

洪卢龙狮有了第四代传承人

为百年传承注入新鲜血液

本报讯(记者宋爱华)在洪卢龙狮武术馆百年印鉴和先师吴卢义鼓棍的见证下,近日,珠海本土洪卢龙狮第三代传人吴国基举行首次收徒拜师仪式,13名青少年拜吴国基为师,为百年洪卢龙狮的传承注入新鲜血液。

当天的拜师仪式在简朴庄重的气氛下进行,身穿大红传统长袍的吴国基师端坐洪卢龙狮武术馆馆堂大厅,左手边放着洪卢百年印章,右手边是一个古色古香的木盒,里面装着洪拳三宝古拳谱、先师吴卢义的鼓棍和洪卢史志书。在造贝村温汉忠、界涌村郑少交等当地村民老前辈的见证下,13名弟子首先诵读“拜师帖”,吴国基则以“回徒帖”回应。随后弟子们逐个端茶于师父吴国基前行跪拜礼。据了解,在当天拜师的13名弟子中,年龄从8岁到27岁不等,大师兄苏启枝是西班牙留学博士,他在西班牙以洪卢龙狮名义组建了该国第一支中国传统龙狮队,也是追随吴国基时间最长的弟子。



吴国基在学校开展龙狮武术教学。洪卢龙狮武术馆供图

二师兄梁架辉现在是三灶鱼月龙狮队的领队,他练功刻苦,舞龙舞狮技术精良。老三张炜吉从小学四年级开始就跟随吴国基学艺,在各种大小比赛中屡获奖项。老四李文竣来自前山小学,只用了一年时间,就在吴国基的悉心教导下,学会了南狮鼓乐的各种鼓法。

吴国基告诉记者,当天拜师的13名弟子是他从多年来跟随他学艺的过百名学员中挑选出来的,新入门的弟子是洪卢龙狮的第四代传承人,为“石”字辈。“此次拜师仪式完全按照传统程序进行,虽然繁琐但很庄重,让师父与徒弟的关系不再漂浮而是有了明确的说法,这对今

后开展龙狮运动大有好处。”吴国基说。据了解,洪卢龙狮的鼎盛时期在清末民初,门徒过百,解放后由于历史原因,洪卢龙狮一度凋零偃旗息鼓。近年由吴国基再树洪卢大旗,在珠海本土全力推广普及龙狮运动,吴国基成为珠海首位国家级龙狮裁判员。

香凤社区 举办形象礼仪讲座

本报讯(记者纪瑾)为进一步提升辖区女性对礼仪深入了解,传承中华礼仪文化,8月31日下午,香湾街道香凤社区党委联合珠海市蓝海社会服务中心在香凤社区党群服务中心举办了“让智慧与美丽同行—魅力女性”形象礼仪专题讲座。

此次讲座由凤凰微校资深讲师李兰主讲。她从传统礼仪文化的精神内涵着手,引入如何塑造美丽形象。她说,中国素有“礼仪之邦”之称,举手投足、眼神与微笑、规范化的握手以及充满魅力的手势语言,都体现着形象礼仪中的仪态举止之美。

通过这次讲座,社区女性真切感受到形象礼仪在平时生活中的重要性,同时通过学习懂得如何运用形象礼仪提升女性魅力,纷纷感慨要加强形象礼仪教育,传承礼仪文化。

南屏镇开展减油减盐 健康膳食宣传活动 一天不能超过 半两油六克盐

本报讯(记者宋爱华)“大妈,做饭时一天不能超过油半两盐六克。”为了提升全民健康素养水平,8月31日,南屏镇政府携手南屏社区卫生服务中心开展主题为“减油减盐在厨房 美味家庭促健康”宣传活动,吸引了众多居民驻足咨询,很多老人纷纷向工作人员领取宣传资料。

