

“来到这里,就好像穿越时空”

2022年厦门退休人员参观研学活动走进厦门老院子景区

晨报讯(记者 陈嘉汶)情暖人社,温馨退服。在厦门市人社局指导下,厦门市及各区企业离退休人员社会化服务中心策划推出2022年厦门市退休人员参观研学活动,大大丰富了退休人员的精神文化生活。10月27日,开元街道40名退休人员应邀参与该活动,走进厦门老院子民俗文化风情园景区。当日活动由厦门市退服中心、思明区人社局、思明区退服中心主办,开元街道协办。

当天活动现场,退休人员先走进渔村文化区,看到一个个闽南渔村古厝仿真场景,包括惠安女劳作、老少渔民捕鱼等内容。

“来到这里,就好像穿越时空了。”退休人员们的赞叹声不绝于耳。

随后,退休人员参观了企鹅网红世界,零距离观看南极萌宠。在场馆内,只见一只只小企鹅行走在“南极大陆”上,左右摇摆、憨态可掬。其中,有一只企鹅从地面跃入水中,自在地翻转、遨游着;又突然地浮出水面,湿漉漉的毛发覆盖了它的眼睛,看起来十分可爱。不少退休人员连忙拿出手机,想要捕捉最有爱的一帧画面。“它们看起来并不害怕游客,反而很喜欢跟大家互动。”虽然隔着玻璃墙,但退休人员似乎已经和小企鹅们建立了亲密的关系。

“太过瘾了,还想再来看一次!”同样收获好评的,还有大型沉浸式户外演出《海战风云》。真刀真枪的水上战斗,震人心魄的水炮、火枪演练……整场演出刺激、震撼,让退休人员们仿佛身临海战现场,感受到了风起云涌、波澜壮阔的海战史诗篇章。

记者了解到,作为2022年厦门市退休人员文体健康系列活动之一,2022年厦门市退休人员参观研学活动还将在灵玲国际马戏城、竹坝南洋度假区等厦门多处景点陆续开展,将惠及梧村街道、鼓浪屿街道等思明区10个街道的退休人员。



退休人员们聚精会神地聆听导游的讲解。记者 唐光峰摄

听节气养生课 练反诈真功夫

厦门退休人员文明健康知识讲座活动在思明区火热开展

晨报记者 陈起鸿
通讯员 朱俊凯

10月26日下午、10月27日上午,厦门退休人员文明健康知识讲座活动分别在思明区屿后西社区、湖滨社区举行,把文明风尚与健康知识送到了退休人员“家门口”。

据了解,今年全新升级的厦门退休人员文明健康知识讲座活动,以“文明+健康”为主题,将文明常识普及与健康生活方式分享结合到一起,让“文明多一点,健康就多一点”的理念在退休人员中内化于心、外化于行。活动在厦门市委文明办、厦门市人社局的指导下,由厦门市企业离退休人员社会化服务中心创新策划,思明区委文明办、思明区人社局积极推动,思明区退服中心保障执行,将在年底前走入63个社区。

干货满满 活动内容受欢迎

10月27日上午的湖滨社区活动现场,首先进行了文明知识的宣讲。全国最美志愿者王世伟登台分享志愿故事,从志愿初心讲起,宣讲过程中自然穿插各类文明常识,并科普了各类实用的急救办法,在短短的时间内就活跃了现场的氛围。

随后,鼓浪屿老干部疗养院的叶智超医生为大家带来一堂接地气的养生宣讲。伴随二十四节气流转,在不同时间该如何科学进补呢?叶智超结合各节气特点,在课件上列出进补食谱,还详细解释了用量多少、怎么烹煮等



退休人员聚精会神地汲取健康养生知识。记者 陈理杰 摄

内容;大家纷纷拿出手机拍下课件内容,不时交流分享自身经验,现场气氛热烈。

“‘文明+健康’的形式很新颖,老师讲的食疗知识很实用!”湖滨社区退休人员周维明满脸笑意地表示,这里学到的科学养生知识,他回家后要分享给街坊邻里,大家一起保养好身体。

形式多样 将走进更多社区

如何守好钱袋子、看好养老钱呢?这既要有火眼金睛的洞察,也要有耳听八方的敏锐。而想要练好这身反诈真功夫,离不开一堂反诈科普好课。10月26日下午的屿后西社区活动现场,思明区退服中心邀请社区民警警官登台分享多年反诈经验,并与退休人员面对面交流。

活动中,韩警官细心总结了诈骗的各种形式,结合一个个真实案例现身说法,引起了台下退休人员的共鸣。现场工作人员还

为每名退休人员派发宣传材料,将课堂内容以文字形式留存下来,让反诈知识更加入脑入心,以求收到良好的宣传效果。

“在我们的积极推动下,讲座形式更加多样、内容更加丰富,给退休人员带来了更多的获得感。”思明区退服中心负责人表示,结合各社区的具体需求,思明区退服中心将常态化开展反诈骗宣传;并以此为抓手,积极统筹各方资源,为退休人员策划形式多样的配套活动。今年,思明区共举办参观研学10场、文艺演出进社区5场、趣味运动会1场。

接下来,退休人员文明健康知识讲座还将走进更多社区,为基层带来文明风尚、送去健康知识。在此期间,思明区企业离退休人员社会化服务中心将始终保持高标准,对每次活动的效果进行评估总结,认真倾听参与对象的心声,争取将活动办得“一场比一场好”。

厦门“兵支书”蓄能起航

市退役军人事务局举办退役军人村(社区)党组织书记培训班

晨报讯(记者 陈起鸿 通讯员 赖响亮)为进一步提升退役军人服务基层的能力,充分发挥“兵支书”在基层治理中的引领和带动作用,10月26日至28日,厦门市退役军人事务局举办退役军人村(社区)党组织书记培训班,共有74名“兵支书”参加了这次培训班。

据悉,近年来,厦门多措并举,从优秀退役军人中选拔培养基层组织带头人,目前已产生64个村(社区)书记、主任,34个村(社区)副书记、副主任,成为厦门推进乡村振兴、基层治理、疫情防控、美丽乡村建设、服务经济社会发展和国防军队建设的重要力量。

此次培训围绕做好服务保障工作、提升基层治理水平、探索新时代社区治理改革等乡村振兴重要课题,采取理论授课、现场参观教学、经验交流、分组讨论等形式,开展专题授课和交流研讨,引导鼓励“兵

支书”们不忘“赤胆忠诚、为国为民”的“兵之初”、“人民至上、服务人民”的“兵之情”、“能打硬战、敢闯敢拼”的“兵之勇”,勇担重任、再立新功,为厦门努力率先实现社会主义现代化当好“领头雁”。

“本次培训班的内容让我很受用,也让我对基层工作有了更深的见解。”同安区莲花镇小坪村党总支书记、村委会主任高跃安说,退役军人曾经过部队的锻炼,都有为人民服务的情怀,做村务工作很有优势,也是真心实意为村民办实事。

同安区洪塘镇新厝村党总支书记、村委会主任苏跃进同样深有感触,他扎根基层将近四十年,有着丰富的基层工作经验,如今已到了即将退休的年纪。苏跃进表示,他要发扬军人“敢打硬仗”的光荣传统,“站好最后一班岗”,做好传帮带工作。



“兵支书”通过实地走访,学习基层治理经验。