

广州市干部健康管理中心

# 党建园地

〔2021〕第8期

（总第35期）

政工部编

2021年12月31日

## 目 录

### 【专题报道】

- 广州市干部健康管理中心召开学习贯彻党的十九届六中全会精神动员大会.....（4）
- 学新思想强基践初心 练八段锦健体促发展——市人社局机关党委党支部、市干部健康管理中心第二党支部联合开展主题党日活动.....（6）
- 义诊进社区 温暖入人心——广州市干部健康管理中心开展“我为群众办实事”微项目.....（10）
- 践行绿色发展 共建山水长岭——广州市干部健康管理中心积极加入黄埔区长岭街道植树造林行动.....（12）

## 【活动资讯】

- 在音乐中行团建，在轻松中迎未来——广州市干部健康管理中心团支部开展主题团日活动.....(15)
- 欣赏书画 陶冶情操——广州市干部健康管理中心工会开展书画展览活动.....(18)
- 健康在路上 奔跑向未来——广州市干部健康管理中心工会举行“迎新春·庆元旦”环湖跑活动.....(20)

## 【支部风采】

- 放松心情 释放压力 在音乐中感受自我——广州市干部健康管理中心第一党支部开展主题党日活动.....(23)
- 学习八段锦 健康我引领.....(26)
- 加强党性修养 做忠诚干净担当好干部——广州市干部健康管理中心第六党支部开展主题党日活动.....(28)
- 安全行车 文明驾驶 从我做起——广州市干部健康管理中心第五党支部开展主题党日活动.....(31)
- 事故无情 预防先行——广州市干部健康管理中心第五党支部开展主题党日活动.....(34)
- 规范文风 提高办文质量——广州市干部健康管理中心第四党支部第二党小组开展公文写作学习培训活动.....(36)
- 为实现民族复兴接续奋斗——广州市干部健康管理中心第一党支部开展主题党日活动.....(38)
- 科学绿化 党建先行——广州市干部健康管理中心第五党

支部开展主题党日活动.....	( 40 )
●感悟初心使命，汲取奋进力量——广州市干部健康管理中心第四党支部开展主题党日活动.....	( 42 )
●联动学党史 养生保健康——广州市干部健康管理中心第二党支部和第五党支部联合开展党支部共建活动.....	( 44 )
●学习长征历史，弘扬长征精神——广州市干部健康管理中心第一党支部开展主题党课.....	( 47 )
<b>【美文欣赏】</b>	
●党旗所指，岭湖之美.....	( 49 )
●以“青年党员”视角感初心、悟使命.....	( 52 )
●不负时代，不负韶华.....	( 55 )
●阅读，见众生，见自己.....	( 58 )
<b>【新闻简讯】</b> .....	( 60 )

# 广州市干部健康管理中心召开学习贯彻党的十九届六中全会精神动员大会

为深入学习贯彻党的十九届六中全会精神，11月19日下午，广州市干部健康管理中心在心灵剧场召开学习贯彻党的十九届六中全会精神动员大会。党委书记李焕忠作动员讲话，全体党员干部参加会议。



李焕忠强调，要把学习宣传贯彻党的十九届六中全会精神，作为当前和今后一个时期的重大政治任务，同党史学习教育结合起来，深刻认识党的百年奋斗的辉煌成就、深刻把握党的百年奋斗的历史意义、深刻领会党的百年奋斗的历史经验、始终牢记践行党的初心使命，织牢疫情防控网、筑牢

安全保护网，全面加强党的建设，奋力完成年度工作目标、精心谋划明年工作安排，把党的十九届六中全会精神落实到中心健康管理事业各个领域，不断提高健康服务质量，促进健康理念全面涵盖、健康元素全面注入、健康技术全面普及，为实践健康中国战略、实施健康中国行动凝聚强大力量。

党的十九届六中全会在建党百年的历史关键时刻，为迈进第二个百年奋斗目标、实现中华民族伟大复兴作出重要指引。广州市干部健康管理中心将广泛深入学习贯彻落实党的十九届六中全会精神，在保障人民群众全面健康方面作出更大贡献，以优异成绩迎接党的二十大胜利召开。

# 学新思想强基践初心 练八段锦健体促发展

市人社局机关党委党支部、市干部健康管理中心第二党支部  
联合开展主题党日活动

为深入推进党史学习教育、健强体魄更好地践行初心使命，11月11日，市人社局机关党委党支部一行13人在支部书记刘洪波带领下，同市干部健康管理中心第二党支部联合开展“学新思想强基践初心 练八段锦健体促发展”主题党日活动，健康中心党委书记李焕忠、党委副书记、主任周辉以及全体党员应邀出席。



两个支部党员合影

议程一：中山大学党史党建研究所所长、马克思主义学院原党委书记、院长、博士生导师郭文亮教授讲授党课《新时代习近平治国理政新理念新思想新战略》。郭教授围绕“四个全面”重要战略布局，详细阐述了“四个全面”的产生、

发展过程和深刻内涵。他在党课中指出，“四个全面”是习近平总书记在延续党的优良传统基础上、总结党的执政经验，提出的新理论、新举措，是对症解决当前我国各领域不平衡不充分发展的重要战略布局，是实现中华民族伟大复兴中国梦的重要引领和关键所在。



郭文亮教授在讲党课

议程二：健康中心运动管理科学带头人、中山大学博士、太极拳世界冠军、全国冠军康涛讲授八段锦并带领体验。八段锦是我国流传最广、影响最大的一种古老导引术，拥有治病强身的功效。康涛博士详细讲解了八段锦的历史渊源，讲、练并行，重点阐述八段锦的练习要领。他强调，八段锦的练习一要勤、二要对，只有坚持长期练习，才能发挥八段

