# 驴友被困山间 民警连夜救助

【深圳商报讯】（记者 贾少强 通讯员 汤芳）8月11日傍晚20时许，盐田公安分局接到一起求助警情：有一群驴友在下山途中迷路，由于山中信号不好，无法定位，手机电量不足，没有食物。

接到警情后，沙头角派出所值班民警姜谦迅速反应，立刻组织辅警、巡防队员并协调蓝天山地救援队迅速集结，展开营救。

梧桐山是深圳最高峰，山路崎岖，山势陡峭。驴友们又是沿着更加具有挑战性的水路前行，让救援难度剧增。

在与山上被困人员断断续续的联络中，姜谦判断他们是在梧桐山靠近沙头角一侧的水陆线上。于是，他带领救援经验丰富、熟悉本条线路、有体力的年轻队员们迅速登山，以最快的速度进行搜寻。

在与被困的驴友沟通中，姜谦得到一个好消息和一个坏消息。好消息是在他的指引下，被困一行人找到了离水路最近的登山道；坏消息是人员体力不支，有虚脱现象。于是，姜谦立即要求救援队伍加快脚步，沿登山道快速前行。

尽管知道被困驴友的大致位置，但当时有个最艰难的抉择摆在姜谦面前。身为近60岁的老同志，快速登山让他的体能有些吃不消。姜谦立即将队伍分成两组，让既熟悉路线又年轻的队员们组成突击组，把多余的装备和供给留给另一组，轻装上阵，快速突进。突击组队员们经过1个多小时的快速急赶，通过不停地喊话，强光照射，在凌晨1时许，终于与6名被困人员会合。

面对6名体力严重透支，在山上折腾了10个多小时的被困人员，要安全转移下来，真的很难。姜谦决定先被困人员进行补给，让他们尽快恢复体力，然后由两名队员一组配合搀扶，带着被困人员慢慢往山下撤。

时间一分一秒过去，虽然大家都在坚持着一步步谨慎地往山下撤，但天气高温，负重前行，确实让大家感到非常煎熬，时不时地停下补充水分，调整状态。

凌晨2时许，救援队伍透过树丛看到依稀的灯光，山路也变得平缓许多，这让大家非常振奋，大大加快了下撤速度。终于在凌晨3时，救援队伍带着被困驴友到达山下集合点，历经7个小时山地救援圆满完成。

## 学习拉丁舞 让青春飞扬

【深圳商报讯】（见习记者 黎晓欣 通讯员 唐荟瑛）为丰富社区少儿暑期生活，培养他们的兴趣爱好，日前，永安社区“绽放活力，青春飞扬”拉丁舞培训班开课了，辖区20名少儿齐聚一堂学习拉丁舞。

活动中，老师简单介绍了拉丁舞的知识及五个舞种：伦巴、恰恰、桑巴舞、牛仔舞、斗牛舞。舞蹈老师从伦巴的站姿及音乐节奏开始教学，教学重点在于身体的站姿和手位。在教学过程中，老师带领少儿学习了小八字脚位、小腿及大腿内侧的发力方式和脊椎的分段，尾椎、腰椎、胸椎、颈椎的发力方式。老师为大家细心讲解并反复示范每一个动作，指导每位少儿动作要与拉丁舞的韵律相吻合。老师一点点教，大家跟着慢慢做，通过老师的耐心教导，社区少儿们很快进入了学习状态，学得有模有样。经过一个小时的培训，大家已经掌握基本的拉丁动作。

拉丁舞培训班的开展，让少儿们在轻快的氛围下培养舞蹈兴趣，丰富少儿们的暑期生活，提升少儿们的艺术涵养素质。

## 亲子默契配合 参加趣味运动

【深圳商报讯】（见习记者 黎晓欣 通讯员 黄云娴）为创造温馨和美的家庭环境，加强亲子之间的沟通交流，让孩子与家长体验到亲子趣味运动的快乐，日前，东海社区举办了“和美家庭”亲子趣味运动会，吸引了25组亲子家庭参与。

