

沈阳首家“职教+老年教育”课堂开课

本报讯 周末的沈阳市外事服务学校校园里,因为一群老年学员的到来而生机盎然。近日,沈阳老年大学市外事服务学校分校培训班正式开课,近百名银龄学员重返课堂,在八段锦、声乐、舞蹈、中西面点四类课程中,重拾“趣学、乐学”的快乐。

形体室内,国家级社会体育指导员细致拆解八段锦招式,“肩要沉,肘要坠,像抱着一轮满月”的形象口诀让学员豁然开朗。面点实训室里麦香氤氲,烹饪专业名师正细致示范香

酥饼制作,从水油面配比到叠酥手法,反复强调“层次感是酥脆的关键”。烤箱“叮”声响起,金黄酥脆的点心新鲜出炉,学员们品尝着自己的作品,纷纷举着手机拍照分享。

沈阳市外事服务学校依托多年职教积淀与国家中等职业教育改革发展展示范校优势,将烹饪、康养、礼仪、艺术等王牌专业的现代化实训基地与雄厚师资,转化为老年教育的优质供给。

“与传统老年教育相比,我们实

现了从‘场地共享’到‘资源共生’的升级。”学校副校长杨阳介绍,学校组建了由教学名师、行业大师领衔的“银发导师团”,将复杂技能拆解为易懂易学的内容。

“老年教育不是简单地打发时间,而是要让长者在学习中重拾生命活力。”杨阳告诉记者,学校推行“小班制+体验式”教学,教师手把手指导、一对一校正,充分照顾每一位学员的学习进度。课程设计兼顾精神需求与实用价值,既满足强身健体、



陶冶情操的追求,又助力技能提升、学以致用诉求。

姜雪

图片新闻



近日,省军区沈阳第三离职干部休养所联合辽宁国际传播中心、沈阳市沈河区南塔街道南塔社区,依托雷锋藏品展示室开展党建联建活动。活动中,全体党员重温入党誓词,参观雷锋主题珍贵实物,并现场聆听雷锋生前战友曾国兴讲述雷锋手握钢枪照片的背后故事。军地党员代表随后围绕新时代如何践行雷锋精神开展交流研讨。

张宇 本报记者 朱晨晓 摄

春分暖意浓 邻里享时光

本报讯 近日,沈阳市沈河区泉园街道佳兴社区开展“春分暖意浓 邻里享时光”主题活动,邀请辖区居民欢聚一堂,感受节气文化,共叙邻里温情。

活动现场,居民们围在一起动手制作春饼。从和面、擀皮到烙制,大家互相交流、互帮互助,在欢声笑语中体验传统美食制作的乐趣,感受“春分吃春饼”的民俗韵味。

居民们还开展了工艺扇子DIY活动。大家发挥创意,认真绘制、装饰扇面,一把把独具特色的工艺扇陆续完成,既丰富了精神文化生活,又增添了春日雅致气息。

此次活动以春分节气为契机,将传统民俗、手工体验与邻里互动融为一体,让居民感受到了传统文化的魅力,也拉近了邻里距离,营造了和谐、温馨、幸福的社区氛围。 沈泉

律师为老年人婚恋把“法理脉”

本报讯 近日,沈阳市沈河区南塔街道富民社区党群服务中心内,一场专门为老年人量身定制的法律讲座吸引了约40名居民和供热站工作人员参加——辽宁法治报公益普法团、辽宁法治报党支部走进社区,面对面为老年人婚恋问题支招。

“老年人想找个伴儿,是登记好还是‘搭伙’过日子好?”“俩人一起攒的钱,万一谈不拢怎么分?”“子女反对怎么办?”……这

些让不少老年人心里犯嘀咕的问题,成了普法讲座的核心。辽宁法治报公益普法团成员、辽宁和鑫律师事务所律师刘波没有照本宣科,而是用大白话,结合民法典规定和大量真实案例,把“再婚”和“非婚同居”里的法理掰开揉碎了讲。

现场气氛十分活跃,不少大爷大妈边听边记,还不时点头交流。讲到关键处,刘波给出实用建议:“感情要谈,规矩也要立。

无论是婚前财产公证,还是‘搭伙’时书面约定生活费、医疗费怎么出,都要留个凭证,既是保护自己,也让关系更单纯长久。”

“这节课听得明白,都是我们实际可能碰到的事儿。”“不少麻烦其实能提前避免。”讲座结束后,大家仍围着律师咨询,感觉心里亮堂了不少。本次活动精准聚焦老年人婚恋中的法律问题,为老年朋友的晚年幸福生活添了一份“法律保障”。 栾岚

丹东:公益大讲堂赋能老少心理疏导

本报讯 记者方向报道 近日,丹东市关心下一代工作委员会联合市组织工作服务中心,启动“五老”公益大讲堂心理健康讲座,首场以《压力下的情绪管理》为主题。市关工委主任宋立跃与全市120余名“五老”及学生家长代表到场聆

听。本次讲座特邀丹东市第三人民医院赵秀君主任医师主讲。赵秀君结合临床与心理咨询经验,围绕压力根源、情绪管理策略展开讲解,剖析青少年在学习与家庭生活中的情绪困扰,通过案例分享、互动体

验,传授实用的情绪调节和压力疏导方法,现场气氛热烈,掌声不断。

此次讲座兼顾“五老”与家长群体,助力家校社协同育人。各级关工委将持续发挥“五老”优势,整合资源常态化开展心理健康教育服务。

本报讯 3月18日,面对辖区老年群体占比高、楼道杂物堆积易反复的治理难点,沈阳市和平区长白街道金沙湾社区党委联合共建单位,开展了一场主题为“关注消防、生命至上”的消防安全知识讲座,以实际行动书写新时代雷锋故事,为“幸福新社区”建设筑牢安全基石。

讲座现场,专业消防工作人员结合近期典型火灾案例,以触目惊心的画面和精准翔实的数据,将抽象的消防法规转化为警示教材。针对老年群体特点,消防工作人员用通俗易懂的语言,重点剖析了楼道堆积杂物、电动车违规充电等行为的潜在危害,并现场演示了灭火器和防烟面罩的正确使用方法。老人们听得聚精会神,不时举手提问。

本次宣讲将“服务人民、助人为乐”的奉献精神具象化为对邻里安全的细心守护,将“幸福新社区”的建设目标落脚于消除每一处隐患的扎实行动。正如社区党委书记那丽杰在总结中所言:“今天我们播下安全的种子,明天必将收获平安和谐的社区幸福果。” 宋鑫蕊