

吉林省第三届社区运动会在龙井市举行

500余名运动员共享全民健身盛宴

为深入贯彻全民健身国家战略,推动《吉林省全民健身实施计划(2021-2025年)》落地见效,加快体育强省建设,9月20日,由省体育局、延边州政府主办,延边州体育局承办的吉林省第三届社区运动会在龙井市良田百世运动假日景区举行。

上午9时,开幕式在庄严的



比赛现场

国歌声中拉开帷幕。全场人员肃立致敬,注视着五星红旗冉冉升起,爱国情怀与体育精神在现场交融激荡。随后,运动员代表与裁判员代表分别宣誓,承诺恪守体育精神,公正执裁、文明参赛。

本届社区运动会聚焦群众健身需求,设置三大类共10个竞赛项目,涵盖男子三人制篮球、混合气排球、男子五人制足球、乒乓球、休闲攀岩、跑酷、激光射击、反曲弓等,吸引了来自全省各市(州)的11支代表队、500余名运动员同场竞技。

比赛场上,运动员们精神抖擞、斗志昂扬。在三人篮球场上,运动员们巧妙传球、快速突破,一次次精准投篮引得观众连连叫好;排球比赛中,发球、起

跳、拦网、扣杀,双方你来我往,精彩不断;休闲攀岩区选手们挑战自我、向上攀登;跑酷选手闪转腾挪、飞跃障碍,展现出青春与活力的交融。现场气氛热烈,助威声、欢呼声不绝于耳,欢快与喜悦洋溢在每个角落。来自白城市11岁的小运动员王秋雅告诉记者,她练习跳绳已有六年,这是她首次参加省级社区运动会,“希望能取得好成绩,也特别开心能见到这么多爱好者。”

本届社区运动会为期两天,不仅为广大居民提供了丰富多彩的体育文化生活,也积极营造出蓬勃向上、积极参与的全民健身氛围,有效推动了文体商旅的深度融合与协调发展。

城市晚报全媒体记者 陆续

吉报彩练新闻进万家
解决群众急难愁盼
城晚记者帮你办



运动员各个斗志昂扬 本组图片 省体育局供图

手把手教社区居民做健康早餐 暖到大家心里

近日,长春市南关区永吉街道全安小区社区活动中心内面香四溢、笑语不断,一场由全安小区社区联合举办的“私房美食培训”活动在此开展。本次活动旨在将



各种口味的馒头好吃又健康

专业的厨房知识带入寻常百姓家,手把手教辖区居民利用家庭厨房制作既健康营养又创意十足的美味早餐,共同“蒸”出美好新生活。

本次活动特邀专业指导老师,培训一开始,老师首先分享了她的健康早餐理念,她强调:“一天的活力始于早餐,家庭自制不仅能确保食材新鲜、无添加,更是传递关爱与温暖的最好方式。”本次教学的焦点是家常馒头的创意改造。在专业老师的细致讲解和示范下,居民们从最基础的“水面配比”学起,亲身实践参与了从和面、发酵、调味到塑形、蒸制的每一个环节。居民们兴致盎然,跟着老师的步骤,亲手揉制出光滑柔软的面团。

随后,进入了最有趣的创意环节——制作多种口味的馒头。大家在老师的指导下,将面团分

成数份,分别融入可可粉、巧克力豆,制作出浓郁香甜的巧克力味馒头;加入精心研磨的开心果酱,打造出清香四溢的开心果味馒头;将香葱末和焦香的培根丁揉入面团,创意出咸香松软的香葱培根味馒头。经过最后的醒发和蒸制,一笼笼热气腾腾、色彩缤纷、造型可爱的创意馒头新鲜出炉。居民们品尝着自己亲手制作的劳动成果,成就感与喜悦之情溢于言表。

活动最感人的环节是爱心传递,在馒头蒸制完成后,居民们主动将亲手制作的点心精心分装,在社区工作人员的带领下,将这些满载爱心的美食送到了辖区困难老人手中。“没想到社区还会教居民做早餐,即健康又美味,这样的活动真是太有意义了!”一名居民笑着说道。

