

各专业师生深入社区开展社区教育活动报道(部分)

## 目录

我系师生赴北京街家庭综合服务中心、三元里中学开展 2018 年社区教育特色课程活动.....	3
“点燃夕阳 快乐伴你我” ——《长者竞技游戏》社区课程综合报道 .....	7
传承优秀文化，提升生活品质 ——我系教师进社区讲授《茶文化与养生》 .....	8
走进社区，传承与传播广府文化.....	8
《亲子沟通》之“我爱我家” .....	9
“沃野乡伴”南岗村儿童安全教育项目第四节.....	12
《亲子沟通》之“一起来，更融洽”趣味活动.....	13
《隔代教育》社区服务活动（四） .....	16
《隔代教育》社区服务活动（二） .....	18
公管系举办“尊老敬老、爱老助老”社区教科研实践活动.....	20
食品系黄利华副教授为龙口西小学开展焙烤亲子活动.....	23
食品系欧爱芬老师为珠江花园社区开展食品安全科普活动.....	24
2018 年广州科技创新活动周之矿泉街社区亲子焙烤及营养科普活动.....	26
2018 年广州科技创新活动周之“健康人生，营养先锋”大学生营养日活动顺利开展 .....	28
食品系黄利华副教授赴天河区五一小学 举办“走近食品添加剂，走进健康”体验活动.....	30
食品系黄利华副教授赴广州市第十六中学开展“中学生膳食指南”讲座.....	31
食品系教师赴新市街家庭综合服务中心开展“学龄前儿童膳食指南”科普宣传活动 .....	32
食品系教师赴新市街家庭综合服务中心开展“中老年人膳食指南”科普宣传活动 .....	33
食品系教师为广园幼儿园小朋友和家长 开展“走近食品添加剂，走进健康”主题科普活动.....	34
食品系教师再次举办“食品添加剂知多 D”主题体验活动.....	36
食品系举办 2017 年 9 月“广州科普游自由行”活动.....	37
食品系教师赴华乐街文化站开展科普宣传活动.....	38

食品系教师赴天河区工人文化宫举办“学龄儿童与健康”食品科普宣传活动.....	39
食品系教师赴天河区工人文化宫开展“老年营养与健康”科普宣传活动.....	39
食品系教师赴天河区工人文化宫指导市民辨认食品标签.....	40
食品系教师赴先烈中路小学开展“走近食品添加剂，走进健康”科普体验活动.....	42
食品系为广园小学第二实验学校开展食品科普活动（二）.....	43
食品系赴广州汇泉小学举行科普活动.....	44
城建系开展“市政标志知多点”服务社区系列活动.....	46

## 我系师生赴北京街家庭综合服务中心、三元里中学开展 2018 年 社区教育特色课程活动

作者: qicheng 日期: 2018 年 11 月 26 日

2018 年 7 月及 11 月, 我系成琪老师、阳一晨老师、王建萍老师及学生志愿者深入越秀区北京街家庭综合服务中心与三元里中学开展 2018 年社区教育活动之社区青少年日常礼仪特色课程。

课程开始前, 三位项目的主要负责老师通过前期活动策划、社区联系, 中期课程实践、课程调整, 以及后期读本编辑、反馈收集、汇总等, 完整地完成了本次社区教育项目。礼仪培训师对越秀区北京街家庭综合服务中心与三元里中学青少年进行日常礼仪规范及形体礼仪方面的知识传授。

本次特色课程开展成功, 反响热烈。课后, 社区负责人信息反馈, 希望老师们到不同的社区、校区开展这方面的特色课程。



三位负责老师讨论活动方案



北京街课程开展中 1



北京街课程开展中 2



北京街课程合照 1



北京街课程合照 2



三元里中学课程开展中 1



三元里中学课程开展中 2



三元里中学课程合照

# “点燃夕阳 快乐伴你我” ——《长者竞技游戏》社区课程综合报道

作者：lix 日期：2018 年 10 月 08 日

在公共管理系领导的指导以及社区机构、养老院的支持和配合下，由我系李霞老师负责的 2018 年社区教育特色课《长者竞技游戏》分别于 6 月 30 日、7 月 11 日和 7 月 14 日在广州荔湾区南源街家庭综合服务中心、南国颐景老年公寓和广州寿星大厦顺利举行。

