

我们,每周四与您见面!

立足社区 品评身边事
面向居民 服务咱家人

双井 13 社区网址 <http://www.shuangjing13.com/>

今日双井

SHUANGJINGTODAY

2022年3月24日

星期四 二月廿二

第 555 期

本期 8 版

邮箱: jrsjyx@126.com 电话: 87759538



你坚定战疫的样子,真美!

“疫”起奋战

点赞双井“守门人”



最近,因疫情防控需要,“您核酸了吗”代替“您吃了吗”一时成为北京坊间流行的问候语。连日来,双井街道按照朝阳区疫情防控工作要求,做好富力城小区管控区的保障工作,并为辖区人群提供应检尽检的核酸检测、疫苗接种服务。

富力西临时管控区内,工作人员电话 24 小时在线,随时回答居民各种疑问;及时了解居民需求,为居家隔离的居民提供生活保障服务。“我在集中隔离点,多亏了工作人员帮忙照顾我家的猫!”

疫苗接种点内,和平村接种点面向 60 岁以上老人重新开放,现在接种还能到居委会领取米面油等礼品。

核酸检测工作现场,社区工作者通过电话、微信、入户等方式,通知居民分时段进行检测提高核酸检测效率。虽然天气寒冷,但核酸检测点工作

人员依然坚守岗位。“张开嘴,别紧张,马上就好了。”医护人员耐心地为小朋友做核酸检测。“面对小朋友,我们更要耐心,安抚他们不安的情绪。”透明的防护罩下,是一双双坚毅的眼神。白色的防护服里,包裹着一颗颗滚烫的心,感恩有他们守护在身边。“用不了十分钟就排上了,这效率真高,多亏你们安排得好!”“十分感谢你们的辛勤工作,做完检测我们心里就踏实了!”疫情就是命令,防控就是责任,双井街道将继续当好疫情防控“守门员”,与辖区居民一起筑牢严密防线。齐心协力、众志成城,你坚定战疫的样子,真美!

温馨提示:

在日常生活中,要保持科学正确佩戴口罩、勤洗手、常通风、少聚集、一米线、用公筷等良好卫生习惯,做自己健康的第一责任人。



双井和平村接种点面向 60 岁以上老人重新开放

开设专场 接种有礼 老年人服务再升级

【核酸检测】

直击现场 扎实推进检测进程

为落实疫情防控政策，双井街道于3月20日、21日两天为辖区居民提供“应检尽检”核酸检测服务。

此次检测设置垂杨柳拆迁区、百子湾公园等多个点位，为加快检测进程，每个点位划分多个区域和小组同时进行。工作人员坚守岗位，组织居民有序排队、测温扫码、录入信息，全力配合医护人员

采样，大家用自己的付出，勾勒出双井战疫风景线。

“自己家门口的事，我们一定要出把力！”在检测现场，也少不了双井志愿者们的身影。在得知街道开展核酸检测之后，大家第一时间报名，希望能够尽绵薄之力，协助街道快速完成核酸检测工作，共同打赢这场战役。

坚守“疫”线 志愿者助力核酸检测

“免费核酸，应检尽检。”九龙南社区核酸检测点现场，可以看到三个检测通道。九龙南社区党委书记李博带领多名社区工作者投入服务工作。

“大家别着急，保持一米间距，准备好身份证。”除了社区工作者们来回奔走的身影外，还能看到这样一群人：他们头戴小红帽、臂戴红袖标，他们是来自辖区内的志愿者。张炳生是一名辖区内商户的工作人员，当他得知社区居委会正在招募社区核酸检测志愿者时，他积极踊跃报了名。

核酸检测点位 13:

00 开始，张炳生 12:40 便到达工作岗位提前熟悉了解工作内容和流程。在核酸检测过程中，他主要负责提醒参与核酸检测的居民们扫码登记。“我发现很多老年人使用手机不太熟练，就手把手帮助他们扫码填报个人信息，这样既能帮助老人，也能加快核酸检测的速度。”张炳生说道。

据了解，张炳生是一名退伍军人，在 2008 年参加了北京奥运会安保志愿工作。他表示，从事志愿服务让他内心获得很大的满足感，在日后他会参与更多志愿活动，投身到社区建设服务中。



老人可到和平村接种点进行疫苗接种



居民积极进行疫苗接种



志愿者助力核酸检测工作

【疫苗接种】

开设 60 岁以上老人第一针专场 一日接种近百人

“医生您帮我看看，我血压是不是偏高，可以接种吗？”3月23日，双井街道为方便地区老年人，在和平村一社区开设 60 岁以上老年人第一针新冠疫苗接种专场，老人凭身份证到现场排队即可接种，一天的时间已接种近 100 人。“我们辖区内老年人比重较大，部分老年人在使用智能小程序预约接种时，存在困难。因此我们专门增设了老年人专场，方便大家接种。”街道工作人员说道。

