

牢记入党初心，激发实干精神

□海口路社区 于道明

习总书记在去年“七一”讲话中“不忘初心，继续前进”无疑成为各级党组织及广大党员热议的话题。目前，全党上下开展“不忘初心，牢记使命”的主题教育，回望入党不忘初心，铭记入党时的誓言，激励全党为实现中华民族伟大复兴的中国梦，撸起袖子，真抓实干，为党和人民的事业做出积极贡献。

忘记了过去，意味着背叛。对于党的各级组织而言，“初心”毫无

疑问就是要在组织中把好党建工作，在政治上与党中央保持高度一致，在工作中把人民的利益放在心里。这是上任时的承诺，在任时的责任；作为一名普通党员，就要牢记入党时的庄严宣誓。因为初心是人生起点的希冀与梦想，从入党伊始事业开端的信念，迷途困挫中的责任与担当，到铅华尽染时的恪守与坚持，不忘初心就是最好的诠释。

岛城不少党组织在开展“不忘初心，牢记使命”的主题教育中，有针对性地开展了“党员初心回望行

动”，提醒党员回忆当初为什么加入党，做的又是如何，让党员重新回顾一路走来党组织的培养历程，回到入党起点履行誓言，兑现承诺，找出差距和不足，找回荣誉感和今后的使命感。

我们生活在红瓦绿树，天蓝水清美丽青岛的优美环境中，好的优越条件，更需好的闯劲。多年来，各级党组织党的建设蓬勃发展在这片沃土中担负起耕耘党建的大任，是一种幸运，也是一种挑战。岛城涌现出众多先进党委、支部书

记，他们不仅坚持“不忘初心”，更以探索与敢为人先的进取精神为党的建设书写华章。正是有了他们以身作则，敢于担当，充分发挥一班人的战斗堡垒作用，带领群众凝聚起向上力量，才让生活更加时尚幸福。

在“不忘初心，牢记使命”的主题教育中，要铭记党员的“政治生日”，应在日常工作中言行一致，敢于担当，善始善终，方能心明眼亮。

不忘初心，以实际行动迎接党的生日。

炎炎夏日 使用燃气要注意这几点

□半岛记者 韩英子 整理

过了端午，正式进入炎热的夏季，高温天气使用燃气更要注意。今天我们一起学习夏天使用燃气的正确姿势。

保持通风

随着气温一路走高，使用空调的频率增加，为了确保制冷效果常常喜欢门窗紧闭，其实这样很容易引发燃气事故，使用燃气时一定要保持室内通风良好。

做到人离火灭

使用燃气灶时要有专人照看，防止因为锅内汤水煮沸溢出浇灭火焰，或窗外的风吹灭火焰等多种原因导致火苗不正常熄灭，燃气发生泄漏不得而知，导致酿成大祸。如家中长时间无人或长时间不使用燃气请务必关闭室内表前阀门。

摆放物品要注意

燃气灶周围不要放置油瓶、酒瓶、调料瓶等，更不要摆放纸盒等物品，防止它们因靠近高温而起火。在调节燃气灶火焰时，保持火焰不要超出锅底的范围，火不要开太大，一则不安全，二来也浪费气。

燃气泄漏不要慌

燃气本是无形无色，为了便于察觉，都经过人工加臭，一旦出现泄漏，很容易被闻到，闻到这样的臭味，一定要保持冷静，缓慢打开门窗通风，然后关闭燃气表前阀，到空旷处拨打燃气抢修电话，请专业人员上门处理，在此期间不要触碰电器开关，防止因静电导致燃气爆炸。

燃气器具到期及时更换

注意燃气器具的使用年限，焦炉煤气热水器的使用年限为6年；天然气热水器的使用年限为8年；燃气灶具的使用年限也是8年，超期的燃气器具在性能上会有不同程度的损坏，存在严重的安全隐患，应立即更换。

