

巧手编织“幸福花” 缝纫机踩出“爱心路” 社区里有个元气满满的“奶奶团”

在西安市永松路社区,有一个元气满满的“奶奶团”。

这个团队的成员年龄最大的85岁,平均年龄约75岁。她们分成编织组、缝纫组等小组,每周四一起编织丝网花、帽子、围巾、包等,送给亲朋好友、高龄老人和山区孩子。每周三用缝纫机等工具,义务为居民缝补衣物。

老人们说,这叫老有所乐,老有所为。

巧手编织“幸福花”

10月19日,记者来到永松路社区。在“奶奶团”编织组的活动现场,阳光透过窗户洒在长桌上,老人们围坐在一起,拿着帽子、手提包、手套、丝网花等手工艺品,互相交流,开心的笑容洋溢在每个人的脸上。

“瞧,这是幸福花!”今年81岁的段月俏手捧一束丝网花笑道。看来她花了一周时间完成的,在她看来这就是做了一件非常快乐又有意义的事。“和老姐妹们在一起做手工,既能锻炼手指的灵活度,又可以

聊天,每天的生活很充实。”段月俏说道。

79岁的刘卫力老人,被大家称为编织组的“全能高手”。她的作品有栩栩如生的钩针花、丝网花和丝带花,也有各式各样的毛线帽子、围巾和包,每一件都很精致。老人还经常担任“临时老师”,教其他人改进编织的技法。“活到老,学到老。其实退休以前我主要忙工作,不太会做手工。大约10年前,得知社区成立编织组,我就加入了。先是跟老师们学习,也看手机

上的视频教程学,后来就可以编织很多手工作品。我觉得这样的生活很充实,也很有成就感。”刘卫力回忆道。

据了解,老人们编织的手工艺品,除了赠送亲朋好友外,还多次参与助老帮幼活动。编织组成员曾给社区80岁以上的老人每人编织了一条红围巾,还为蓝田县的困难儿童编织了围巾、帽子和手套。

刘卫力认为,这样既能动脑、动手,对自己的身心健康都有好处,还能帮助别人,何乐而不为。

缝纫机踩出“爱心路”

“嗒嗒嗒……”老式缝纫机的声音传来。

今年82岁的王丽珠老人正在踩踏缝纫机,给一块桌布锁边。旁边摆放的最新的“缝纫修补登记册”上,记录了最近三个月上百位居民前来修补衣物的内容,有床单锁边、缝补衣服、裁裤边、改裤腰尺寸、装拉链、缝坐垫等。

“这台缝纫机是我从家里搬到社

区缝纫组工作室的,都用了40多年了。”王丽珠笑道。老人告诉记者,她们那个年代的女性基本上都会使用缝纫机。现如今,年轻人忙工作,衣物出现小问题,找个缝缝补补的地方不容易,所以她和团队成员很乐意利用自己的特长帮大家解决这些小问题。

作为“奶奶团”的队长,王丽珠既是编织组的成员,也是缝纫组的一员。她向记者介绍,大约10年前

社区成立编织组,她们每周四聚在一起开展手工活动,学技艺,编织手工作品。编织组成员平均年龄75岁,年龄最大的85岁。

“随着老年志愿者的增加,去年3月份社区又成立了缝纫组,免费为居民缝补衣物。”王丽珠说,每周三社区居民都会带来需要缝补的衣物,缝纫组的老人们分成小组轮流值班帮忙修补。



“奶奶团”部分成员和她们的编织作品。

让老年人“余热”更火热

今年76岁的张荃茸,也是编织组和缝纫组的成员。“我编织的这两顶帽子,一顶是给孙女的,另一顶是给老伴的。看着家人戴上我亲手织的帽子,很开心。”张荃茸说,给社区居民缝缝补补,变废为宝,她觉得更开心。

“她们不嫌麻烦,每天利用空闲时间帮助大家,乐于奉献的精神让大家很感动。”社区居民张女士告诉记者,缝纫组的老人帮她裁过裤边,做得很好,“老人们的手艺,那真是没的说。”

“从‘奶奶团’身上,我看到了什么叫老有所乐、老有所为。”居民

赵女士表示,她退休后也要成为其中的一员。“我也要向她们学习,服务邻里,发挥自己的光和热。”

永松路社区主任石强表示,社区自发组织的活动每天都有。看到编织组和缝纫组的老人们展现老有所乐,让“余热”更火热,他们也感到很欣慰。

文/图/视频 本报记者 姬娜
实习生 陈嘉婧斐



扫码看视频

业主们,快来领“红包”! 西安一小区业委会给业主发放340万元公共收益

本报讯(记者 石喻涵 马昭)10月19日上午,西安市枫林绿洲·云顶园小区格外热闹。从即日起到12月19日,小区业主委员会要将340万元的公共收益发放给居民。

业主郑国亭是第一个前来领取红利的居民。他从工作人员手中接过2890元现金,脸上洋溢着笑容:“真没想到,我们小区的公共收益还能以这种方式回馈给业主,感到非常开心。”