据了解，老人仅需要携带身份证原件在和平村一社区进行登记，由现场专业的医生对大家的健康状况进行评估后，方可进行疫苗接种。“老年人大多有高血压、糖尿病等基础病，我们需要对他们的健康状况进行评估。”现场工作人员说道。医生会仔细询问老人是否有不能接种疫苗的情况、日常用药种类，并根据情况为居民进行血压测量。如果无法判断是否

符合接种条件，医生将建议居民前往医院做相应的检查，再判断是否可以接种新冠疫苗。

“我今年 85 岁了，住在双花园社区起重小区，今天在小区群里面看见社工发通知说有老年人的专场我就来接种疫苗了。”双花园社区居民赵兰君说道。她虽然有高血压、糖尿病等基础病，但是一直用药物控制的很平稳。这次疫情遍布全国多个地区，自己的孙子经常出差，接触的人员比较多，所以她决定来接种疫苗。从排队到接种完成，全程用时不到 10 分钟。“这个疫苗点很方便，我接种完也没有什么不舒服的，接种完就放心了。”赵兰君说道。

工作人员提示，近期全国疫情多点散发，并且确诊多为老人、孩子，为了守护您及家人的健康，请尽快接种疫苗共建防疫长城。接种后，您可以凭接种凭证前往社区领取礼品一份。

相关链接

疫苗接种点位

- 合生汇疫苗接种点
地址：朝阳区西大望路 21 号合生汇
工作时间：以“声智健康”小程序为准
- 和平村 60 岁以上老人疫苗接种点
地址：广和路西里 57 号院 5 号楼一层
工作时间：9:00—11:30; 13:30—16:00
接种有精美礼品赠送

便民核酸检测点位

- 合生汇核酸采样点
地址：朝阳区西大望路 21 号合生汇
工作时间：09:00—11:30 13:00—20:00
- 富力广场核酸采样点
地址：朝阳区东三环中路 65 号富力广场楼后
工作时间：09:00—11:30 13:00—17:30
- 后现代城核酸采样点
地址：百子湾路 16 号、百子园 18 号楼东南角
工作时间：9:00—18:00
- 谱尼医学双井家乐福便民采样点
地址：朝阳区广渠路 31 号家乐福一层停车场西南角
工作时间：9:00—12:00; 13:00—18:00



工作人员展示二维码给居民登记



工作人员为场地进行消杀工作

双井街道发挥“吹哨报到”机制优势 接诉即办为民办实事

社区吹哨各方报到 道路通畅心里敞亮

积极协调各方力量 解决水管爆裂问题

3月3日中午,5号楼居民张老师向社区居干反映位于广渠门外大街6号院的一处自来水管外管线漏水严重,自来水公司曾有维修人员来检查过,由于产权不属于自来水公司,导致漏水管线未维修,浪费水资源的同时,也影响了附近居民的正常用水。

经社区核实得知该处管道位于大水表后,广渠门外大街6号院5号楼、甲7号楼和保安公司小水表前,属三个楼的公共区域,社区立刻发挥“吹哨报到”工作机制优势。

社区第一时间向自来水公司吹哨,由自来水公司协调查表员、抢修员等各方力量到现场进行复核;向街道部室吹哨,科室工作人员到现场协调各方资源;向社会单位、物业公司吹哨,各单位负责人到现场共议解决方案。“不能因为权属不明就耽误居民用水。”工作人员表示,尽管经自来水公司核实此位置不

归其管辖范围,但鉴于保护国家水资源和居民群众无小事的前提,社区发挥“吹哨报到”工作机制优势,紧急召开协调会,联系办事处应急队,先对破裂的管道进行更换。居民恢复正常使用后再由三家协商费用问题,真正做到为群众办实事,让群众放心、安心和舒心。

4日中午,锈蚀严重的外管线被替换下来,漏水问题得以解决,并恢复了供水,降低了给居民带来的不便。

由于外管线产权不明,在城市管理办公室的积极协调下,3家产权单位最终达成共识,维修费用按面积进行分摊。事件处理及时避免了自来水的浪费和对周边居民出行的影响,附近居民纷纷点赞。“给社区打电话很快就给我们解决了,特别负责!”



▲施工维修中



▲施工维修后恢复正常使用

缓解交通拥堵 解决百姓出行问题



“您好,我是广渠门外大街6号院的居民,我们这边出行不便,能不能帮忙解决一下。”广渠门外大街6号院的居民纷纷拨打12345居民诉求热线,他们迫切的希望政府能给他们解决出行难的问题,双井街道平安建设办公室的工作人员及时响应,第一时间到现场实地了解居民出行难的问题。

现场可以看见,6号院的居民小区出入口与优士阁商业区仅相隔一条马路,由于道路狭窄,再加上周边乱停车现象频发,导致6号院居民驾车出行的时候经常由于乱停车堵路,使他们无法顺利出行,小区居民苦不堪言,希望政府出面对道路进行治理,解决出行难。