活动中，社工讲解了趣味运动会游戏规则及注意事项，介绍了本次亲子趣味运动会主题设有心心相印、建塔、脑洞大开、运送核废料等互动游戏。25组家庭成员个个精神饱满，意气风发。在社区工作人员的协调下，父母和孩子配合默契，展现了积极向上的精神风貌，齐心协力地完成每项运动。整场活动中，孩子们不惧困难，勇于与家长一起面对每个环节的挑战。活动尾声，社工带领孩子和家长们一起分享活动心得体会，在场的孩子和家长们都表示在趣味运动会中玩得非常尽兴。刘女士说：“趣味运动会真的好好玩，很开心，让我们与孩子一起手拉手玩游戏，回到孩童时代，感受他们的童真童趣。”

## 全家总动员 打造爱的小屋

【深圳商报讯】（记者 贾少强 通讯员 郑 欢）日前，桥东社区党群服务中心活动室传来一阵阵欢笑声，这里正开展着一场温馨快乐的亲子手工制作，桥东社区和乐家庭——全家总动员之“打造爱的小屋”亲子DIY活动。

活动伊始，老师为大家介绍了此次手工制作的材料，然后一边讲解，一边带领着大家一步一步地开始制作，地板、前门、后墙、侧墙、再到屋顶，家长与小孩们跟着老师的步骤，相互协作，不一会儿，一个个小屋的模型呈现出来了。

“妈妈，我想在我们的房子贴上爱心，这是爱的小屋！”爸爸，我要在房子的门口铺上‘石路’，还要做个风车！”

孩子们都发挥想象，随心所欲地DIY着属于自己的小屋。经过两个多小时的制作，课桌上陈列出亲子间共同打造的有着不同故事的“爱的小屋”。

亲子家庭在开展手工制做

## 暑期夏令营 快乐中成长

【深圳商报讯】（见习记者 黎晓欣 通讯员 朱丽婵）夏令营活动是实施素质教育的有效途径。为丰富孩子们的暑期生活，对学校教育和家庭教育做一个良好补充，日前，滨海社区开展了为期7天的青少年“五心学习力”暑期夏令营活动。

“才考50分还敢玩手机？”活动室里，别开生面的心理剧表演开启了结营仪式，孩子们自编自导自演的心理剧《考试风波》及《情绪小怪兽》展现了在夏令营里的成长与收获。颁奖仪式上，“创造之星”“艺术之星”“卓越小领袖”等这些老师们根据孩子们表现设置的荣誉，寄托了他们对少年们满满的鼓励与祝福。老师们表示，希望夏令营活动能在孩子身上播种下自我认知、探索内在的种子，让他们养成良好的学习习惯。

据悉，本次夏令营活动开设了《情商摇篮》《艺术与你》《专注力的练习》《玩出来的学习力》等课程，旨在提升青少年的学习力、情绪管理能力、沟通能力等，让孩子养成良好的习惯，在学习中体验快乐。

## 成人书画班 居民齐点赞

【深圳商报讯】（见习记者 黎晓欣 通讯员 黎贵珍）日前，沿港社区成人书画班开课了。书画班聘请专业老师授课，现已招收了20名学员，全程免课程费和材料费，做到了“政府买单，百姓受惠”，开班以来，得到居民一致好评。

本节书画课的主题是《丝瓜》，老师跟学员们介绍了书画的基本知识，并教授《丝瓜》创作技巧。老师向学员们示范如何落笔进行丝瓜轮廓的描画，教导学员把左右两边的叶子要画完整，丝瓜和叶子的形状不能对称，要长短不一。老师还在作品中进行色彩的调配，她详细地讲解了什么是三原色，颜料如何调配等知识。大家在老师的带领下，通过学习技巧、自我创意和老师点评后，将自己的想法和所学的绘画技巧融入作品中，描出自己心中独特的丝瓜。

## 暑期小课堂 培养专注力

【深圳商报讯】（见习记者 黎晓欣 通讯员 张晓锋）日前，东和社区开展了“暑期开心——夏之专注力”技能提升小组活动，旨在通过普及专注力知识以及训练方法的体验学习，让组员掌握知识，把训练方法运用到日常生活中，提高组员的专注力。