本次“私房美食培训”活动是



居民们学习制作创意馒头 本组图片 社区供图

全安小区社区深化为民服务、丰富居民文化生活的一次成功实践。通过与爱心企业联动,不仅将实用的技能送到了居民身边,更增进了邻里感情,营造了温馨

和谐的社区氛围。全安小区社区工作人员表示,未来将继续整合资源,推出更多元化的活动,共同缔造宜居、宜乐的美好社区。

城市晚报全媒体记者 吕闯

临江市大湖社区 持续开展爱心义剪志愿服务活动

尊老敬老是中华民族的传统美德,关爱老人也是社区服务的重点之一,近日,临江市大湖社区爱心义剪队伍又一次如约而至。

活动现场,熟悉的笑容、熟悉的工具、熟悉的问候,一切都显得那么自然和流畅。对于志愿者们来说,老人们喜欢的发型、头发的薄厚以及耳鬓的弧度,他们都已了然于心。志愿

者们一边熟练地操作着剪刀和推子,一边和老人们聊着最近的趣事、身体情况,言语间充满了家人般的亲切与关怀。老人们也早已褪去了最初的客气,更自然地表达着自己的需求,现场气氛温馨而融洽,本次活动共为10余位老人提供了免费理发服务。

爱心义剪活动的开展,不仅

剪出了老人们精神抖擞的新发型,更剪出了社区与老人之间深厚的情感纽带。大湖社区新时代文明实践站用实际行动践行着对老年人的关爱,未来,社区也将继续守护这份温暖的约定,构筑敬老、爱老、助老的和谐社区环境。

王艳丽 城市晚报全媒体记者 吕闯



为10余位老人免费理发 社区供图

九旬老人偷跑出来 “捡”了三个“警察儿子”

“你们留个姓名,我让我孩子感谢你们!” “不用不用,您找着家就行啦!”

九旬老人独自出来修手机,可是却在街边迷路了,本是一件揪心事,没想到最后竟然变成了一件暖心事。原来,是这位老人在路边“捡”到了三个“警察儿子”,在老人孤身在外的这段时间,他们成为了老人的“临时儿子”,给了老人满满安全感。

事情还要从一次巡逻说起,当日上午,长春市公安局朝阳区分局

重庆派出所民警于海、郭光宇和辅警刘良甫照例在辖区执行巡逻任务时,发现一位白发苍苍的老人独自坐在路边,四处张望,神情无助,便立即上前询问:“大娘您在这干啥呢,家是哪的呀?”

经沟通得知,老人今年九十多岁了,因手机坏了就自己出来去安华大厦修手机,可走着走着就迷路了。就在民警问及老人家人的联系方式时,老人却始终支支吾吾说不出来,后来才悄悄和民警说道:“手机坏了,我偷着出来的。”

“没事儿,别着急,那咱就先去

修手机!”看着老人焦急又无助的模样,民警决定要先帮助老人完成这个心愿,再想办法联系老人家人。随后,几人主动陪同老人来到了安华大厦的手机维修点,自掏腰包为她支付了手机修理费用,解决了老人的燃眉之急。

可是在查找手机的过程中,民警发现手机并没有老人家人的联系方式。为了尽快帮助老人回家,几人一边与所内值班同事联系获取老人的相关信息,一边以安华大厦为中心,用警车载着老人沿街行驶,试图通过熟悉的场景获得相关

线索,在众人的不懈努力下,最后终于确认了老人的住处。

“我今年咋这么熊(没用)呢?”下车后,老人不禁自责了起来,民警则暖心安慰道:“哎呀,这就不错了,都九十多岁啦!”就是这句话,才让老人重新浸入到回家的喜悦之中。

在护送老人回家的路上,民警遇到了正在四处找老人的儿子,便将老人的儿子拉至一旁,耐心叮嘱其老人年纪大了,一定要对老人多加照看,避免类似情况再次发生。“行啦!跟着儿子回家吧!”就

在老人儿子带着母亲回家时,老人却站在原地对民警说道:“我该怎么感谢你呀?”民警听后先是一愣,随后豪爽地表示:“感谢啥!没事,大娘,快回家吧!再有啥事和儿子说一声再出门噢!”说着,就继续回到了工作的岗位上。

一次出警,两项义举。重庆派出所民警把群众的“小事”当作“大事”,把群众的“难题”当作“己任”,让从警初心在每一次为民服务中愈发坚定,让平安与温暖始终陪伴在群众身边。

城市晚报全媒体记者 吕闯