长者竞技游戏是将竞技游戏与趣味活动相结合而成，将积极老龄化贯穿项目始终。在具体实施过程中，根据长者的需求，设置不同的游戏，比如“翻滚吧、篮球”、“套圈圈”、“夹豆子”、“乾坤大挪移”、“三心二意”、“冒险抓球”、“手上排球”、“四平八稳”等等。长者们积极参与各种游戏，其中“翻滚吧、篮球”和“套圈圈”最受长者们的喜欢，多次参与而不觉得累，这些游戏不仅训练长者手部的灵活度和眼力，也让现场气氛非常活跃。长者们玩的不亦乐乎，通过努力，长者们获得了不同的奖品，带着满足的心情离开了。

参与的长者们潜力无限，平均年龄超过 65 岁，但这并不影响他们的参与热情，他们还希望多举办此类活动，游戏的内容还可以再丰富些。

他们这种积极参与，不畏难、不服输的精神让很多年轻人自叹不如。从中我们也了解到不要小看长者的运动能力，年龄不是问题，健康的身心很重要。

文/图 林美华、李晓霞、李宇军





## 传承优秀文化，提升生活品质 ——我系教师进社区讲授《茶文化与养生》

作者: w2720349866 日期: 2018 年 06 月 25 日

近日，我系张介凡老师应越秀区社区教育学院之邀，到越秀区梅花村街分院共和村社区中心为梅花村街居民做了一场《茶文化与养生》讲座。

张介凡老师结合端午前后天气变化对身体和饮食的影响，从广州端午节日民俗文化引入，介绍了如何奉茶为饮与养生知识。讲座介绍了我国六大基本茶类和各种再加工茶类，春茶、夏茶和秋茶，新茶、陈茶的辨识，以及根据身体情况和四季节特点选用茶叶的方法；根据茶叶选用不同茶器，以不同水温冲泡的方法，以及科学饮茶、饮茶与养生、茶道与茶精神等相关知识。

梅花村街居民高兴地说，这场讲座让我们收获了满满的茶文化与养生知识。



## 走进社区，传承与传播广府文化

作者: byy 日期: 2017 年 11 月 20 日

11 月 17 日，公共管理系张介凡老师应邀走进越秀区梅花村街，为社区居民做了一场“广

府文化探源”专题讲座。张老师生动讲述了岭南始祖赵佗平定岭南的故事以及对岭南文化的贡献，结合梅花村街所属原东山区小洋楼群的历史渊源、建筑风格及相关的历史人物作了阐述，并由居民参加的红船活动追述了清代疍民生活方式与珠江文化的关系，通过这些文化掌故探究了广府文化源头与文化精神。这场讲座让社区居民得到一次文化熏陶，更多地了解广府文化，也提升了居民的文化自信，以及对广州、对广府文化的热爱。（供稿、摄影：闲云）



## 《亲子沟通》之“我爱我家”

作者：lix 日期: 2017 年 10 月 23 日

2017 年 10 月 14 日下午，公共管理系李霞老师带领社区特色课程《亲子沟通》的项目组成员，在我校 N501 开展“我爱我家”主题活动。此次活动共招募了景泰社区 15 组家庭参与。

活动伊始，李霞老师简单讲述此课程的背景、目的和意义，并从当前阶段亲子沟通中容易出现的问题讲起，引导家长如何和孩子沟通，做到有效沟通。李老师结合自身实例，生动有趣，引起家长们的共鸣。

接着，由景泰家综青少部何姑娘带领孩子们分别进行了自我介绍和趣事分享，孩子们用稚嫩的童声为现场带来一阵阵欢声笑语，也引起了家长们的思考。

在亲子手工制作环节，需要家长与孩子用冰棍棒搭建房屋，李老师要求家长们放下手机，全身心陪同孩子一起完成。因手工制作难度大，也很耗时，但家长和孩子克服困难，各显身手，用爱心和耐心搭建一个温馨的家。

分享环节，家长们纷纷表示活动很有意义，感觉好久没有专心陪孩子一起玩，或是陪玩的时候还不停刷手机，关心的也多是孩子作业做完了没有、考试怎么样等等，觉得孩子越来越不听话，越来越难管，其实真正的问题在于和孩子的沟通少了，希望可以多举办类似的活动。孩子们也表示很开心和爸爸妈妈一起玩手工。

据悉，《亲子沟通》项目从4月份立项以来，先后在广园中学、广园小学开展了“沟通聆距离”小组和“一起来，更融洽”专题活动多场。这些活动促进了孩子与父母的沟通，也让孩子结识更多的好朋友，并鼓励孩子们参与探索，对促进身心健康发展起到了一定的作用。

文、图：黄卓祯 陈秋兰

2017年10月14日







#### “沃野乡伴”南岗村儿童安全教育项目第四节

作者：byy 日期：2017年09月22日

2017年7月26日，由广州城市职业学院学生带领的“启明灯安全工作计划”小组，在南岗综合服务站开展了第四节活动，出席本次小组活动的有五名工作人员以及近20位组员。