锦的功效；只有正确掌握八段锦的练习要领，才能取得事半功倍的效果。



康涛博士带领同志们练习八段锦

议程三：党员们相互交流。健康中心党委书记李焕忠在交流中指出，市人社局机关党委党支部是市人社局系统党建工作的中坚力量；我中心第二党支部是践行中心“承担市公职人员身心健康”职责的优秀代表。本次主题党日活动，既有深入学习领会习近平新时代中国特色社会主义思想的政治洗礼，又有身体力行、实用有效的健康体验，融合了党建工作和业务工作，突出了两个党支部的特色，是一次思想和行动的双重促进。

市人社局机关党委党支部书记刘洪波对健康中心和第二党支部的安排表示感谢。他总结到，本次主题党日活动氛围轻松、收益颇丰：郭教授的讲课，让我们醍醐灌顶、对“四



个全面”战略布局有了更深层次的领悟、对习近平新时代中国特色社会主义思想有了更深、更系统的了解，对我们今后的工作将会有很大帮助；康涛博士的八段锦讲解和领学，让我们深感中医传统文化的博大，并初探八段锦练习要领，对我们这种长期坐办公室的同志有较好的健康促进作用，为同志们践初心、促发展提供了健康保障。

活动结束后，参加的党员们意犹未尽，继续交换学习感悟、研讨八段锦动作要领。他们希望继续推进党支部结对共建的良性互动，增强思想基础、筑牢健康根基，更好地为全面建设社会主义现代化国家、为实现中华民族伟大复兴贡献力量。

## 义诊进社区 温暖人人心

——广州市干部健康管理中心开展“我为群众办实事”微项目

为积极响应和落实市、局关于广泛开展我为群众办实事“双微”行动的号召，充分发挥党建引领作用，发扬党的优良传统，积极为群众排忧解难，切实满足群众健康需求，2021年12月10日，广州市干部健康管理中心组建义诊医疗队，由中心党委书记李焕忠带队，前往结对共建社区——长岭街道山景城社区，开展义诊活动。



本次义诊活动开设普通内科、呼吸内科、消化内科、五官科、中医科、妇科、康复科、血压测量、血糖检测、体质测评、心理咨询、医保政策宣传 11 个项目，共服务群众 269 人次，发放《家庭急救小知识》《眼部保健》《高血压知识》《冠心病知识》《情绪疏导》等健康知识小册子 160 余册。

义诊过程中，医务人员细致地为社区居民进行诊治，耐

心地为他们解答在日常生活中遇到的各类医疗健康问题，指导他们注意健康饮食、建立良好的卫生习惯和生活方式。



此次义诊活动获得了广大社区居民的称赞和好评。今后，广州市干部健康管理中心将继续扎实开展“我为群众办实事”实践活动，积极满足群众的健康需求，把优质医疗服务送到群众家门口，持续为群众办实事、办好事，切实增强人民群众的获得感和幸福感。

# 践行绿色发展 共建山水长岭

——广州市干部健康管理中心积极加入黄埔区长岭街道  
植树造林行动

为深入学习领会习近平新时代中国特色社会主义思想和习近平总书记重要指示批示精神，践行绿水青山就是金山银山的理念，推动国土绿化高质量发展，2021年12月17日，广州市干部健康管理中心积极组织人员，在中心党委副书记、主任周辉带领下，主动加入黄埔区长岭街道植树造林行动，共建山水长岭。



长岭街道今冬明春植树造林行动是长岭街创建国家生态文明示范区、持续推进国土绿化工作重要举措，旨在通过开展道路绿化美化提升、督导各社区增绿补绿、举办义务植

树活动、因地制宜打造街心花园及小微绿地等措施，推动长岭城乡人居环境旧貌焕新颜，总体实现人居环境质的提升，切实让辖内居民“望得见山、看得见水、记得住乡愁”，群众幸福感、获得感不断提升。

活动中，同志们热情高涨，挥锹铲土、扶苗培土、踩实新土、提桶浇水，齐心协力栽植起一棵棵树苗。在和煦的微风中，枝叶迎风舒展，一片蓬勃生机、绿意盎然。



周辉同志在活动中总结到，生态建设，功在当代、利在千秋。习近平生态文明思想是管长远、可持续发展的指导思想，是我们践行绿色发展的根本遵循。全中心要把习近平生态文明思想同中心实际相结合，护好院区古树、美化岭湖环境，打造山清水秀、鸟语花香的新生态；要站位高远，把岭湖新生态建设融入周边城市建设融合，共同努力创造一个更

加祥和幸福、更加整洁美丽、更加和谐有序的长岭街道。

未来的发展中，广州市干部健康管理中心将继续主动融入长岭宜居城市建设、融入岭头乡村振兴总体规划，发挥自身所长，为山水长岭的建设贡献更大力量。



## 【活动资讯】

# 在音乐中行团建，在轻松中迎未来

——广州市干部健康管理中心团支部开展主题团日活动

（通讯员：杨洋）

为拓展丰富多样的团建形式，帮助团员在繁忙的工作中纾解压力、放松身心，2021年12月21日下午，广州市干部健康管理中心团支部团员数人，在团支部书记万俊带领下，前往我中心心理健康团体辅导室开展以“放松心情 释放压力”为主题的团日活动。



活动中，团员们进行了自我个性定址，释放内心的本我，同时，在音乐治疗师的带领下，进行了别开生面、参与性高的音乐小游戏。以“听音辨位，全员参与”为形式的解压游

戏，增进了团员间的互动交流，积极调动了大家的快乐情绪。



随后，团员们跟随着音乐治疗师现场演奏的音乐，仰卧在沙发上，放松身体，调理身心。每位团员的工作压力得到了纾解，身体紧绷的状态也得到松弛。





团日活动结束后，团员们充分肯定了此形式下的团日活动。通过本次活动，团员间的情感联系得以增进，团支部成为联系更为紧密的集体，每位团员的身心都得到了完全的放松，大家将以更好的精神状态和精神面貌去迎接新的工作。

