

深学广联笃行 助力主题教育

山东省卫生健康委注重在主题教育中发挥老干部作用

本报讯 主题教育开展以来,山东省卫生健康委充分发挥离退休干部的政治优势、经验优势、威望优势,让老干部红色宣讲员带头学、带头写、带头讲,以自己的亲身经历和感悟,宣讲习近平新时代中国特色社会主义思想,讲好中国故事、弘扬中国精神、传播中国好声音。离退休干部党员经历过革命、建设和改革开放实践的考验,是党和国家的宝贵财富。为了把老党员的力量凝聚好、维护好、组织好、发挥好,省卫生健康委离退休干部处就在老干部红色宣讲微信群,组织老干部结合个人的经历和学习感悟撰写宣讲文章,拍摄宣讲视频。

依托离退休党支部组织集中学习交流

离退休老干部,离开工作岗位,居住分散,思想活跃。怎样把大家的思想统一起来、把力量凝聚起来?唯

有靠支部、靠学习。省卫生健康委机关成立了八个离退休党支部,将每一个离退休人员编入其中,充分利用基层党组织的作用,把离退休同志集中起来,进行主题教育活动。对不能参加集体学习的老同志,离退休处工作人员和离退休党支部书记,坚持送学上门。95岁高龄的原省计生委党组书记、主任成师农同志带头学习、撰写心得体会,尽最大努力在有生之年为党和国家做一些有益的事情。

组织在线学习交流

在省卫健委机关、委属单位、有关高校附院老干部微信群转发老干部宣讲作品,组织老同志学习,调动了老同志参加主题教育的积极性。有的老同志说,“我们党现在面临非常严峻的考验,西方反华势力进行了这么多年文化渗透,危害了许多人,趁我们这代人还在,尽最大努力向年轻人宣

传共产党人的世界观、价值观,宣传新时代党的创新理论,是历史赋予我们的不容推卸的责任。”

联合媒体开展红色宣讲活动

目前,已经有15个优秀宣讲作品在《老年生活报》、《老干部之家》杂志等媒体中刊发,极大地调动了老同志学习宣讲新思想的政治热情。有的老同志说,“到了我们这个年龄,能为自己加入的、全心全意为人民服务的政党做点力所能及的事情,宣传我们党的创新理论,用我们自己的思想和言行影响带动身边的人,共同为全面建成社会主义现代化强国而团结奋斗,是很幸福的!”

传承红色基因

组织委属山东医高专、山东中医高专、菏泽医专师生收看学习老干部宣讲作品、聆听红色故事。老干部红色宣讲员泰山医院退休职

工张桂云同志、山东中医药高等专科学校退休教师李新民同志、抗美援朝老战士杨兆雄纷纷走上讲堂,对高效师生进行红色宣讲,起到较好的教育引导作用。

结对互促共进

委机关8个老干部党支部分别与委机关6个青年理论学习小组结成共建对子,请老同志讲难忘的人生经历和学习感悟,引导年轻同志弘扬党的优良传统,传承红色基因,请年轻的同志给老同志讲自己的学习体会,让老同志感受青年人团结奋进的朝气,起到了共学互促的作用。下一步,省卫生健康委将继续以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,不断强化理论学习,深入离退休老干部中进行调查研究,积极探索加强新时代离退休干部党的建设工作的新途径、新方式,推动全委离退休干部工作高质量发展。(本报记者)