活动回顾了上一节课的防溺水和防拐骗知识，又通过了“一块五毛”游戏和两个版本的情景模拟让小朋友们了解“校园欺凌”及“四不，四行，四技巧”。《明天会更好》的暖心演唱也让孩子们在心中燃起希望……最后，当工作者和孩子们凝固在照片里的那一刻，本次活动也顺利告捷！

本次活动的开展，让小朋友们懂得什么是校园欺凌，懂得如何解决这种情况，懂得相互关心与帮助。希望小朋友们能将安全知识铭记于心，同时也祝所有小朋友在和谐安宁的环境中快乐学习，健康成长！



## 《亲子沟通》之“一起来，更融洽”趣味活动

作者：lix 日期：2017年09月04日

近日,公共管理系李霞老师带领我系学生志愿者为广园小学一年级部分学生和家开展了“一起来，更融洽”亲子沟通趣味活动。

此次活动是2017年社区项目《亲子沟通》的户外拓展，通过有趣的游戏活动，让孩子和父母增进彼此的了解和信任，促进情感的交流，建设和睦、融洽的亲子关系。活动中共设置“爱的抱抱”、“心有灵犀”、“两人三足接力赛”、“珠行万里”、“你划我猜”、“我的小小心愿”、“DIY风车”等游戏和美食分享。

在老师和志愿者的引导下，大家都积极参与，全身心投入，家长们放下工作的忙碌，全身心地和孩子们一起完成每一个任务，现场热情高涨。在遇到困难时，家长和孩子们相互鼓

励和支持，不惧失败，一次次尝试，最终达到终点时，大家一起欢呼；在表达心愿时，家长和孩子们一样放飞童趣，认真地在心愿树上贴上心愿，祝愿孩子健康成长，学习进步，孩子们希望可以多举办亲子活动，让父母多多陪自己。

活动最后，老师为每个孩子都送上了书籍《中华上下五千年》，并为在活动中表现突出的队伍颁发了奖品。 供稿：陈秋兰/摄影：余素霞



爱的抱抱



两人三足接力赛



珠行万里



小小心愿树





大合照

## 《隔代教育》社区服务活动（四）

作者：lix 日期：2016年12月14日

2016年12月9日早上九点时分，由广州城市职业学院公共管理系主办，三元里家庭服务中心协办的“社区长者隔代教育”课程在白云区松柏东幼儿园继续开讲。

针对当前不少年轻父母由于工作繁忙，缺乏跟子女交流，家中老人肩负着照顾和培养第三代重任的现象，为帮助更多的老人家发挥家庭教育的作用，公共管理系的李霞老师在开课之前，首先让她的团队成员组织长者们做一份简短的有关祖辈们在日常生活中带孙辈的一些教育情况的调查问卷，以便让祖辈们通过问卷对隔代教育有一个初步的了解。

在松柏东幼儿园主任的隆重介绍后，李霞老师带领长者们围绕“隔代教育的概念及利弊”进行交流。有些长者在一开始交流的时候，显的不太好意思，不敢发表自己的看法。但在李霞老师的鼓励及其他伙伴的带动下，长者们变得越来越积极参与，积极融入课堂交流，分享自己带孙的一些经验和困惑，现场的气氛很活跃。

紧接着，李霞老师及其志愿者通过“动动手——做手指操”，让长者们活动一下自己的筋骨。进入有奖问答的环节后，讲师主要围绕“隔代教育中易出现的现象及如何做一个懂教育的爷爷奶奶”进行讲解，从而进一步提高祖辈们的积极性，大家主动回答讲师的问题。

通过此次课程，祖辈们学会了如何做一个懂教育的爷爷奶奶，教育好外孙子女，培养好自己的下一代。爷爷奶奶们也纷纷表示非常满意李霞老师此次隔代教育的讲座，并希望老师可以经常来开此类的课程，让他们学习更多的知识。

（供稿/摄影：叶颖茵、卢慧芬、余素霞）





## 《隔代教育》社区服务活动（二）

作者：lix 日期：2016年11月28日

为了进一步普及更多有关隔代教育的知识，2016年11月12日下午，公共管理系李霞老师和学生志愿者又走进了广园小学，为一年级孩子的爷爷奶奶们开展了《爷爷奶奶如何教育好孩子》的讲座。