# 欣赏书画 陶冶情操

——广州市干部健康管理中心工会开展书画展览活动

（通讯员：李丹娜）

中华民族传统文化源远流长、博大精深，传承至今已有非常悠久的历史，书画作为中华传统文化瑰宝之一，更是深受广大干部群众的欣赏和喜爱。2021年11月23日至2021年12月24日，广州市干部健康管理中心工会在中心行政楼一楼开展《陈泰才书法展》，让广大员工和来院客人近距离地感受书画作品的魅力，在欣赏书画的同时，陶冶情操，放飞梦想。



陈泰才先生自幼热爱书法，治书四十余年时间里，通过长期对篆隶楷草行五体的反复研练，不断融汇创新书法表现形式和意境。本次展出的书法作品极具特色，一是作品主题突出，二是表现形式多样全面，三是从临帖入手，反复研练，融入新意，四是将自作诗文融入书法，紧跟时代，贴近生活。



随着时代的发展和水平的提高，人们的物质生活越来越丰富，而精神文化生活却逐渐变得匮乏。中心工会希望能通过本次书法展览，让观展人员在一幅幅书法中感受到中华民族传统文化的魅力所在，从工整严谨的楷书、古香古色的隶书、流畅趣味的篆书、恣意洒脱的行书、飞舞灵动的草书中，体会高雅的艺术情怀。

# 健康在路上 奔跑向未来

——广州市干部健康管理中心工会举行“迎新春·庆元旦”

环湖跑活动

（通讯员：李丹娜）

在慷慨激昂的时代号角中，2022年即将来临，为进一步丰富中心员工的文体生活，增强身体素质，营造全民健身的浓厚氛围，2021年12月31日下午，广州市干部健康管理中心工会举行“迎新春·庆元旦”环湖跑活动。



活动开始前，中心党委书记李焕忠发表动员讲话，号召中心全体员工积极参加文体活动，从自身做起，守护身体健康，发扬岭湖精神，在奔跑中迎接2022年的到来，在新的一年里，接续奋斗、勇往直前，每一位员工都成为健康管理的践行者、宣传者、示范者。



比赛开始前，大家先通过练习八段锦进行充分地热身，避免了因准备活动不充分出现表现不佳或身体损伤等现象。本次环湖跑路线全程 1.6 公里，参加员工根据年龄和性别被分为 4 个小组进行比赛。



活动过程中，每个人的脸上都洋溢着自信、快乐的微笑，迈着坚定的步伐，全力地向目标的方向奔跑，向美好多彩的未来奔跑。新的一年，在每一个奔跑追梦的岭湖人的努力下，中心健康管理事业必将创造更加辉煌的成绩！

## 【支部风采】

# 放松心情 释放压力 在音乐中感受自我

——广州市干部健康管理中心第一党支部开展主题党日活动

（通讯员：李金娜）

为促进党员干部的身体健康，提升心理健康素养水平，10月22日，广州市干部健康管理中心第一党支部联合心理科，开展主题为“放松心情，释放压力——在音乐中感受自我”的党日活动。



活动伊始，每个人轮流介绍自己的性格特点、兴趣爱好、家乡习俗等，在交流中加深彼此的认识。之后，大家进行了一场“捉迷藏”游戏——通过手中的乐器，指引寻找者找到目标。在起起伏伏的音乐声中，每个人的心情也变得紧张激

动起来，大家都为寻找者成功找到目标而喝彩，忘掉了身边的压力和烦恼。



几轮激动人心的“捉迷藏”游戏后，开始了放松训练。在音乐治疗师的指导下，大家用自己最舒服的姿势躺下，伴随着美妙的吉他声，吸气、呼气，在音乐声中慢慢地放松。短短一个多小时的活动进入尾声，同志们感到身心愉悦的同时，也十分地意犹未尽。





活动结束后，大家互相分享体会，现代社会知识更新快，工作生活节奏快，人们背负的压力更大，良好的心态可以增强免疫力，不仅能够帮助疾病快速恢复，还可以降低患病风险。每个人都应当学会调整自己的心情，让自己保持健康的心态；同时，我们作为健康管理中心的工作人员，更应该学习帮助身边人，作好健康管理者、宣传者、示范者！

# 学习八段锦 健康我引领

(通讯员：吴育波)

为进一步促进党建工作与业务工作紧密结合，不断增强自身发展的动力与活力，2021年10月26日下午，广州市干部健康管理中心第二党支部组织党员、干部群众在科学运动馆前开展健身气功八段锦学习活动。健身气功八段锦是我国流传近千年的传统养生功法，健身效果明显，流传广泛，是中国传统养生文化瑰宝，也是中国传统文化的重要组成部分。



本次活动由运动管理科康涛博士带领，他先讲解了八段锦的理论知识，包括功法起源、发展、特点、动作要领、功理作用等，然后带领支部全体党员和联络科室干部群众进行分段学习。大家学习态度认真，学习热情高昂，在学习过程中相互交流切磋，较好地掌握了八段锦动作要领。



此次活动是党建与健康管理深度融合的生动实践，提升了支部活动的吸引力和感染力，倡导了健康文明的生活方式，营造了良好的健康文化氛围，让中华优秀传统文化得到更好地传承，也让更多人认识和体会到传统文化的魅力所在。

下一步，同志们会坚持练习，带动科室其他干部群众一同学、一同练，在锻炼中亲身体会中医保健的魅力，增加彼此间的交流，积极争做健康管理者、健康宣教者和健康示范者，以更加饱满的精神面貌投入到健康管理事业中。

# 加强党性修养 做忠诚干净担当好干部

——广州市干部健康管理中心第六党支部开展主题党日活动

（通讯员：刘向）

在庆祝中国共产党成立 100 周年大会上，习近平总书记指出：“新的征程上，我们要牢记打铁必须自身硬的道理，增强全面从严治党永远在路上的政治自觉，着力建设德才兼备的高素质干部队伍，坚定不移推进党风廉政建设和反腐败斗争！”铿锵有力、掷地有声的话语，既是政治宣示、政治要求，更是新征程上对共产党员的政治宣言。为帮助广大党员同志明确自身责任，履行党员义务，常用纪律规矩“照镜子”，切实引导同志们知敬畏、存戒惧、守底线，10月26日下午，广州市干部健康管理中心第六党支部举行主题党日活动，邀请政工部曾参与巡察工作的陈伟闽同志与支部党员同志们交流如何加强党性修养，做忠诚干净担当好干部。



