

王哥庄基层妇女干部集体“充电”

打造一支“五个过硬”妇联干部队伍,在各项工作中发挥巾帼力量



国韵初识
开讲啦!



□通讯员 徐胜男

11月17日,在宁真小学,2021年度的“国韵初识”文化体验传承系列课程正式开课。第一期的主题是《秋深尤有菊花香》,来自六年级的50多名学生,在非遗传传承人吕老师的带领下,运用剪纸艺术,雕出了一朵朵栩栩如生的菊花,课程深受孩子们的喜爱。

王哥庄街道“国韵初识”文化体验传承主题活动自2017年起已举办5年,以弘扬中国传统文化为宗旨,通过讲述和体验两部分内容。扎染、剪纸、皮影、汉服、鲁班木艺等,每期不同的课程,让小朋友们徜徉在国韵文化的海洋里。接下来,王哥庄街道还将举办十一期“国韵初识”新时代文明实践活动,为大家带来不同的技艺文化体验。



□通讯员 姜静

为进一步加强全街道妇女干部队伍建设,全面提升妇女干部的政治思想素质、基本业务水平和协调应变能力,11月11日崂山区2021年社区妇联干部培训王哥庄街道专场在街道三楼大会议室成功举办,34个社区妇联主席参加此次培训。

据了解,此次培训邀请了山东泰成律师事务所律师、崂山区普法讲师团成员王晓涵前来授课,开展《民法典——

“婚姻家庭编”法律知识解读》普法专题讲座,重点解读了婚姻家庭编中离婚冷静期、夫妻共同财产、夫妻共同债务、离婚后子女抚养权、财产继承等条文,让大家对婚姻家庭方面的法律知识有更深入的了解。培训班上,崂山区妇联各部室负责人为大家带来“领头雁在行动”——妇女工作应知应会业务培训,针对家儿部、发展部、宣传部、组联部、权益部等各部室重点工作进行了系统、详细的业务培训,既有具体工作方法指导,也为大家今后开展妇女工作指明了方向。

集体培训结束后,34个社区妇联主席第一时间召开本社区妇联执委会,学习、传达、贯彻、落实此次会议精神和培训内容。基层妇女干部纷纷表示,此次培训受益匪浅,在今后的工作中,要把培训所学转化为带领基层妇女发展的强大动力,打造一支信念过硬、政治过硬、责任过硬、能力过硬、作风过硬的妇联干部队伍,团结广大妇女在各项工作中发挥巾帼力量。

【健康小城】哺乳期的妈妈怎么吃？

世界卫生组织建议婴儿6个月内应纯母乳喂养,并在添加辅食的基础上持续母乳喂养到2岁甚至更长时间。哺乳期妈妈的营养状况是泌乳的基础,如果哺乳期营养不良,将会减少乳汁分泌量,降低乳汁质量,并影响母婴健康。此外,产后情绪、心理、睡眠等也会影响乳汁分泌。

增加富含优质蛋白质及维生素A的动物性食物和海产品,选用碘盐:1.每天比孕前增加80~100g的鱼、禽、蛋、瘦肉(每天总量为220g),必要时可部分用大豆及其制品替代;2.每天比孕前增饮200ml的牛奶,使饮奶总量达到每日400~500ml;3.每周吃1~2次动物肝脏(总量达85g猪肝,或总量40g鸡肝);4.至少每周摄入1次海鱼、海带、紫菜、

贝类等海产品;5.采用加碘盐烹调食物。食物多样不过量,重视整个哺乳期营养:1.应由多样化食物构成平衡膳食,无特殊食物禁忌;2.每天应吃肉、禽、鱼、蛋、奶等动物性食品,但不应过量。吃各种各样蔬菜水果,保证每天摄入蔬菜500g;3.保证整个哺乳期的营养充足和均衡以持续进行母乳喂养。

愉悦心情,充足睡眠,促进乳汁分泌:1.家人应充分关心哺乳期妈妈,帮助其调整心态,舒缓压力,树立母乳喂养的自信心;2.哺乳期妈妈应生活规律,每日保证8h以上睡眠时间;3.哺乳期妈妈每日需水量应比一般人增加500~1000ml,每餐应保证有带汤水的食物,但不宜喝多油浓汤。

