

书香润心灵 阅读共成长



又讯（记者 尚丽）近日，云冈区平盛街道积极开展系列特色活动，将书香文化与志愿服务深度融合，为辖区居民和青年群体带来丰富的文化实践体验。

在安圆里社区，主题阅读活动热闹非凡，吸引众多居民参与其中。在平盛第三小学举办的读书分享会上，辖区青年与学校师生纷纷登台，分享阅读感悟。有的人

本报讯（记者 郑林）为丰富辖区居民精神文化生活，营造书香社区氛围，近日，平城区文瀛湖街道学苑社区在辖区开展了读书会活动。

社区特邀心理老师李静担任领读人。活动现场，老师带领大家对经典著作《父母的觉醒》进行了系统导读，并重点解读了核心章节。“想要拉近亲子关系，家长首先要调整好自身心态，这样才能真正走进孩子的内心……”老师通过生动的案例和专业的分析，引导现场居民反思自己在教育过程中的行为和态度。

从《平凡的世界》中解读奋斗与苦难的力量，有的人则畅谈科普书籍带来的奇妙知识……随后的问答环节让参与者在轻松愉快的氛围中进一步巩固知识。

安荣里新时代文明实践站开展的系列活动也精彩纷呈。在阅读分享环节，青年们围绕经典著作，深入解读书中精彩片段，分享个人的思考与见解，并呼吁大家

在交流环节中，大家分享了在教育孩子过程中的经验和困惑，并共同探讨解决方案，收获新的教育理念和方法。“这次活动我学到了如何更好地与孩子沟通、理解孩子的内心世界，还结识了一群志同道合的朋友，我们一起为孩子的健康成长努力。”居民李女士说。

学苑社区相关负责人表示，今后社区将常态化开展此类活动，为更多家长提供学习的机会，助力他们成为更加智慧、有爱心的父母，打造和谐美好、积极向上的家庭环境。

减少手机使用时间，养成良好阅读习惯，积极投身书香社区建设。

阅读活动结束后，青年志愿者手持扫帚、垃圾夹走上街头，协助环卫工人清扫街道。志愿者小李感慨道：“参与这次劳动，让我真切体会到环卫工人的辛苦，以后我会更加爱护环境，也希望能带动更多人加入志愿服务队伍。”

邻里文化节 居民乐陶陶



本报讯（记者 段雨萌）近日，平城区振华街道大秦佳苑社区第二届邻里文化节盛大启幕，丰富了居民精神文化生活，营造出和谐社区氛围。

活动前，社区通过线上线下多元宣传，精心筹备，招募了丰富的文艺节目。活动开场，云佛艺术团带来的开场舞《江南情》瞬间点燃现场气氛，演员们身着艳丽服装，笑容灿烂，动作充满活力。随后，社区俏舞娘团队的《爱在纳木错》、大秦健身操团队的《伦巴一世情》等风格各异的舞蹈，展现出韵律之美；精彩的葫芦丝演奏与太极拳队的《杨氏太极拳》，赢得了阵阵掌声。文渊幼儿园小朋友表演的《我们都是小星星》萌态十足，将现场氛围推向高潮。演出中，互动游戏环节让居民亲密协作，欢声笑语不断。最后，秦之舞的《二十年后再相会》与大秦合唱团的《洪湖水浪打浪》为活动画上圆满句号。

“平时大家很少交流。这次文化节让我们邻里之间熟络起来，节目也特别精彩，希望以后多办这样的活动！”居民李女士感慨。居民王先生表示：“带着孩子来参加活动，不仅孩子玩得开心，还能感受到社区温情，太有意义了！”

清洁公共设施 共建美丽家园

本报讯（记者 尚丽）连日来，平城区水泊寺街道在永安社区和石家寨村开展了一系列环境整治活动，为居民打造更加整洁、舒适、健康的居住环境。

走在水泊寺街道辖区内，干净整洁的路面、焕然一新的公共设施、绿意盎然的花坛草坪，构成了一幅和谐美丽的社区画卷。永安社区开展了以“以劳为美、以净筑家”为主题的公共设施清洁活动，社区

工作人员与家政公司清洁人员密切配合，分区域对健身器材、儿童滑梯、公共座椅、垃圾桶等公共设施进行了全面清洗，对设施表面的污渍和锈迹进行了重点处理。在清洁过程中，部分热心居民也主动参与进来，帮忙清洁相关区域，形成了“社区+家政+居民”的良好联动模式。

