

和压力挥挥手

公益团队走进校园开展心理辅导



朱秋霞 摄

本报讯(记者 朱秋霞)“你们知道心理课代表是干什么的吗?”“如果发现同学情绪低落知道该怎么做吗?”日前,艾德心理公益服务中心和香江花城小学共同举办心理课代表培训和小组活动,志愿者们走进校园,指导孩子们如何“和压力挥挥手”,以及如何做“传递爱的小天使”。

活动中,艾德心理公益服务中心志愿者首先和学校1至6年级的心理课代表们进行了交流,指导他们如何做“传递爱的小天使”。志愿者从心理课代表该做什么、怎么做出发,指导孩子们在关爱同学、做好老师的助手时,要有一双主动发现的眼睛,面对同学

求助,在耐心倾听、联系老师时,还要照顾好自己。

在压力管理小沙龙小组活动中,志愿者详细向孩子们介绍了人的六种基本情绪,面对压力时如何破解、化解,并通过浅显又生动的语言,引导孩子们更好地爱自己。

“在青少年的成长过程中,有不少容易被成年人忽视的压力,他们同样面临着心理问题,需要心理疏导。”艾德心理公益服务中心志愿者朱润眉表示,现在学校越来越重视学生的心理健康,艾德心理公益服务中心将持续关注青少年这一群体,通过丰富多彩的活动,为他们的心理健康保驾护航。

社工带敬老院老人回味“从前的味道”

本报讯(记者 朱秋霞)猪油团子那软糯香甜的美好滋味,是不少老年人心中“从前的味道”。日前,丹阳市吕城镇慈善社工站和陵口镇慈善社工站的社工们来到吕城镇敬老院,和老人们一起回忆与品尝猪油团子的味道。

活动邀请了丹阳市吕城镇钰丫食品手工坊的老板袁红钰为大家现场指导猪油团子的制作工艺。袁红钰的“钰丫”品牌猪油团子已被列入“江苏省名特优产品”名录。只见一揉一捏之间,手中那小小的不规则的糯米粉团已经变成了精致漂亮、宛若花

朵一般的模样。“六六大顺”“长寿安康”,一个个猪油团子被赋予了美好的意义,更承载着老人们儿时最甜蜜的回忆。

在制作猪油团子的同时,社工和志愿者们带领现场的老人做起了手指操,锻炼他们的手指活动能力;对于喜欢唱歌的老年人,鼓励他们走上舞台,尽情展示自我。

据了解,吕城镇慈善社工站将敬老院作为一个重要服务阵地,近期已开展多场活动,为老人送去关怀,同时结合老人的需求提供更多专业性的服务。

访仙镇慈善社工站开展关爱与陪伴行动

本报讯(记者 朱秋霞)“小李,小李,你来啦!”一走进访仙镇敬老院的大门,一位爷爷就挥着手,使劲点着头,用不太清晰的声音与访仙镇慈善社工站的社工们打着招呼。这不是一家人却胜似一家人的场景,让略显清冷的敬老院立即热闹了起来。

当天开展的是创意手工“手指点画”。社工们通过韵律活动《大雨小雨》,带领老人们在音乐中从“大雨哗啦啦”“小雨淅沥沥”,进而延伸到“彩色的雨”的创作中。老人们认真跟着学习,那专注的模样像极了天真可爱的孩童。轮到他们动手操作的时候,只见他们一边小声地说着“伸出小手指,亲亲黄颜色,纸上点点点……”一边在纸上点点画画,20分钟之后,老人

们都慢慢完成了属于自己的作品。当他们用微微颤抖的手拿着画给社工们欣赏的时候,脸上洋溢的笑容温暖又幸福。

活动尾声,社工带领老人们做放松训练。一位老人提出来想吃西瓜。社工立刻拿起手机联系水果店。访仙镇某水果店老板孙先生接到电话,知道社工购买西瓜是给敬老院的老人们,怎么也不肯收钱。看着老人们津津有味地品尝着西瓜,社工和孙先生都露出了欣慰的笑容。

据了解,今年以来,访仙镇慈善社工站持续开展关爱与陪伴行动,走进访仙镇敬老院,结合老人们的实际需求,开展符合老人们身心健康的活动,用爱陪伴他们安享晚年。

让爱动起来, 志愿者为自闭症孩子举办义卖活动

本报讯(记者 朱秋霞)“红军不怕远征难,万水千山只等闲,五岭逶迤腾细浪,三军过后尽开颜……”“祖国,感谢您!感谢您赐予我金色的生命……”真切而富有激情的红色经典诗词诵读感染着现场的每一位观众,台下响起了一阵又一阵热烈的掌声。

这是近日在商业城门口举办的胡杨作品义卖暨第33次全国助残日文艺汇演活动演出现场的一幕。朗诵者们身着红军服,威武挺拔,他们就是镇江市京口区金凤凰艺术团在京口区特教中心实施“红色文艺助力智力障碍儿童,让爱动起来”项目,打造的一支智力障碍儿童红色文艺队伍。