格寓山海
小城大爱



小城大爱,齐心守护平安社区

讲述人:雕龙嘴社区 刘雪英

反诈不松懈,守护群众“钱袋子”

近年来,电信网络诈骗屡见不鲜,案件发生率居高不下。如果任由其“野蛮生长”,势必会成为毒瘤,危害居民生命财产安全。我社区领导班子高度重视,结合实际,着手开展了相关宣传活动。

社区书记先安排我们在社区微信群里发放“关于全民反诈、安装国家反诈中心APP倡议书”,并联系对接辖区派出所,整理发生在辖区内的电信诈骗真实案例,在社区群内进行公布,以实际案例警醒群众。向居民们发出倡议,呼吁社区居民了解诈骗手法,学习反诈知识。

在书记的带领下,我们成立了下载APP居民小组,由专门居民代表、小组长、党员、网格员到社区入户指导安装,确保不漏掉一户居民。

考虑到社区老人可能不熟悉智能机,我们三名网格员配合辖区派出所的民警同志将老年人作为重点关注对象,着重入户发放防范电信诈骗的宣传单以及反诈中心APP手把手安装,讲解近期常见的电信诈骗手段和预防电信诈骗的主要方法,提醒他们不要乱点别人发来

的连接,不要轻易相信陌生人电话和网络信息,防止上当受骗。

通过此次反诈活动,我社区居民不仅更加深入地了解了各种类型的诈骗手段,增加了防范电信诈骗意识,同时也学到了心理健康知识,筑牢了心理防线。居民纷纷向我们社区工作人员竖起大拇指。众心齐,泰山移。这次活动的顺利完成离不开领导班子的及时指挥部署,也离不开社区全体工作人员的不懈努力。

网格员齐排查,撑起雨后“守护伞”

自汛期以来,全市出现不同程度雨水天气。近期我社区也出现了恶劣大风暴雨天气。密切关切民生,保护群众安全本就是网格员的职责所在。

雨后,我社区三名网格员义无反顾地投入到修缮维护工作中。积极协助村委、社区开展雨后安全巡查工作,对易受大风大雨影响的区域进行拉网式排查,将刮倒的树木扶起,刮断的树枝移开,对沟渠内的杂草、垃圾进行清理,确保排水通畅,通行安全,助力清障排

除隐患。

对辖区内低洼易涝、施路段、危房危墙等重点隐患区域进行巡查摸排,统计房屋、农作物等受损情况,详细记录灾情,主动帮助群众联系保险公司咨询赔偿问题,将暴雨带来的损失降到最小。

及时进行了走访巡查。重点巡查各处塘坝、水库、沟渠等排水情况,入户察看贫困户、孤寡老人房屋是否有塌陷、裂缝、漏雨等现象,发现问题及时统计上报,积极协助帮助解决。

风已过,雨已停,有风掠过,带来阵阵泥土的气息,这就是我们网格员。我们虽身单力薄,但却无畏无惧。小小网格,大大能量。只要群众有需要,我们会手拉手冲锋在前。

一根线容易断,万根线能拉船。也正是因为我们的社区领导班子与各网格员拧成一股绳,朝着相同的方向前进,才得以看到群众展露的笑颜。当然,每时每刻社区都在发生新的故事。下一步我们会更加砥砺前行,秉承这份信念,以实际行动一步步走进群众的心中,以全体之力万众一心共同守护社区平安。路漫漫其修远兮,吾将上下而求索。



雷锋曾经说过:一朵鲜花打扮不出美丽的春天,一个人先进总是单枪匹马,众人先进才能移山填海。诚如此,我们生活在这个光怪陆离的世界,每一步从来都不单单是孤军奋战。正因为有了伙伴,有了集体,我们才能以万人之力实现仅凭一个人无法完成的事情。今天我不想讲某一位社区工作者的故事,我想带你听听我们整个雕龙嘴社区的故事。