

三间房地区组织学画数字油画 150余名居民热情参与

大妈当画家 学画米老鼠

5月24日上午,北京立德社工事务所在北京市三间房地区社区建设管理办公室的指导下,于定西南里社区开展了“邻里之家进社区,居民骨干促融合”数字油画活动,近30名居民齐聚一堂,沉浸在绘画艺术中,度过了温馨愉快的时光。

“数字油画,又名数字彩绘和编码油画,是通过特殊工艺将画作加工成线条和数字符号,绘制者只要在标有号码的填色区内填上相应标有号码的颜料,就可以完成的手绘产品。”活动现场,社工首先为居民们讲解了数字油画概念及绘画技巧,大家兴奋地望着手中未经涂色印有卡通图案的画布,跃跃欲试。讲解完毕,叔叔阿姨们开心地打开颜料盒,赋予这些米老鼠、猫咪



等憨态可掬的卡通人物色彩与生命力。

大家小心翼翼地运用画笔填充着颜色,认真的模样好似找回了儿时的快乐。

时间一分一秒地过去,洁白的画布沾染上五彩颜料,好似拥有了某种魔力,使平淡无奇的图案一下子变得鲜活灵动起来。

快乐的时光总显得那么短暂,大家互相展示着自己的得意之作,脸上流露出喜悦之情。“通过参加这次活动,我对绘画产生了浓厚兴趣,这是我完成的第一幅数字油画,今后我还要完成更多的作品。”一位居民望着自己的绘画成果得意地说。

此次活动的开展不仅锻炼了辖区广大居民的手工能力、陶冶了大家的情操,更促进了居民间的融合,为构建和谐社区奠定了基础。

据悉,此次活动是三间房地区社会组织服务平台项目,双桥铁路社区、定西南里社区、定西北里社区和双惠苑社区也相继开展了此次活动,共150余名地区居民热情参与。 供稿/定西南里社区 孙玥

三间房双惠苑社区举办第一届歌唱大赛

放声歌唱 比出小区歌王

5月23日,北京市朝阳区三间房双惠苑社区在地区文化活动服务中心举行了“放声歌唱·畅享生活”第一届歌唱大赛,近50名居民参与,共同感受音乐的魅力。

三间房地区舞蹈队队长孟老师等人担任了此次大赛评委。五彩霓虹灯将小礼堂营造出浪漫气氛,现场回荡着优美的音乐,经过前期选拔进入决赛的10位

选手依次上台展示。一曲《醉乡》将现场观众思绪带入到歌词的情景中,歌曲《我用歌声拥抱祖国》委婉动听的歌声让大家听得如痴如醉,赢得在场观众一片掌声。随着现场气氛渐入佳境,表演者身着亮丽服装,为大家相继带来《捧上这颗心》《不白活一回》《爱你就让你快乐》等经典曲目……经过紧张激烈的角逐,前3

名选手依次诞生。本次大赛在欢歌笑语声中圆满结束,居民们纷纷表示,活动多姿多彩,意犹未尽。

据悉,此次活动旨在丰富辖区广大居民业余文化生活,提高居民生活品质,使大家以更健康的心态积极参与到社区各项活动中,推进和谐文明社区建设。

供稿/双惠苑社区 王跃辉



5月22日上午,北京市朝阳区三间房聚福苑社区邀请东方普华职业技能培训学校萧老师为40余名居民上了一堂生动有趣的“服饰服装搭配”知识讲座。

课堂上,为了让大家更直观地了解服饰搭配技巧,萧老师利用PPT的方式为居民们讲解色彩在服装中的应用,并重点展示了日常服装搭配中的穿搭技巧及色彩搭配。“我这件上衣,搭配什么颜色裤子最好呢?”“黑色的!”大家都听得津津有味,并不时围绕老师所讲内容展开热烈的讨论。综合居民们最关心的问题,萧老师集中回答了“选择什么颜色和款式的衣服最百搭”“怎么穿才显得苗条”等问题。

