

八旬奶奶的周一音乐趴 我们是“80后”天团



刘木莲说自己是“喜欢文艺的纺织工人”，年轻时是企业文艺骨干。张玉兰也是企业文艺出身，她特别满意小组的氛围：“有些合唱团关系复杂，这里就像一张白纸，干净。”刘春香话不多，但每次排练都准时到，她说参加合唱团让她“有事可干”，看到有些老人整天刷手机，她觉得那样不健康。“音乐让心里踏实，有时候排练完特别兴奋，总想着下一回怎么唱得更好。”

排练中途来了个“蹭课”的李桂兰，她是南市街夕阳红合唱团的女中音，听说这里有支“80后”小组，特意来学习。“要有终身学习的愿望和能力。”张华让她站到一边跟着唱。

几个人翻出《我爱你中国》

《夕阳红》《鸿雁》等歌谱，一首接一首。钢琴声起，她们就站好，眼睛盯着谱子，嘴一张一合。唱到高音时，张华抬手示意收一点。没有人说话，只有歌声和琴声。

谈及合唱带来的益处，老人们笑着说：“我们是热爱音乐的‘80后’，音乐为银发岁月注入活力，让晚年生活永远热烈闪光。”刘木莲开玩笑说，自己状态比年轻人还好，“吃嘛嘛香，睡觉甜”。

快11点了，排练结束。张华合上琴盖，几个人把歌谱收进布袋。有人问下周唱什么，张华说再练练《鸿雁》。四人慢慢往外走，阳光照在走廊上，她们聊着刚才哪个音没唱准，笑着约好下周一再见。

文/摄影 记者 付殿贵

社区举办用电安全讲座 手把手教居民排查隐患

近日，河东区建新一社区举办了一场用电安全讲座。专业讲师围绕家用电器使用、电路老化排查、私拉乱接危害、电动车安全充电等内容，结合真实案例，剖析违规用电可能引发的后果。

“您看，这种电线外皮都裂了，一旦漏电，后果不堪设想。”讲师举起一段老化电线，向居民展示。针对老年居民和青少年，他特别讲解了防护技巧，提醒大家定期检查线路、及时更换老化设备，杜绝“飞线充电”。

互动环节，居民纷纷提问：“家里的插座有时候发烫怎么办？”“电动车电池能带回家充电吗？”讲师一一解答，并现场演示了如何使用插排、如何判断线路是否过载。一位大爷听完后连连点头：“以后可得注意，安全第一。”

记者 冯强

春润滨城系列活动 花馍义剪暖人心

近日，滨海新区妇联依托区巾帼家庭服务业联盟，启动“春润滨城 服务暖心”系列公益活动，将民俗文化、健康守护、便民服务送到居民和职工身边。

“拇指往下按，食指轻轻推……”在航天城社区活动室里，“津(滨)姐”家政的讲师们手把手教居民做花馍。揉面、塑形、点缀，面团在手中渐渐变成小燕子、寿桃。一位阿姨捧着自己做的花馍，笑得合不拢嘴：“过年都没这么热闹。”同样的场景也出现在融汇景苑社区、海高融创等单位。

针对广大家长普遍关心的儿童健康问题，“津(滨)姐”精准对接需求，联合华苑科技园社区卫生服务中心等单位，推出“绿色护娃，推拿解忧”儿童居家调理推拿培训。专业的小儿推拿师讲解并演示针对儿童的推拿手法与穴位定位，细致解答关于脾胃调理、感冒预防等方面的疑问，为社区家庭提供了科学、安全、实用的居家育儿技能。

另一边，“减去烦恼 迎来春光”公益理发活动同步展开。在空港驿站、生态城社区、中粮佳悦等点位，理发师们手中的剪刀上下翻飞，为网约车司机、环卫工人、快递员等90余名劳动者免费理发。一位刚理完发的环卫工人对着镜子左看右看，满意地说：“精神多了，谢谢你们！”

