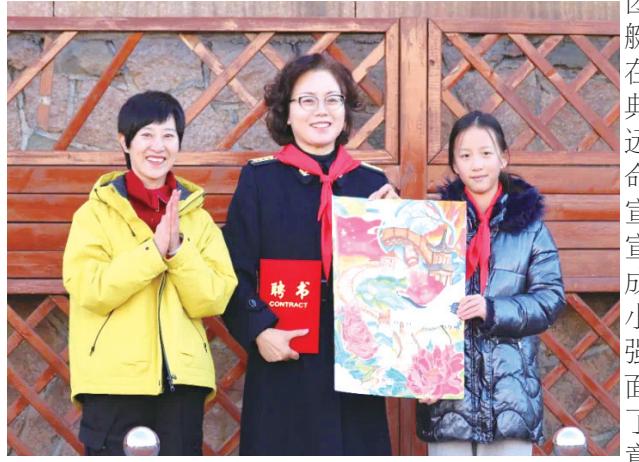




“不要说我们古稀耄耋，归根的落叶尚能肥沃土壤，落下的夕阳意在点燃繁星。让我们再高唱一曲擎天的理想誓言，再宣讲一部恢宏的时代新篇……我们是百姓宣讲员，我们对家乡、对祖国所

青岛市军休干部志愿宣讲团： 红色宣讲 薪火相传



报告厅里、驱逐舰上、公交车里，这群老兵宣讲不限场地；视频直播、思政微课，他们宣讲形式丰富多样；戴着红领巾的孩童、刚刚入伍的新兵、白发苍苍的老叟，他们宣讲受众广泛。他们有个共同的名字——山东省青岛市军休干部志愿宣讲团团员。

“军”字特长突出“党建”

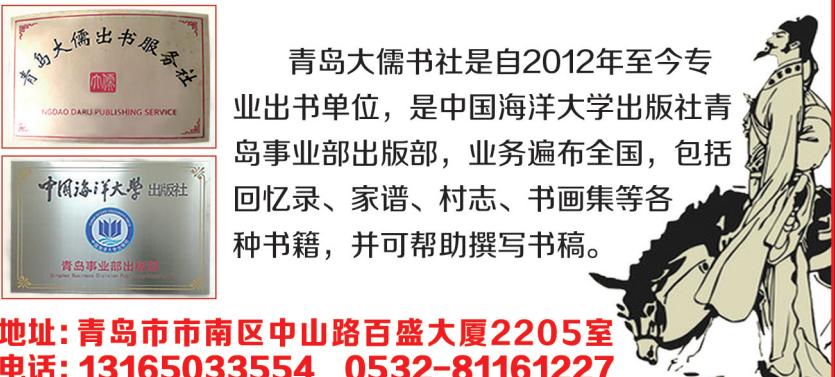
“黄旭华隐姓埋名30年，为中国的核潜艇事业的发展作出了卓越贡献，他曾说‘我就像核潜艇一样潜在水底。’”2月13日，青岛市军休服务中心军休干部志愿宣讲团成员、关工委秘书长、原海军航空大学青岛校区教授张丹峰，应邀前往李沧区浮山路小学参加新学期开学典礼，为全校师生讲授题为“心向灯塔 步履铿锵”的开学第一课，通过讲述中国第一代核潜艇工程总设计师黄旭华院士的事迹，号召学生们认真学习，为国家的未来发展贡献力量。

与此同时，军休干部志愿宣讲

青岛大儒书社

青岛大儒书社是自2012年至今专业出书单位，是中国海洋大学出版社青岛事业部出版部，业务遍布全国，包括回忆录、家谱、村志、书画集等多种书籍，并可帮助撰写书稿。

地址：青岛市市南区中山路百盛大厦2205室
电话：13165033554 0532-81161227



有的表达，都倾注在每一场的宣讲里。”在青岛市市北区大港街道长春路社区活动室里，78岁的董秀格正带领社区百花文艺宣讲队排练新的宣讲节目——《把最好的时代讲给你听》。

为深入传递党的政策声音，更好地联系并服务群众，青岛涌现出一支支由身体健康、表达能力强、理论政策基础扎实的老干部、老战士、老专家、老教师、老模范等老同志组成的“银龄宣讲团”。他们老有所为，以饱满的热情唱响银龄“好声音”，为社区、为社会贡献着自己的力量，也为青岛市“银龄行动”唱响了一曲温暖、奋进的时代之歌。

团成员、原海军潜艇学院教授迟国仓在贵州路小学开学典礼上进行了“树立远大理想 争做革命事业接班人”红色宣讲；军休干部志愿宣讲团成员、关工委成员卢勇在德县路小学以“中国少年强国有我”为主题，面向全校师生讲述了抗美援朝的重要意义；军休干部志愿宣讲团成员陈孝金，走进青岛德县路小学教育集团北京路小学，以热播电视剧《父母爱情》为引，向同学们讲述了在海岛上坚守25年的艰苦岁月……

“流动”的课堂让宣讲效果最大化，在孩子们心中播撒红色种子，让他们与红色血脉产生深度共鸣、共情。

从“线下讲”到“上云端”

