

我们的节日·端午

传统文化与现代活动交融 共谱节日温情乐章



□记者 李洁 整理报道

时至端午，粽叶飘香，一年一度的端午节如期而至。在这个充满文化内涵和温情的节日里，外滩街道洋溢着浓厚的节日氛围，通过精心策划缤纷多彩的主题活动，为社区居民送去节日的温暖与真挚的祝福。

家风端午 和谐共融

当家风节遇到了端午节，两者相互交织，绽放出别样的火花。在山东居民区，居民们齐聚一堂，共享邻里百家宴，参与家庭运动会，孩子们在风中诵读家风，集市热闹非凡，温情满满。这些活动巧妙地将中国传统文化融入家庭文明建设，增添了互动性和趣味性，旨在鼓励更多家庭参与社区治理，共同建设美好家园。孩子们通过诵读经典，培育良好家风家教；阿姨们则通过缝制香囊，传承中华传统文化。百家宴上，82道色香味俱全的美食摆满长桌，居民们一边品尝家常菜，一边畅谈社区变化，倍感欣慰。此次活动不仅弘扬了传统文化，还增进了邻里情谊，推动了社区和谐发展。

粽情飘香 乐满社区

包粽子作为这个传统节日的重要组成部分，在汉口、宁波、永胜、瑞福等居民区里，处处可以闻到粽叶散发的诱人清香。居民们纷纷捋起粽叶，巧妙制作成漏斗状，精心填入糯米，再用力压实，封好口，扎紧捆，整个行云流水，一气呵成。阿姨们的手指灵活如蝴蝶翩翩起舞，转瞬间，桌子上便摆满了一个个饱满紧实的粽子。

粽子完成后，各居委会还特意将新鲜出炉的粽子和精心挑选的慰问品送到社区里的独居老人家中，向他们致以节日的祝福，祝愿老人们节日快乐，身体健康，长寿安康。



艺趣端午 舞动龙舟

为深入传递对社区长者的关怀，并大力弘扬敬老、爱老、助老的传统美德，外滩街道携手上海福苑养老、综合为老服务中心、健康生活馆以及上海兴业银行黄浦支行，共同举办了一场别出心裁的端午活动。

活动中，社工们为长者们生动讲述了端午节的由来、流传的历史以及丰富的习俗故事，进一步加深了长者们对中国深厚传统文化的认识与理解。在社工的悉心指导下，长者们兴致勃勃地跟随图示，一步步亲手制作龙舟模型。从最初的谨慎小心到后来的得心应手，大家手中的龙舟逐渐展现出雄壮的身姿。

众人围坐一堂，一边欣赏各自精心制作的龙舟作品，一边品尝着香甜软糯的粽子，手腕上系着寓意吉祥的五彩绳，身上佩戴着精致的香囊，每个人的脸上都绽放着幸福满足的笑容。

精油手作 欢聚端午

在永胜日间照料中心，一系列别出心裁的DIY活动为传统文化注入了新的生命力。活动中，老人们欢聚一桌，共同开启了DIY驱虫精油的制作之旅。在工作人员的细致指导下，大家深入了解了精油制作的详细步骤与必备材料。老人们兴致勃勃地调配着各种精油成分，创造出个人专属的独特香气。同时，手工制作艾草挂件的活动也备受老人们喜爱。他们纷纷拿起针线，巧妙地将一片片艾草叶子缝制在精美的挂件上，既锻炼了手艺，又增添了节日的氛围。

此外，芳香精油按摩环节更是让老人们享受到了专业的康复服务。康复老师运用精湛的按摩技巧，为老人们进行了舒缓身心的精油按摩，使他们在放松身心的同时，也深切感受到了节日的温暖与关怀。

活动接近尾声时，老人们围坐在一起，共同品尝了各式美味的粽子，尽情

享受着这份难得的团聚与欢乐时光。

“香”约端午 情意浓厚

在丰富多彩的端午民俗中，制作并佩戴香囊堪称中医养生的瑰宝。为了传承这一传统，宝兴、永胜、虎丘、北京、东风、无锡以及山西等多个居民区携手社区共建单位，共同举办了一场别开生面的香囊制作活动。

在现场，大家聚精会神地聆听老师讲述香囊的悠久历史和深厚文化内涵，同时精心挑选心仪的布料。随后，在老师的指导下，大家穿针引线，细致缝制，并巧妙地填充入中草药。整个制作过程井然有序，每个人都沉浸在这份传统手工艺的魅力中。不久，一只只造型饱满、做工精致的香囊便纷纷诞生，散发着淡雅的香气，令人心旷神怡。

