

开设朗诵班还能教快板,学员有老人也有孩子 这个社区有位“宝藏老人”

在武汉市青山区钢都花园街道绿景苑社区,只要提起张明洗,居民们都会不约而同地竖起大拇指:“他可是我们社区的‘宝藏老人’!”今年72岁的张明洗是一名退役军人,也是一名有着近50年党龄的老党员。退休近10年来,他始终以“不服老、不认输”的劲头投身志愿服务,成为居民交口称赞的“红色播火者”和“文化领路人”。

用家常话讲述大道理

作为社区“五老”宣讲团的重要成员,张明洗最擅长的,就是把党的创新理论转化为居民听得懂、记得住的“家常话”。每次准备党课前,他都会提前半小时赶到社区会议室,反复调试音响、梳理讲稿,哪怕同一主题已讲过数十遍,仍会结合最新政策热点、居民身边故事调整内容,生怕漏了一个细节。

“小朋友们,你们知道‘朱德的扁担’里藏着什么秘密吗?”每年寒暑假期间,绿景苑社区托管班都会迎来这位“特殊老师”——张明洗总会带着红色童谣、英雄故事和手绘素材,给孩子们上一堂生动的“红色启蒙课”,让红色基因在童趣中扎根。“张老师,我以后再也不抱怨作业多了,要像朱德爷爷一样不怕苦!”那一刻,张明洗知道,红色的种子已经在孩子心里扎了根。

线上线下共品诗意人生

“今夜星光灿烂,我仿佛看见革命老兵的身影……”注意气息,这里要带着对老兵的敬意,声音再柔和一点,语速放慢。”每



周三下午,绿景苑社区老年大学朗诵教室里,总能听到张明洗耐心的指导声。作为湖北省朗诵家协会会员,他2024年主动向社区请缨,在老年大学开设朗诵班,从最基础的“吐字归音”教起,帮退休老人们圆“文艺梦”。

“我以前说话都不敢大声,更别说朗诵了。张老师不嫌弃我们学得慢,一句一句教,现在我能完整朗诵一首诗了!”学员朱华龙阿姨原本性格内向,加入朗诵班后不仅爱上了表达,还成了社区文艺活动的“常客”。考虑到部分老人行动不便,张明洗又建起了“线上朗诵群”,每天早上准时分享朗诵素材、录制示范音频,鼓励大家在群里打卡交流。群里不只有“朗诵技巧”,他还会分享正能量新闻、党员先进事迹,让小小的微信群变成了传播温暖的“线上正能量阵地”。

多面手激活社区文化

“暑假到,天气好,安全第一要牢记!水

里玩,真热闹,防溺水,最重要!”在今年世界防溺水日,绿景苑社区长廊里,张明洗手持快板,带领孩子们打着节拍念起自创的顺口溜。清脆的板声、稚嫩的童声交织在一起,把“远离野池塘、遇险不慌张”的安全知识,变成了朗朗上口的“儿歌”。

除了教快板,张明洗还是社区的“金牌主持人”——社区春节、主题教育、节日庆典,总能看到他精神矍铄的身影。每次主持前,他都会提前和社区工作人员对接流程,把每个节目、每个环节的串词背得滚瓜烂熟;遇到居民紧张忘词,他会笑着递上话筒,用一句“咱们都是一家人,随便说”巧妙救场,让活动始终充满温馨氛围。

“有张老师在,我们的文艺活动就有了‘主心骨’!”绿景苑社区党委书记余锋说。从党课宣讲到文艺指导,从孩子到老人,张明洗用“一专多能”的付出,让社区文化生活越来越红火。

据《武汉晚报》

“一杯奶茶钱”迷惑了多少人?