首先，李霞老师和大家一起进行了热身运动，带动了现场氛围。接着，李霞老师对爷爷奶奶们主动承担带孙辈的工作表示敬佩，也理解在这个过程中老人们很辛苦，但很多时候仍然会和孩子的父母们起冲突，李老师的话使现场的爷爷奶奶产生了共鸣，对讲座产生了很大的兴趣。接着，李老师又结合日常生活中的例子，引出“什么是隔代教育”、“在隔代教育中会遇到什么问题”、“应该怎么解决隔代教育问题”等话题。爷爷奶奶和孩子们都积极互动，特别是最后一个问题“孩子们希望爷爷奶奶怎么做呢”让孩子们畅所欲言，纷纷表达了自己的想法，比如“我希望爷爷奶奶不要再喂我吃饭了”、“我想自己做”、“我希望爷爷奶奶不要帮我背书包”……现场的老师和爷爷奶奶们被孩子们的懂事和“小大人意识”深深的感动了，同时，也给爷爷奶奶们带来了反思。最后，李老师为大家发放了精心准备的礼物。

此次讲座取得了意想不到的效果，祖孙辈一起上课，加深了两代人的沟通和交流，据孩

子父母反馈说：“听了讲座的爷爷晚上告诉奶奶，以后不能再娇惯孩子了”。

（供稿/摄影：叶颖茵、卢慧芬、余素霞）





## 公管系举办“尊老敬老、爱老助老”社区教科研实践活动

作者：byy 日期：2015年12月15日

2015年12月9日下午，虽然天公不作美，下着倾盆大雨，又冷又湿，但是仍然阻挡不了师生们奔赴景泰家庭综合服务中心的热情。今天，15人力1班和2班100多名同学将在这里与景泰街的老人们有个美丽约会。

同学们来不及抹干净头发上的雨水，就投入到紧张的摊位布置中。本次活动一共设置了

10个摊位，既有考验脑力活动的象棋比赛、找成语活动，也有考验体力和技巧的“保龄球”、套气球、中“圈套”、吹乒乓球活动，还有电脑手机操作、营养知识推广科普活动，还邀请了中医药大学针灸科的刘明医生为老人家进行义诊。

2点半，景泰街的老人家冒雨如约而至，在同学们的陪同下，老人们玩得不亦乐乎，有的老人家赢了游戏之后兴奋地在现场跳起了舞蹈，优美的舞姿赢得同学们热烈掌声；有的老人家赢了游戏之后继续排队再玩，像个老顽童；有的老人家赢得游戏之后，拿着奖品开心得到处宣传……整个服务中心热闹非常，时不时爆发出了开心的笑声。

活动结束后，同学们纷纷表示，本次活动与我系社区服务精神培养及教学科研实践和专业知识相结合，通过与社区老人聊天、游戏，加深对老人的了解，看到社区老人们玩得很开心，自己也很开心。同时也感受到社区的孤寡老人的孤独，作为大学生，我们要弘扬中华优秀传统美德，以“孝”为先，尊敬和帮助我们身边的每一位老人，用我们的爱去驱除老人家心中的孤独，弘扬社区守望相助的精神，让社会更美好。

本次活动白云区政协教育组委员也作为观察员参加了活动，并给予了活动高度的评价和肯定。

（15人力1班莫海斯供稿，15人力区子明、15人力2班宋琦拍摄）





## 食品系黄利华副教授为龙口西小学开展焙烤亲子活动

- 发表时间：2018-12-17 13:55:03 文章来源：本站原创 人气：457

• 12月16日上午，食品系黄利华副教授在广东省青少年科技教育基地、广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”为龙口西小学一年级学生及家长开展了一场焙烤亲子科普活动。黄老师首先跟大家介绍了科普基地组成，然后详细讲解了港式蛋挞的制作流程，在体验环节，孩子和家长们在黄老师及学生志愿者的指导下，秉着健康美味的原则，仔细认真地制作了蛋挞。开展焙烤亲子活动不仅让大家学会了焙烤食品的加工流程，也加深了小朋友和家长间的亲密关系。







## 食品系欧爱芬老师为珠江花园社区开展食品安全科普活动

发表时间：2018-10-10 14:39:39 文章来源：本站原创 人气：6

为提高社区居民的食品安全意识，培养其健康的饮食习惯，掌握科学的食品安全知识，提升居民的科学素养，食品系欧爱芬老师于9月22日上午在食品系广东省青少年科技教育基地、广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”为珠江花园社区居民们举行了一场食品安全科普讲座及亲子烘焙的活动，珠江花园社区约有40位居民参加。

