弘扬尊老、敬老、爱老的传统美德，石家庄市西三庄街道天锦社区4月9日联合康远养老中心与社区志愿者，开展了为辖区高龄老人群体送上温暖与关怀的活动。

养老中心工作人员和社区志愿者们一起动手，为社区老人们包饺子。大家围在一起，分工明确，调馅、和面、包饺子，动作娴熟又高效。不一会儿，一个个饱满圆润的饺子摆满了托盘，每一个饺子都包进了大家满满的心意。

随后，社区工作人员及志愿者们分组行动，带着煮好的饺子和诚挚问候，走进天河悦城小区、天下锦城东区老党员、空巢老人、困难老人、抗美援朝老兵的家中。送上饺子，陪老人们聊聊天，更送去温暖和关怀，并表达了深深的敬意。

此次送饺子慰问活动，让老人们感受到来自社区、养老中心以及社会各界的关爱与尊重。未来，志愿者还将持续开展各类关爱活动，让爱与温暖在社区中继续蔓延。

## 开展心理疗愈活动 关注女性情绪健康

本报讯(记者 方小北)女性是女儿，是母亲，是妻子，更是她自己。女性作为承担众多角色的社会成员，往往是情绪问题的高发人群。为关注女性情绪健康，缓解亲子关系，纾缓生活、家庭压力，石家庄市国赫天著社区近日特邀专业绘画心理疗愈师为居民开展心理疗愈活动。

“桌面上的这束玫瑰花，希望大家送给自己。”随着蜡烛灯的燃起，活动正式开始。疗愈师循循善诱，帮助大家打开心扉。通过冥想、OH卡牌等环节，纾解生活和家庭压力，居民在这次活动中敞开心扉，袒露自己遇到的难题，疗愈师从自身经历出发，运用科学的方法和温馨的表达，以共情为桥梁帮助居民释放被压抑的情绪，化解家庭生活中的难题。

“谢谢你们！我心里舒服多了，希望社区多举办类似的活动！”活动收到了居民的一致好评。

此次活动，不仅关注了女性情绪健康，更有助于拉近邻里关系，凝聚巾帼力量。未来，国赫天著社区将持续发力，继续关注家庭矛盾，积极联合各方力量，深耕社区人文建设。



■心理疗愈活动现场。(社区供图)

石家庄市“十大文明行动”公益广告

# 传播文明种子 共创绿色家园