据了解,“红色文艺助力智力障碍儿童,让爱动起来”项目旨在进一步丰富智力障碍儿童精神生活,促使智力障碍儿童更好地融入社会健康成长。项目在京口区特教中心选取了有文艺爱好的20名智力障碍儿童,通过10次红色经典艺术培训、两场红色文艺展示交流活动、5次专家单独帮爱辅导以及红色文艺才艺比赛、励志宣讲等丰富多彩

的系列活动,用艺术的力量达到唤醒心灵、激发生命活力的目标。

活动现场,镇江市福利助残基金会向这些孩子赠送了适合他们的读本,爱心企业赠送了乳胶毛巾。而此次活动的“重头戏”胡杨作品义卖也顺利完成,获得爱心义卖款总计1830元。

京口区金凤凰艺术团团长胡红娣介绍,今年17岁的胡杨是一名自闭症孩子,也是金凤凰艺术团团员。他的母亲为了陪伴他成长而不能上班。在这几年的成长中,他从好动、情绪不稳定,慢慢转变,能够静下来,学会了多种才艺和手工技能,除了会唱歌、敲民族鼓,他还学会了制作手工钻石画、手工钩针挂毯等。“为了孩子的成长,家人付出了很多,能够为孩子做一点事情,让他体会劳动的成就感,我们还是很开心的。”胡红娣说。

义卖现场,爱心人士纷纷为胡杨精致的手工作品慷慨解囊。“残疾人走向社会不容易,自闭症这个群体更有其特殊性,他们和他们的家庭需要全社会的关爱。”爱心人士秦女士说。

为43位失独老人集体庆生 5·20爱心关怀暖人心

本报讯(万翔 马彦如)5月20日中午,一场特别的庆生活动在润湘园酒店举行,我市43位失独老人在金山公益志愿者的陪伴下度过了他们难忘的60岁、70岁生日。这场由京口区卫健委、计生协、镇江市青年民营企业家协会和金山公益志愿服务总队共同举办的“99公益暖心家园生日会”,让失独老人们感受到了亲人的陪伴和家的温暖。

在志愿者孙玉梅的陪伴下,来自姚桥、大路等乡镇的6位寿星一大早就高兴进城参加庆生活动。城里的志愿者要为居住在乡镇的失独老人举办庆生会——让新区的失独老人孙百顺激动不已,他回忆道,“5年前我老伴去世,金山公益志愿者就把我接到市里游玩散心,还参加了中秋集体庆生宴。当时志愿者就说过几年要为我70岁庆生,没有想到他们还真记住了这个约定。”70岁的寿星周长春则用哽咽的声音说,“金山公益大家庭把老人们的生日记得

清清楚楚,今天有100多人相聚在一起为我们庆生,真的太感动了。”

活动现场,青年民营企业家协会的志愿者和金山公益志愿者们忙着迎候“寿星”送上祝福的同时,还为参加庆生活动的失独老人一对一辅导智能手机的应用。金山公益志愿者团队的长期赞助商、爱心企业元致亨食品有限公司送来了定制的生日蛋糕。志愿者“鱼之语”捐赠了43份价值6500元的生日礼物。农行丹徒支行也派来了志愿者现场为失独老人换发第三代社保卡,让人倍感温馨。

记者了解到,十多年来,金山公益志愿服务总队一直在探索失独家庭的长效的关爱模式。有求必应、有难必帮,以暖心家园为平台,99公益网络募捐为抓手,全年公益活动菜单化,给予他们心灵上的支持、生活上的照顾以及精神上的鼓励,不断拓展关爱领域,把温暖关怀送给更多的城乡失独家庭。

坐着轮椅看镇江 共享美好新时代

本报讯(朱秋霞 张国良)坐着轮椅看镇江,共享美好新时代。近日,由市肢残人协会主办,芦苇之家义工服务社承办的“礼赞新时代,共享好生活——2023助残日肢体残疾人轮椅红色之旅”活动举行。

肢体残疾人坐着轮椅在义工的帮助下,饶有兴趣地游览了丹阳香海琴枫景区,感受自然美好。还在广场上开展了迷你保龄球等户外轮椅运动会,通过运动释放压力,改进机能,促进康复。

随后,大家参观了宝堰新四军四县

抗敌总会纪念馆,并在纪念馆前举行红色户外歌会。在文艺志愿者周贵祥手风琴伴奏下,集体合唱了《我和我的祖国》,讴歌新时代,展示新时代残疾人热爱祖国、积极向上、阳光开朗的精神风貌。

“感谢所有志愿者的付出,也感谢残疾人的积极参与,希望通过这样的活动,让更多的肢体残疾人实现精神生活有寄托,融入社会有尊严,让社会公众了解和关心肢体残疾人的困境和需求。”镇江市肢残人协会主席黄天成说。