

练完瑜伽学花艺

园博社区解压沙龙让职工“慢下来”

10月16日下午,东西湖区金银湖街道园博社区联合工会组织了一场心灵解压沙龙活动,吸引辖区内30名职工踊跃参与。

“请闭上眼睛,感受呼吸的节奏……”在瑜伽王老师温柔的引导声中,活动拉开序幕。伴随着舒缓的音乐,大家慢慢放松紧绷的神经,通过腹式呼吸法让心情渐渐平复。接下来肩颈舒压环节,老师带领大家进行针对性拉伸练习,久坐办公室的疲惫在这一刻得到释放。

休息片刻后,活动现场变成了花的海洋。向日葵的明媚、康乃馨的温馨、非洲菊的热烈、小雏菊的清新……各色花材在桌面上

静静等待。在花艺廖老师为大家介绍了每种花的花语和特性后,每个人都全神贯注地投入到插花创作。“太久没有这样静下心来做一件事了。”参与活动的职工项莉娜捧着自己的作品感慨,“从呼吸练习到插花制作,这两个小时让我真正地放松下来,感觉整个人都被治愈了。”

此次活动有效舒缓了职工心理压力。未来,园博社区联合工会将继续创新服务形式,通过更多寓教于乐的活动,丰富活动载体,为辖区职工提供更多优质的心理服务,切实增强职工的归属感和幸福感。

通讯员周黎



学员们在插花。

共忆十年路 同筑邻里情

学府社区文化节圆满举办

10月17日,东西湖区金银湖街道学府社区举办第四届社区文化节,活动以“回顾十年历程 致敬志愿力量 共享邻里温情”为主线,吸引了众多居民参与。

活动伊始,学府社区党委书记覃杜莲向大家讲述了社区十年来的成长历程,并表示将以这十年为新的起点,继续开拓进取。随后,13个由社区居民、文体团队组织自编自导自演的文艺节目依次上演,表达居民的喜悦心情。活动中,社区还对一直以来支持和帮助社区的共建单位、志愿者们颁发了荣誉证书。学府社区的十年发展,离不开共建单位的鼎力支持,更离不开每一位为社区默默付出的“家人们”。在舞



学府社区举办社区文化节。

台的两侧,还开展了公益集市,便民服务“一站”到家。

此次活动,不仅是对社区发展的总结,更是社区与居民携手前行的新起点。未来,学府社区

将持续聚焦居民需求,深化“文化聚邻 服务暖邻 志愿助邻”理念,推动社区治理水平再上新台阶,让“幸福学府”的名片更加鲜亮。

通讯员叶喆

消防演练
筑起“安心墙”

近日,汉阳区永丰街道黄金口社区与汉琴社区相继开展消防演练与安全排查活动,通过“讲解+实操+排查”相结合的方式,切实提升居民消防安全意识与自救能力,让安全感成为居民幸福生活的坚实底色。

在黄金口社区,消防员现场演示灭火器“提、拔、握、压”和消火栓使用的规范流程,并组织居民逐一上手实操。“以前总觉得灭火器就在身边,真遇到事可能还是慌手慌脚,今天亲手操作了才放心。”滨江花园居民李艳女士感慨道。演练结束后,社区还联合派出所、物业对汽配城等重点区域开展了安全隐患排查,现场督促整改通道堵塞、灭火器过期等问题。

无独有偶,汉琴社区的消防演练同样“干货”满满。社区警务室与物业人员联手,通过模拟真实火情,引导居民从“不敢用”到“我会用”。居民王阿姨在成功扑灭模拟火源后欣慰地表示:“以前看灭火器只敢远观,今天亲手试过心里踏实多了!”

从理论到实践,从观摩到体验,两场活动虽在不同社区,却共同指向一个目标:让安全技能从“纸上”落到“手上”,把安心送到居民“心头”。下一步,永丰街道各社区将继续推动消防安全宣传常态化,筑牢群防群治的安全防线,以实实在在的行动守护千家万户的平安与幸福。

通讯员张钦源 潘念

五瑞里社区举办长者集体生日会

金秋十月,温情洋溢。10月17日上午,汉阳区五里墩街道五瑞里社区老年服务中心内欢声笑语,一场长者集体生日会温馨举行。辖区内10位十月生日的老人成为寿星主角,五瑞里社区还邀请了社区老年大学合唱团成员及多位高龄长者参与活动,现场气氛热烈。

活动在阵阵掌声中拉开序幕。首个环节,共建单位为老人们带来“守护钱袋子”防诈骗知识微课堂,通过真实案例揭秘骗局,为老年人财产安全筑起一道“暖

心防火墙”。

文艺表演环节将气氛推向高潮。社区老年大学合唱团献唱《茶香夜雨》,歌声悠扬动人;党员李明清自编自导的《湖北大鼓》铿锵有力,赢得满堂喝彩;居民刘增华演唱的《红灯记》选段,引得台下老人轻声跟唱,掌声不断。

最温馨的时刻当属生日庆贺环节。在《生日快乐》歌声中,工作人员端上生日蛋糕,烛光映照着一张张幸福的笑脸。大家齐唱生日歌、共同许愿。92岁的徐耀梅婆婆作为最年长“寿星”,开心

地品尝了第一块蛋糕。她感动地说:“社区想得太周到了,这么多人一起过生日,真热闹,我心里暖洋洋的!”

五瑞里社区党委书记周崇雨表示,希望通过这样常态化的暖心活动,让长者走出小家,融入社区大家,真正实现老有所乐、老有所为。未来,社区将持续链接资源,创新活动形式,从精神关怀、文化生活、健康服务等多维度出发,将尊老敬老落到实处,全力打造更有温度的和谐社区。

通讯员刘娟娟