缤纷活动 端午安康

翰墨传情，丹青写意，在山东居民区，社区书画爱好者们挥洒笔墨，书写楚辞中的深邃诗篇，寄托廉洁的高尚情怀；党建共建单位的白领们则深情朗诵《清廉赋》《爱莲说》等经典之作，传递清廉正直的价值观。现场气氛热烈，居民们纷纷驻足欣赏，赞叹之声不绝于耳。

而在另一角落，一场别开生面的手工制作活动也正火热进行。一桶水、一把素白的扇子、几滴鲜艳的油漆，居民们将扇轻轻入水，微微搅拌，每一把扇子都呈现出独一无二的纹理与色彩，成为了一件件精美的艺术品。大家争相展示自己的漂漆扇，喜悦之情溢于言表。

与此同时，无锡居民区的居民们则投身于龙灯的制作。在老师的悉心指导下，大家围坐一桌，将卡纸巧妙折叠，用胶水或胶带精心粘合。随着龙灯的逐渐成形，点亮的那一刻，流光溢彩，美不胜收。居民们为自己的作品挂上流苏，一个个栩栩如生的龙灯便映入眼帘。大家纷纷与自己的龙灯合影留念，记录下这难忘的瞬间。

【招募令】

景缘 IMAGES The Bund 外滩

庆祝中华人民共和国
成立75周年影像展

征稿时间
即日起至2024年8月25日。

作品要求

- 紧扣主题，突出思想性和艺术性，具备深刻内涵和视觉冲击力。
- 摄影作品只接收电子投稿，摄影作品要求为JPG格式，照片长边像素为1024像素，大小在5MB以上，只可做亮度、对比度、色彩饱和度的适当微调，不得做合成、添加、删除、大幅度改变色彩等技术处理。谢绝提供电脑创意和改变原始影像的作品。
- 作品可以是单张或组照，组照每组不超过4张照片（组照须组合成一张照片）；每人限投4张或4组照片，彩色、黑白不限。作品画面上不得嵌入任何标记、边框、文字等。每幅作品标明作品名称、作者姓名、拍摄地点、联系方式等，并附有简短文字说明（100字以内）。
- 作品须为原创，未公开发表且个人拥有完全知识产权。作者承担作品的名誉权、肖像权、著作权等法律责任。所有来稿展后不予退回。活动主办方拥有作品使用权，有权公开发表、结集出版、展览展示等，不再另付稿酬。
- 严格遵守国家保密规定，作品不得涉及国家秘密、工作秘密。不得含有暴力、色情、宗教禁忌等法律所不允许的内容的作品。

作品展览
征集作品择优在线下展和外滩街道官方公众号进行展览展示。

投稿方式
投稿作品电子版发送到邮箱yxzdwt@163.com

外滩万国建筑群 1500米文化微游精彩启程

□通讯员 石恺悦

近日，一个阳光灿烂的午后，一场名为“1500米走读外滩万国建筑群”的文化之旅从外滩社区文化活动中心启程。此次活动吸引了大批对上海历史文化怀有浓厚兴趣的人们。

随着讲解老师的引导，游客们从文化活动中心出发，踏上了这条富含多国建筑精髓的游览路线。首先探访的是壮丽的亚细亚大楼，其哥特式尖顶与精美雕刻令人叹为观止。随后，巴洛克风格的外滩2号楼、有利大楼、汇丰银行大



楼等历史建筑也逐一展现在游客面前，每一座都承载着丰富的历史故事。

沙逊大厦的古典立面、中国银行大楼的现代与传统融合，还有格林邮船大楼的独特艺术风格，都让游客们深深感

受到了外滩建筑群的多元与魅力。这些建筑不仅是砖石与混凝土的结合，更是上海百年历史的生动记录。

此次微游不仅是一次对外滩历史与建筑艺术的深度探访，更是一次心灵的洗礼。游客们纷纷表示，通过实地走读，他们更加直观地体会到了上海历史的厚重与文化的多样性。

活动结束后，参与者们对上海的历史文化与建筑艺术有了更深的理解和认识。外滩社区文化活动中心也表示，未来将继续举办类似活动，让更多人能够近距离感受并爱上外滩的独特魅力。