安全检查要配合

重视燃气公司的定期安检服务，在安检人员上门时积极配合，对安检人员检测出的问题及时处理，要对自己及家人负责。

安全，是一切幸福的起点，让我们重视用气安全，为生命健康筑起一道防线。

口红DIY，我的色号我做主

澳门路社区开展口红DIY制作活动



学习金融知识，手工DIY口红。

□文/图 半岛记者 韩英子 通讯员 李媛媛

为传播健康美丽的生活理念，丰富社区广大女性的精神文化生活，提升动

手制作能力，近日，澳门路社区携手青岛银行市南支行在社区开展了口红DIY制作活动。20余名的社区居民和来自青岛银行的工作人员参与了此次活动，大家对这个新鲜的活动表现出浓厚的兴趣。

活动现场，老师提前把制作口红的模具、烧杯、电子秤等工具准备好，并向大家讲解了口红简要的制作方法。在细致的讲解后，大家迫不及待地动起手来，将油、蜡、色粉、维E等原材料按照一定比例，小心翼翼地搅拌均匀，加热并上色，再倒入模具中冷却成型，脱膜装进口红管里。在老师的帮助下，通过称重、搅拌、固定等一系列步骤，现场参与活动的居民和工作人员的专属定制口红出炉了，大家拿着自己制作的口红迫不及待地试了起来，滋润纯天然。

“通过亲自动手，定制出属于自己的口红，既是一次开心的体验，又让我学到口红的制作方法，希望今后这种活动能多多开展。”现场的居民开心地说道。同时，来自青岛银行市南分行的工作人员还利用口红冷却的时间向大家普及了金融知识，针对社区老年居民，以基础金融知识为主题，帮助老年人运用正当途径谨防金融诈骗，守护好自身的“钱袋子”。

此次活动，让大家体验了一次有趣的手工课，感受到了手工文化的乐趣，也增进了居民之间的交流，拉近了居民的距离，促进了邻里和谐。银行的工作人员还与社区党委交流学习了党建工作。社区将通过与辖区共建单位共同举办丰富多彩的活动，为居民提供更优质、更新颖、更出彩的社区活动。

咋睡得更香？医师来支招

海口路社区卫生服务站举办“睡眠呼吸综合征防治”健康讲座



“睡眠呼吸综合征防治”健康讲座。

□文/图 半岛记者 韩英子 通讯员 杨璐

6月18日下午，海口路社区联合社区卫生服务站在社区综合教室举办了“睡眠呼吸综合征防治”的健康讲座，本次讲座由市立东院耳鼻喉科的李亚明医师主讲。

讲座重点讲了什么是健康的睡眠、午睡可以降低心血管疾病的发生、睡得太多也不好、呼吸睡眠综合征的分型症状表现等内容，让居民们掌握

了关于睡眠的正确知识。讲座后设置了十分钟的答疑环节，现场居民踊跃提问，主讲医师耐心细致地回答，取得了良好的反响。

本次讲座也是世界卫生日后续宣传的一部分，将世界卫生日的宣传主题“维护人人健康，迈向全面小康”贯穿在讲座中，为居民树立了“每个人是自己健康的第一责任人”的理念，现场还发放了家庭医生签约宣传品，宣传家庭医生签约服务政策和理念，取得居民的理解和支持，努力提高家庭医生签约覆盖面。

□半岛记者 高晓飞 整理

6月9日是端午假期的最后一天，在平度和即墨接连发生两起学生溺水事故，三名学生不幸溺亡，家属及众人悲痛万分。夏日高温，暑期将至，此类惨剧的发生，让暑期学生安全再次严峻地摆在人们的面前。在此，我们也提醒广大家长朋友，一定嘱咐孩子远离危险水域。

外景虽美，切勿下水！请时刻牢记以下几点：

1. 绝不私自下河游泳。
2. 绝不擅自与同学结伴游泳。
3. 绝不在无家长或老师带领的情况下游泳。
4. 绝不在无安全设施、无救护人员的水域玩耍、游泳。

提醒：家里由老人看护孩子的，一定要与老人做好沟通，不要因为疼爱而放纵孩子出去玩，事关生命安全一定要特别严格。务必与老人保持联系畅通，有事及时打电话，掌握好孩子的动向。



预防夏日溺水 时刻牢记这几点