

# “杏林夜话”点亮社区夏夜 中医夜市让养生变“潮”事

8月的夏夜凉风习习,硚口公园内人头攒动。8月至9月每周五晚,由湖北省第三人民医院联合建国社区、军工社区及园林绿化中心共同打造的“杏林夜话”中医夜市,正以别开生面的形式走进居民生活。近日,这场融合传统医学智慧与现代惠民服务的创新活动,首秀便吸引周边300余名居民热情参与,为夏日社区注入独特文化活力,成为一道亮眼的民生风景线。

活动现场,湖北省第三人民医院派出中医科、中西医肝病科、中西医肾病科等多个科室的资深专家团队,为居民提供脉诊、体质辨识等专业中医诊疗服务。专家们耐心细致地为每位咨询者把脉问诊、答疑解惑,中医体验区的艾灸、火龙罐、耳穴压豆等特色疗法吸引不少居民体验。72岁的叶奶奶体验完耳穴压豆疗法后,高兴地说:“晚饭后散步就能享受专家诊疗,比去医院挂号排队方便太

多了!”除诊疗服务,现场中医药文化展示区人气满满。龙胆泻肝汤、血府逐瘀汤等十余种经典药膳整齐陈列,由医院志愿者现场熬制的中山养生茶,尤其是中山酸梅饮和轻畅波波饮供不应求,100份《中山养生茶》手册成了居民们争相收藏的健康指南。“这种‘医院+社区+公园’的联动模式,真正实现了医疗资源下沉,把健康服务送到了居民家

门口。”硚口区荣华街道建国社区党委书记黄喜萍说。据统计,活动首晚就完成健康咨询186人次,筛查出高血压、糖尿病等慢性病高危人群37例,后续社区家庭医生团队将对这些居民进行跟踪随访。这场持续两小时的惠民活动,让中医药文化深入人心,更探索出一条“医疗资源下沉、健康服务前移”的创新之路。“杏林夜话”中医夜市将持续至9月。  
通讯员何莹

## 天汇社区暑托班托举“闪光少年”

8月15日,武汉盘龙城天汇社区青少年空间掌声雷动,30名孩子以一场自信的童模首秀和《每朵花都会盛开》合唱表演,为15天精彩暑期托管班画上温暖句点。

本次托管班自7月28日启动,依托团市委等资源,联合共建单位及志愿者,15天内密集开展红色教育、普法课堂、急救培训、财商课及模特声乐美术等多元活动47场,1356人次参与。社区严把安全关,联动公安巡逻、每日4次点名、提供午餐午休,全程安全零事故,日均25名孩子留餐,让家长后顾之忧。

结业式上,社区书记为优秀学员及志愿者颁发“闪光少年”“超能志愿者”奖项。家长们盛赞:“午餐有人管、才艺有人教、



小朋友们进行跳舞展示。

安全有人盯——暑期托管班带娃,真香!”社区书记表示,未来托管课程将更加丰富,“让更多

天汇娃在家门口‘C位出道’”。  
通讯员雷敏 实习生殷墨明 张斯诺

## 社区“家书传情”开启温暖对话

近日,在武昌区南湖街道水域天际社区,一场充满温情与童趣的“家书小课堂”活动温馨开启,20多组家庭探寻家书起源、学习家书格式,执笔写下饱含温度和深情的家书。

“烽火连三月,家书抵万金。”活动现场,几封跨越时空的“家书”及其背后的珍贵历史故事,让在场家庭听得格外认真。创作环节,社区青少年们认真构思,将生活场景融入,“奶奶织的毛衣暖暖的,我想快点长高穿新毛衣!爷爷讲的故事比动画片还好玩!”字里行间,有浓浓亲情,有乐观主义,更多是平凡家庭的温暖。

南湖街道水域天际社区负责人表示,希望通过重拾家书这一传统交流方式,感受传承的力量,续写温暖故事。

通讯员彭丹青 实习生阮嘉怡

## 高校志愿者揭秘“一粒米的生命史诗”

暑托班特色课程好有趣,小朋友表示“明年还要来”

近日,在洪山区洪山街道大华社区,华中农业大学食品科学技术学院的志愿者为在场的小学生带来主题为《谷物总动员——从种子到能量》的科普讲座,通过详细拆解水稻的生长周期与

结构特征以及粳米、籼米、糯米的品种差异与食用场景,帮助孩子们了解到“日常吃的米饭背后,藏着植物生长的精密规律”,让孩子们直观感受到谷物生长的奇妙历程。

洪山街道大华社区暑期托管班课程资源丰富,除了市、区团委送课,社区还链接到武汉大学、湖北工业大学、武汉科技大学及共建高校华中师范大学生命科学学院、华中农业大学食品科学技术学院志愿者团队,为辖区青少年开展为期18天的爱心托管服务。

“今年的暑托班好有趣,明年还要来。”在社区青少年空间,

孩子们的美术创意画作被一一张贴展示,科普书架上摆放了上千本趣味读物供借阅,丰富的课程让孩子们乐在其中。

洪山街道大华社区居委会负责人洪文婷介绍,今年暑托班课不仅有课业辅导,还有防溺水等安全教育课;不仅有诗词鉴赏、创意美术等文化课,还有水的折射试验、生活中的科学等科技类课程……暑托班原计划招录60名青少年,最终一共招收了80余人。下一步,大华社区将招收更多学生,开设更加丰富多彩的课程,缓解辖区青少年暑假“看护难”,解决家长的后顾之忧。

通讯员宋敏 陈沐恩

## 亲子巧手烘焙 传递爱心

近日,青山区钢都花园街道122社区“红心领航·小小烘焙师”亲子体验活动热闹举行,15组家庭在社区科普室共享动手之乐与邻里温暖。

活动伊始,祐禾面包负责人刘有生说,祐禾不仅把健康美味带给街坊,每月更定点为养老院、福利院送上新鲜出炉的爱心面包。此次亦向社区捐赠50份面包,让这份甜蜜关怀延伸至更多角落。

现场祐禾烘焙师傅全程指导,亲子家庭利用精心预备的材料包共同创作蛋糕。

实习生徐静茹



孩子们将创意美术融入手社区供图