记者在枫林绿洲·云顶园小区登记处看到,门上醒目地贴着“公共收益发放处”标识,桌子上整齐地摆放着满意度及建设意见征询表格。业委会委员宋亚民正在协调发放工作,“今天我们取了80万元现金,专门用于首批业主的红利发放。业主们只需确认身份,提交相关资料并填写满意度调查表,经核算无误后,便可现场领取。”

业主刘增霞也表达了喜悦之情。她在这个小区住了很多年,今天第一次来领钱,真的很开心。“业委会的这项举措让我们感受到了作为业主的权益和尊重,希望以后能有更多这样的好事。”

西安市枫林绿洲·云顶园小区此次红利发放覆盖小区1244户业主。为了确保发放工作的顺利进行,业委会半个月前便在小区的三个大门口处张贴了告示,并通过公众号推送了相关信息。

“今天第一次领钱,感觉非常



小区业委会给业主发钱。 本报记者 马昭 摄

爽。”小区业主闫景辉更是感慨万千,“我在这里住了20年了,从没想过还能领到小区公共收益的钱。现在,我真的要为业委会点个赞。”

据悉,西安市枫林绿洲·云顶园小区业委会2018年成立。此次发放的红利,主要来源于小区的公共收益。“包括公共区域广告收益、公共区域停车位收益、公共区域内租赁摊位收益等。”宋亚民透露。

8月16日,西安市枫林绿洲·云顶园小区召开业主大会,表决通过了按照不动产权证登记时间,以20元/平方米的标准,将340万元的收

益红利以现金形式分享给全体业主。

宋亚民表示,此次红利发放不仅是对业主们多年来支持业委会工作的回报,也是业委会透明化管理、民主决策的一次实践。“我们希望通过这种方式,让业主们更加了解和支持我们的工作,同时也欢迎业主们提出宝贵的意见和建议,共同推动小区的发展。”



扫码看视频

按摩梳、热敷包、护眼贴…… “平价养生”产品你用过了吗

如今,养生不再是老年人的专属,年轻人正成为养生界的“主力军”。檀木按摩梳、护颈热敷包、叶黄素护眼贴、家用艾灸盒……不少年轻人热衷选择购买宣称“平价养生”的产品。

近日,记者采访了解,它们到底是物有所值,还是消费“智商税”?

家住西安市西影路的市民张芳,闲时手里总是握着一把檀木按摩梳。“我平日睡眠质量不高。听说按摩梳可以促进血液循环、减少脱发、安神,想着也不贵便买了一把,用了以后感觉还不错,有点效果。”张芳说。

西安市莲湖区一单位上班的孙媛媛,在朋友的介绍下购买了护颈热敷包。“我的工作需要长时间看着电脑,颈椎不太好。下班回到家,总觉得头晕脖子酸。听了朋友的建议,在网上购买了一款护颈热敷包,不仅可以缓解不适,还省去了去店铺理疗的花费和时间。”孙媛媛说。

艾灸盒是一种传统的艾灸工具,通过点燃艾条,将艾烟和艾热透过盒子传递到人体穴位上,从而起到温通经络、驱寒散湿、调和气血的作用。家住西安市凤城三路的张鹏购买了家用艾灸盒,平常就在家为自己和家人“理疗”。

记者走访西安市场,发现号

称“平价养生”的产品部分店铺有售。通过电商平台搜索,发现产品不仅品牌数量多且销量高。记者采访中,有人对“平价养生”产品称赞不已,也有人对产品的功效和成分产生了质疑。

对于市民选择“养生”产品,是否真如宣传所说有治病或者改善不适的功效,通用环球中铁西安医院康复医学科主任田鲲鹏表示,“养生热”折射出年轻人生活态度的转变,这是一个好的现象。随着生活水平的提高、健康意识的觉醒和医疗知识的普及,主动“防未病”、拒绝“亚健康”成为年轻人的自觉行动。

“用梳子梳头可按摩头皮,改善头部血液循环,消除疲劳感,但不能治疗头部疾病;叶黄素护眼贴能够缓解视力疲劳和眼干燥症,但不能治疗、治愈近视及白内障等眼部疾病;护颈热敷和艾灸有一定舒筋活络、止痛消肿的功效,但不能彻底治疗疾病……”田鲲鹏说,选择“养生”产品前,大家首先应该对自己的身体情况有一个准确认识,任何养生方式,最终也需回到保证适用性和安全性的路子上来。凡事过犹不及,不同的体质有不同的配方,如若不通过中医辨证,盲目跟风,可能适得其反。

本报记者 陶颖