活动中，陈伟闽同志与大家分享了三个方面的内容：一是阐述了巡视巡察是党章赋予的重要职责，是加强党的建设的重要举措，是全面从严治党、维护党纪的重要手段，是党内监督的战略性制度安排，是反腐败斗争的利剑，是党之利器、国之利器；二是按照“三个聚焦”要求，聚焦“四个落实”，对照党章党规党纪，对照党的路线方针政策和党中央重大决策部署，对标对表各部门所承担的职能职责和规定，如何结合自身进行全面政治体检；三是参照“中央列出违反八项规定清单 80 条”文件，与支部党员同志交流了清单的纪律规定。同时，结合各部门具体事项重点对相关条例进行了诠释和讲解，并用反面典型“正衣冠”，以警示校正行为偏差。



中心党委委员、纪委书记唐成广同志高度评价了陈伟闽同志传经送宝式的授课模式，要求各位同志要借鉴其讲授的

内容，以点带面，对日常工作要有一个科学研判，从自身做起，作为一名党员，一定要做一个心中有纪律、行为有规矩的人，在各方面都要率先垂范。支部书记郑灶林同志进行了总结，他说到，对党员干部而言，严守纪律规矩既是一个加强自我改造的永恒课题，更是一场勇于自我革新的精神之战；他希望同志们着力提高思想认识、提升党性觉悟、提纯思维品质、提炼精神境界，以思想自觉引领行动自觉，在健康管理事业中作出新的贡献。

# 安全行车 文明驾驶 从我做起

——广州市干部健康管理中心第五党支部开展主题党日活动

（通讯员：郭战勇）

为发挥党员示范引领作用，深化文明城市创建工作，共建共享美丽广州，以创建第七届全国文明城市为契机，2021年10月28日，广州市干部健康管理中心第五党支部结合联络科室工作特点，以“安全行车 文明驾驶 从我做起”为主题开展主题党日活动，宣传倡导安全、文明理念。

中心党委委员汪和民作车辆事故逃生应急处置演练动员，强调安全行车、文明驾驶，不但关系到自己的生命安全，同时也是尊重他人生命的体现，是构筑和谐社会的重要因素；号召大家积极参与文明城市创建工作，在社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德建设等方面，发挥表率作用。



活动现场，党支部书记郭战勇带领大家学习《道路交通安全法》，着重学习了：**第十六条**任何单位或者个人不得有下列行为：1、拼装机动车或者擅自改变机动车已登记的结构、构造或者特征；2、改变机动车型号、发动机号、车架号或者车辆识别代号；3、伪造、变造或者使用伪造、变造的机动车登记证书、号牌、行驶证、检验合格标志、保险标志；**第二十二条**机动车驾驶人应当遵守道路交通安全法律、法规的规定，按照操作规范安全驾驶、文明驾驶。饮酒、服用国家管制的精神药品或者麻醉药品，或者患有妨碍安全驾驶机动车的疾病，或者过度疲劳影响安全驾驶的，不得驾驶机动车。任何人不得强迫、指使、纵容驾驶人违反道路交通安全法律、法规和机动车安全驾驶要求驾驶机动车。随后，由金马运输公司专业人员演示讲解车辆应急设施如安全锤、车门应急开关、应急逃生顶窗等的正确使用，并让每位参加人员都进行实操演练。







参加活动的同志认为，这是一次非常有意义的主题党日活动，同志们更加牢固地树立了安全意识，熟练掌握了应急逃生技能。在日常生活和工作中，同志们将从自身做起，自觉抵制不文明行为，共同创建文明、平安、和谐广州。

# 事故无情 预防先行

——广州市干部健康管理中心第五党支部开展主题党日活动

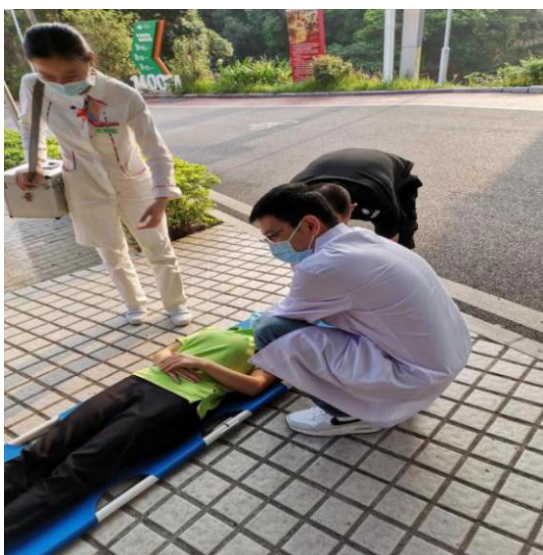
（通讯员：郭战勇）

为深入贯彻落实习近平总书记关于安全生产的重要指示精神，牢固树立安全发展理念，2021年11月4日，广州市干部健康管理中心第五党支部以119消防月为契机，结合后勤工作实际，组织开展“事故无情 预防先行”主题党日活动，进一步增强支部全体党员及联络科室员工的安全管理意识和安全事故应急救援能力，号召大家做一个安全生产的明白人。

中心党委委员、副主任汪和民同志动员时强调，我们要谨记习近平总书记“明者防祸于未萌，智者图患于将来”的讲话内涵，要求大家必须积极主动、未雨绸缪，见微知著、防微杜渐，下好先手棋，打好主动仗，做好应对任何形式的矛盾风险挑战的准备，做到层层负责、人人担当。