本次食品安全科普活动内容丰富，形式多样。欧老师通过案例形象生动地讲解了保

健品食品安全知识、冰箱的正确使用以及食物贮存过程中的食品安全知识。通过讲座让社区居民了解了保健品选择技巧，提醒居民不能盲目依赖保健品，同时也掌握了冰箱使用中的食品安全误区，科学合理地使用冰箱，保障舌尖上的安全。

此外，欧老师还详细地讲解广式月饼的制作流程，在制作过程中科普食品安全知识，并教会家长与孩子们基本操作，在丰富孩子与家长的假日生活，提高家庭之间交流沟通的同时，提高社区居民的食品安全知识，提升居民的科学素质。





## 2018年广州科技创新活动周之矿泉街社区亲子烘焙及营养科普活动

发表时间：2018-06-16 12:11:01 文章来源：本站原创 人气：2

5月19日到5月26日是广州市科技创新活动周,为了向广大市民宣传营养与健康知识,拉近家长与孩子之间的关系,5月26日,广东省青少年科技教育基地、广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”负责人黄利华副教授、食品系欧爱芬老师为矿泉街社区举办了“亲子烘焙及营养科普活动”,矿泉街社区约50位家长与孩子参加。

欧老师先为居民们进行保健品知识讲座,欧老师从实际出发,向居民们讲述他们生活中经常遇到的保健品困惑问题,使居民们对保健品有所了解。随后,家长与孩子们分工合作,跟着我系志愿者与黄老师的步骤制作蛋挞与蛋糕,现场其乐融融,欢声笑语不断,孩子们品尝到自己亲手制作的食物,都特别开心。

通过此次活动,不仅让社区居民们对保健品的知识有所了解,更增进家长与孩子之间的情感交流,并让孩子们感受到手工烘焙带来的乐趣。





## 2018 年广州科技创新活动周之“健康人生 , 营养先锋”大学生营养 日活动顺利开展

发表时间：2018-06-15 12:09:28 文章来源：本站原创 人气：4

5 月 20 日全国学生营养日，5 月 19 日到 5 月 26 日是广州市科技创新活动周，为了向广大学生宣传营养与健康知识，促使他们养成良好的饮食习惯，由广州城市职业学院团委主办，食品系团总支学生会、食品协会、营养与健康科普教育基地协办的“健康人生，营养先锋”全国大学生营养日暨 2018 年广州科技创新活动周于 5 月 20 日在广州城市职业学院南校排球场举行，当天约有 500 位学生参与。

此次活动内容丰富，有食品营养知识竞猜活动、健康膳食搭配互动游戏、健康体检等，活动的奖品均由食品协会的成员们亲手制作，有蛋挞、小蛋糕、糖水等等，深受学生们好评。该活动让学生们在游戏中学习，参与的学生们纷纷表示此活动不仅丰富校园生活，更让学生们了解到营养与健康的重要性。

此次活动为学生们提供了合理饮食结构建议，引导学生如何提高生活质量，让学生们有一个健壮的体魄去追求自己心中的梦想。



## 食品系黄利华副教授赴天河区五一小学 举办“走近食品添加剂，走进健康”体验活动

- 发表时间：2018-07-08 12:15:32 文章来源：本站原创 人气：2

6月21日，广东省青少年科技教育基地、广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”负责人、食品系黄利华副教授前往天河区五一小学，为该校一年（3）班的40位同学举办了一场以“走近食品添加剂，走进健康”为主题的体验式科普活动。活动开始后，黄老师对活动需要用到的食品添加剂基本知识进行了讲解，并用这些添加剂进行调配饮料示范，随后同学们在志愿者的协助下开始调配体验。活动在热烈有序的气氛中进行了近1个小时。通过体验活动，孩子们了解了平时爱喝的饮料是由哪些物质组成的，对食品添加剂的知识有所了解，纷纷表示选饮料时要看清配料表。





---

## 食品系黄利华副教授赴广州市第十六中学开展“中学生膳食指南” 讲座

作者：lyh 2018年04月17日

4月4日上午，食品系副教授、广东省青少年科技教育基地、广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”负责人黄利华老师应广州市第十六中学之邀出席该校“科技点燃梦想 创新成就未来”科技文艺活动之“百家讲坛”讲座。本次讲坛黄老师作为该校初二（8）班“百家讲坛”的嘉宾，讲座主题为“中学生膳食指南”，该班约有50位学生参加了此次讲座。

黄老师通过问题导入式的讲解方式，向同学们介绍了中国居民平衡膳食宝塔及中学生膳



食指南。通过桃子、肉类、腰果等食物模型，向同学们详细讲解了为什么要平衡膳食，如何做到合理搭配，并特别强调了早餐、运动和睡眠的重要性。活动结束前，班长给黄老师送上纪念礼物，班主任谭老师总结了讲座内容，并希望有机会还可以继续邀请黄老师来学校开展科普讲座。