双井街道市民诉求处置中心与平安建设办公室交通负责人、广外南

社区同道路维修应急队联合到现场解决问题。工作人员一方面安抚情绪激动的居民诉求人,一方面就道路实际问题,具体问题具体分析。

由于道路属于未上划道路,交通执法队无法在未上划道路执法,街道工作人员联系路边乱停车机动车驾驶员,劝其把机动车停放到正规停车场,之后将本不太宽的马路用隔离护栏分割,一部分作为非机动车及行人通行,另一部分为机动车道。同时安排交通协管员在早晚高峰时段对道路进行巡查,对于乱停放机动车张贴禁止机动车乱停放告知单,防止在道路治理后乱象死灰复燃,保障居民的安全出行。

居民走出小区到治理道路上,看着眼前畅通无阻的道路,不禁感叹,路通了,心里面都痛快了!

医院“适老化”改造 破解老年群体 “出行难”

上楼有困难、打车不方便……随着城市建设和社会发展,老年人、残障人士等特殊群体的社会生活问题也日益凸显,双井街道一直以来致力于对特殊群体的工作,自2019年全面推进无障碍环境建设始,小区无障碍扶手、公园无障碍通道、医院安全升降设备等一系列助老助残设施落成,尤其辖区三家大型商超、一家三甲医院垂杨柳医院、两个社区卫生服务中心,还张贴了无障碍标识,方便了辖区内特殊群体出行。

垂西社区的居民陈女士因为左腿膝关节置换,右腿坐骨神经疼痛,出行存在一定的麻烦,走不了多久就得在公共座椅休息一会。儿女教会她手机打车后,她扶着小区楼道的无障碍扶手慢慢下楼,到达社区卫生服务中心后,医护人员见状便远远推过轮椅将陈女士通过无障碍坡道送进大厅,询问过陈女士想要去的科室后,医护人员打开扶梯侧的无障碍升降椅,扶陈女士坐好并系上安全带,随后升降椅缓缓抬升将她送到了二层。“这一系列设施给我的出行真是带来很大方便,这个升降椅虽然慢点,但是很稳,点赞!”

据了解,双井社区卫生服务中心每天接待大约500名患者,其中80%都是老年群体。“考虑到前来就诊的老年人较多,为使用手机不方便的老人设置了人工咨询登记台,并为腿脚不便的老人准备了免费轮椅,设置安装无障碍通道和无障碍升降椅。希望他们在就医过程中带来便利。”双井卫生服务中心主任崔宏亮说道。



“码”上体验无障碍

指挥部

启动疫情防控应急处置预案
组建现场指挥部



3月12日,受疫情影响,双井街道富力西社区分区分管。双井街道立即启动应急预案,街道主要领导第一时间组织召开调度会,对富力城D区实行封闭管控,立即组织开展第一轮核酸检测工作,组建现场指挥部,组建15个专班,全力做好后勤保障、就医保障、物业维修、物资采购、群众工作、垃圾消纳和环境消杀工作,全力做好服务保障工作。

现场指挥部统筹各方面力量,各社区、各小区积极响应、主动担当,全力支持保障核酸检测工作。同时,围绕富力城D区疫情防控工作整体

核酸检测

统筹多方力量
开展多轮核酸检测



根据相关疫情防控要求,双井积极组织同小区居民开展核酸检测。街道工委高度重视,高位调度、高效落实,统筹部署,深入防控一线,现场指导工作落实。

核酸检测前,街道安排人员设计调查问卷,通过二维码形式提前收集核酸检测人员情况信息,利用数字化手段掌握实时检测数量,同步掌握核酸检测底数。

工作人员提前演练、核实细节,制定应急预案,对接楼管统筹好居民检测时间,确保现场不扎堆、不聚集,力争减少居民等待时间。根据不同区域防疫要求,工作人员针对不同楼宇居民设置不

要求;机关干部下沉一线全面参与防疫保障,从各社区抽调具有参与丰台、安贞等防疫和群众工作经验的社工共80人,物业人员143人,以及警力安保、医护等力量150余人次,全面参与富力城D区防疫工作,提供了坚实的人员保障。

当天,富力城组织开展第一轮核酸检测工作。工作人员一边通过微信群、大喇叭等通知居民,一边挨家挨户通知大家,同时在入户过程中,工作人员也逐步了解到居民们的需求。“您放心,我们的电话是24小时都能接通的,有问题尽管与我们联系。”

同核酸检测点位,提前规划核酸检测动线。社工通过电话、微信、大喇叭、入户等多种方式通知居民应检尽检。

前线指挥部统筹各方面力量,各社区、各小区主动响应、全力支持保障核酸检测工作。工委合理选配经验丰富和年富力强的机关干部、社区工作者、物业工作人员、保安等进入防范区,管控区参与核酸检测服务保障,确保工作有序开展。第三轮核酸检测时,恰逢北京春雪,工作人员在雪中指引居民有序完成检测,并设置老弱病残快速通道。

