



走进颐养院 情暖老人心

孝心。朋友们,不要说空话,用实际行动来证明吧。

走进颐养院

社坛小学 秦颖
 指导老师 黄岁华

尊老爱幼是中华民族的传统美德。今天我们小记者团来到泉州市龙人伍心金秋家园颐养院,给颐养院的老人送去祝福和温暖。

踏入颐养院的那一刻,我们的内心无比激动。在老师的带领下,我们小记者纷纷为颐养院的爷爷奶奶们献上才艺。一位男生自告奋勇地表演了街舞,赢得了老人们的阵阵掌声。紧随其后的还有魔方表演、诗歌朗诵、吉他演奏等。欣赏着小记者的才艺表演,老人们不时发出阵阵赞叹声。才艺表演结束后,我们把事先准备好的水果送到他们手里,他们开心地接过物品连声道谢。

这次活动,让我懂得了要尊老,敬老,爱老。让我们一起行动吧,让这个社会更美好。

参观颐养院

丰州中心小学 胡乐鑫
 指导老师 李亚宝

今天,我们要去看望颐养院的爷爷奶奶们。我们怀着激动的心情上了校车,一路上,小伙伴们都想象着爷爷奶奶们在颐养院里的生活,不知道会是什么样的?

到了颐养院,爷爷奶奶们看到我们,就像看到小太阳一样,他们喜笑颜开,热情地欢迎我们的到来。

通过介绍我们得知,这里的爷爷奶奶大多是因为家里子女工作繁忙,不方便照顾才送过来的,这里有专业的医生和护工,衣食住行都有统一的安排,老人们闲暇时间也可以相互陪伴,填补了子女无暇陪伴的空缺。

安排好场地,我们先给爷爷奶奶们送上可口的零食,小朋友们轮番表演各种各样的才艺,看着爷爷奶奶们



▲小记者送祝福

▲爷爷我扶您

脸上快乐的笑容,我们也很开心。

时间过得很快,我们要回去了,大家都还余兴未尽呢!此时此刻,我感慨万千:颐养院的设备再好,配置再齐全,也比不上亲人的陪伴和照顾。我的心里五味杂陈,曾经的他们,也是为了子女幸福生活而努力拼搏的人啊!我一定要努力学习,孝敬父母,让他们有个幸福的晚年!

颐养院里的老人

社坛小学 傅嘉琪
 指导老师 黄岁华

今天,我们小记者团一起去泉州市龙人伍心金秋家园颐养院看望老

人,准备好要送给老人们的礼物后,大家兴高采烈地出发了。

我们来到颐养院,看到院子里有的老人在草地上散步,有的老人在锻炼身体,还有的老人两三个聚在一起聊天,他们的生活看起来很悠闲。

接下来是小记者们展示才艺的时间了。在颐养院里,爷爷奶奶们汇聚一堂,一同欣赏小记者们精心准备的节目,有唱歌、有游戏、有朗诵……小记者们用自己的方式向老人们送去祝福,各种各样的表演赢得了他们的阵阵掌声,欢乐的气氛让每位老爷爷老奶奶都露出了笑容。

通过这次活动,我懂得了每个人都要有一颗敬老爱老的心。

这些戴口罩的错误习惯
绝不能犯!

**一屋子都是熟人
 就不用戴口罩了?**

病毒可不管陌生人还是熟人!在室内人员密集、空气流通相对较差的情况下,必须规范佩戴口罩。

**看着人不多
 就不用戴口罩了?**

乘坐交通工具、电梯,或者商场购物、收取快递外卖等情况时,都应该规范佩戴口罩。

**口罩只戴一半
 露口鼻也算戴了?**

戴口罩不是应付,不规范佩戴等于没戴。佩戴时要分清正反,盖住口鼻和下巴,根据鼻梁形状调整鼻夹和系带松紧度,确保密封。

**化了妆擦了口红
 为了漂亮不想戴?**

安全第一,美丽第二!不要因为担心弄花妆容,忽视危险!

**一个口罩
 佩戴一周?**

口罩出现脏污、变形、损坏、异味,需要及时更换,连续佩戴时长不超过8个小时。

**孩子口罩戴着闷
 不喜欢就不戴了?**

不管喜欢与否,家长朋友们务必注意,孩子也要戴好口罩!

**戴好口罩
 人人有责**

每个人都是自己健康的第一责任人,只有个人防护措施做到位,才能更好筑牢严密防线,守护大家的健康。



丛林大冒险 复得返自然

童年是一次精彩的旅行,每个孩子都乐在大自然中嬉戏,在大自然中认知,在大自然中探索,在大自然中成长!1月20日,西溪中学47名小记者来到泉州市洛江石龙谷森林公园,在丛林大冒险的体验中挑战自我。一起来看看他们都有什么收获吧!

