

外卖、快递小哥利用工作之便,随手帮、随手拍,在街头巷尾传播和制造正能量

“最熟悉的陌生人”变身基层治理“好帮手”

本报记者 尹晓燕 本报通讯员 陈红

“这家餐馆的厨卫条件不太好,就在广源路……”外卖小哥小肖取完外卖后,发现餐馆后厨卫生状况不理想,随即掏出手机,拍照、定位、描述,仅用一分钟时间,就将这一情况通过“甬上红领”微信小程序“拍一拍”板块流转到属地村社。不到24小时,属地社区的包片社工就与市场监管部门一起上门,对该餐馆进行实地检查并提出整改要求。

这是浙江宁波北仑区新碶街道“红领骑手”们与这座城市双向奔赴的生动写照。在北仑区,“红领之家”的志愿者们活跃在大街小巷,就医引导、捡拾垃圾、集市服务……如今,更多小哥加入红领志愿者队伍,成为街头巷尾流动的正能量。

永远在路上的“浩哥”

“不是在服务他人,就是在服务他人的路上。”大家这样形容“浩哥”的生活。“浩哥”是北仑区“红领之家”社会服务中心的创始人和负责人陈军浩。

“红领之家”成立于2001年,是一家以党建力量为主体,以志愿服务为载体,以社会治理为主导的社会组织。春节返乡潮时,“浩哥”带领“红领之家”志愿者为购票农民工送热粥、搭雨棚、帮忙网络订票;台风期间,他第一时间牵头组建党员抢险队,奔赴救灾第一线;地铁线路延伸段试运行第一天,“红领之家”志愿者便活跃在文明引导、乘车指引、安全保护等志愿服务第一线;……

2014年,“红领之家”主动承接社区矫正项目。面对社区矫正对象被“标签化”的困境,陈军浩引入先进理念,建起75人的矫正

党建引领“专业社工+志愿服务”融合服务社区

一个万人社区半数居民是志愿者

本报讯 (记者周倩)3月1日,第62个“学雷锋纪念日”到来之际,山东省东营经济技术开发区胜利街道锦苑社区开展了一场形式多样、内容丰富的学雷锋志愿服务活动。锦苑社区邻里帮志愿服务队等34支志愿队伍为居民提供了家电维修、中医药文化体验等70余项服务,吸引了众多居民的热情参与。

“我们社区一直很热闹、很温暖,因为这儿有一支热情如火的志愿者队伍——邻里帮志愿服务队。”锦苑社区党委书记杜文秋介绍,目前志愿服务队成员5220名,社区常住人口3926户、10019人,“这意味着每个有劳动能力的家庭至少有一名志愿者。”

锦苑社区常住人口1万多,是油田移交小区中单体面积最大、人口最多、人口结构最复杂的“三最”小区,居民诉求复杂、治理难度大。社区党委探索创新“社区党建+专业社工+志愿服务”模式,12名“不老松”老党员志愿者担任网格党支部书记,发展1800名银龄志愿者,社区一半以上居民注册为志愿者。孵化培育邻里帮志愿服务协会,15名持证社会工作者策划开展邻里矛盾调解、心理服务等学雷锋志愿服务项目,常态化开展学雷锋志愿服务活动。

去年12月,锦苑社区被中央社会工作部选为党建引领“专业社工+志愿服务”融合试点社区。4年来,在社区党委领导下,19名社区工作者带领志愿者服务群众500多万人次。

推出多条红色教育线路,打造红色文化育人模式

沉浸式思政课让红色基因薪火相传

本报记者 李国

“从红色思政课中,我了解了王良军长,从他的身上我学会了善良、勇敢、不怕困难的红军精神。”重庆綦江沙溪小学学生刘佳说。

綦江是中央红军长征在重庆的唯一过境之地,孕育了王良、邹进贤、王奇岳等革命英烈。如今,在这片红色热土上,一场场“冒热气、接地气”的理论宣讲,一次次“有温度”的志愿服务,一堂堂沉浸式思政课……新时代文明实践活动传承红色基因,传播文明、浸润百姓生活。