这场“春润滨城”活动，用指尖的艺术和贴心的服务，温暖了这座城。

记者 任悦

科学非遗运动会 皓林少年乐翻天

近日，河东区鲁山道街道皓林园社区联合惠邻社服，先后举办了3场青少年主题活动，涵盖科学DIY、非遗体验和趣味运动会。

在科学DIY活动中，工作人员先用图片和视频讲解洗衣机的工作原理。孩子们围坐在桌前，瞪大眼睛看着屏幕上滚筒转动的动画。随后，大家动手组装模型：拼接零件、连接电线、调试运转。一个小男孩拧紧最后一颗螺丝，按下开关，模型“嗡嗡”转了起来，他兴奋地跳起来：“成功了！”

非遗课堂上，老师介绍了织锦的历史以及土家锦、云锦等不同技艺。孩子们学着梳理丝线、固定经纬、搭配色彩，用巧手制作出一幅幅织锦贴画。一个女孩举着自己的作品，开心地向同伴展示：“你看，这是我做的！”

运动会设置了“你来比划我来猜”“巨人脚步”“达·芬奇密码”等团队项目，以及套圈、趣味保龄球等个人项目。孩子们分组协作，有人比划得手舞足蹈，有人猜得抓耳挠腮，场边笑声不断。活动采用积分制，大家凭积分兑换了心仪的奖品，满载而归。

记者 冯强

电动车“刷卡”进出小区 社区免费配发感应卡片



起大拇指。

针对老年居民、拥有多辆电动车或租户等情况，社区还设置了绿色通道，简化流程，确保有需求的居民都能及时升级。

一位刚贴好卡片的女士骑着车轻松通过道闸，笑着说：“这下好了，下雨天不用停车掏卡，提着菜也能直接进门。”小小卡片，解决了“掏卡慢、停车烦”的老问题，也让居民实实在在感受到了科技带来的便利。

记者 李梅旭 见习记者 苗娜
图片由北辰区小淀镇提供

活动当天，物业人员核对信息后，将防水防撕的智慧卡片粘贴在车辆指定位置，并与居民门禁系统绑定。一位大爷推着车来到大门前，工作人员示意他直接骑过去试试。大爷半信半疑地靠近道闸，“嘀”一声，栏杆自动抬起。“嘿，真管用！”他回头竖

声敲门，确认老人仍有意识，叮嘱他慢慢起身开门。房门打开，只见老人面色苍白、身体虚弱、步履蹒跚。网格员连忙上前搀扶他卧床休息，随行医生初步检查，老人自述头晕、头疼、恶心难忍，急需就医。

王红新第一时间将情况告知家属，征得同意后拨打120。救护车抵达后，网格员配合医护人员用轮椅将老人安全抬下楼，一路陪同前往医院。

因家属乘飞机凌晨1点才能

赶到，网格员放心不下，主动留守医院全程陪护，跑前跑后办理挂号、缴费、各项检查，实时向家属介绍老人病情进展情况。

凌晨1点，老人女儿匆匆赶到医院。网格员仔细做好交接，安抚好家属情绪后才离开。看着老人得到及时救治、家属顺利陪护，大家觉得所有的奔波都值得。

家属连连道谢，这份牵挂与守护，成了社区网格服务中最温暖的缩影。

记者 史嵩

独居残疾老人家中晕倒 网格员全程陪护至凌晨

近日，王顶堤街道凤园北里社区接到紧急求助电话。一名75岁的独居残疾老人突然晕倒，其女儿远在内蒙古赤峰工作，无法立即赶回，恳请社区帮忙。

当天下午，社区居委会的电话铃声急促响起。网格长王红新安抚来电人情绪后，立即联系社区卫生站站长，带领网格员高康宁、侯志杰火速赶往老人家中。

老人住在六楼，是精神二级残疾的独居老人，平日里就是社区重点关注对象。工作人员轻

声敲门，确认老人仍有意识，叮嘱他慢慢起身开门。房门打开，只见老人面色苍白、身体虚弱、步履蹒跚。网格员连忙上前搀扶他卧床休息，随行医生初步检查，老人自述头晕、头疼、恶心难忍，急需就医。

王红新第一时间将情况告知家属，征得同意后拨打120。救护车抵达后，网格员配合医护人员用轮椅将老人安全抬下楼，一路陪同前往医院。

因家属乘飞机凌晨1点才能