截止发稿前,富力城D区内居民已完成三轮核酸检测。

双井街道全力做好管控区保障工作
守护咱家园 同心战疫我们在一起

3月13日,受疫情影响,富力西社区分区分管。双井街道迅速反应,成立现场指挥部,抽调机关干部、社区工作者前往支援,组织核酸检测,为居民提供物资保障……在这期间,工作人员的电话24小时在线,我们用行动守护富力西。



物资保障

设置固定快递、外卖领取处

为了保障居民生活不受影响,社区及物业在小区门口设立快递、外卖领取处。由专职人员领取、消杀后放到指定位置,居民在指定位置领取,避免不必要的交叉感染。

提供上门“管家式服务”



富力城D区19号楼的居民居家隔离,所有物资、核酸检测、生活垃圾收取等都由专门的社区、物业工作人员及医护人员上门服务。

为全面做好居民日常生活服务保障,双井街道组建由社工刘杨、陈建

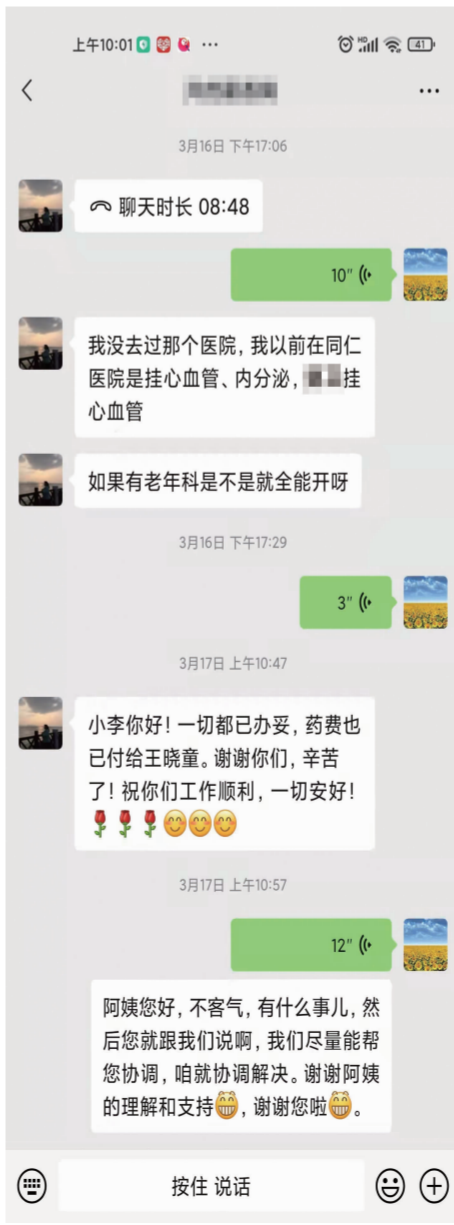
医疗保障

设置医疗服务组 及时解决居民就医问题

在疫情管控期间,为方便富力城D区居民就医、用药,社区卫生服务中心的医师陈鸣驻扎富力西社区,与社工李莹、党群办工作人员王晓童组建3人工作小组,全天候为D区居民提供医疗咨询、就医转运等协调服务工作。

据悉,为了能够及时、全面地了解居民需求,医疗服务组与楼管、保安分别组建了多个微信群,包括外出就医采集群、外出就医协调群、外出就医转运群。楼管会在采集群中发布居民就医需求信息,医疗服务组再与居民取得联系,并在协调群中商讨解决办法。对于有病症的居民,陈鸣医师也会在第一时间入户诊疗。如有缺少药品的居民,工作人员会帮忙到双井卫生服务中心取、买药。如有必须要外出就医的居民,工作人员也会根据情况联系对接儿研所医院、垂杨柳医院、妇产医院等进行转运。

“您好,我是富力城D区的居民,手术之后在家需要买药,孩子不在家没有人帮我……”小区临时管控后,工作人员经常接到居民求助的电话。接到居民谢女士的电话后,工作人员立刻联系社区



电话解答

社工秒变“哪吒”
24小时回复询问



“我‘健康宝’弹窗了,怎么才能解除?”从3月12日以来,富力西社区的电话一直响彻办公室,每一位工作人员都希望有“三头六臂”,可以同时接起更多的居民电话。

“从3月12日我们社区出现确诊病例以来,每天有大量的居民打电话来询问相关核酸检测、‘健康宝’弹窗等问题。”富力西社区工作人员说道。据了解,根据相关调要求,凡是3月7日以后进入富力城小区D区人员,均会出现“健康宝”弹窗,并要配合社区完成相关的防疫检查。社区工作人员每天要电话询问居民行程,回复居民的疑问,解决居民需求。与此同时,社区为了让居民快速了解最新的防疫政策,社工还会在居民群内回复居民疑问。