## 食品系教师赴新市街家庭综合服务中心开展“学龄前儿童膳食指南”科普宣传活动

作者：lyh 2017年12月25日

11月24日上午，食品系副教授、广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”负责人黄利华老师在新市街家庭综合服务中心举办了以“学龄前儿童膳食指南”为主题的食物科普宣传活动，该科普活动受到社区居民大力支持与积极参与。

黄老师结合学龄前儿童的生理特点开展讲座，从规律就餐，自主进食不挑食，培养良好

的饮食习惯；每天饮奶，足量饮水，正确选择零食；食物应合理烹调，易于消化，少调料、少油炸；参与食物选择与制作，增进对食物的认知与喜爱；经常户外活动，保障健康生长等6个方面进行理论讲解和实践指导。

通过此次科普活动，市民们纷纷表示受益匪浅，并对黄老师的理论与实践结合的教学方法给予了一致好评，希望社区能多开展此类科普活动。



## 食品系教师赴新市街家庭综合服务中心开展“中老年人膳食指南” 科普宣传活动

作者：lyh 2017年12月25日

11月22日上午，食品系副教授、广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”负责人黄利华老师在新市街家庭综合服务中心举办了以“中老年人膳食指南”为主题的食物科普宣传活动，该科普活动受到社区居民大力支持与积极参与。

活动开始前，黄老师将各式各样的食物营养模型整齐摆放好，以供市民更好的观看与学习，黄老师以通俗易懂的语言向市民们讲解了各种食物模型的营养成分及如何根据中国居民膳食指南安排一日三餐等知识。

在活动的最后，市民们表示因学到知识而开心满足，都强烈表示以后要多了解学习食品营养与健康信息。



## 食品系教师为广园幼儿园小朋友和家长 开展“走近食品添加剂，走进健康”主题科普活动

作者：lyh 2017年12月25日

11月11日上午，食品系黄利华副教授、潘凤莲副教授在广州市级科普基地“营养与健康科普教育基地”开展了一场“走近食品添加剂，走进健康”主题科普活动，此次活动对象为广园幼儿园景云园区的50位小朋友和家长们。

首先，由潘凤莲副教授进行食品添加剂演示实验，包括色素添加实验、CO<sub>2</sub>汽水产生实验、果肉果汁及奶昔调配实验等。小朋友们都聚精会神地观看食品添加剂演示实验，生怕错过每一个环节。家长和小朋友们纷纷表示通过此次演示活动，不仅了解了常见食品添加剂种类，而且也了解了饮料大致的生产调配过程。

最后在黄利华副教授和学生志愿者的指导下，乘着尽可能少添加的原则，开始动手制作蛋挞，当热腾腾的健康美味蛋挞出炉时，大家都深有感触，进一步领悟到了此次科普活动“走近食品添加剂，走进健康”的精髓所在。



(图/文 冯秀愉)

## 食品系教师再次举办“食品添加剂知多 D”主题体验活动

作者：lyh 2017年12月06日

2017年12月2日,食品系潘凤莲老师在越秀区少年宫大南路校区再次举办了以“食品添加剂知多 D”为主题的开放式体验活动。活动受到前来上课的小朋友和家长的积极响应,他们主动参与了各项体验活动,包括用食品添加剂调配果汁、汽水、果肉果汁、奶昔等。活动大约持续了两个小时,参与人数超过了150人。参与活动的家长和小朋友们希望少年宫多举办类似活动,以增加他们对食品安全知识的了解,并指导自己的生活,使他们生活得更健康。



## 食品系举办 2017 年 9 月“广州科普游自由行”活动

作者：lyh 2017 年 10 月 30 日

9 月 23 日上午,食品系再次举办本年度第 3 次“广州科普游自由行”活动,早上 8 点 30 分左右,我系的学生志愿者们便精神抖擞地在校门口迎接 50 多位市民的到来。

上午 9 点钟,活动正式开始,市民们先是进行中医经络、食物配餐等体验活动。上午 10 点钟,由陈烽华老师举行一场关于食品安全知识的专题讲座,并进行现场有奖问答。市民们认真听讲,积极回答问题。讲座结束后,市民们在学生志愿者的带领下,开始动手制作蛋挞,当热腾腾的蛋挞烤出炉时,大家吃着自己亲手做的蛋挞,个个都心满意足。