昨天的活动在南屏街口岸阔广场上设立了宣传咨询台,悬挂了醒目的横幅,香洲区二院社管办的工作人员在现场向居民详细讲解了关于“油半两、盐六克”的健康饮食观。健康膳食是指低脂、低糖、低盐以及戒烟限酒,要想一家人养成健康的饮食习惯,家中掌勺的主妇要心中有数:最好每天记账,买了多少油、肉、盐,一个月下来哪里超标了一清二楚;其次是买一些小盐勺、小油瓶,每天用多少先放好,老人则最好使用量杯量勺,根据刻度放油放盐,这样就不会超标。针对一些居民口味重难以一下减盐减油的问题,工作人员建议逐步减少油盐的使用量,最终达到低油盐饮食的目的。一位老人看了宣传资料后很惊讶:“原来吃得太咸有这么危害啊。”工作人员为老人耐心讲解了食盐摄入过多会导致高血压及心血管疾病显著增加,同时增加患骨质疏松的风险。据统计,本次活动共发放各种宣传材料300余份,义诊测量血压100余人,新发现9人有高血压、5人有糖尿病。



南屏镇供图

福宁社区“微党课”学习 气氛浓厚 随时随地可以学 党性教育常态化

本报讯(记者宋爱华)“秀水泱泱,红船依旧。时代变迁,精神永恒!”近日,翠香街道福宁社区党委在微信公众平台上开展“送学”活动,组织党员观看“微党课”视频《红船精神》,很多党员纷纷在群里发表观后感言,学习气氛十分浓厚。

据了解,福宁社区党委现有党员112名,退休党员55名,在职党员45名,流动党员12名。为了发挥党员在社区建设中的先锋模范作用,福宁社区党委组织成立了有50名党员的志愿者队伍,带头在社区开展各种志愿服务活动。今年为了规范社区党组织生活,福宁社区党委着力建设学习型党组织,严格落实“三会一课”制度。通过开展学习、培训、上党课、专题辅导、座谈讨论等活动,把党员思想汇报、民主评议党员、民主生活会、党课教育等作为组织生活的重要内容,对党员严格教育、严格要求、严格管理,从而使党员队伍的凝聚力、战斗力有了极大的提升。广大党员在市容整治行动、文明交通、创文巡查、扶贫济困等志愿服务活动中,都做到了身先士卒,充分发挥了党员的先锋模范作用。

市红会开展老年人义诊活动

140多名老人受益

本报讯(记者刘雅玲)8月31日,由中国红十字会总会事业发展中心、广东省红十字会主办,珠海市红十字会承办的“暖阳关爱贫困失能老人行动·走进珠海义诊”活动,分别在前山社会福利中心和博爱老年公寓举行,当天共为140多名老人进行了身体检查。

当天上午、下午,由市红十字会常务理事单位、爱心病房设置单位市人民医院派出13名医护人员,携带B超、心电图机、测血糖仪、血压计及部分常用药物,分别前往前山社会福利中心和博爱老年公寓设置爱心诊台,为老年人免费检查身体。



市红会开展老年人义诊活动。本报记者 吴长赋 摄

据统计,当天的义诊活动一共为140名老人做了身体检查,其中超声检查60多人,心电图检查80多人

次,测血糖100多人,测血压120多人。本次活动还为老年人发放了价值4000多元的爱心药品。

胡湾社区 逾百名居民家门口义诊

本报讯(记者纪瑾)8月31日上午,狮山街道胡湾社区党委联合珠海市人民医院在胡湾社区党群服务中心开展了“党建引领促共建·健康生活齐共享”便民义诊服务活动,逾百名居民在家门口了解自身健康,学习预防保健养生知识。

本次义诊活动包括视力测眼底镜、白内障、青光眼等专项眼科项目检查,以及血糖、血压测量、内科、全科义诊咨询等。医护人员认真为居民诊疗解疑,还指导居民正确认识自己的疾病,结合他们的生活习惯讲解一些调理和预防保健养

生知识,帮助居民养成健康的生活方式和生活习惯。

此次义诊活动,方便了群众在家门口看病就医,让居民足不出户就可以享受免费的医疗与服务,提高社区居民健康知识水平,增强居民健康保护意识,同时拉近了社区党委与辖区居民之间的距离。