

## 吉大街道石花社区成立党建联盟

### 多次开展活动,留下许多暖心故事

今年初,香洲区吉大街道石花社区成立“红色灯塔”党建联盟。党建联盟由石花社区14家机关及企事业单位党支部组成,联盟成立后开展了多次服务活动。在活动中,留下了许多暖心的小故事,这些身边的故事看似微小,却真实感人。



采写:本报记者 纪瑾  
摄影:本报记者 程霖

党建联盟由14家机关及企事业单位党支部组成。

## 湾仔银坑社区 开展瑜伽培训活动 六旬大妈学会 瑜伽48个体式动作

本报讯(记者宋爱华)“吸气、呼气、放松……”近日,湾仔街道银坑社区开展“鹤发童颜——健身瑜伽”学习活动,社区居民在专业老师的教授下学习了48个瑜伽体式动作。“一直想练瑜伽,这个培训班终于满足了我的心愿。”一名居民在学习结束后高兴地说。

培训学习活动邀请了珠海市瑜伽协会的专业老师作为主讲嘉宾,第一堂课上老师先通过PPT讲解了健身瑜伽的基础理论和相关的解剖学基础知识。“健身瑜伽通过体位训练、气息调控和心理调节等手段,改善体姿,增强身体活力、延缓机体衰老,是体育养生的重要组成部分。”随后进入瑜伽基本体式动作的教学阶段,针对大部分学员都是初学者的情况,老师在教学中本着“循序渐进、全面均衡、安全有效”的原则,对瑜伽的48个体式从第一级开始教起,由易到难一直到第三级的全部动作。“前屈、后展、侧弯、倒置、平衡支持、坐姿放松”,每一个体式老师都通过分解示范,让学员们逐渐掌握了鳄鱼式、拜日式、蝴蝶式、眼镜蛇式等48个体式。

“吸气、呼气、放松……”伴随着舒缓的音乐声,耳边萦绕着老师轻柔的指导声音,学员们在一呼一吸间,或舒展双臂或拉伸腰肢,在动静结合中充分地调动起全身的肌肉,进入瑜伽的美妙世界。经过两天的学习,学员们基本学会了瑜伽的48个体式动作。

## 创新党建项目 将分散活动变成集体“大课堂”

石花社区有格力广场、石花公寓、将军花园等多个小区,居民大都来自天南海北,每个小区都有各自的特点和需求。

“成立党建联盟的初心很简单,就是我们在日常工作中发现社区居民有各种各样

的需求,如果只依靠居委会几名工作人员很难完成,只有聚集起区内企业党支部的力量,方能更好地开展服务。”石花社区党委负责人说。

今年年初,石花社区党委联合十余家机关及企事业单位党支部成立“红色灯

塔”党建联盟,通过挖掘共建单位优势资源,将以往分散的组织活动变成集体“大课堂”,开展形式多样的共建活动。

据悉,“红色灯塔”党建联盟系石花社区创新性党建项目之一。石花社区流动党

员较多、退休党员较少,且辖区内还有多家政府机关、国企、“非公”企业等单位的党组织,拥有较为丰富的党员力量和社会资源,部分单位也有与社区党委合作开展活动的经验,适合推进区域化党建工作的开展。

## 吉大街道两社区开展 长者营养膳食游园活动 提高老年人 健康饮食观念

本报讯(记者纪瑾)为提高社区长者的健康饮食观念和意识,让长者更好地了解膳食营养对于健康的重要作用和意义,吉大街道吉莲、白莲社区近日在吉莲新村中心公园开展“健康护航,享受夕阳之长者营养膳食游园活动”,辖区内的100多名长者参与此次活动。

活动由吉莲社区和白莲社区、珠海素缘素食自助馆共同主办。在活动中,社区卫生站的杨医生为大家讲解日常膳食营养的搭配和制作技巧,尤其强调老年人应留意烹饪与饮食方式。如少吃甜食和面食、控制血糖。紧接着,社区志愿者给长者们派发搭配好的素食餐点和饮品,大家聚在一起用餐,有说有笑,现场气氛十分热闹。一名长者说:“今天不仅学到不少营养膳食知识,还吃到美味健康的素食餐点,很开心。”

主办方表示,此次长者营养膳食游园活动内容丰富,一方面倡导营养膳食和健康饮食方式,让长者了解有关知识、吃得健康;另一方面,也给社区长者搭建了与街坊邻里交流沟通的平台,促进彼此互动。

## 链接多种资源 关心帮助社区特殊人员

党建联盟成立后,先后开展了多次服务活动,涌现出许多暖心的小故事。

刘阿姨今年79岁,是辖区的一名独居老人。社区党委负责人每逢重要节日,都会带领党员上门了解刘阿姨的近况。在一次慰问中,党员们发现刘阿姨家中存在电线接线板老化、地

漏封堵、手机接触不良等情况。中国移动无线优化中心党支部的党员志愿者得知后,来到刘阿姨家中为她更换了接线板、疏通了管道、修理了手机,并对刘阿姨家的用电情况进行了排查,确保安全。

在为广大居民服务的同时,社区党委十分关心社

区内患有精神疾病的人员。林雪燕是社区第四网格党支部书记,同时也是一名卫计专干,她在日常走访中发现,一些基本康复的精神障碍患者难以融入社会,常常闭门不出。为了帮助这些居民,林雪燕四处链接资源,邀请专业的心理咨询师为他们开展心理健康沙

龙服务,举办手工制作等活动,让这些人在专业人员的帮助下释放身心、逐步融入社会生活。梁阿姨患有偏执性精神分裂,林雪燕多次上门慰问,鼓励她多出门参加活动,经过半年多的心理辅导,梁阿姨状况有了明显好转,迈出了与小区居民交流的步伐。

## 激发党员积极性 让社区党员增强归属感

“红色灯塔”党建联盟的成立不仅让群众受益,而且还让分散在社区的党员有了更大动力去参与组织生活。

“以前我们党支部都是自行组织开展活动,自从加入党建联盟后,我们的家好像一下子大了起来。前不久举办的党员生日会,是我

入党以来第一次在组织内过生日,真的很难忘。”汇康畜禽贸易党支部书记黄春源激动地说。

据了解,未把组织关系迁入石花社区党委前,汇康畜禽贸易党支部较少开展组织活动。经过社区党委走访排查后,汇康畜禽贸易党支部于今年3月正式加入石花

社区党委下属的两新支部。此后,在社区党委举办的活动中,总是少不了汇康畜禽贸易党支部党员的身影。

石花社区的流动党员较多,有的难以经常参加组织生活。对此,社区党委负责人通过微信联系党员、按照网格打电话给党员,了解这些党员的具体情况,并制

定有效的学习考评机制。比如,因为工作抽不开身参与组织生活的党员,可以查看发布在微信群中的学习材料,再提交学习心得给社区党委,做到“不掉队”“不落伍”;能到场参加组织生活的党员则更加积极,主动记录学习内容,按时提交学习心得。