

“潇湘巾帼志愿行”项目大赛 获奖名单出炉

今日女报/凤网讯(通讯员 刘丽佳)她们,以志愿服务传递党的温暖;她们,在群众身边时刻回应需求;她们,聚小家大爱展现家国情怀……为深入学习贯彻习近平总书记关于志愿服务的重要批示精神,认真落实全国妇联巾帼志愿服务工作部署要求,充分展示潇湘巾帼志愿服务风采,培育本土优秀巾帼志愿服务项目,扩大巾帼志愿服务社会影响力,促进巾帼志愿服务制度化、品牌化发展,湖南省妇联在全省开展了“潇湘巾帼志愿行”湖南省巾帼志愿服务项目大赛。经过层层筛选及专家评审,12月9日,获奖名单出炉,共评出一等奖2个、二等奖5个、三等奖8个、优秀奖5个。

下阶段,省妇联将依托“湘妹子”等网络平台,宣传展示这些优秀的巾帼志愿服务团队和项目,并对此次大赛中评出的优秀项目提供项目运营、人员管理、资源整合、品牌建设等方面的培训,通过系统化培育和支持,努力在全省培育打造一批有特色亮点的巾帼志愿服务品牌项目。



“潇湘巾帼志愿行” 湖南省巾帼志愿服务项目大赛 获奖名单

一等奖

1. 健康无毒,青春无悔——
湖南省女子强制隔离戒毒所禁毒宣传
剧团项目
申报单位:湖南省女子强制隔离戒毒所

2. 长沙市“艺路阳光”
志愿服务公益项目
申报单位:长沙市妇女儿童活动中心

二等奖

1. 守护青苗——关爱留守儿童和
困境儿童项目
申报单位:湘乡市龙城志愿者协会

2. 花种子乡村绘本美育计划项目
申报单位:湖南省妇女儿童活动中心

3. 辰溪县“关爱小湘女”志愿服务项目
申报单位:辰溪县妇女联合会

4. 益童创梦项目
申报单位:吉首市志愿者协会

5. 爱心圈公益小天使助力慢天使守护计划项目
申报单位:长沙县志愿者协会

三等奖

1. 华盛巾帼“荟”项目
申报单位:长沙高新区东方红街道华盛社
区居民委员会

2. 儿童五防安全教育项目
申报单位:武冈市义工联合会

3. “林邑巾帼红”宣传宣讲志愿服务项目
申报单位:郴州市妇女联合会

4. 关爱留守儿童爱心妈妈志愿服务项目
申报单位:汨罗市爱行天下志愿者协会

5. “3+1”姐妹帮帮团志愿服务项目
申报单位:攸县妇女联合会

6. “馨帮手”巾帼志愿服务项目
申报单位:湘潭市雨湖区窑湾街道唐兴寺社区

7. “小红帽”消防志愿服务项目
申报单位:临澧县消防救援大队

8. 山花烂漫绽瑶都——江华瑶族自治县
家庭教育宣讲团项目
申报单位:江华瑶族自治县妇女联合会

优秀奖

1. 红色娘子军志愿服务项目
申报单位:武陵区穿紫河街道贾家湖社区

2. 巾帼助力进社区美家美户暖心项目
申报单位:隆回县妇女联合会

3. 巾帼志愿红扮靓新农村项目
申报单位:湘潭县谭家山镇紫竹村妇联

4. 禁毒宣传进万家项目
申报单位:益阳市市心连心志愿者协会

5. “书香永定伴你悦读”——
亲子阅读巡讲项目
申报单位:永定区妇女联合会

吃好三餐, 她让幼儿园有了“无药班”

今日女报/凤网记者 欧阳婷

“接下来,我们准备让孩子学会自己搭配健康的饮食。”近日,长沙126华文高铁幼儿园的天台正迎来大改造,按照朱春兰原定的计划,各种食材将陆续被栽种到这里,好让孩子们能够近距离地观察和学习。