同心战疫

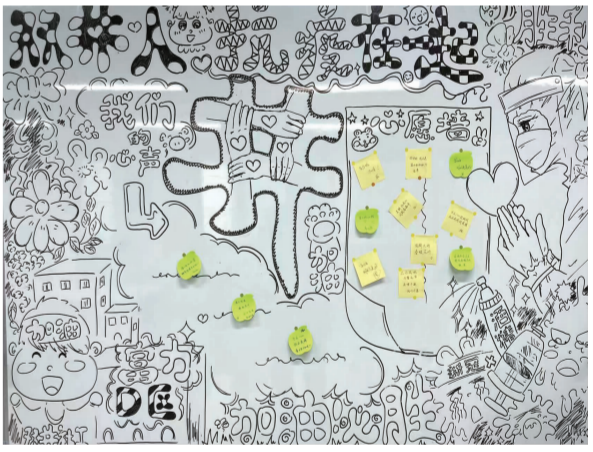
天寒难抵热心
双井人的冰雪抗疫历程

3月18日,北京迎来了一场倒春寒,飘起漫天白雪,双井富力西社区也变成了一片洁白的世界。但是在这天,按照疫情防控政策要求,在管控区和防范区照常开展核酸检测工作,在两个区域各自设置一个核酸检测点位,并开设多条通道,以保持雪天检测效率。居民们纷纷撑伞前来配合进行检测。

即使天气恶劣,工作人员依旧坚守在一线,“大家保持一米间距,慢点走路,小心地滑。”前来参与志愿工作的焦阳一面维持现场秩序,一面提醒居民注意安全,而他的身上已经满是积雪。“我填写的信息怎么提交不上呀?”前来检测的居民求助道。现场工作人员李禄上前耐心询问并帮助居民重新输入提交并顺利完成检测。“这样的居民还有很多,尤其是一些

老人,使用手机不方便,我们都要帮助他们完成登记。”李禄说道。“您好,我们是街道办事处工作人员,现在到您家做个拜访,给您送一些防疫消杀用品,这些日子辛苦大家了,我们团结一心一定能赢得抗疫胜利!”在当天,双井街道还为管控区的居民准备了双井爱心服务包分给居民。当天一早疫情防控领导小组积极迅速行动,街道工委副书记郭孟、办事处副主任丹红统筹准备并为爱心服务包分装防疫物品。工作人员将物资运送到指定位置,由管控区工作小组消杀后上门分发。居民纷纷表示理解和赞许。“大雪的寒冷也浇不灭我们的热情,我相信大家齐心协力一定能战胜这场‘倒春寒’。富力西加油!双井加油!”现场工作人员说道。

社工画下暖心画
为抗疫的双井人送祝福



“这边画的是医护人员,那边是画了社工和爱心……”3月16日,光环社区工作人员宋喆来到富力西社区支援,业余时间她发挥所长在社区中摆放的白板上画了一幅以“双井人抗疫在一起”为主题的暖心画。为正在抗疫的双井人加油打气。

据宋喆介绍,当听到富力西社区出现疫情时,她心情十分复杂。为了能够贡献自己的一份力量,她先于13日到富力西社区进行支援,承担入户通知居民做核酸检测等工作。由于自己在大学时学习的是油画专业,有一定的美术功底,16日在同事的鼓励下,她又趁着午休时间来到社区画下了一幅暖心画。

该画的最上面是“双井人抗疫在一起”的艺术字,左下角画了社工和D区的楼房,右边画了医护人员,中间是由四只手臂组成的“井”字,另外还在四周添加了花朵、蝴蝶结、针管等多种元素。同时,她还专门预留出一块“心愿墙”的位置,社区工作人员可以在上面写上自己想说的话。

“我是用白板笔画的,大概画了一个多小时画完,希望给大家提供一些能量。”宋喆说道。“富力城加油!”“众志成城力量无穷,疫情不退我们不退!”……看到画之后,富力西社区的工作人员特别开心,也纷纷写下了自己的心愿。

此外,受到这幅画的启发,双井街道也根据这幅画制作了一封爱心卡片,为管控区的居民挨家挨户送上了暖心祝福。



双井街道全力开展抗疫工作

社工变“大白” 居民摄影师镜头 记录抗疫日记

他们不是超人,但却拥有超人般的非凡能力,在您需要时,飞奔到您身边。他们,是社工,是医护人员,是物业工作人员,更是疫情中的逆行,他们就是人们口中的“大白”,今天让我们一起走近双井“大白”,了解他们的故事。

■文/李竺霖

【防疫专组日记】

紧急成立专组 入驻封控区域

为了保障重点区域居民的正常生活,双井街道紧急成立工作小组,抽调四名社工入驻富力城D区社区老年服务中心三层,每天根据

当日工作需求,为相关居民提供送快递、收垃圾、安装门磁等日常工作。除此之外,他们还将根据每日疫情防控要求,进行人员转运、协助医

护人员上门进行核酸检测等工作。

为了更好的给居民提供服务,富力城小区物业也派出九名工作人员,与社区工作人员共同服

务相关居民。

工作组人员入驻富力西社区已经10余天,下面就请大家跟随本报记者一起来看看他们的防疫日记。

【居民日记】

人物名片

富力D区居民
浦先生
公众号名片:
家住富力城



众人变身共抗疫 值得我们鼓励表扬

我是2021年初从国外回来的。在国外,我每天都很恐慌,为了安全每天要进行手部消毒数十次,买回来的菜我都要在水龙头下冲洗40余分钟,长期的这种生活让我的心理受到了一定的影响。回国后,国内严格的防疫要求让我感到很安全。