小组活动以体验式为主，从专注力的影响维度切入，分别有“目标”“环境塑造”“感官”与“身体协调”四个方面，促进组员进行体验与学习。社工针对每一个环节主题，通过知识的展示和讲解，结合有趣的游戏体验，如“找不同”“信息传递”等，让组员在有趣而不枯燥的环节中，认识到每一个影响维度与专注力的关系，以及如何选择正确的方式进行训练，提高自身的专注力。“我们在写作业时要定一个目标才能更专注”“听力不专注的话老师讲的我就都没听到了”，在训练体验之后组员如是说道。

## 科学小实验 暑期缤纷乐

【深圳商报讯】（记者 贾少强 通讯员 霍焕君 齐晓霞）气温摄氏37℃，热热热！为了让小朋友们感到一丝丝凉意，近日，中英街社区开展了“暑期缤纷乐，科学小实验”为主题的科学小实验系列活动，共吸引近30名深港青少年参与。

社工利用PPT讲了关于电风扇的一些相关科学小知识，电风扇工作时（假设房间与外界没有热传递）室内的温度不仅没有降低，反而会升高。让孩子们共同来分析一下温度升高的原因：电风扇工作时，由于有电流通过电风扇的线圈，导线是有电阻的，所以会不可避免的产生热量向外放热，温度自然会升高。但人们为什么会感觉到凉爽呢？因为人体的体表有大量的汗液，当电风扇工作起来以后，室内的空气会流动起来，所以就能够促进汗液的急速蒸发，结合“蒸发需要吸收大量的热量”，故人们会感觉到凉爽。由此让孩子们了解电风扇的简单原理。

制作前社工指导大家了解电池的正负极，观察电池正负极的符号，进行正确的安装。接下来就要开始动手环节了，一双双小手迫不及待地开始组装电风扇，扇叶、木质、马达、电源等，不一会儿，一个酷酷的小电风扇就完成了。

## 多彩树叶画 少儿来创意

【深圳商报讯】（记者 贾少强 通讯员 黄文婷）“在树叶背面涂上颜料，印在纸上，像放了很多叶子，上面有蚕宝宝在吃叶子，至于颜料与形状可以根据自己的想象去发挥……”日前，鹏湾社区开展了少儿绘画课程。

当老师指令下来后，小朋友迫不及待地拿起了桌上的笔与树叶，纷纷拿出自己的看家本领，笔在树叶上不停比画，精心勾勒、点缀，畅快淋漓中尽显小画家本色。不一会儿，一幅幅精彩的作品便跃然纸上，受到了老师的赞扬。郭女士表示，儿子画成什么样不重要，重点是参与过程中的乐趣，培养其兴趣，让儿子丰富的想象得到表达和升华。

## 社区亲子辅导 训练手眼协调

【深圳商报讯】（见习记者 黎晓欣 通讯员 林雨薇）“饭团呀饭团，咕噜噜噜转……”亲子们双手做着揉饭团的姿势，伴随着小口诀互相传递海洋球。日前，永安社区开展了“智慧小宝我养育”社区亲子辅导计划活动，活动主题为1至3周岁儿童手眼协调感觉统合训练。

活动中，社工介绍活动流程安排，除了手眼协调训练外，还加入了口部肌肉张力练习。社工带领亲子家庭吹纸巾，并讲解“吹”这个动作对于流口水或者发音不准的幼儿是很有帮助的，还能提升幼儿肺活量。在“捉小虫”环节，社工带领妈妈们把沙包垂直吊在宝宝上方，宝宝通过抓握上方物品达到平衡能力的发展，同时该动作对于锻炼手眼协调及上肢肌肉力度有极大帮助。抓握动作练习结束后，社工引导亲子家庭互相抛接沙包，在抛与接的过程中锻炼幼儿的两侧协调能力，提高本体觉，并初步学会与他人的合作。在“扔饭团”游戏环节，当海洋球在滚动的过程中不仅提高幼儿手眼协调能力，还能锻炼其眼球控制能力。在磁铁拼图游戏中，幼儿通过观察图案，运用磁铁块拼凑相应的动物，在这个环节中部分宝宝能自主独立完成，有的是亲子间共同完成，也有的宝宝发挥自主能动性，拼凑自己思维里的图案。