军休干部志愿宣讲团自成立以来，依托自身红色资源优势，持续发挥“军”字特长，突出“党建”领航，组织引导军休干部围绕英雄人物事迹、党史、军史、国防教育等领域，积极开展“六进”活动200余场，线上线下受众达300万人次。

从“小教室”到“沉浸式”

为充分发挥军休干部“活”的红色资源、“会说话”的红色教材的优势，宣讲团不断创新形式，将宣



宣讲团获评2023年度全省最佳“山东老兵”志愿服务队、青岛市“最美老干部志愿服务组织”荣誉称号。下一步，青岛市军休服务中心将继续在全社会营造关爱老兵、崇尚英雄、铭记历史的红色文化氛围，不断以多元化宣讲形式讲好“红色故事”、传播“红色声音”，实现多阵地宣讲，进一步擦亮青岛市军休干部志愿宣讲团这颗岛城最“红”的星。记者 张磊 通讯员 游潇

《青岛市新时代“银龄行动”实施方案》日前发布，该方案的推进，离不开广大中老年朋友的积极参与和大力支持。为了让更多中老年人了解政策、融入行动，并充分享受政策带来的红利，我们特别推出“银龄之星”专栏。该专栏旨在发掘和宣传在志愿服务中表现突出的老人典型，树立榜样力量，激励更多人投身到“银龄行动”中，为社会贡献智慧与热情。

如果您或您身边的中老年朋友曾从事教育、科技、农业、文化、卫生健康、体育等领域工作，且目前正积极参与志愿服务，欢迎拨打本报新闻热线(0532)66610000与我们联系。您的推荐将帮助我们发现更多“银龄之星”，共同为“银龄行动”增添活力与光彩！

银发宣讲团显担当 唱响银龄“好声音”

93岁昌德松：

“胡同长”忙宣讲，社区变身“大课堂”

在青岛莱西市永兴街社区，有12条“文化胡同”。在这些“文化胡同”里，人们总能看到这样一个身影：他时而为学校学生、社区居民讲解，时而趴在墙上更新墙绘，他就是今年93岁的昌德松。“一个胡同几墙景，内容与日换新颖；奥运世博轮番上，党事国情连续登；高雅知识益学问，时兴文化利民生；书屋里面合人意，心血斑斑不老松。”这句话是昌德松退休生活的生动写照。

1993年，昌德松从教师岗位退休后，坚持离岗不离党，退休不褪色，一直热心于文化公益事业。如今，93岁的他仍然积极投身基层理论宣讲工作，把社区当成他的“新讲堂”，为党的创新理论“飞入寻常百姓家”持续发挥余热，贡献自己的力量。

打造“文化胡同”，宣讲“课程”多样化



走进“文化胡同”，两边院墙上，一篇篇手写文章、一幅幅亮丽的彩绘相映成趣，形成一道独特的风景线。这些墙绘的“主编”便是退休教师、老党员昌德松。

2008年，北京奥运会即将举办，全国人民都沉浸在自豪与喜悦之中。然而，在和邻居们的交流中，昌德松发现，大家对奥运知识不甚了解。“利用家门口的胡同墙面宣传奥运知识，咱也能为奥运出把力。”

为此，昌德松自掏腰包买来石灰和涂料，把门口长120米的小胡同粉刷一新，又将奥运知识、比赛动态图文并茂地绘制在墙上，引来不少人参观。看到大家对这些知识感兴趣，他还主动当起了讲解员。

从那以后，昌德松隔三岔五就重新粉刷墙面，宣讲“课程”愈发丰富了起来。

近年来，在地方党委、政府的帮助下，“文化胡同”不断改造升级，融合了照片墙、3D立体画、立体浮雕等形式，接续打造了12条主题“文化胡同”。小小胡同逐渐发展为周边居民的“大课堂”，成为影响带动社区及周边群众践行美德健康生活方式的重要载体。

寻找“银龄之星” 助力银龄行动

“银龄行动”中，为社会贡献智慧与热情。

如果您或您身边的中老年朋友曾从事教育、科技、农业、文化、卫生健康、体育等领域工作，且目前正积极参与志愿服务，欢迎拨打本报新闻热线(0532)66610000与我们联系。您的推荐将帮助我们发现更多“银龄之星”，共同为“银龄行动”增添活力与光彩！



创办“德松文化小院”，社区居民精神乐园

区日常。

2010年开始，昌德松又有了一新的想法，他将院子里用来出租的平房腾出来，利用家中现有的藏书办了一间免费开放的社区书屋。每到寒暑假，昌德松的书屋就成了孩子们的天堂，他还经常给孩子们辅导功课，教孩子们写毛笔字，讲述红色故事。

“德松文化小院”作为社科普及教育基地，关心下一代青少年道德法制教育基地、新时代文明实践示范站，不仅常态化开展科普知识讲座，还定期播放科普宣教片，为居民群众举办内容丰富的社科大讲堂。