这一次的疫情,是离我们最近的一次了。但是,社区及物业的工作人员迅速在封闭小区的同时迅速在

小区门口设立了外卖、快递架,方便居民领取。同时,社工及物业工作人员迅速在小区的各个群内发布通知,让大家了解小区管控的相关信息。

我利用物业、居民以及我自己拍摄的一些素材制作了两个小视频,并发布在我的视频号“家住富力城”上,就是为了让大家更好的了解小区的情况、理解社区、物业工作人员的工作内容。

镜头战疫

穿着防护服挨家挨户发放出门证的社区志愿者,还有给封控区、管控区、防范区运送生活物资、传快递、送药的物业工作人员。他们每一位都

是英雄,在疫情到来的时候不畏辛苦,坚持为每位业主去服务,他们也是爸爸,是妈妈,是儿子、是女儿,需要为他们的付出给予肯定和表彰。

防疫小组名片

组员:陈建国 刘杨
杨海颖 赵乐
身份:社区工作人员

Part1

3月12日晚8点左右,我们带着行李在社区集合后,入住了位于封控楼西侧200米左右的社区老年服务中心3层,这里原本是一个幼儿园,现在已经废弃,作为我们的宿舍使用。当晚,10点左右我们对封控楼居民安装门磁,并进行手机绑定。截止13日凌晨3点左右,我们才完成全楼74户居民全部门磁的安装、绑定工作。

Part2

3月13日,大家对封控楼宇进行了入户走访,了解居民家中人员数量及基本情况,并进行详细登记,如家中具体人数、核酸检测情况等。

同时,我们还对居民家中的垃圾进行收集、清理,并询问居民是否有特殊需求,如邮寄快递、购药等。大家身着防护服从顶层逐一敲门,衣服早已被汗水浸湿。

Part3

3月15日凌晨,工作人员接到通知,要求对相关居民转运,进行集中医学观察。

在与居民沟通过程中,部分居民反映家中饲养宠物,无法前去。工作组成员随即表示,自己有饲养动物的经验,可以帮助居民照顾。随后,工作人员将居民的狗接入宿舍共同生活,并且每天前往居民家中喂养猫。

Part4

双井街道为了更好的保障封控楼宇居民的生活,还为居民们送上了“爱心包”,里面有各类食品,消毒用品等,四名工作人员逐一入户为居民发放。除此之外,他们还要协助管控区居民开展核酸检测,对转运走的居民家中的门磁进行解绑、消杀等。在他们的努力下,封控区居民保持着平安、稳定的生活。



她自小动手能力就比较强，送给妈妈的第一份生日礼物——十字绣靠枕，是她做的第一件手工作品，自此她对于手工的喜爱便一发不可收拾。一有闲暇时间她便会做一些手工，现在已经做出了多种手工作品，这让她感到特别开心。今天，让我们一起听听她的故事吧。 ■文/孙晨阳

创意手工获喜爱 奇思妙想 装点美好生活



【人物名片】

白翎
年龄:35岁
社区:垂东



>>> 绣制靠枕作礼物 带动母亲同做手工

白翎自小动手能力就比较强，小学时绣制的十字绣靠枕既是她送给妈妈的第一份生日礼物，也是她做的第一个手工作品，自此她便对手工产生了浓厚的兴趣。

“我从小就经常做家务，有时衣服、袜子等坏了也自己缝，或许动手比较多使得动手能力就比较强。”刚开始缝衣服时，她并没有和其他人学习过针线使用方法，都是自己琢磨。缝的多了技术也就越来越好，也为她后来做十字绣提供了一定基

础。小学时，为了给妈妈送上一份生日礼物，她买来了十字绣的材料，自己为妈妈绣制了一个靠枕。“那时候上学也没有太多零花钱，我就买了相对便宜点的十字绣，而且我觉得自己做的礼物是最有心意的。”

这是白翎第一次接触十字绣，材料只有一块白布，没有任何教程也没有人教。于是毫无经验的她开始自己设计要绣的图案、字样等，再琢磨针法和绣法，绣制过程中再不断修改，最终

完成了这份独一无二的礼物。据她回忆，生日当天她拿出靠枕时，妈妈特别开心，之后也一直十分珍惜这个靠枕。直到去年靠枕上面的绣线实在磨损得太严重，妈妈才不得不把靠枕扔掉。

