

小东门街道侨联开展端午节慰问联欢活动



□ 通讯员 唐浩亮

为了更好地传承民俗经典文化，弘扬尊老爱老传统美德，近日，小东门街道侨联携手长者照护之家，开展了端午节慰问联欢活动。

端午临中夏，时清日复长。在这个天朗气清的早上，慰问团一行在侨联主席忻晓璇的带领下，来到小东门街道长者照护之家。老人们早已候在活动室，对慰问团的到来报以欢乐的掌声。开场秀在

主持人忻晓璇自创的数字游戏操中拉开了帷幕，由忻晓璇带头报数演示，老人们全体积极参与划解答，手脑合一做5以内的加法算术题。答对的洋洋得意，答错的欢笑自嘲，动手又动脑，场内一片欢声笑语。

侨之家特色团队江南丝竹乐队的老师们，用一曲“姑苏行”带领大家“领略”了姑苏美景；用一首《让我们荡起双桨》，激发了老顽童们那颗年轻的心。接着侨联分会的委员们也纷纷上场表演各自的拿手绝

活，有越剧《黛玉葬花》、样板戏《红灯记》、流行歌曲《母亲》等等。长者照护之家的老人们，也纷纷加入了才艺展示的队伍，齐声唱起了流行歌曲《潇洒走一回》。用欢快的节奏，洪亮的歌声，展示了老人们对美好生活的激情。

垃圾分类作为新时尚，人人参与，人人有责，人人受益。为此，作为垃圾分类达人的侨联副主席周慧玲，现场为老人们上了一堂垃圾分类的普及课，在讲解垃圾分类知识的同时，还教大家学习生活垃圾再利

用的小窍门，例如用废弃的瓜果皮制作酵素代替清洁剂，既能减少生活垃圾，还能节能环保，一举多得。

活动最后，小东门侨联的委员们代表街道为老人们送上了节日慰问品，愿老人身体健康，笑容常开。

老吾老以及人之老，小东门街道侨联通过节日慰问老人的方式，宣传敬老爱老的传统美德；通过表演才艺献爱心的舞台，凝聚侨心，展示侨界人士奉献社区的榜样风采。

大手牵小手 传承“乒博”精神

□ 通讯员 孙丽华

近日，一场趣味别致的乒乓比赛在中华路第三小学乒乓室内开展。本次比赛为2019年“中国太平杯”上海市老年人体育联赛“大手牵小手，健康动起来”上海市第二届趣味乒乓球比赛黄浦区——小东门赛区，由上海市黄浦区老年人体育协会主办、老西门社区体育健身俱乐部和中华路第三小学承办。

比赛分为亲子组和社会组，共收到社区报名20对。赛制由大手小手对推、大手推小手攻、小手推大手攻三个项目组成，按累计次数由高到低排名。比赛现场大家兴致盎然，虽然接触新规则不久，但都表现得可圈可点，小学生虽然身高才比乒乓球台高一点，但是无论是挥拍的姿势还是接球的速度都令人惊叹，吸引了场上不少人的目光。



最终通过大家的努力拼搏，排名前五的亲子组和社会组别取得进入黄浦区7月6日的复赛资格，后五组的亲子组和社会组别获得现场嘉奖。

此次比赛为社区乒乓爱好者们创造了一个良好的互动平台，也让更多人认识到了乒乓的趣味，让“乒博”的精神发扬光大。

纠错有奖 欢迎大家来做“啄木鸟”

如果您在阅读本期《社区晨报》时发现任何差错，可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台留言，将您发现的问题发送给我们（注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节，也可以直接发送报纸截图）。每期纠错质量最高的一位读者，将成为本期最佳“啄木鸟”，并获得100元的现金奖励；每期纠错质量相对较高的另外十位读者，则将成为本期优秀“啄木鸟”，并获得最新出版的《咬文嚼字》杂志一本。

2019年4月优秀“啄木鸟”：徐俊培、陈银凤、沈正、严志明、沈庆麟、顾姚根、杨保飞、杨新健、高高、张军

2019年4月最佳“啄木鸟”：张德胜



【居民投稿】

七次搬家的故事

文 姚锦文

1949年新中国成立，从此伟大的中华人民共和国屹立在世界的东方。70年之间，我历经了改革开放的风雨洗礼、走过中华民族崛起的强国之旅、见证了改革开放沧海桑田的巨变、目睹富起来的祖国插翅腾飞的雄姿。

