

# “门外汉”到“内行人” 她晚年“茶生活”丰富多彩

星报讯(高密 记者 沈娟娟 文/图) “之前我喝茶就是抓一把茶叶放进茶杯,不管什么茶叶、水温,一喝一整天,也就是两年的时间,现在我开始‘品’茶了。”家住合肥市包河区烟墩街道云川社区的刁吉先从茶叶“门外汉”开始一点点学习、钻研,去年,在合肥市评茶员大赛中获得了第15名,拿到了高级职称。

刁吉先说,两年前,她退休在家,听同事说云川社区有个茶艺班很有意思,正好她对这块一窍不通,就立刻报名参加参加了,“那时候,我连中国六大名茶是什么都不知道,更别提区分各种茶了,一切从零开始。”

好在,当时茶艺班有一批老学员,老师也经常深入浅出地讲解茶的相关知识,刁吉先也慢慢地对茶有了好感,学了半年后,赶上疫情,她还是没有放弃,坚持跟老师在网课上。

“茶文化博大精深,既然学了,就要深入地学,不能只学一点皮毛。”刁吉先请老师帮忙推荐了一些书,自己刻苦学习,后来在2020年合肥市评茶员大赛中获得了合肥市第15名,拿到了高级职称,“这个比赛参加的人不少,而且要经过文化课和实际操作两方面的比拼。”

以前,刁吉先喝茶就是抓一把茶叶放进杯子,一喝一整天,现在她学会



了在泡茶的时候闻茶香,品品茶,和朋友们交流每一种茶叶的香味、感受,“茶艺生活适合老年人,让我的精神生活很充实。”

“茶艺不仅仅是茶,诗书画茶密不可分,内容很丰富,我都要慢慢学习。”刁吉先说,茶艺对自己的改变可以用翻天覆地的来形容,包括服饰、茶具、言谈举止等,“整个人都感觉在优雅地生活。”

如今,刁吉先是云川社区茶艺班班长,这个茶艺班也越来越有知名度,甚至有别的社区的人大老远来学习。今年,她想把茶艺班扩大规模,让喜欢的人都可以来学习中国的茶文化,再丰富茶艺班的内容,比如茶艺、品茶、茶艺装饰、健康茶等。



电话:0551-62620110

## 梁墩村开展 “知春分、晓习俗”立蛋活动

星报讯(胡祥松 记者 马冰璐) 3月17日,合肥市南岗镇梁墩村在农家书屋组织开展了“知春分、晓习俗”立蛋活动,让小朋友们一起感受这一传统习俗。

俗话说“春分到,蛋儿俏”,春分是南北半球昼夜均等的日子,呈66.5度倾斜的地球地轴与地球绕太阳公转的轨道平面刚好处于一种力的相对平衡状态。“在每年的春分那一天,人们会开展丰富多彩的民俗活动,如‘立蛋’‘吃春菜’‘送春牛’‘放风筝’等。”在老师讲解春分习俗的过程中,小朋友们纷纷挑选自己心目中稳定性最好的鸡蛋,并为它绘制五彩的图案,寓意留住春天、孕育吉祥,鸡蛋在他们的手里变成了各式各样的鲜活物。

在锻炼儿童手脑配合及艺术创造力过程中,让孩子们了解中国传统文化。“这是我的新朋友,我给它画了一个笑脸,还戴了好看的帽子,我希望它能一直开开心心的。”小朋友拿着刚刚画好的不倒翁说道。装饰完鸡蛋后,立蛋比赛正式开始了。小朋友们双手拿着蛋,大头朝下,轻轻地放在桌子上,一次、两次、三次……一次次失败,一次次尝试,现场气氛热烈而紧张。在一立一倒间,小朋友们感知着平衡的魅力。

二十四节气是我国独特的文化遗产,通过活动既让孩子们了解了中国的传统文化,也一起体验了立蛋活动带来的乐趣,“春分立蛋”的习俗让孩子们在实践中成长,在尝试中见证“奇迹”。

## 三里庵街道“防电诈” 开展流动“小课堂”

星报讯(刘伟 陈正 仲名山 孙雨静 记者 沈娟娟) 为提高辖区居民的防范意识,有效遏制诈骗犯罪案件的发生,合肥市三里庵街道综治中心与派出所不断探索防范电信诈骗宣传新手段、新方式,大力营造“全民反诈”的浓厚氛围。

近日,三里庵街道综治中心组织工作人员、社区网格员、社区民警及防电诈志愿者,利用辖区小学上学、放学的校门口人员密集时间段,通过移动电视滚动播放防范电信诈骗视频,进行“防电诈”知识“小课堂”宣传活动,用典型案例更直观地向学生、家长及过往群众宣传,利用视觉提示,拧紧群众识骗、防骗的“思想阀门”。

在安徽医科大学附属小学南门播放期间,过往群众纷纷驻足观看短片。“防电诈”联盟志愿者则结合近期多发的网购诈骗案、网贷诈骗案、刷单诈骗案、网络赌博等情况,用自己身边的真人真事向群众讲解诈骗的手段,并耐心细致解答群众在生活中可能遇到的各种电诈问题,警醒群众不轻信任何网络电话,不透露个人信息、不转账、不点开不明链接,遇到可疑情况及时拨打报警电话,谨防上当受骗。

“这场活动形式很特别,我们几个家长还在讨论,现在的诈骗手段还真多,一不小心更容易上当受骗,回去后一定要告诉身边人警惕这类信息。”一位接送孩子的妈妈感慨道。

据悉,此次活动是“防电诈”联盟进校园的首站,下一步街道综治中心还将围绕楼宇、小区、企业等进行系列宣传,不断增强群众抵制网络诈骗的“免疫力”。

## 10分钟,自制凉粉爽口又卫生

星报讯(杨艳红 刘亚萍 记者 沈娟娟) 炎热的夏天,凉拌菜成了很多市民餐桌上的必备菜品,爽脆可口的味道让很多人欲罢不能。合肥市朝阳社区的吴正凤阿姨最喜欢自制一份凉粉,让家人吃得健康又美味,只要10分钟,美味就出炉了。

“做凉粉最重要的是原材料,一定要选择豌豆粉或者绿豆粉,其他的都不行。”吴正凤说,自己看女儿做凉粉,也跟着学了起来,为了找到豌豆粉和绿豆粉,跑遍了合肥大大小小的超市,很少有卖的,“最后在家乐福和麦德龙超市才买到这两种粉。”

买好原材料后,吴正凤按照6:1的比例分别加入凉水和粉进行勾兑,“不管用什么工具,都是6:1,比如6勺水加入1勺粉。”

勾兑好后,呈现的是白色,吴正凤就把材料放进锅里烧,这个时候,她同时拿筷子不停搅拌,直到凉粉煮熟,“熟的时候是一种微微泛青色的白色,



放在锅里冷却一个小时,就变成外面菜市场买来的那种凉粉,用刀切开,就可以凉拌了。”

吴正凤说,以前也去菜市场买现成的,但为了让家人吃得卫生健康,自己就开始学着做,基本上10分钟就可以把凉粉做好,再加入蒜泥、麻油、生抽、醋、黄瓜丝等,一盘爽口的拌凉粉就可以端上餐桌了。



电话:0551-62620110

# 美好

# 社区

### 市场星报

2021年3月23日  
星期二

编辑 江锐  
组版 李静  
校对 陈文彪



掌中安徽  
APP客户端



官方微信  
scxb123

市场星报电子版  
www.scxb.com.cn  
安徽财经网  
www.ahcaijing.com