

花圃开建 老小区有了共治花园

转角新发现

4月17日一早,和平区新兴街新兴北里社区惠民里小区2号楼前就热闹起来。大学生志愿者蹲在花坛边翻土、栽苗,旁边的白墙上,“惠民花圃”几个彩色大字正一点点成型。这是社区“惠民花圃”营造项目启动的第一天。



现场分工明确。天津美术学院志愿者负责墙面起稿和绘制,天津交通职业学院志愿者负责种花。当天栽种了芍药、月季、绣球、大丽花等观赏花卉,还有千禧番茄、朝天红辣椒等既能看又能吃的蔬果。最抢眼的要数墙面上“惠民花圃”四个艺术字,配上花草图案,让这处楼间空地一下亮了起来。

惠民里小区建于上世纪八十年代。社区在清理环境时发现,不少老年人喜欢种花种菜,个别人会占用公共绿地。楼前空地原有绿植,因长期无人打理早已枯死。

社区党委书记华一说,既要劝阻占绿行为,又要考虑老人需

求,于是联合西青区绿邻居社区服务中心设立“惠民花圃”项目,将盆栽植物从楼道间移到花圃内,传递绿色健康理念。

项目启动前,社区开了几次居民议事会。墙画画什么、种哪些花、功能怎么布局、以后谁来管,全部拿到会上讨论。居民畅所欲言,最终确定了以居民共治、绿色生态为主题,打造这个“惠民花圃”。

现场,68岁的张建设大爷格外引人注目。他是社区种花能手,看到大学生忙活,主动过来手把手教大家种植深度、株距、浇水量。他笑着说:“你们年轻人有热情,我们老居民有经验,一起动手,这花圃才能长得好。”他还认

领了花圃,负责后期养护。

花圃建起来不难,难的是长久维护。社区制订了长效养护计划,采用“居民养护”模式,明确养护责任、频次和注意事项。后期还将组织居民认养绿地,开展垃圾分类督导等治理行动。

从清理卫生死角到在闲置空地上开辟花圃,再到将楼道里的盆栽集中到花圃,社区实现了从“小家”到“大家”、从“自赏”到“共赏”的转变。项目以花圃改造为抓手,通过居民议事会确定方案,整合高校志愿者、共建单位、社区能人等力量,采用“专业设计+居民共绘+三方共植”模式,让公共空间从“无人管”变成了“大家建”。

文/摄影记者 付殿贵

义诊进社区 中医讲解“春夏养阳”

近日,河东区人大中山门街道工委、人大鲁山道街道工委联合津民医院,共同开展“春暖护健康 义诊惠民生”春季养生健康讲堂活动,来自两个街道的60余名社区居民参加。

活动现场,津民医院中医医师围绕“春夏养阳”理念,讲解春季饮食调理、作息起居、情志调养、适度运动等养生知识,并结合个体情况纠正居民常见错误习惯。随后,两街道人大工委与医院团队就老年群体健康需求、慢病管理、居家照护等议题座谈,就常态化开展社区义诊、健康讲座达成合作共识。

义诊环节,医护人员为居民测量血压、把脉问诊,询问身体状况和既往病史,提供个性化健康指导和慢病调理建议。现场秩序井然,居民主动咨询,医生逐一耐心解答。活动结束后,不少居民表示希望这样的活动能经常举办。

记者 冯强

社区运动会 近千家庭以运动促温情



昨天上午,东丽设计公园(天津之翼)内人头攒动,指北针、地图、奔跑的身影,构成了一幅热闹的春日运动图景。东丽区第六届社区运动会暨2026企业人才亲子定向赛在这里举行,标志着2026年东丽区全民健身系列活动正式拉开帷幕。活动吸引近千个企业人才家庭与运动爱好者参与,以运动搭建交流平台,以亲子增进家庭温情。

一家三口看地图商量路线 协作中增进亲情

上午9时,参赛家庭手持指北针和地图,开启竞赛。按照规则,他们需在规定时间内找到打卡点并完成赛程。“一家三口一起看地图,商量路线,有时候还得分头行动。”刚参加完比赛的王女士笑着说,过程既有意思,还增加了家庭的团队凝聚力。

赛事设置了幼儿亲子组、少儿亲子A组、少儿亲子B组、青少年独立组四个组别,采用专业定向越野形式。选手需凭借地图与指北针寻找打卡点,兼具趣味性、挑战性与协作性,既考验体能与方向辨识能力,也强化亲子默契。