本次活动,广大市民学到了关于食品安全的有关知识,体验了健康检测,并学会了蛋挞的制作,收获颇多。



(图/文 陈烽华)

## 食品系教师赴华乐街文化站开展科普宣传活动

—— 开展“食品标签中的大学问”科普活动

作者：lyh 2017年09月25日

2017年9月20日，广州市市级科普基地“营养与健康科普教育基地”负责人、食品系黄利华老师受邀来到华乐街道文化站开展“食品标签中的大学问”科普宣传活动。

黄老师通过预包装食品、预包装食品包装物等多种方式为市民讲解食品标签中的学问，如配料表、保质期、食品生产许可证、营养成分表等知识，让市民认识到在选择预包装食品时需关注的问题，也认识到如何结合自身情况选择食品，尤其是高血压人群如何看清预包装食品中的隐藏盐问题。

本次科普活动为社区居民揭开了食品标签中的谜团，教会了社区居民选择预包装食品的技巧，让居民明白了在吃和享受的同时更要注意营养，而且提高了广大居民的科技文化素养，实现了普及营养科学知识的目的，也为我院及食品系的社会影响力大大加分，居民纷纷表示希望主办方能够组织更多营养健康知识活动。



(图/文 周春河)

## 食品系教师赴天河区工人文化宫举办“学龄儿童与健康”食品科 普宣传活动

作者：lyh 2017年09月25日

2017年6月3日，广州市市级科普基地“营养与健康科普教育基地”、食品系王英老师到天河区工人文化宫举办了以“学龄儿童与健康”为主题的食物科普宣传活动，主要针对的人群有学龄儿童及其家长，该项活动约有40位社区居民参与。

活动中，王老师针对学龄儿童的生长发育特点进行详细的讲解分析，由于学龄儿童时期是他们身体生长发育比较迅速的一个时期，王老师根据学龄儿童的营养需要，即是学龄儿童时期社区的营养不仅仅是维持生命活动，更重要的是满足生长发育的需要，保障其吸收足够的能量、蛋白质、矿物质、维生素，并对该时期的儿童提出正确的膳食指导，老师讲解的过程中结合生活中的实际例子，通俗易懂，孩子们和家长们面对新知识保持着积极热情的学习态度。

整个活动在提高市民营养知识水平的同时，还宣传了该院及食品系的教育特色，起到了较好的社会影响力。

（文 陈华丽）

## 食品系教师赴天河区工人文化宫开展“老年营养与健康”科普宣 传活动

—— 举办“老年营养与健康”科普活动

作者：lyh 2017年09月25日

2017年5月20日上午，广州市市级科普基地“营养与健康科普教育基地”、食品系王英老师到天河区工人文化宫举办了以“老年营养与健康”为主题的食物科普宣传活动，此次活动也是我们学校2017年广州市科技活动周、2017年广州市“科技开放日”系列活动之一。其主要目的进一步提高老年人的营养知识水平，活出“年轻态”。

该科普活动受到40多位员村社区居民支持与积极参与。活动开始前，我系学生志愿者们将各式各样的食物营养模型整齐摆放好，以供市民更好的观看与学习。在讲座中，王老师详细介绍了老年人的生活形式对老年人的影响，推荐老年人最适宜的饮食和生活方式，让老



年人活出“年轻态”。

在活动最后，居民们再次为我们表示热烈的欢送与感谢，并希望我们可以常来为他们普及营养知识，多多关爱老年人。王老师表示我们食品系一直秉持着服务广州社区、服务广州市民的理念，一定会常来慰问老年人并向市民讲解普及更多更新的营养知识。

（文 陈华丽）

## 食品系教师赴天河区工人文化宫指导市民辨认食品标签

—— 举办“食品标签中的大学问”科普活动

作者：lyh 2017年09月25日

2017年5月13日上午，广州市市级科普基地“营养与健康科普教育基地”负责人、食品系黄利华老师为广州市天河区工人文化宫的社区居民们开展“食品标签中的大学问”，该项活动受到天河区40位社区居民的热捧并积极参与。

首先，黄老师给大家发放了一些食品包装，目的是让大家更清晰地了解讲座的内容。然后介绍食品标签分两大部分，一个是营养标签；一个是预包装食品，并给社区居民们讲解了他们一般接触到的食品包装纸有哪些内容，如食品正面有商家名称、食物名称、食品包装的净含量；食品反面有食品配料、营养成分表、生产厂家、QS标志等。黄老师重点讲解了食品的配料表，如一般食品添加剂及其危害，教会居民们要懂得如何挑选食物。黄老师给社区居民详细介绍了营养成分表，营养成分表能清楚地了解到该食品能给予我们身体所需的营养素，还给居民们讲解了我国食品的营养成分表一般是4+1模式，4是指能量、蛋白质、脂肪、碳水化合物，1是指钠。