关心下一代，文明实践蔚然成风

作为一名退休教师，昌德松始终关心关怀下一代的成长，孩子们的寒暑假也成了他最忙的时间。

“全国各地每年夏天都有游泳溺水的孩子。放了暑假，孩子们总愿意去外边玩水，真是放心不下。”昌德松说。从2014年开始，每年暑假一开始，他就组织“五老”一同撰写《致家长的一封信》，再把孩子们召集起来，一遍遍开展防溺水宣讲。他还组织身边的“五老”志愿者成立防溺水安全巡逻队，两人一组到辖区水域周边巡逻防护。十年来，昌德松所在的社区学生中无一人溺水。

多年来，昌德松荣获“2023年全国基层理论宣讲先进个人”“山东省最美老干部志愿者”“青岛市优秀共产党员”等荣誉称号。

“只要我还能干一天，就要一天天地干下去。”昌德松说。

记者 崔佳佳 王镜

78岁董秀格： 一人宣讲千余场 “百花文艺”绽芳华

在青岛市市北区大港街道长春路社区，人人都认识那位做宣讲的“董大姐”，因为她的宣讲够感人、够有趣、够接地气。“我们百姓宣讲员就是要站在老百姓中间，让党的创新理论响彻楼宇社区，让大家信党爱党，让党的好声音‘飞入寻常百姓家’。”今年78岁的董秀格已经站在宣讲一线12年了。

感恩社会，走上宣讲路

董秀格说，自己走上宣讲路，还要从2002年老伴突发心脏病说起。“那天晚上，老伴突发心脏病晕倒在洗手间。我一个人慌了神，只好到楼下大力拍打楼下邻居的家门，这一拍把整个楼的邻居都吵醒了，大家帮忙打了120急救电话，并把救护人员带上了7楼。”因为获救及时，董秀格的老伴脱离了危险。故事的原型就是发生在我们身边的事。把道理融入到小故事中，大家才有共鸣。”董秀格说。

因为在沂蒙山区做过13年的小学音乐教师，董秀格发挥自己的特长，在社区牵头成立了一支“阳光歌舞队”，为社区居民送上一场场文化盛宴。

2013年11月，董秀格报名参加了市北区百姓宣讲员选拔赛，并以第一名的成绩成为区“百姓宣讲员”。12年来，她深入街道、社区、学校、养老院、部队等，累计义务宣讲1300余场。她个人也荣获了山东省基层理论宣讲先进个人、青岛市基层理论宣讲先进个人、“山东省文明家庭”、“山东省最美家庭”、青岛市优秀共产党员、青岛市三八红旗手、青岛市最美宣讲人等荣誉称号。

“董氏妙招”助宣讲“接地气”

董秀格的宣讲总是能够吸引人，用社区居民的话说，“很接地气，老百姓愿意听”。而董秀格也有自己的绝招——“深挖故事、播放照片、说学逗唱”，这是董秀格在1300余场宣

基础是马克思列宁主义
指导我们思想的理论



讲中总结出来的。

前不久，董秀格新创作了以“抵制家园脏和乱，提倡清洁又宜居”为主题的移风易俗宣讲《王大妈养鸡》。“这个宣讲故事讲了社区一位六旬大妈在楼道里养鸡，引得居民投诉，后来经过老楼长的沟通教育，她认识到自己的错误并主动拆除鸡笼的故事。故事的原型就是发生在我们身边的事。把道理融入到小故事中，大家才有共鸣。”董秀格说。

在采访中，董秀格拿出了厚厚的一沓宣讲材料，这只是她这12年宣讲稿的一小部分，每一篇都是她的“原创”。“原来看新闻、看报纸，现在比较方便，我的神器就是‘学习强国’，里面的内容非常丰富而且权威，一天必须保证不少于3个小时的学习。看得多、学得多，才能更好地吃透党的理论，再和身边事结合，写出具有自己特色的宣讲稿。”

“最近，我们在准备《一枝独放不是春，百花齐放春满园》。一个人的宣讲力量是有限的，让更多的人加入到宣讲队伍中来是董秀格一直以来的努力。”记者 崔佳佳

一枝独放不是春，百花齐放忙宣讲

“一花独放不是春，百花齐放春满园。”一个人的宣讲力量是有限的，让更多的人加入到宣讲队伍中来是董秀格一直以来的努力。

2016年9月，她带头成立了长春路社区百姓文艺宣讲队，并



习语暖心
百姓宣讲

寒冬过去，春回大地，万物复苏，人体也由寒转暖，季节交替进补正当时，多吃高营养价值海参，把冬季消耗的体能补回来！
杨小兵海参 品质上乘 价格低廉 买3送2 经济实惠
长岛大连即食刺参 220元/1斤 买5斤送1斤
长岛刺参 1650元/1斤 买3斤送1斤
长岛刺参 1950元/1斤 买3斤送1斤
大连刺参 2200元/1斤 买3斤送1斤
大连刺参 2350元/1斤 买3斤送1斤
活动时间：2025年2月19日-2月26日 电话：131-0515-3320 135-0532-1980 (杨小兵) 本市免费送货 全省全国免费包邮 货到满意付款
新址：市北区胶州路13号 (市立医院下行20米 门头见图片) 公交车：市立医院车站旁；地铁：1号线市立医院站或中山路站、4号线市立医院站