互动环节中,萧老师将服装色彩搭配和穿搭技巧应用到实际中,邀请居民上台为大家做演示,她还拿出一条丝巾,手把手教大家丝巾的搭配方法与多种系法。“感觉自己瞬间年轻了10岁!”戴上丝巾的一位阿姨瞬间化身“摩登女郎”,开心得合不拢嘴。

“感谢社区给我们搭建了这么好的平台,让大家有机会接触到更多与美有关的知识,今后我会学以致用,让自己变得更时尚,也让家庭变得更和谐幸福。”一位居民微笑着说。活动在轻松愉快的气氛中接近尾声,受到了大家的一致好评。此次活动的开展促进了社区邻里间的和睦,为构建和谐文明社区奠定了基础。

供稿/聚福苑社区 李欣羽

职校老师受邀为居民授课 学穿衣搭配 大家变得美美哒

走进企业义诊 让“视界”更精彩

随着现代工作方式的转变,越来越多的企业员工长期伏案工作,面对电脑、敲击键盘,由于久视屏幕,易使眼睛疲劳、视力下降。为更好地关爱职工身心健康,三间房地区总工会联合辖区企业睦邻爱尔眼科,深入企业为职工开展“让视界更精彩”眼部健康筛查公益服务及用眼健康知识宣传活动。此举得到了五十余名职工的热切欢迎。

此次检查活动由来自爱尔眼科的一个医疗团队共4名专业人员组成,首场检查地点设在中传国际会议交流中心会议室,为长期从事传媒工作的职工开展视力检查。项目包括:裸眼视力、眼压、眼底检



查等项目。医务人员工作态度严谨、服务周到,在检查中特意提示职工眼压测试时仪器会发出空气喷射的感觉,让受检者不必紧张。通过一系列的系统检查后,广大员工充分了解了自身眼部健康状况,掌握

了日常工作生活中用眼保护和用眼卫生的方法,并根据个人视力情况给出配镜参考数值。爱尔眼科还为受检职工建立了眼科电子健康档案,通过扫描二维码的方式,方便员工对眼部健康状况随时进行跟踪了解。

关爱职工,送健康进企业视力筛查义诊活动,既是地区总工会服务职工的内容之一,也是关注地区企业职工健康、提高职工用眼常识的具体举措,让广大基层一线职工真切感受到地区总工会的关爱,把“健康”送到职工的心里,擦亮工会服务职工的品牌。

供稿/三间房地区总工会 王屹

活动预告

1. 聚福苑社区:

6月13日端午节包粽子活动

2. 定西南里社区:

6月6日党员外出参观

6月7日社区党校开班仪式

6月12日失业灵活就业相关政策讲座

6月14日高血压并发症相关知识讲座

6月14日志愿者端午节活动

6月15日“情暖空巢”端午节慰问活动

3. 福怡苑社区:

6月5日健康讲座

6月9日党员上党课

6月12日端午节包粽子活动

4. 定北里社区:

6月13日端午节包粽子活动

6月15日红飘带榜样人物表彰演出

5. 双柳社区:

6月15日上午8:30 双柳社区办公区前 端午节包粽子比赛

6. 定南里社区:

6月8日党员外出参观学习

7. 泰福苑社区:

6月6日时装队培训

6月12日心理健康知识讲座

6月13日端午节包粽子活动

6月14日志愿者骨干队伍培训会

8. 双惠苑社区:

6月5日 社区志愿者外出参观学习

6月14日 双惠小广场 共庆端午活动

9. 绿洲家园社区:

6月12日木刻版画,油画美术培训活动

10. 三南里社区:

6月14日上午居民端午节活动,下午非公党建端午节活动

11. 艺水芳园社区:

6月7日“我的健康我做主”居民健康讲座

6月12日 居民面点制作

6月15日“包粽子”比赛