与此同时，石家寨村也组织开展了环境卫生整治活动。身穿红马甲的志愿

者拿着扫帚、夹子等工具，对小区内的草坪花坛、路边单元楼门等区域进行了细致清理。看着焕然一新的社区环境，居民王先生竖起大拇指点赞：“这次环境整治太给力了，小区干净整洁，连空气都感觉清新了，为街道和志愿者们点赞！”这一系列环境整治活动，切实改善了居民的生活环境，赢得了广大居民的一致好评与点赞。

开展集中整治 营造文明环境

本报讯（记者 段雨萌）近日，平城区永泰街道多个社区开展环境整治行动，为社区居民打造整洁有序、文明和谐的居住环境。

柳航里社区联合街道综合执法队、小区物业组成巡查小队，对辖区主干道进行重点巡逻。针对沿街占道经营、店铺外溢、流动摊点等影响市容市貌和交通秩序的问题，工作人员秉持柔性管理与教育劝导相结合的原则，耐心地向商户讲解相关规

定，明确提出整改要求，引导其规范经营。同时，对杂物堆放、卫生死角等环境卫生问题进行集中清理，不放过任何一个细节，确保社区环境焕然一新。

为强化居民的文明意识，形成长效管理机制，工作人员还积极向沿街商户和过往居民开展宣传工作，普及环境卫生、规范停车等知识，倡导大家自觉维护社区文明秩序，共同参与到社区环境建设中来。“以前路边摊占道，电动车都不好过，现在

宽敞又干净，我们生活得更舒心了！”居民王女士的话语道出了众多居民的心声。



社区播报



近日，平城区新华街道局前社区在辖区开展了诗歌朗诵会，大家用深情的语言诵读诗词，弘扬民族精神，激发爱国热情。本报记者 郑林

科普健康知识 助力体重管理

本报讯（记者 郑林）近日，平城区大庆路街道睿和社区联合平城区实验小学在辖区开展了以“科学减重、享‘瘦’生活”为主题的体重管理宣传活动，倡导辖区居民养成健康生活方式，提升居民体重管理意识。

活动现场，志愿者向辖区居民讲解了基础的体重管理知识，并指导大家计算自身的BMI指数，还通过实际案例分析，详细介绍了体重管理的重要性，以及肥胖可能引发的高血压、糖尿病等各类慢性疾病，让大家认识到科学体重管理对身体健康的重大意义。在讲解理论知识后，社区工作人员还向现场居民分享了科学的体重管理方法、饮食搭配、运动方式等内容。在互动环节中，居民们踊跃提问，社区工作人员根据居民不同年龄段和体质特点提供个性化建议，帮助大家制定适合的健康管理计划。

参与活动的居民纷纷表示，此次活动让他们掌握了科学的体重管理方法，对今后的健康生活有很大帮助。居民李女士说：“以前总觉得减肥就是少吃多动，今天才知道还有这么多科学方法，以后一定要合理调整饮食，养成运动习惯。”

关爱残疾人 义诊进社区

本报讯（记者 段雨萌）近日，平城区残联联合府南街社区、大同瑞慈康复医院、大同爱尔眼科医院，在明城墙遗址广场共同开展“关爱残疾人、健康进社区”义诊活动。

“阿姨您平时几点吃早饭？测血糖需要空腹两小时哦。”血压血糖检测区，医护人员一边为居民测量，一边细心叮嘱检测注意事项；在康复评估区，康复治疗师耐心指导肢体残疾的李先生进行关节活动度测试，并强调家庭训练要点；眼科检查处，医生借助专业仪器为居民检查眼底，针对不同情况给出护眼建议。

政策咨询台前，社区工作人员向居民详细讲解残疾人申请辅助器具补贴的线上办理流程，并用手机现场示范，帮助大家熟练掌握操作方法。活动中，志愿者推着轮椅接送行动不便的居民，医护人员为听障人士书写医嘱，健康教育展板前也围满了认真学习的居民，处处彰显着人文关怀。

“不用去医院就能看病，医生还教我自测血压，太贴心了！”65岁的张桂兰拿着刚领到的家庭急救包，满脸笑容。残疾人王女士也感动不已：“康复师的专业评估和课程推荐，给了我们很大帮助。”