

欢聚爱心餐厅 共度温情时刻

“遇见巧妈”餐厅为老人和志愿者提供“爱心餐”



指导单位:厦门市老龄委 主办单位:厦门市老年基金会 海西晨报社

晨报记者 晋君

昨日中午,位于莲花南路的“遇见巧妈”餐厅迎来一群特殊的“客人”,他们是来自集美区卢妈妈爱心队的志愿者以及来自集美区的老年人,共计22人。他们从集美乘地铁来到岛内,在“遇见巧妈”相聚,共享“爱心餐”。

本次活动是厦门市老年基金会和海西晨报社共同举办的2024年“新春走基层 我圆微心愿”活动的系列活动之一。

美味菜肴满足“闽南胃”

香气扑鼻的清蒸金鲳鱼、颇具特色的闽南沙茶锅、热气

腾腾的私房豆花羹……22位老人和志愿者在活动现场共同品尝“爱心餐”,志愿者不但为老人夹菜、盛汤,还细心地为他们剥虾、挑鱼刺,大家吃得津津有味。老人蔡伯伯告诉记者,这些菜肴味道很好,非常符合自己的“闽南胃”。

“遇见巧妈”餐厅负责人黄秋芬告诉记者,得知晨报开展的微心愿活动后,她也想献出一份爱心,所以就为老人们提供“爱心餐”并礼遇志愿者。她还表示,餐厅自营业以来,除了特殊情况,每年都会为老人提供“爱心餐”。

为老人送上舒适的鞋子

值得一提的是,雪奈尔品



志愿者和老人欢聚一堂,享用“爱心餐”。记者 王伟伟 摄

牌创始人胡惠娟也来到了活动现场,为每一位志愿者和老人都送上了一双舒适的鞋子。胡惠娟说:“感谢海西晨报社提供平台,让雪奈尔也能参与到关爱老人的活动中。能见到这么一群‘可爱’的老人家,我觉得很荣幸。”

胡惠娟表示,她专注于为

中老年女性设计和研发舒适的妈妈鞋。“送给老人们鞋子,希望能让他们在冬天不觉得寒冷。”胡惠娟说。

志愿者贴心服务老人

昨天上午9点多,集美区卢妈妈爱心队志愿者和老人就在园博苑集合了,他们一起

游玩并拍照留念。随后的“爱心餐”活动,一名志愿者服务一名老人,全程贴心照顾。

卢秀毅是集美区卢妈妈爱心队创始人,她告诉记者:“参加活动的老人平时基本待在村里,很多年没来过岛内了,更没坐过厦门的地铁。这次我们带他们乘地铁1号线进岛,饱览了美丽的海景。”活动也得到厦门地铁的支持,他们不但为老人免票,全程还有志愿者为老人进行引导。

据了解,集美区卢妈妈爱心队成立十年来,卢秀毅带领志愿者们走村串巷,为孤寡、困难老人提供关爱服务。有的志愿者持续服务老人多年,直至老人离世。卢秀毅说:“平时我们服务的老人分散在集美各个村居,很难相聚。通过晨报组织的活动让大家相聚,我感到很高兴。今后我们会继续服务好老人们。”

提升技能 促进气排球运动发展

厦门市老体协举办老年人气排球裁判员骨干提高班



晨报讯(记者 晋君 通讯员 马昭群)为进一步加强厦门市老年人气排球裁判员队伍建设,提高裁判员的执裁水平,1月24日,厦门市老体协在市老年活动中心举办老年人气排球裁判员骨干提高班。各区老体协、各行业系统老体协以及市老体协气排球专委会的39名骨干参加了本次培训。

据介绍,裁判员的哨音和手势,在气排球比赛中起到组织和指挥的作用,能促进比赛有序进行、选手的技战术正常发挥。本次培训由厦门排球协会监事长、厦门排球协会裁委会主任、气排球国家级裁判郑少华担任主讲,气排球国家级裁判羊晓红、游喜杰作为助教,主要内容有《气排球竞赛规则》解读

及《气排球竞赛裁判法》解说等。

郑少华根据自己多年来在气排球比赛中的丰富执裁经验,把规范的哨音、手势教给学员。他表示,执裁气排球比赛时,大家鸣哨要及时,哨音果断、洪亮、有节奏,还要注意轻重长短,避免重哨;手势要准确规范、及时果断等。对于平时大家在执裁过程中遇到的疑问和难点,郑少华也一一耐心予以解答。

大家还进行了理论考试与实践现场实践操作。在实践环节中,参训学员分为两组,在两个场地内分别训练哨音和手势。大家热情很高、学习氛围浓厚,就算在午饭时间也抓紧互相交流学习。

郑少华表示:“目前厦门市气排球运动的发展走在全省



参训队员积极进行实践训练。记者 晋君 摄

前列,气排球项目在厦门普及度高、赛事多,老中青各年龄段都有不少爱好者参与,老年女子气排球队更是多次获得重大赛事的冠军。相信

通过这次培训,大家的技能水平会得到很大的提升,以后更好地推动厦门市气排球运动发展。”

相关新闻

市老体协举办健身球操培训

晨报讯(记者 晋君)为加强厦门市健身球操教练员、裁判员队伍建设,提高教学和执裁水平,进一步推动健身球操项目新套路的普及推广,近日市老体协在市老年活动中心综合排练厅为健身球操教练员、裁判员举办培训班,来自全市各区的健身球操骨干参加培训。

据悉,培训主讲教师由季华英担任,助教由田华玲、周辉担任,他们为37名学员深入解读《健身球操竞赛规则(2020年修订版)》,并带大家规范学习了《第十五套健身球操规定套路(南泥湾)》。之后,参训人员参加了相关理论和实践考试,主办方向考试合格人员颁发了市二级教练员证书。