活动模拟客房电源短路发生火情，导致两名客人被困电梯的安全应急救援演练。值班服务员发现火情后立即实施灭火、疏散，同时拨打保安值班电话请求支援，保安员及时赶到协助灭火疏散；被困客人拨打救援电话求救，值班人员接到求救电话后，立即启动电梯紧急救援程序实施救援，安全解救出被困人员。险情解除后，维修人员对电梯进行检修测试，确保电梯稳定安全运行。



参加活动的同志们表示，要从自身做起，落实责任、端正态度，从事故中汲取教训，通过演练积累经验，牢固树立安全意识，忧患意识，争做单位安全生产的明白人、引领者。

# 规范文风 提高办文质量

——广州市干部健康管理中心第四党支部第二党小组开展

公文写作学习培训活动

(通讯员：李笑影)

为进一步规范文风、提高办文质量，2021年11月5日下午，广州市干部健康管理中心第四党支部第二党小组组织党员和联络科室群众，开展以“规范文风 提高办文质量”为主题的公文写作学习培训活动。



活动邀请了支部万俊同志为大家讲授《公文写作》，分别从公文格式的要点、标题的选择、排版的要求、公文内容的结构、字体格式的设置等方面进行了详细专业的讲解，并

以常用的通知、报告、请示、函复为例，从不同方面一一为大家讲解。万俊同志强调，公文格式要严格按照《党政机关公文处理条例》国家标准执行，杜绝要素不齐、文种混乱、错字漏页、排版不规范、表述错误有歧义等问题，公文内容表述要言简意赅、直述重点，防止空话、套话等情况发生。



活动中增设了答疑环节，大家积极踊跃提问，现场学以致用，针对日常工作中遇到的问题进行咨询请教，万俊同志也对问题进行了详细的解答，这样的互动环节将此次学习培训的效果放到最大化，切实帮助大家解决了公文写作中存在的问题。学习后，小组长带头谈学习心得体会，其他党员和群众均表示，此次公文写作学习培训很有意义，令大家受益匪浅，为进一步规范文风、提高办文质量打下了坚实的基础。

# 为实现民族复兴接续奋斗

——广州市干部健康管理中心第一党支部开展主题党日活动

（通讯员：莫演桃）

2021年是中国共产党成立100周年，也是辛亥革命110周年。为深入贯彻习近平总书记在纪念辛亥革命110周年大会上的重要讲话精神，深切缅怀孙中山先生等革命先驱的历史功勋，11月15日，广州市干部健康管理中心第一党支部开展主题为“为实现民族复兴接续奋斗”的党日活动。



忆峥嵘岁月，纪录片往往最能引起大家的共鸣。活动第一项内容便是观看《忆辛亥——他们的未竟事业终将由最忠实的继承者实现》，其中革命军为平民剪去发辫、解除妇女缠足的画面给大家留下了深刻印象。辛亥革命终结了持续几

千年的君主专制制度，让民主共和的观念深入人心，也打开了思想解放和民族进步的闸门。影片观看完毕后，支部节选学习了习近平总书记在纪念辛亥革命 110 周年大会上的重要讲话内容。



最后，与会党员同志依次发表感言。犹如历史的接力，中国共产党在辛亥革命爆发后 10 年就诞生了，它在诞生之初就把为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴确立为自己的初心和使命，点亮了实现中华民族伟大复兴的灯塔。重温历史、接续奋斗，同志们将立足本职，尽心尽责，共同推动健康中国事业的发展。（通讯员：莫演桃）

# 科学绿化 党建先行

——广州市干部健康管理中心第五党支部开展主题党日活动

（通讯员：郭战勇）

为了贯彻落实《广州市关于科学绿化的实施意见》，11月26日，广州市干部健康管理中心第五党支部结合工作特点，发挥党员示范引领作用，开展“科学绿化 党建先行”主题党日活动，宣传倡导科学、生态、节俭绿化发展理念。

活动中，中心党委委员汪和民委同志作动员，强调要深入贯彻落实“绿水青山就是金山银山”的发展理念，保护好院区古树名木、大树，科学选择绿苗，注重绿植的合理搭配。在院区绿化和环境营造中，要突出“近自然、本地化、易维护、可持续”的生态建设特点，因地制宜，科学绿化。支部党员要率先垂范，带头践行绿色低碳生活方式、倡导绿色生活理念，提高中心员工绿化意识，营造植绿、爱绿、护绿的良好氛围。







活动在中心羽毛球馆登山路口进行，分为两个小组。一个小组给院区4棵百年以上荔枝树设永久性标牌、加装铁护栏等，做好古树保护；另一个小组对山坡进行改造，有的除杂草、有的挖穴植树、有的铺草浇水，齐力为山坡增添绿植。



经过一番努力，古树被铁护栏保护起来，杂草被整齐的大叶油草替代，移栽的杜鹃花整齐有致、迎风挺立，在阳光下展现勃勃生机。绿色怡然的生态让党员们欣喜不已，他们表示，人与自然是和谐共生的，每个人都要培养植绿护绿的意识，从个人做起，一点一滴建筑起锦绣中国的美丽画卷。

# 感悟初心使命，汲取奋进力量

——广州市干部健康管理中心第四党支部开展主题党日活动

（通讯员：许泽锋）

为进一步加强党史学习教育，深入学习贯彻党的十九届六中全会精神，提升党性修养，坚定理想信念，2021年12月20日，第四党支部全体党员及联络部门同志开展了主题为“感悟初心使命，汲取奋进力量”的主题党日活动。支部党员关若萍同志给大家上了一堂题为“从站起来、富起来到强起来——中国共产党领导中国人民实现伟大飞跃”的党课。



关若萍同志精心设计党课，学习形式新颖，将“讲党课”和“唱红歌”结合，带领大家回顾了中国人民从站起来到富起来、再到强起来的伟大飞跃历程，进一步感悟领袖的思想伟力。大家挥动小红旗，用嘹亮的歌声，深情地抒发对党、对祖国的满腔热爱，深刻领悟党领导中国人民进行革命、建

