

名医进社区 端午送健康

晨报讯(记者 于婧媛 通讯员 张从云 陈艳丰)粽叶飘香时,端午话健康。6月18日下午,江头街道金尚小区金尚法制文化广场聚集了不少居民群众,由厦门市卫健委、市计生协会、市纪委、市委编办主办的“我们的节日·精神的家园”端午健康主题活动在这里举行。

来自厦门市中医院、厦门大学附属心血管病医院、厦门弘爱医院、厦门眼科中心等医院的医疗专家现场义诊。他们为居民普及健康知识,并就常见病、慢病的治疗等提出指导性意见。

天气炎热,一位家长因孩子中暑心急如焚,前来现场问诊。

厦门市中医院中医内科医生邓龙生介绍,端午时节,脾胃和呼吸道疾病高发,不宜吃太生冷的食物。恰逢三伏天即将来临之际,他建议市民生活起居规律,尽量不熬夜,保证充足的睡眠。

除现场义诊,普惠托育资讯、免费理发、维修小家电、公益法律服务等活动丰富多彩,居民足不出户社区,便可享受健康文明服务。

据厦门市计生协专职副会长陈文生介绍,此次活动是“凤凰花”“金色阳光”两支志愿服务队深化志愿服务的一次生动实践,旨在传播健康文明理念,浸润群众心田,传承、发扬优秀传统文化。



「我们的节日·精神的家园」端午健康主题活动举行。
记者于婧媛摄

品味粽子香 感悟家国情

晨报讯(记者 黄晶晶)一年一端午,一岁一安康。为弘扬中华民族传统文化,丰富群众精神文化生活,6月16日下午,“我们的节日·精神的家园·端午”2023年“粽香迎端午,共话家国情”系列活动在厦门市天安小学举办。

活动现场,厦门市仙岳书院山长方字带来“教子观—教子有

方:学习和传承家学教养之道”主题讲座。他以生动的语言讲述了家、国、天下之间的联系,阐释了“孝以成人,和以兴家”的意义,以中华经典为核心,进一步宣传弘扬好家风好家训。

“粽子一定要边包边用手捏紧,才会有立体的造型。绳子绑紧一点,粽子不会散掉,而且口感会更绵实……”随后,小朋友

们现场学习如何包粽子。家长们纷纷秀出看家本领,巧手翻飞,折粽叶、灌糯米、剪粽绳、拴粽子……一个个精致饱满的粽子相继成型。

“这是我第一次包粽子,感觉特别有趣。”天安小学三年级学生林冠舟拿着包好的粽子向记者展示道。家长林义山说:“以端午节为契机,孩子与家长

一起体验包粽子,既锻炼了孩子的动手能力和学习能力,也增进了亲子间的交流,很有意义。”

活动最后,学校将包好的粽子分送给亲子家庭,让亲子共同品尝,感受节日氛围。

活动由湖里区委文明办、湖里区关工委、湖里区新时代文明实践中心主办,厦门市仙岳书院承办,厦门市天安小学协办。

端午小长假 高速不免费

晨报讯(记者 彭怡郡 通讯员 齐铭 余丽清)本周四将迎来端午节小长假,假期期间,高速公路通行不免费。

厦门高速交警表示,目前辖区日常收费站日进出口总流量为18万辆,预计端午节期间,辖区日均总进出口流量比平日增加40%以上,单日总进出口流量最高或将超过25万辆。厦门未采取临时性机动车辆尾号限行措施。

车流高峰将出现在6月21日17:00—20:00、6月22日8:00—15:00、6月24日15:00—21:00,建议群众提前规划行程。21日下午,全市各主要通行干道、城市快速路和进出岛“五桥两隧”会出现较明显的车辆缓行情况;22日上午会有一波去程车流,22日下午至24日下午,景区周边道路将出现明显车辆聚集情况;24日将迎主要返程车流,14时之后部分返厦进岛路段将出现不同程度缓行。

邻里情更近 抱得美“粽”归

晨报讯(记者 陈嘉汶 通讯员 王漪)6月16日,殿前街道兴隆社区开展“粽兴意·隆厝情”2023“我们的节日·端午”主题活动。

“叔叔阿姨们,快来一起包粽子啦!”当天9时许,在志愿者们的热情邀请下,辖区内共有40名居民参与到此次主题活动中。记者了解到,社区提前征集了10名“包粽达人”,帮助参与活动的居民抱得美“粽”归。

侨胞李和金说:“兴隆社区就像是一个温暖的大家庭,用一个个

活动把大家的心串联了起来。”来厦三年的台胞陈淑芳告诉记者,她每每参与其中都能感受到被包容、被接纳。

据兴隆社区党委书记郑灵巧介绍,有不少台胞、侨胞在兴隆社区生活,社区希望通过一个个活动拉近居民之间的距离,营造温馨亲切的生活氛围。

据了解,兴隆社区还组织了网格员、助老员和志愿者,带着现场包好的粽子和礼品,前往社区独居老人、老党员家中慰问。



兴隆社区包粽达人手把手教授包粽技巧。记者 陈嘉汶 摄

共同践行

社会主义核心价值观

国家·富强 民主 文明 和谐

社会·自由 平等 公正 法治

公民·爱国 敬业 诚信 友善

中共厦门市委文明办 海西晨报社(宣)

公益广告