在祖国温暖的怀抱里，我成长、工作、成家、退休，唱不完对祖国的赞歌、写不尽祖国日新月异的变化、画不完祖国山山水水的美景，就从70年来我7次搬家说起吧！

第一次搬家是1968年，当时正处在特殊的年代，我也是当婚的年龄。结婚首先得有房，可我家兄弟姐妹共7人，没多余之房当婚房。先生出生在农村，独自寄养在舅舅家，无奈在朋友的帮助下，借了一间私人自建的只有8平方米的底层房，以每月8块钱的房租借住于此。这间房有一个小窗、水泥地，没有任何设备，和房东共用一只煤球炉，在公用自来水接水，水泥地潮湿，冬凉夏热，我在这间小屋内生下了大女儿。

1969年响应号召支援内地建设，先生去了九江，我独自一人回了娘家。此时有弟妹

上山下乡，母亲照顾了我们母女俩，挤在了娘家的亭子间内，这第二次搬家就是一年。

第三次在1970年，先生从内地返沪，到哪儿住又成了头疼的事，娘家住不下夫妻俩，左思右想又请原房东帮忙，第二次住进了8平方的小屋，就这样三年多时间我搬了三次家。

我为居无定所而烦恼奔波，栖息之地在哪儿呢？国家此时百废待兴，历史遗留的问题还不能及时解决，此时一个朋友介绍在原南市有一间草房要出售，草房总比无房好。1973年我第四次搬家，花270元买下了屋顶是草，四周用竹片泥巴糊起来的，脚踩泥地的15平方米的草屋，名副其实的“寒舍”，除一盏灯外，水、煤均无接入，透风、漏雨、地潮是该屋的“特色”，生活艰苦可想而知。曾记得一个雷雨交加的夏季，一场暴雨倾泻而下，我那草屋屋漏偏逢连夜雨，从屋顶流下的雨水仿佛水帘洞，床湿了、被也湿了，地上积满了水，我目瞪口呆，束手无策，眼泪流下，这可怎么入睡呀！这一夜我体会到了夜不能寐的滋味。

草屋破旧了，希望能有一屋遮风挡雨。

1975年我第五次搬家，在先生单位的帮助下，我们花4000元把草屋拆了，翻造了二层小楼房，尽管还有许多设施没跟上，但已经很满足了。我添置了新家具，还放上写字台，供备课看书使用。十一届三中全会之后，我们国家实行改革开放政策，人民的生活有了巨大的改善，邓小平提出“一年一个样，三年大变样”，我切切实实地感受到了。私房里我们装上了自来水，又装上了小火表，告别了煤饼炉用上了煤气，我装上了浴缸，不必为洗澡担忧，又装了空调，过上了冬暖夏凉的日子。教师工资逐年增加，我们的生活如蜜般甜。

改革开放的春风吹遍了祖国大地，伟大祖国发生了翻天覆地的变化，高楼大厦如雨后春笋般拔地而起，我们遇到了好时光。第六次搬家我买了房，新房140平方米，南北通透冬暖夏凉，小区内绿树成荫，四季鲜花盛开，鸟语花香陪伴着我。上下楼有电梯，南面见中华艺术宫，北面见东方明珠及上海中心，东面是南浦大桥，霓虹灯天天闪烁，我心中乐开了花，什么都不担忧了，心中那个乐呀！只等游山玩水了，真是“圆梦头里也笑出声”。

祖国的强盛，党的关怀，老百姓真真切

切地享受着幸福，而幸福时时来敲门。我又遇到了第七次搬家，搬家一次比一次高兴。2009年我自己建造的小屋，随时代的发展动迁了，喜讯传来又是彻夜难眠，是喜悦，是感动，党的阳光照在了动迁块的每一个角落，这是我这辈子做梦都没想到的。看着属于自己的两房一厅，光线充沛，南北通透，环境优美，交通便利，我由衷地感叹，是祖国是党给了我一切，没有党就没有我的一切。

新中国70岁了，在这期间我搬了七次家，从无房到借房到买草房、翻草房、买新房、分新房，从一无所有到拥有三套房，这惊天变化的在我身上体现。

我由衷赞叹国家70年来的发展和变化，我要心存感恩珍惜当下，作为一名普通的退休教师，我切身感受到了中国共产党领导下的中国人民生活的变化，如芝麻开花节节高。

春去秋来，星转斗移，转瞬之间70年了，我的七次搬家只是祖国翻天覆地变化的一个缩影。

祝伟大的祖国繁荣昌盛，事业蒸蒸日上！