设、改革的百年奋斗历程，深刻领悟党为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴的百年历程。



“唱一首红歌，讲一段党史，这种学习教育非常有效果”，大家对党课的形式表示赞赏，在歌声中凝聚力量，将爱党、爱国之情唱出来，通过重温这段百年奋斗史，从中感悟初心使命，以强烈的历史主动精神奋进新征程、建功新时代。

# 联动学党史 养生保健康

——广州市干部健康管理中心第二党支部和第五党支部

联合开展党支部共建活动

(供稿：第二、第五党支部)

为深入学习贯彻党的十九届六中全会精神、推动学史力行见实效，12月22日，广州市干部健康管理中心第二党支部和第五党支部围绕党的十九届六中全会精神、党史学习教育，联合开展党支部活动，并邀请中心党委书记李焕忠列席。活动分为两个议题：主题党课和“穴位养生”知识讲授。

活动邀请中心政工部王波主讲党课“中国共产党为什么能”。王波同志从“中国共产党带领中华民族实现民族独立”“中国共产党领导中华民族赢得民族尊严”“中国共产党领导中华民族走向民族富强”三大部分，以严谨的思路、生动的语言和真实的历史故事给同志们上了一堂精彩的党课。他在党课中提到，世纪疫情加速了百年未有之大变局的演化，在充满挑战的未来，我们要更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，从党的百年奋斗重大成就和历史经验中获取力量，乘势而上，为实现第二个百年奋斗目标、实现中华民族伟大复兴伟大复兴继续努力奋斗。



“穴位养生”知识讲授环节邀请中医健康管理科唐文艺授课。她结合日常生活中常见的肩颈酸痛问题、腰酸背痛问题，向大家普及了穴位养生的知识，并教同志们找准十个日常保健穴。她现场示范正确使用易罐和揶针的方法，让大家更直观地感受到中医养生的精妙之处。活动现场气氛活跃，同志们根据唐文艺的讲解，亲身实操，把健康知识转化成健康实践的自觉。





中心党委书记李焕忠在总结到，第二党支部和第五党支部的共建活动既有思想上的深邃学习，又有业务上的实操收获，紧贴党史学习教育“学党史、悟思想、办实事、开新局”的要求，也是学习贯彻党的十九届六中全会精神的重要举措。本次活动的两位主讲——王波和唐文艺同志，是我中心后生力量。从他们身上，我们看到了中心青年的巨大能量。今后，我们要继续发挥青年的能动性，给青年更多的展示平台，为中心健康事业接续发展培养更多的优秀后续人才，为健康中国战略的实现提供优秀人才保障。

# 学习长征历史，弘扬长征精神

——广州市干部健康管理中心第一党支部开展主题党课

（通讯员：李金娜）

习近平总书记曾经说过，历史是不断向前的，要达到理想的彼岸，就要沿着我们确定的道路不断前进。今年是长征胜利的 85 周年，为深入贯彻落实习近平总书记关于“不忘初心、牢记使命，弘扬伟大长征精神”的号召和嘱托，广州市干部健康管理中心第一党支部于 12 月 27 日下午开展“长征精神”主题党课。



党课主讲人罗利利同志从“长征的历史背景”、“长征付出的巨大牺牲”、“长征创造的历史奇迹”和“什么是长征精神”四个方面进行深入讲解，带领同志们见证中国共产

党从弱小走向强大，从苦难走向辉煌！长征途中有为了掩护战友，反身扑进敌人包围圈最后壮烈牺牲的湘江血战；有体力透支、饥寒交迫，在睡梦中死去的 700 多名红军小战士。这些数不尽的感人至深的故事深深感动和鼓舞了在场的每一位同志。罗利利同志强调，无论我们的事业发展到哪一步，无论我们取得了多大成就，都离不开长征精神。

党课结束后，同志们互相交流学习体会，表示要弘扬伟大长征精神，坚定理想信念，保持革命意志，敢于担当作为。当前，我们站在“两个一百年”的历史交汇点上，即将迎来中心建院 60 周年，在建设健康中国、美好岭湖的道路上，要从容应对各种困难和挑战，继续艰苦奋斗，走好我们这一代健康管理人的长征路。



## 【美文欣赏】

# 党旗所指，岭湖之美

（作者：邹龙源）

记得一位哲人说过：一个人，一个民族，他所信仰的不应该是自己手脚的桎梏，更不应该是绞杀自己的绳索，而应当是一股风，一股催你挺近、催你跋涉、催你奋斗的风。而我选择了信仰马克思主义，也就选择了中国最伟大的政党——中国共产党。

回想 100 年前，谁能想到，在一只小小的木船上，诞生了一个伟大的政党。这一天，革命圣火已被点燃，真理的号角在船头吹响；这一天，镰刀和铁锤组成的旗帜，在丽日和风中飘扬；从此，这把镰刀呼啸着要隔断旧世界的一切枷锁；这把铁锤呐喊着要砸碎一个旧的世界！从此，中国人民有了这面旗帜的指引，翻越了三座大山，成立了新中国，走进中国特色社会主义时代。

我骄傲，我是您的一员；我明了，我们重任在肩，我们始终为实现崇高理想殚精竭虑；我知道，“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”；我晓得，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。只有你，能使生命充满意义；只有你，能使世界和平，人民祥和。

近年来，因为有你，整个岭湖发生翻天覆地的变化，它

的风采年年不同，一年更胜一年；因为有你，岭湖上下迸发出了强大的活力，展示了岭湖人最美的风貌；因为有你，岭湖每一个角落都散发着青春的气息，深深地吸引着广大体检客人和周边居民，慕名而来。

辛勤的岭湖人，为了贯彻“不忘初心、牢记使命，为健康中国努力奋斗”的思想，建设岭湖思路清晰、超前、创新，战略发展明确，院里积极筹办、兼顾全局，调派相关骨干分子，创建符合新时代发展的相关业务科室，如：科学运动管理学科、中医健康管理学科、心理健康服务中心、消化内镜中心等等。

