

东港区社区邻居节汇聚正能量, 200 余名居民代表参加

# 智障孩子母亲受助经历让人落泪

本报3月17日讯(记者赵发宁 实习生王楠 边庆瑜) 3月16日,日照市东港区邻居节活动在城市花园社区开幕,来自新河、荣安、望海、利群、芙蓉、昭阳等社区的200余名居民代表参加了本次活动。

早上九点半,邻居节活动正式开始。作为社会主义核心价值观观载体工程,本次邻居节以“邻里守望,友善和睦”为主题,致力从社区开始,建设美好家园,共创和谐社会。

活动共有五大主题,分别是“邻里学”、“邻里帮”、“邻里情”、“邻里和”、“邻里乐”。城市花园社区书法志愿者王厚良带领两位学员在“邻里学”环节为大家献上充满墨香的“人、德、爱、诚、孝、仁”的六字箴言,彰显了社区文化对社区氛围的直接影响,“人之德在爱与诚,仁与孝”。在“邻里帮”中,三位志愿者分别认领了江豪社区、荣安社区、荣华社区三位居民的心愿卡,邻里牵手,传递温暖。“远亲不如近邻”,是东港区居民邻里之间最深刻的认识。

来自金海社区李维玲、凯莱社区安坤以及石臼街道林海社区卢涛在“邻里情”中纷纷上台,讲述了发生在他们自己身边的关于邻里的爱的故事。“老吾老以及人之老,幼吾幼以及人之幼”,当李维玲大姐讲到自己智障的女儿时,讲到社区对自己的帮助时,观众



“邻里和”环节,为表示对活动的支持,居民纷纷签下美好愿望。  
本报实习生 王楠 摄

席中多人动情落泪。在此之后,进行了签名环节,一条“邻里守望 互帮互助 友善和睦”的条幅上签下了居民们对于“邻里和睦”的美好愿望。

邻里和谐是人生的“开心果”,没事串串门、聊聊天,比什么都快乐。在以“邻里乐”为主题的文艺表演和游戏环节,也让现场在座的老人和孩子都其乐融融,尽情感受温情春日,沐浴在阳光之下,感受到浓浓的爱的温度。

此外,在本届东港区邻居节中,还进行了颁奖环节。东港区文明办副主任郭长亮,区政府办公室主任、区社区建设管理局局长汉玉梅为获得“社区好邻居”称号的居民颁奖,东港区文明办主任、宣传部副

部长张守兵为获得“最佳邻居节”称号的10项社区活动颁奖。“咱们社区工作做的是真好,”来自昭阳社区的考女士对记者说,“这样的颁奖更能激励我们邻里互助,多为社区做贡献。”

记者了解到,自2002年开展首届邻居节活动以来,各个社区积极响应,开展了各式各样丰富多彩的社区活动。“中国人一直以来都非常注重和谐的邻里关系,睦邻友好、以和为贵、远亲不如近邻,都是人们长期实践的一种结论与愿望。如果大家能够多见见面、常走动、互助帮帮手,邻里之间就会越走越亲,友情越来越深。”这是本次邻居节的主旨与愿望。

## 两社区不约而同 举办春季养生讲座

本报记者 赵发宁 通讯员 隋瑜 秦维

近日,祥园社区和凯莱社区分别组织辖区居民参加春季养生讲座。春季该吃什么,少吃什么,居民们听得津津有味。春季肝火旺盛,如何避免动气伤身,居民们在这里得到答案。

### 春季肝功能旺盛 多吃酸性食物影响健康

12日下午,当记者来到凯莱社区活动室时,活动室内早已坐满了来听讲座的居民。在这里,东港区卫生局副主任医师安丰奎为居民讲解春季养生之道。

“春天不要盲目的进补,春季肝的功能旺盛,如果再多吃些酸味食品,会导致脾胃的消化、吸收功能下降,影响人体健康;老人的睡眠也要有保证,如果有的老人晚上休息不好,那么可以在白天的11点到13点之间补一个午觉。”讲座上,安教授主要从饮食、睡眠、活动三个方面讲解老年人的春季养生之道。

讲座结束后,居民吴阿姨说,最近老是胃不舒服,听完这个讲座才知道是吃酸东西吃多了。

### 凡事要想开 保持好心情

12日下午,祥园社区邀请日照广播电视大学心理咨询师高月芳老师为32名老年居民讲授心理健康知识。

在讲座中,高月芳老师配合折纸游戏和“你看到了什么?”等一系列心理小游戏,用通俗易懂的语言和生动形象的案例,让居民们明白一件事并没有标准的答案的道理。引导大家凡事要看开,不要较真,影响心理健康,给自己、家庭和带来不必要的心理负担。

讲座结束后,大家都认为讲座内容实用、有针对性,纷纷表示不虚此行,受益匪浅。“在一个家庭里,女人就是定海神针,咱们的心态好了,老伴、儿子、媳妇,包括孙子都觉得轻松,整个家庭也时时充满欢乐。”家住电大家属院的费阿姨不禁感慨道。

上海大众汽车  
SHANGHAI VOLKSWAGEN

www.svw-volkswagen.com

别说这辈子你还没野过



Polo圆梦季现已开启,不必担心你的梦想太贵,现金钜惠、超值大礼包、0利率无压力信贷,足以让你想出发就出发。

Polo  
— 信仰年轻 —

信仰年轻 搜索

使用微信扫描二维码,即刻关注上海大众汽车大众品牌微信公众号,获得最新资讯以及更多服务体验



上海大众4S店 在奎山

上海大众汽车 销售热线: 0633-8800888

日照乾通4S店 服务热线: 0633-8769666 地址: 日照奎山汽车城

莒县晨宇4S店: 0633-6899888 五莲直营店: 0633-5239678



Das Auto.