年轻人爱用的攒钱方法学起来

“就是一杯奶茶钱。”在购物时,你有没有听过这样一句话?乍一听好像确实很划算,少喝一杯奶茶就能收获一件商品,很多人在这种话术之下,情不自禁地完成付款,甚至买下一些自己日常生活中不是很常用的物品。

比如下面这两位——

陈先生(36岁,汽车销售,家住万盛经开区)

我爸最近在直播间花了好多个“一包烟钱”,买回一大堆毫无用处的东西,比如船形香炉、小鹿摆件等。上周收到的是两只镀铜的小鹿,他说拿来摆在桌子上,好看。但因为鹿角过于尖锐,怕我2岁的儿子撞到,买回来就被我妈收起来了,一次也没摆出来过。

娜娜(30岁,研究生)

我前两年经常花“一杯奶茶钱”买了很多小玩意,比如包挂、玩偶、杯子等等。今年春节搬家的时候,把大多数都丢了,只留下了几个心爱的。现在想想,我真的是花出去好多钱。

这种低价诱惑往往会给人一种“买到就是赚到”的心理冲动,不管用不用得上先“赚到”再说,反而为了省钱花了更多的钱。如果买到的商品没有什么使用价值,一些人还会用“反正才几块钱”安慰自己。殊不知一件一件叠加起来,也是一笔不小的费用,最后月底一看账单才发现自己“抠抠搜搜”地花了很多钱。

消费者要注意,消费之前先思考清楚,

要购买的这件商品是否有用,可以应用在哪些具体的生活场景当中,就会避免一些不必要的消费。

年轻人爱用的攒钱方法了解下

花现金

每个月发了工资后,先根据以往的消费情况来设置当月的预算,然后按照预算金额取出相应的现金,取出的现金可以分类装进收纳袋里,花钱就记账。这种方法的秘诀就是尽量使用现金,让花钱有痛感,让每一笔钱的去向都清清楚楚。有媒体在社交平台上设置了投票来探寻年轻人对于“使用现金是否更容易攒下钱”的态度,结果显示,大多数人选择了“会,减少网购冲动消费”这一项。

很多网友也纷纷表示赞同,认为“现金攒钱”确实能省下钱。这种方法也得到了专家的认可:使用现金能够让年轻人更加直观地感受到自己的消费行为,作为一种有效的约束从而更加理性地规划自己的开支,帮助年轻人建立起健康的储蓄习惯。

攒金豆

“攒钱不如买金豆豆”“小小年纪就有了第一桶金”……在金价低时入手一颗小金豆放在专门的玻璃瓶里,“看着瓶里的金豆越来越多,就好像小时候在存钱罐里攒硬币一样,很有仪式感和满足感。”山西财经大学金融学院教授王琳分析:得益于投

资理财观念和知识在年轻一代群体中的普及,年轻人的金融素养提升,对黄金有了一定的认识和了解,他们看重黄金的保值属性和低风险属性,在追求时尚风潮的同时也注重投资性和理财性,因而产生了这一现象。

过家家

在某社交平台上流传的“电子怀孕攒钱法”,打开了年轻人攒钱的新思路。网友假设自己正在经历一场“电子怀孕”:假装自己有个孩子,每天把孩子的开销存起来,如果坚持得足够久就可以在未来攒下一笔巨款,还能用这笔钱给自己养老。这种虚拟版的过家家游戏成为年轻人们追捧的“无痛”攒钱大法,毕竟存钱并没有那么容易,“假装养宠物”“假装养老”“假装恋爱”……各种“假装游戏”的剧情代入,能让它稍微“无痛”一些。

控制总量

也有网友在尝试“总量控制法”,比如限定自己每天可以用的钱数,或者是准备两张储蓄卡,一张专门用来存钱,一张每个月收到工资后给消费卡打固定金额(比如2000元),这个月就只花这些钱,这种方法的关键就是尽量不要提前消费。年轻人攒钱的方法还有很多,例如养成自带习惯、“不买清单法”等,看上去似乎是年轻人在控制自己的物质需求,但其实这是一种充实自我、链接彼此的精神追求。

据《重庆晚报》



请您关注天气预报

全市天气:今天阴到多云,局部阵雨或雷雨,下午转多云到阴。明天多云到阴,下午转阴局部阵雨。今天最高气温:28℃,明天最高气温:30℃。今天最低气温:23℃,明天最低气温:24℃。舟山市区:今天东北风5~6级阵风7级,傍晚起5~6级。明天东北到东风5~6级。今天蓝天指数为:四级,有可能出现蓝天。今天紫外线指数为:二级,可以适当采取防护措施。今天森林火险指数为:三级,可以引起森林火灾,林区注意控制野外用火。

舟山市气象台2025年9月20日17时发布