因为你，岭湖人心存岭湖梦，团队合作，严守纪律，严格按照相关规定和程序开展各方面的工作，确保令行禁止、政令畅通，以上率下。曾几何时，广大职工难以融进岭湖梦，他们人心惶惶，频繁流动，不仅仅饭堂饭菜单调、寝室的床常发霉，而且收入微薄难以养家糊口，加之交通不便。院里深入调查，结合实际情况，惠民政策一条一条的出来了，如今的饭堂菜单多样化，色香味俱全；每间寝室都安装空调除湿去霉，新柜子和新床整洁有序；岭湖人梦寐以求的同工同酬已实行，烦躁的心安定下来；加上相关的政策扶持，有轨电车和公交在我院停靠……众多暖心工程的建设，大大增强了全体员工凝聚力、战斗力。

因为你，“创建美好岭湖，从我做起”的观念传递给每

一个岭湖人，深深地在内心里扎根，全院员工面貌一新，以积极的态度、真诚的笑容、热情的服务构建健康岭湖的每一天。

“看得见多远的过去，就能走向多远的未来。”初心和使命，就是理想、信念、宗旨，就是纲领和奋斗目标，就是奋斗精神和优良作风。让党旗飘在工作一线中，岭湖人筑梦成功。

# 以“青年党员”视角感初心、悟使命

（作者：胡晓瑜）

“七一”将至，我们将迎来中国共产党成立 100 周年，回首这一个世纪的风雨历程，我们党从血雨腥风中走来，从枪林弹雨中走来，经历了无数血与火的洗礼，中国共产党百年的历史，是为中华民族的独立解放、繁荣富强不懈奋斗的历史，更是为中国人民的自由、民主、幸福而不懈奋斗的历史。

习近平总书记在作党的十九大报告时提出，中国共产党人的初心和使命就是为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴。靡不有初，鲜克有终；不忘初心，方得始终。初心是起点时心怀的承诺与信念，是困境时履行的责任与担当。中国共产党人的初心是党旗下庄严许下的铮铮誓言，是融入血脉的全心全意为人民服务的不变宗旨。我作为一名青年党员，入党时间不长，进入单位工作的时间也比较短，却能在单位中深深感受到共产党员践行初心和使命的决心与行动落实的力量。作为健康管理中心，全中心在习近平新时代中国特色社会主义思想的指引下，以人民健康为中心，以身心全面健康管理为重点建设，以“全过程、全要素、全方位”健康理念为指引，积极建设健康促进与提升、未病评估与干预、疾病早筛与早诊的更贴近于公务员需求的全面健康三级管

理体系。

在中心工作的这一年多的时间里，我真切地感受到中心党员同志们勤劳善良、敬业爱岗、无私奉献的优秀品质。在日常工作中，老党员总能以身作则、言传身教，带领着科室年轻的党员，一丝不苟地做好每一项体检项目检查工作，从不马虎应对，面对大客流量时，亦不改温和耐心的态度，仔细完成对每一位客人的检查。业余时间，老党员会将自己多年积累的工作经验进行分享，还会利用自己的医学专业优势，深入到中心非医疗科室、周边社区、机关单位等地方做健康科普宣教，传播健康知识、推广健康理念。

2020年新冠肺炎疫情暴发初，不论是医务人员亦或是行政、后勤人员，闻令而动，放弃与家人团聚，主动请战，积极踊跃参与到这场“无硝烟”的战斗中，坚定地请在战书上按下自己的指印，只为了在党和人民需要的时候挺身而出，共同打赢这场“病毒战争”。那脸上被口罩压出的印痕、防护服被汗水浸湿的一线医务人员，以及夜以继日不断寻找医疗物资、提供服务保障的行政后勤工作人员，他们工作的场景，我仍历历在目。不在中心的党员同志也积极响应社区要求，参加党员先锋岗，成为党员志愿者，配合小区、居委会坚守好社区防疫“安全岗”。这就是中国共产党党员的风貌，是先锋，是模范，带给人民满满的正能量。

受到中心优秀党员日常的熏陶，我对待工作也丝毫不敢

怠慢，在自己的岗位上，为中心为人民为党做一点自己能做的贡献，让大家认可 90 后，认为 90 后也是可以被称赞的，也是能发挥好先锋模范作用的。90 后的青年党员是要有妙想天开的创新精神、有初生牛犊不怕虎的勇闯精神以及吃苦耐劳的黄牛精神。作为中心宣教组的成员，如何多元化、多维度地宣传科普健康知识、进行健康教育是我们的工作职责。通过新颖的方式科普健康知识，宣扬健康理念，能让一部分人改变生活方式，得到健康强壮的体魄，也就是在推动健康中国的前进的步伐了。

爱国爱党，不只是说说而已，而是以实际行动去证明。青年党员也应该以自身的优势，尝试着去做一些有益人民的事情，做一些或许能够有一点点改变这个社会的事情，或许你会发现，你真的做到了“不忘初心”，承担起了“使命”！

# 不负时代，不负韶华

（作者：关若萍）

70年代中期，我出生在珠江三角洲的一个小县城。从懂事之日起，就被父母拉去参加一些亲朋好友的聚会，主题往往只有一个“出国贺喜”。宴席中，人们都对“出国者”投去羡慕的目光，“出国者”也在大家的祝福声中、羡慕嫉妒中、杯影交错中，信心满满地似乎走上了一条康庄大道。

我们当地的女孩子出国淘金的机会明显比男孩子多了一条：如果你是“华裔美人”，一不小心被人家看中就会摇身成为“外籍华人”，也成为大家“羡慕嫉妒”的对象。身边的五亲六眷一直盼望着我长大，长成他们期待的模样。只可惜，在母亲“女人要自强、自尊、自爱”的谆谆教导声中，我活成了这个时代该有的模样。