受到白翎的影响，妈妈也喜欢上了十字绣，她便教给了妈妈绣制方法和技巧。“我妈学得挺快的，她做的最大的一幅十字绣长度得有一米多，我印象最深的就是那幅《猛虎下山》。”现在家里面的墙上挂的几幅十字绣

作品，也都是由妈妈完成的。

另外白翎也慢慢学会了制作更多手工，一有闲暇时间她便会制作一些小物件，包括沙包、毽子、坐垫等。而且随着时代发展，现在制作手工也变得更加方便了，买回来的材料包里都会有纸质教程，可以对照着一起制作，自己也可以在网上搜索教学视频。每当看到喜欢的或者有趣的手工作品教学视频，她也会收藏起来等到有时间再学习制作。

>>> 培养孩子动手能力 积极参加生肖设计大赛

在白翎怀孕时，她自己给孩子手工缝制了小帽子、小鞋、小枕头和小摇铃。“我都是买了布料和棉花自己做的，我觉得无论对我还是孩子这都是很有纪念意义的。”2019年孩子出生后，她的手工作品都是给孩子或者陪伴孩子一起制作的。“男孩子会比较好动，我就想带着他一起做手工培养动手动脑能力以及专注力习惯。”白翎说道。此前，她专门用布料给孩子手工制作了几页立体早教布书，她还会抽出一定时间陪



伴孩子一起制作灯笼、去儿童乐园做贺卡、拼乐高、种植多肉盆栽等等。在她的培养下，孩子现在十分有想象力，动手能力也较强，经常会自己用磁力贴、积木等拼贴各种图案。

除此之外，白翎

也经常积极参加社区活动，尤其是手工类活动，并且报名了今年1月份举行的生肖设计大赛。据她介绍，她是在2021年12月底了解到双井街道要举办生肖设计大赛的消息，在朋友的鼓励下，她决定制作一个布老虎参与活动。为了环保，整个布老虎都是使用废旧布料制作完成。首先把布料用3m胶粘在一起，做出老虎的身体和头的形状，然后在头顶预留一个小洞，往里面填充棉花。最后再按照自己的想法，粘上老

虎的眼睛、耳朵、胡子。“别看老虎是粘起来的但真不比缝起来好做，因为布是软的，粘的时候很容易会出现褶皱。”白翎表示，和其他优秀的作品比较，自己还需要努力。

“其实我是一个急性子的人，做手工首先是在业余时间做些事情，其次也是想磨炼自己的耐心。”通过做手工，现在白翎的确变得更加有耐心了，而且看到自己制作的东西也会特别有成就感，从中获益良多，以后有时间还会再做更多手工。

达人说画

中国山水画学习 第十六课： 泉水烟云的画法(上)

中国山水画源远流长，是传统绘画的一个重要组成部分，如果闲暇时间各位居民在家不知道要做什么，那么不如一起来学习山水画吧。之前为大家介绍了山石的画法，本次为大家介绍泉水烟云的画法。

大自然中因为有山才使万物充满生机，水是山水中最灵秀的自然物象。宋朝时的著名画家、理论家郭熙在他的《林泉高致》一文中说：“山以水为血脉，以草木为毛发，以烟云为

神彩，故山得水而活，得草木而华，得烟云而秀媚。”他还说：“山欲高，尽出之则不高，烟霞锁其腰则高矣；水欲远，尽出之，则不远，掩映断其脉，则远矣……”这些都说明了泉水烟云在山水画中的重要性。

自然界水的变化是受山势、地形、气候的影响而变化的，在不同的条件下会造成水的不同形态。水的画法主要分6种：勾水法、衬水法、派水法、波涛、浪涛、皴水法。本节我们先讲讲勾水法。

勾水法是用淡墨中锋富有弹性的流畅线条勾写水纹、水波，主要分为虎爪纹、网状纹、江水纹、鱼鳞纹4种波纹。



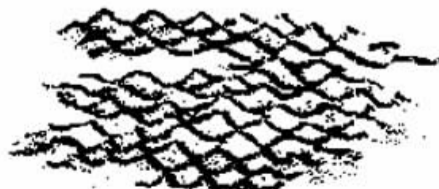
虎爪纹：多用于表现大海中的风浪，展现水势的波澜起伏，浪花飞溅。画时心中要有一个汹涌澎湃、浪花翻卷的大海意念，落笔应大胆泼辣、自然迅速、一气呵成，切忌呆板无力。



网状纹：多用于表现微风吹过的湖面，这种用网纹画法画出的水、轻盈平静，有微风拂水之感。在勾画时应注意轻松流畅，要有连续性，网纹不要忽大忽小，行笔宜缓慢平缓，线条一致。



江水纹：多用于画浩瀚的大江，特别是两峡之间的急流江水，激流勇进，浪涡旋转。在勾画时应心中要有数，把握好急流和漩涡的流向，用笔中锋，线条来去旋转、长短曲折变化多端。