经过角逐,赵禹熙、于彦姜凡、张楚筠、宋雨桐分别斩获少儿亲子A组、少儿亲子B组、幼儿亲子组、青少年独立组冠军。获奖家庭现场领取证书与奖品。家长们纷纷表示,活动不仅让孩子锻炼了体魄、挑战了自我,更让全家在互动中增进了情感,留下了美好回忆。

东丽区将持续推出多项体育赛事

东丽区文化旅游体育局党组书记、局长魏俊香表示,社区运动会是推进全民健身的重要载体,亲子定向赛实现了体育精神与家庭温情的有机融合。下一步,东丽区将持续推出竞技类、展演类等多项体育赛事,不断丰富群众体育文化生活,提升全民健康素养。

记者 安元

图片由东丽区文化旅游体育局提供

“银龄暖巢”带独居老人走进农场

摘菜赏花共享春日时光

日前,和平区劝业场街道“银龄暖巢”关爱独居空巢老年人服务项目组织35位老人走出家门,前往西青区红光农场,体验田园乐趣,采摘蔬菜、赏花拍照。

当天上午,老人们统一乘车出发。随行的有7名工作人员和志愿者,还有一名医护人员全程保障。出发前,工作人员逐一进行安全评估,包括跌倒风险、服药清单、基础健康状况及家属联系方式,确保每位老人身体状况适合出行。

到达红光农场后,老人们先是一片花海和田间拍了张热闹的大合影。随后自由活动,有人弯腰摘菜,有人沿着田埂散步拍照。一位70多岁的独居老人蹲在地里,一边摘着鲜嫩的蔬菜一边说:“平时一个人在家,很少有机会出来走走。今天能和大家来到田间地头,呼吸新鲜空气,心情特别舒畅。”

午后阳光正好,老人们移步到草坪上,围坐在一起聊天、拍照。在志愿者的带动下,几位老人主动唱起了经典老歌,其他老

人跟着打节拍一起哼唱。歌声飘在春风里,笑声一阵接一阵,不少人拿出手机互相合影,记录下这个温暖的春日午后。

“银龄暖巢”项目自启动以来,已陆续开展节日联欢、集体生日会、实用课堂等多项服务。本次红光农场采摘是“银龄走出去”板块的一次活动,旨在让独居、空巢老人走出封闭环境,在自然和集体互动中缓解孤独感。项目组表示,后续还将继续推进入户探访、暖心包发放以及第二次“走出去”活动。

记者 付殿贵

大学生进社区讲“脑卒中”健康科普志愿服务项目启动

日前,河东区常州道街祥泰公寓社区活动室内,天津中医药大学护理专业大二学生杜昀轩身穿白大褂,嗓音洪亮地讲述着脑卒中预防知识。台下,老年居民戴小凤听得格外认真。她频频点头,眼眶有些泛红:“我家老伴儿就是得了脑卒中,犯病前两天说过头晕、一根手指麻,但当时没人在意,耽误了最佳抢救时间。这样详解疾病的课程,对我们老年人太需要了。”

这是首场由大学生担任讲师的科普讲座,也标志着天津中医药大学护理学院联合河东区

常州道街及社区卫生服务中心共建的“健康科普志愿服务”项目正式启动。项目通过校、社、医三方联动,将专业健康服务送至居民家门口,为社区老人构筑慢性病防控防线。

中医药大学护理学院院长庞晓丽介绍,每周宣教会组织7至10名学生,围绕不同主题进行宣讲,同时带来中医养生、照护技术及日常锻炼等实操内容,通过面对面授课、手把手练习,确保老年居民听懂学会。

为精准对接居民需求,学生志愿者与医护人员还深入社区,

对60岁以上老年群体开展健康问卷调查。后续将对数据进行分析建模,形成专项报告,为服务优化提供科学依据,推动慢病管理向“主动预防”转变。

庞晓丽表示,护理专业学生通过参与活动,在校期间就能锻炼沟通与共情能力,也能更早理解医者的担当与责任。此外,校院双方还建立了临床实习基地,学生在实践中锤炼技能,卫生服务中心借助高校资源提升服务水平。党员志愿者还将走进养老院,讲解中医养生知识、发放药食同源产品。

记者 李佳萌