18岁那年，更是从亲朋好友惊讶的眼光中，毅然报考了坐落在历史名城、革命圣地——长沙市的湖南医科大学。接下来的五年，我在那里勤奋学习、快乐生活，并在人生最美好的年华里接受了党的熏陶。课余，常常邀上三五知己，伫立橘子洲头，漫步湘江两岸，感受毛泽东同志“以天下为己任”的革命豪情壮志。在1997年的炎炎六月，我光荣地加入了中国共产党。此时，离我那些“外籍”亲戚的期望也越来越远。而我，更加坚定了理想信念，立志全身心投入到国家的发展建设中，努力成为这个社会的有用之人，为我深爱的祖

国奉献自己的全部青春和力量。

大学毕业，我回到了省会——广州市工作，时刻不忘入党誓词，在工作岗位上用汗水浇灌收获，以实干笃定前行，活成了亲戚朋友们眼中“优秀”的模样。

70年代出生的我们，是改革开放40多年取得的辉煌成就的见证者。我有幸生活在这个时代里，生活在国家的改革大潮里，生活在“江山是人民，人民是江山”的国度里。我常常与国外的亲戚朋友们联系，把我的思念带给他们，更多的是把国家的富强、社会的和谐、家庭的美好告诉他们，把我们党的初心和使命传输给他们，让远在地球另一边的他们也感受到来自祖国的磅礴力量，身为炎黄子孙而感到骄傲和自豪。祖国铿锵奋进的脚步，也在续写更多春天的故事。

2020年是极不平凡的一年。面对突如其来的新冠肺炎疫情，中国人民在以习近平总书记为核心的党中央坚强领导下，以人民至上、生命至上诠释了人间大爱，用众志成城、坚韧不拔书写了抗疫史诗，取得了抗击新冠肺炎疫情的伟大胜利。今天，我自由呼吸着新鲜的空气，海外的亲戚朋友们对我这个“华籍美人”投来了无限羡慕的眼光。此时此刻，惟愿海外的游子们和顺致祥、幸福安康。

2021年，是中国共产党成立100周年，是十四五开局之年，是开启全面建设社会主义现代化国家新征程，也迎来了中国共产党百年华诞。我们初心如磐，责任在肩。“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，在开启新征程的关键时刻，



作为一名共产党员，我一定要走好新时代的长征路，不负时代，不负韶华。

一代代中国青年把青春奋斗融入党和人民事业，我也活成了这个时代应有的模样。站在“两个一百年”的历史交汇点，我将与我身边的奋斗者时刻牢记初心使命，坚定理想信念，以永不懈怠的精神状态和一往无前的奋斗姿态，为创造更加美好灿烂的明天而努力！

我，从未像今天这样意气风发，这样自信人生！

致敬伟大的时代、伟大的党！

# 阅读，见众生，见自己

（作者：李丹娜）

“生活，一半烟火，一半清欢；人生，一半清醒，一半释然。人生苦短，故人生如梦。人生如梦，所以，当活出几分清醒。”我初次见到《人间清醒》这本书时，便被牛皮纸般的书皮和各占据了一半封面的“人间”“清醒”的书名所吸引。这本书是茅盾文学奖获得者梁晓声的散文精选集，共五个章节，梁先生从自身的成长经历、身边的亲人朋友说起，向读者讲述所遇见的人、所经历的事，分享他七十多年来的人生故事，字里行间透射出梁先生对人情世事的思考，闪耀着启迪人们心智的灿烂光辉。



书的开篇，是从梁先生的父母、家庭讲起。梁先生出生在一个人家众多的大院里，父亲的严厉、母亲的厚爱、兄弟的真情，家庭中的每一名成员都或多或少的影响着自己的性

格形成和人生走向。他的童年被“贫穷”所笼罩着，也因此遭遇了一些不公平的对待。小学班主任的刻薄言行，曾深深地伤害到他幼小的心灵和脆弱的自尊，让他一度想要放弃继续读书。幸运的是，先生遇到了一个在我看来是极好的语文老师，给了他心灵上的抚慰、学业上的鼓励和生活上的照顾。我猜想，如果没有遇到这位语文老师，梁先生很可能在小学时期就因为被成人的刻薄所挫伤而选择辍学，那么今天，就不会有一位名为梁晓声的作家，而我也不会有机会能够阅读到他的作品。

作为一个出生在幸福年代的90后，我从未经历过梁先生所经历的生活困苦和社会动荡，无法切身感受当时的生活滋味，只能够从这本书中体会到一二。那个年代，虽然生活物资匮乏，但精神世界却十分的丰富。虽然家庭收入微薄，但梁先生的母亲却非常鼓励子女坚持读书，尽可能地满足子女的阅读需求，让他得以在学业上积极奋进并有所建树。

翻阅书籍的过程中，我时常被梁先生直白平实的文字下所讲述的故事所打动，他的文字没有过多华丽的修饰，反而充盈着一种击中人心的力量，让我不时地停下来思考自己的生活 and 经历，思考应该如何善待身边的人和事。跟随书中的故事，了解复杂多变的人生百态，感受生活中的百般滋味，我既看到了他人，也看到了自己。

## 【新闻简讯】

◆2021年10月14日，中心工会组织开展重阳节登山活动。

◆2021年11月18日，中心组织党员干部参加市人社局学习贯彻党的十九届六中全会精神干部大会视频会议。

◆2021年11月29日，市人社局党史学习教育第六督导组组长、局领导张胜年带队来我中心督导党史学习教育开展情况。

◆2021年11月，中心开展2021年度固定资产盘点工作。

◆2021年12月1日，中心组织党员干部参加市人社局学习《数字时代创就业服务创新与转型》宣讲报告会视频会议。

◆2021年12月23日、24日，中心组织开展岁末年初安全工作大检查。

◆2021年12月24日，中心组织开展政治生态建设民意测评工作。

---

报：广州市人力资源和社会保障局机关党委

---

送：中心领导、各党支部、各部门

---

责任编辑：李焕忠、周辉、唐成广

---

编辑：关若萍、王波、李丹娜

---

电话：38977010

---