三姓社区邻里厨艺大赛热闹开场

居民亮手艺 比拼“我家拿手菜”

生活报讯（记者于海霞 文/摄）17日，哈市南岗区荣市街道三姓社区活动室香气四溢、欢声笑语不断，“我家拿手菜”邻里厨艺大赛火热上演。本次活动吸引辖区20余名居民参与，大家纷纷亮出多年拿手厨艺，现场共呈上30道接地气的家常菜品。没有精致花哨的摆盘，都是家家户户最熟悉、最暖心的老味道。每一道菜，都承载着一户人家的生活习惯与家风传承。









巧手欢聚唠家常 细说生活新变化

“拔丝地瓜来啦”“慢回身，别碰着，热乎新鲜的清蒸鲈鱼”……活动一开始，现场氛围瞬间热闹起来。居民、社区工作人员分工协作、默契配合，和面、擀皮、包饺子，忙得热火朝天。大家一边动手忙活，一边闲聊家常、畅谈生活变化。

“以前过日子只求吃饱穿暖，哪敢想现在这么幸福。没事邻里聚聚、一起吃饭聊天，日子过得太舒心了。”居民孙大娘感慨地说，现在政策好、社区服务贴心到位，我们住在这儿特别踏实、特别安心。

各展绝活 道道家常菜都是烟火味道

厨艺比拼现场高手云集，居民们各展绝活，有现场做的，有在家烹饪好的，一道道特色家常菜陆续上桌。赵阿姨制作的爽口凉菜用料实在、清爽干净，透着真诚坦荡的做人态度；芦大娘带来金黄软糯的拔丝地瓜和清爽入味的凉拌猪肝，家常味道里藏着勤俭持家的好家风；孙大爷的土豆片炒辣白菜鲜香浓郁，是陪伴家人多年的暖心老味道……一道道家常菜色香味俱全，不仅比拼厨艺，更展现出普通家庭代代相传的淳朴家风。

活动现场，三姓社区书记丛小薇也亲自下厨，为居民们烹制特色家常菜——柳蒿芽炖土豆。质朴的野菜搭配软糯土豆，味道温润鲜香、治愈暖心，收获全场好评。

谈及举办厨艺大赛的初衷，丛小薇告诉记者：“家常菜看似普通，却是最有温度的载体。柳蒿芽朴实无华、踏实生长，就像我们做人做事的道理，真诚质朴、踏实善良、邻里互助。我们举办这场厨艺比赛，主要是想用一桌桌家常味道，把好家风传下去，把邻里心聚起来，让社区更暖、更有人情味。”

小红花温情评选 全员参与皆有收获

品鉴投票环节温馨又治愈，现场没有激烈比拼，只有真诚欣赏。居民和工作人员手持小红花，从菜品口味、用心程度、家常寓意、家风内涵等方面认真评选。

活动全员参与、全员有奖，所有参赛居民都领到精美纪念品，真正实现参与有收获、邻里有温度。

这场厨艺大赛没有刻意比拼竞技，而是让居民带着自家家常菜坐在一起，分享味道、聊聊生活、拉近彼此距离，在真实的烟火氛围里增进邻里熟悉度、传递朴实好家风。

龙鑫社区每月一次助老聚餐

为独居老人搭起暖心饭桌

生活报讯（记者于海霞 文/摄）17日中午，哈市香坊区王兆街道龙鑫社区活动室里热闹起来，欢声笑语混着饭菜香气飘满屋子。30多位老人围坐桌边，边吃边唠。这是社区每月固定的助老聚餐，从2023年5月启动至今，一场不落，已经坚持了三年多。在老人们心里，这顿饭，吃的不是饺子，是盼了一整月的见面。

案板上，肉馅、蔬菜码放整齐，志愿者们一早就在厨房里忙活开了。和面、调馅、包制，分工有条不紊。红十字志愿者安宁蹲在灶台边，盯着翻滚的大锅，刚煮好的饺子一个个浮起，白白胖胖。她拿着漏勺快速捞起，沥干汤水，马上装盘送到餐桌上。

“我们特意给老人调整口味，少油少盐，清淡适口，照顾大家的肠胃。”安宁擦了擦额头的汗说：“不少志愿者一大早四点多就出门采购食材，八点准时到社区集合，一上午忙活下来，八百多个饺子才能包完。大家都是自愿过来，还自掏腰包分摊食材钱，每次一个人差不多二十块。”

桌上的菜品丰富，除了热气腾腾的饺子，还有炖菜、鱼、凉拌小菜，全都出自志愿者之手。没有精致摆盘，都是家常味道，却最合老人们的胃口。

今年七十多岁的林叔，是聚餐的“铁杆粉丝”，几乎每场都来。他说，自打这个活动开办，自己心里就多了一份牵挂。“有人问，家里缺一口吃的吗？真不缺。”林叔笑着摆了摆手，“我们这些空巢、独居老人，在家常常一整天说不上几句话。到这儿不一样，老伙计们凑一块儿，聊聊家常、说说近况，热热闹闹的。社区想得周到，饭菜可口，坐在一起就跟一家人团聚似的，这份热闹千金难换。”





一旁的毛叔跟着点头，他见证了这场活动一路坚持下来的日子：“一晃三年多，月月都不中断。志愿者们实心实意付出，我们这些老同志心里都记着这份暖意。”

社区书记巩秋梅介绍，这个每月聚餐的初衷，瞄准的是空巢、独居、困难老人的精神需求。很多老人衣食不愁，可常年独自在家，孤单感无处排解。

“我们一开始就想明白，老人不差一顿饭，缺的是陪伴和社交。”巩秋梅说，聚餐只是载体，除了包饺子、包包子、馄饨这类家常饭，社区还搭配了不少活动。天气好的时候，带着老人们出门踏青散心；逢年过节，组织大家做灯笼、手工，一起议事聊天。

每月一次的相聚，慢慢变成老人们共同的期待。日子一到，大家早早打听、按时赶来，有的老人前几天就开始念叨，等着和老邻居见面。一张小小的饭桌，把平日里独自在家的老人聚到一起，三年多的坚守，让活动室变成了老人们的“第二个家”。

生活报法律顾问
黑龙江同长律师事务所
提供法律咨询、法律代书、诉讼代理、企业法律顾问、刑事辩护。
咨询电话：17094511333
地址：南岗区黄河路136号