七律·银龄咏歌

在山东省卫生健康委离退休干部处与老年生活联办《银龄健康》栏目开版之际,省计生协会全体退休干部以一首七律诗词以表致贺

盛举同襄本色园,
洪钟大吕境新篇。
翩翩枝鹊桑榆唱,
袅袅红霞烁灼妍。
六秩媪翁言爱党,
主题教育聚心田。
镰锤旗帜凝思想,
奋进扬帆追梦宣。

我是共产党员,怎能忘记

权衡

我是共产党员,
怎能忘记——
我纯洁,
纯洁的岂止是我的衣
衫和躯体,还有我的目光、
心灵和希冀。

我的襁褓中有人民期
待的目光,

我的摇篮是人民交织
的手臂。

没有愚昧的谎言,
没有腐腥的痕迹。

也许有不幸有痛苦有
悲凄,

那只是寄生在理想的
虫蚁。

我会用冰雪融化的春
水,

把一切污浊荡涤。
和十四亿同胞朝夕相
处,

幸福依偎在母亲怀里。

我是共产党员,
怎能忘记——

怀揣伟大理想,不
走进暴风雨的勇气。

一腔献身真理的热情,
矢志改革创新的魄力,
我们要下海五洋捉鳖。
我们要飞天探索太
空的奥秘。

虽然我只是浩瀚海
洋中小小水珠一滴,

我愿在长空飞过的
雁阵里,

迎着春光鼓动不倦
的双翼。

在快速飞奔的列车上,
永远带动身后的车体。
坚决做到“两个维护”
初心不忘,使命牢记,
勇毅前行,奋斗不息。

(作者系山东省卫健
委老干部红色宣讲员、山
东第一医科大学第二附属
医院)

保健品怎么用才合理?

“保健品的价格、质量、合理应用”半天学习班

第十期免费报名

◆你知道各类保健品的禁忌人群及副作用吗?

◆你知道各类保健品与西药同时服用时的注意事项吗?

◆你知道多种保健品同时服用时的禁忌与冲突吗?

◆保健品的成分及含量有高有低,你知道如何判断其成分及含量的高低吗?

◆红曲类保健品能够代替他汀吗?什么情况下不能服用红曲?

◆辅酶Q10有十几种原料,您购买的是哪一种?

◆欧米伽-3对哪些人群不易吸收?

◆何种情况下适合服用氨基糖?长期服用有何风险?

◆什么情况下不宜服用硒?

◆纳豆激酶与什么有相互作用?如何判断品质好坏?

◆什么情况下不能服用一氧化氮?

◆常年打胰岛素或服用降糖药会消耗体内哪种营养素?

◆哪些保健品容易诱导斑块破裂?

在退休生活“大花园”里耕耘收获

“在大大的花园里面,挖呀挖呀挖,种大大的种子,开大大的花”,就是这样一首朗朗上口简单易懂的儿歌,在近一段时间火遍全国。我一个退休老头,不甘落后,与时俱进,不仅仅是喜欢这首儿歌,让我的童心大发,我还要践行这首儿歌的“挖呀挖呀挖”,在属于我的退休生活的“花园里”种下健康、善良和真诚的种子,开出最美丽的花。

在发挥余热中“挖呀挖呀挖”。2012年8月我退休了,随后我被所在的医院返聘到健康管理科工作。十年来,能继续在工作岗位上利用一技之长为人民服务,心里充满欢乐。

在关心下一代中“挖呀挖呀挖”。2021年7月,我作为红色宣讲员,应山东大学附属中学小学部2017级1班的邀请,和孩

子们一起到英雄山济南战役纪念馆开展研学之旅,这里一张张历史照片,一件件陈列物品,无一不在诉说着解放济南的那段峥嵘岁月。

在老有所学、老有所乐中“挖呀挖呀挖”三年疫情期间,省卫健委离退休干部处为委属单位退休人员量身打造了网上空中课堂,我参加了书法班、英语班和声乐班,足不出户在网上就如同“一对一”单独授课,还可

以通过回放教学视频反复学习提高效果,我电脑、手机并用,随时切换,走到哪里学到哪里。

年龄不是问题,关键要有一个积极向上的心态。退休老人版的“挖呀挖呀挖”,不正是“最美不过夕阳红”的真实写照吗?

吴哲君(山东省卫生健康委老干部红色宣讲员、省立三院退休党员)

本次学习班将会给您很多答案

重点分析以下产品:

辅酶Q10(泛醌、泛醇)、牛初乳(免疫球蛋白)、一氧化氮、纳豆激酶、红曲、氨基糖、软骨素、欧米伽-3、硒、各类抗氧化剂、硫辛酸、灵芝孢子油等。

半天学习班时间:6月28日起

报名电话:156-5015-3695

学习地址:南京路181号,H酒店
(青岛市阜外医院南100米)

凡参加学习班的朋友,均免费赠送《别让不懂营养学的医生害了你》科普书籍,望积极报名参加学习。

参加学习班请自带纸、笔、水杯、老花镜