鱼鳞纹：多用在画轻风吹起的水波，这种画法表现的水，烟波浩渺，起伏荡漾。勾画时注意整体关系，把握好每个小水波间的关系，不能松散不齐，要自然灵动，用笔一致。

■文/杨纯(和平村一社区)

■时光杂货铺

山河踏于足下 万里写入胸襟

既有戎马军人刚健气魄,又怀文人骚客剑指柔情。他17岁入伍磨练意志,后又以写作丰满羽翼。他把文字当成修身养性的珍宝、震凶撼敌的利剑。让我们了解他的故事。 ■文/何健聪



人物名片

姓名:蔡诗华
社区:九龙山



壹▶毅然从军 文字改变命运

蔡诗华1962年出生于湖北省广水市的一个农村家庭,1979年,他做出一个决定:参军入伍,这一年,他十七岁。当时,他被分配并服役于驻豫武汉军区54军。到部队以后,一件偶然的事情,改变了他的一生。

蔡诗华入伍第一年时在炊事班工作,在工作之余他偶然听到战友间聊天:一名

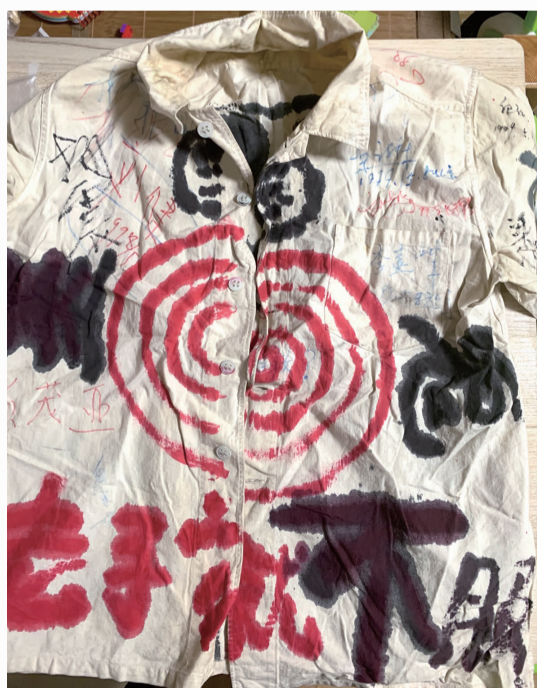
即将退伍的老兵捡到一百元钱及时上交并寻找失主,最终归还给失主。在他听到之后,他认为这是一件非常值得记录推广的“好人好事”,于是编写了他人人生中第一篇新闻报道:《退伍老兵邱平拾金不昧》并给军区各大报纸寄送稿件,最终被武汉军区《战斗报》刊登。这激起了他新闻写作的热

情。此后,蔡诗华开始培养锻炼自己的新闻敏感性和采编能力。他发现自己服役部队的驻地附近有一条公路经常发生车祸,车祸后他和战友经常去为运送牲畜的车辆寻找跑散的牲畜,他意识到虽然每次去提供帮助是热心助人,但还是应该从事情根源处想问题,于是他向当地交通局写了一封

建议信,描述了基本路况并提出简单整改建议。一段时间过后,蔡诗华关于路况整改的评论文章以及交通局具体的整改方案在《河南报》刊登。从此,他又一次感受到了文字的力量。1981年,他进入部队报道组,开始负责新闻报道工作,他写作寄送的稿件多次被《解放军报》及《前卫报》等刊登发表。

贰▶痛心疾首 600行长诗控诉恶行

平时从事的新闻采编工作,更加激起蔡诗华对写作的兴趣。1989年,他考入解放军艺术学院文学系,在平时他经常针砭时弊、有的放矢、触景生情、歌功颂德,写出很多脍炙人口、笔墨酣畅的作品。1999年5月8日凌晨,美军悍然轰炸我国驻南斯拉夫大使馆,当天晚上,蔡诗华和同学们在老师的组织下去看一场话剧。在看话剧时,他就隐约听到附近小剧场的同学谈到“爆炸”的事情,晚上十点多话剧散场后回到宿舍,楼道里的电视机便开始报道相关新闻。听到新闻后的蔡诗华及同学们心情悲愤不已,抱怨、哭泣、咒骂……各种声音交织在一起。“我要力斩妖魔鬼怪,我要振



印有抗议涂鸦和签名的衬衫

奋故国祥龙……”他涕泗横流、满心悲恸地写下600行长诗来控诉美军的罪恶行

径。写罢,蔡诗华脱下自己的白衬衫,在上面签字涂鸦,直抒胸臆控诉美军,同学们



笔锋倡科学 坚决铲除邪教毒瘤

为进一步抵制邪教的侵蚀,双井街道提倡遵守法律法规和社会公德、职业道德、家庭美德,讲科学、讲文明、树新风。积极倡导并举办各类健康文明

的文体活动。邪教具有反人类、反科学、反社会、反政府的邪恶本质,严重危害国家安全和社会稳定,我们要保持清醒头脑,反对邪教,崇尚科学。