此次活动一方面有利于提高广州社区居民对食品标签的了解，帮助他们更好地选择食品；另一方面也有利于扩大我们学校及食品系在外的影响力。



(图/文 毛秀娴)

## 食品系教师赴先烈中路小学开展“走近食品添加剂，走进健康”科普体验活动

作者：lyh 2017年06月13日

6月12日下午，食品系潘凤莲老师联合本系团总支学生会为越秀区先烈中路小学“科学松鼠会”的孩子们送去了一场以“走近食品添加剂，走进健康”为主题的科普盛宴。在这场盛宴中，同学们以科学严谨的态度，运用食品添加剂专业知识调配出果汁、果肉果汁、汽水及奶昔等多款饮品。

通过这次体验活动，小朋友们不仅了解了用于生产各种饮品的常见食品添加剂种类，而且认识到长期食用这些添加剂，有害身体健康，他们带着自己的成果心满意足地结束了这场科普盛宴。





## 食品系为广园小学第二实验学校开展食品科普活动（二）

作者：lyh 2016年12月27日

在广园小学第二实验学校师生们的再次邀请下，食品系张挺、陈烽华老师再次来到学校举行科普活动，旨在为小学生们传播更多的食品科普知识。2016年11月24日下午2点多，我系老师便早早来到广园小学第二实验，为即将开展的科普活动做好准备，包括现场的布置，与老师们的沟通等。与上次一样，广园小学的280位师生们表示了热烈的欢迎和周全的接待。

下午3点钟，讲座正式开始。本次讲座的主题是：食品标签中的大学问，由张挺老师主讲。张老师针对小学生们的年龄、心理等特点，深入浅出的讲述了食品标签中的相关知识，怎样从标签中了解到该食品的营养、安全等信息，如蛋白质、脂肪含量、添加剂的使用情况。并现场展示了多种不同的食品包装，从实物中向同学们传授相关的知识和技巧。小朋友们在广园小学的老师们的指挥下，井然有序的坐着，专心的听讲，认真的做笔记。到了现场提问的互动环节，同学们便再也坐不住了，都抢着回答问题。他们的理解力出乎我们的想像，认真程度也让我们佩服。

活动结束后，师生们都表示希望以后可以多点过来举办讲座和活动，而我系老师也当场答应会再来。



(图/文 陈烽华老师)

## 食品系赴广州汇泉小学举行科普活动

作者：lyh 2016年12月27日

怀着渴望知识的心情和求知的欲望，广州市汇泉小学的师生们邀请食品系老师前来进行有关食品营养与安全知识的讲座，希望给本校的小学生们传授一些相关的知识，以提高他们对科学的兴趣和学习的动力。

11月14日上午，我系陈烽华、黄利华老师带着学生志愿者来到了汇泉小学，小学生们早已在操场上列好队整齐的站着。在校长的介绍后，陈老师便站上主席台，面对全校1000多师生，开始进行关于“食品营养与安全”的科普知识讲座。

陈老师先从今天早上的早餐开始，引入话题，从为什么要吃早餐、午餐等，该怎样吃好

一日三餐，哪些食物应该多吃，哪些少吃，哪些不能吃，再到具体的分析为什么应该这样做，同学们如果想更加深入的理解这些原理，应该去看哪些科学知识读物，学好哪些学科，为将来的深入学习研究做好准备。

讲座结束后，陈老师进行了现场提问环节，对答对问题的同学颁发奖品。并对每一位师生发了一份精心设计的宣传资料。为了感谢师生们的热情，陈老师还答应以后一定会常来贵校，为小朋友们宣传更多的食品科普知识！





## 城建系开展“市政标志知多点”服务社区系列活动

作者：zhm 2017年05月19日

2017年5月17日下午，为了提高社区居民对市政标志的认识能力，我系在金泰社区开展了“市政标志知多点”服务社区系列活动。参加此次活动的有我系15、16级部分团学干部。

本次活动是以“市政标志拼图”活动为主，吸引了许多居民前来参加。“市政标志拼图”活动是让参加的居民根据提示，拼出一个正确完整的市政标志并解释其含义。居民们在活动中聚精会神地拼图，他们的专注深深地打动了每一个团学干部。

热情服务社区居民，已成为我系一大特色。此次活动不仅提高了居民的动手能力，开阔了居民的视野，同时也提高了居民们对市政标志的认知。