朱春兰是食育食养专家,从2009年开始,她关注起了孩子们的食育食养问题,倡导“健康从娃娃抓起”。在她的努力下,越来越多的幼儿园加入了食育食养课程,孩子们请假的情况越来越少,出勤率不断提高,甚至有不少幼儿园出现了“无药班”——因为吃得健康,所以生病也变少了。

食谱调理, 让爱尿床的孩子少了

“前几天,内蒙古一家和我们合作的幼儿园园长给我发来信息,在食育食养课程的指导下,园里有了3个无药班级,出勤率也接近100%。”在长沙市126华文高铁幼儿园,朱春兰刚结束和幼儿园创始人陈多英关于天台种植食物的各种细节探讨,一坐下来,就忍不住向今日女报/凤网记者分享她食育食养课程的最新成绩。

朱春兰是北京中康食养医学研究院院长,食育食养专家,但在此之前,朱春兰的工作重心并不在此,“我从事了20多年针对老年人的健康管理和慢病调理工作”。

转折出现在2004年,在工作中,朱春兰发现自己调理的对象逐渐年轻化,不少慢性疾病出现的年纪都逐渐前移,“原本五六十岁以后才会出现老年疾病现在三四十岁就会出现”。

发现这一变化后,朱春兰一边继续自己的工作,一边研究原因和对策。她发现,很多疾病都是“吃”出来的。为此,她决定把关注点放在读幼儿园和小学的孩子身上,“健康要从娃娃抓起”,从小就培养孩子们的健康饮食,用食物促进孩子们的健康成长。

经过几年的试验,2010年,朱春兰找到了河南省实验幼儿园的园长,向她介绍自己的食育食养课程。由于这是一个新的课题,一开始,园长并不接受,但在朱春兰的努力下,她还是给了一个尝试的机会:让朱春兰通过食物对幼儿园孩子的身体进行调理。

在调整了幼儿园所有小朋友的食谱后,朱春兰又针对总是尿床的52个孩子和37个弱视的孩子特别制定了专门的食谱,并将这份食谱也给了家长一份,邀请家长一起来尝试。经过两个半月的尝试,总是尿床的52个孩子少了一半;而37个弱视的小朋友在4个月后幼儿园的例行体检中,视力都有所好转。而其他的小朋友在3年的调理

中,不生病的孩子比例逐渐达到78.6%。

见到这样一份成果,河南省实验幼儿园立马和朱春兰达成合作,而朱春兰也继续用饮食为更多孩子的健康保驾护航。

让孩子近距离观察食物, 学习知识

而朱春兰和长沙市126华文高铁幼儿园的缘分,则要追溯到2017年。当时,朱春兰的食养专业技术团队通过专题讲座等各种方式传授食育食养知识外,还根据各地幼儿园的地域特点、气候特征、饮食习惯、体质辨识,基于中医养生文化,严格按照“粗细搭配、荤素搭配、食材搭配”和“均衡营养、合理取用”的原则,并结合当地、当季、当令原则,进行差异化食养配餐设计,既注重全国孩子的整体性配餐,又讲究个性化的精准配餐,还会针对孩子的贫血、肥胖、积食等一系列常见的问题,专门定制配餐方案。

2017年,在朋友的介绍下,陈多英认识了朱春兰。当时,湖南省内还没有一家幼儿园开展食育食养工作。在见证了朱春兰食育食养的功效后,陈多英立即请朱春兰到自己的幼儿园开展工作。在朱春兰、幼儿园和家长的共同配合下,如今,幼儿园的孩子们出勤率逐渐提高,孩子们带药来幼儿园的情况越来越少。

“我们不仅要让孩子知道吃什么,也要让孩子知道如何吃,这样吃为什么会健康。”为此,朱春兰还让幼儿园的中班孩子们在每次开餐前,轮流上前为大家介绍当日的食物和食材的作用,并且在幼儿园中开辟了小小的植物园,让孩子们能够近距离观察和学习食物的知识。

“我们的目的是通过食育食养,让孩子健康,让家庭美满,让老师幸福。”接下来,朱春兰将继续朝着自己的目标前进,让更多的孩子能够从食育食养中有所收获。