陈丽红 文/图



感受天然氧吧。

意摇摆着,我还是心惊胆战。

沿着山路,我们迎来了最刺激的丛林穿越,每个同学都穿戴安全绳索,一个个脸上都露出了兴奋,我看着他们在林间穿越,仿佛此刻他们都变成了热衷于征服险境的少年,在这里找到探险的乐趣。一个同学过钢丝时,走到一半,就像被铁索锁住了双脚,不敢走向前去。她两脚弯曲着,手牢牢地抓住绳索,小声地念着:“怎么办?”后面的同学一直在鼓励她,最后还是导游上去带着她走了下来。看着她,我心里真是十五个吊桶打水——七上八下,双手都在冒冷汗,激动又紧张。轮到我了,一条条绳索和晃来晃去的木板,把我的心吓得差点跳出来。一步步关卡,困难重重,我每走一步都揪着心,嗓子眼提到喉咙,全程几乎都是弯着脚走的,还好最后总算有惊无险地走完。完成历险后,我的心别提多欢快了。

饭后,我们踏过奇幻世界,来到飞龙悬岛,行走上面仿佛漫步云端,让人惊叹不已。

一个个项目,一张张笑脸,公园里

洋溢着我们的笑声。时间总是过得飞快,夕阳西下时,橙色的晚霞染红了天边,神奇的冒险之旅结束了。

踏上归程的车,来时欢笑,回时静悄悄,我铭记着这美好时光。

石龙谷一日游

小记者 张欣怡 指导老师 洪锦文

石龙谷,于我而言是神秘的。

晨曦徐徐拉开天幕,又是一个绚丽多彩的早晨。我背起背包,戴上小记者证,来到学校坐上大巴,心跳声嘀嗒嘀嗒的,前往石龙谷。

一小时后,车缓缓停下。刹那间,同学们如泉水般从车门涌出。春天的风是多变的,这会它有些顽皮,嬉笑着,发出呼啸声,差点将我的帽子吹走,好像试图削弱我们的兴致。但此刻,我们早已被兴奋冲昏了头脑,迫不及待地往里走。

我们先到“超级滑道”。穿上防刮裤,戴上白手套,大家像个滑稽的小丑。排队等候的我,耳畔回荡着大家的尖叫声,内心很是激动。轮到我了,

只觉得我的身体不受控制地往下滑,这感觉心旷神怡。我紧握扶手,生怕速度太快,由于弯道多,我额前冒出不少冷汗。终于到终点了,我颤颤巍巍地站起来,缓缓向前走,感觉身体都不是自己的了。

接下来的“丛林穿越”更是激动人心。一开始,我迎面向前,轻松地迈开步子,走在纵横交错的木板上。没过多久,脚下的木板越来越小,总感觉踩不实,前面的人都放缓了脚步,内心的恐惧油然而生。我咬紧牙关继续前进着,胳膊紧紧地靠在绳子上,手紧紧握着铁链,身体晃晃悠悠,豆大的汗珠在眉前排成队,纷纷滑落。脚抵着木板的边缘,生怕重心不稳。

我后面跟着个小弟弟,看起来不过八九岁。他很勇敢,双手收放自如,丝毫不慌乱,这也给了我前进的动力。最后一步,我奋力向前一跃,终于抵达胜利的彼岸,顿时喜笑颜开。

接下来的项目也是精彩纷呈:游乐园、高空滑索、玻璃桥……崎岖蜿蜒的山间小路,清香扑鼻的满山野花,将这勾勒成一个世外桃源的模样。山间若隐若现的身影,路旁井然有序的脚印,便是我们留下的足迹。伴着鸟语花香,我们乘大巴踏上了回家的路。

神奇的冒险之旅

小记者 陈乙冰 指导老师 洪锦文

清风拂过山岗,看绿树,嗅花香,胆小也学鸟飞翔;学骑马,学射箭,学唱赞歌韵悠扬;踩水车,过荡桥,革命精神永传扬;正起劲,哪承想,走,我们一同踏向远方。

清晨,静静地聆听着虫鸣鸟叫,呼吸着山谷里清新的空气,小记者团走进了石龙谷森林公园。经过岩石风景名胜区的山门,我们来到第一站——旱滑道。哇!这条路真长,一眼望去,都看不见尽头。工作人员给了我们每人一条裤子,底部有厚实的坐垫,可以很轻松地滑下去。大家排着队,一个接一个迎风而下。不知不觉间,前面人越来越少,很快就轮到我了。我两手握住滑梯扶手,双腿绷直,身体后倾,“咻”的一声,如火箭一般滑下。“唰唰”过了一会,又如火箭般滑到终点,终点处人声鼎沸,同学们脸上都闪烁着愉悦的光芒,相互交流着滑梯体验感。我既激动又兴奋的心开始期待着即将来临的项目。

从大龙嘴出来后,我们来到了第二站——卧龙索桥,我们兴奋地冲了过去,虽然桥很结实,但后面的同学随



小记者合影。