让思政教育在课程中实起来

重庆市綦江区王良红军小学毗邻川东第一支部綦江党支部旧址,而该校校友、王

良军长,就是中国工农红军建军初期的著名将领。近年来,该校充分利用本地红色资源,在“四个结合”中育人,播撒红色种子,让红色基因代代相传。

该校在特殊节日、纪念日等重要节点组织学生开展“吃一次红军餐、走一段长征路、唱一首红军歌、看一本红色书”主题活动,营造尊崇英雄、学习英雄的浓厚氛围,让红色基因在主题活动中“动”起来。

开启红色故事表演剧场和红色观影活动,通过红色故事演绎和红色影片赏析,让学生感受革命先辈的热血与担当。开放性、多样性的綦江思政红色课程,增强了思政课的丰富性、思想性、实效性,让孩子们更深刻地领悟红色文化和红色精神,让课程构建在思政教育中“实”起来。

据介绍,红色艺术思政课已经走进小学、党校主体班和高校,教师采用“理论讲

授+艺术展示”的形式,将情景剧、快板、小品、舞蹈、歌曲等融入思政课,让红色基因在传承中绽放出时代光芒。

走好新时代长征路

“你们答应过我要一起走出雪山,起来!”这是前不久在綦江红一军团司令部旧址,重庆师范大学“新时代长征路上的青春”艺术思政课上演的片段。

随着音乐响起,怒吼的暴雨声、呼啸的寒风声,长征中最艰苦而又辉煌的战斗历程在眼前缓缓呈现。重庆师范大学党委副书记陈志军坦言,綦江这片红色热土为广大师生提供了思政教育的宽阔平台,把思政课堂搬到这里,可以带领学生实地体验、感受,更好引领青年学子走好新时代长征路。

当前,綦江已经培育出“南州茶谈”“枫香树下学党史”等新时代文明实践品牌,开



学榜样 共成长

学雷锋纪念日临近,各地开展志愿服务活动,以实际行动践行雷锋精神。图为3月2日,在共青团青岛市委举行“学榜样 促实干 做志愿 共成长”青年志愿者集中服务行动中,青年志愿者在学雷锋公益服务大集上展示雷锋主题剪纸作品。 新华社记者 李紫恒 摄

员的信息。祝您用餐愉快!”外卖员小陈将一份餐食送到居民手中,并向居民送上一张由社区制作的防台温馨提示书。《告知书》上详细地列出了台风期间的各项安全注意事项,并贴心地附上了各部门、单位和社区、物业的紧急联系方式,为居民们提供了防灾指导。

2024年台风季,新碶街道发动“红领骑手”志愿服务队力量,在联络群内发布召集令,利用新就业形态劳动者群体走街串巷的优势,鼓励他们前往各社区党群服务中心领取防台告知书,在配送外卖、快递的同时发放到居民的手中,并将沿路看到的安全隐患随手进行上报,保护居民生命财产安全。

工作之余,不少“红领骑手”加入社区区急志愿服务队伍,和物业一起排查小区内的雨水井盖、窗外的花盆和杂物等安全隐患。

据陈军浩介绍,2024年,“红领之家”以打造骑手友好城区为目标,通过北仑区自主创新开发的“小哥哥”,实施“小哥哥”码”上到”红领骑手友好建设志愿服务项目,以实现骑手群体与居民发展双向促进。通过绘制“小哥哥”上的爱心地图,由志愿者持续挖掘和注明爱心商家、驿站,充换电站等位置。同时设立“心愿、志愿”展示人口,吸引小哥成为6个社会治理岗位的红领骑手志愿者。

在做好服务和关怀的基础上,越来越多的骑手,外卖小哥逐渐加入进来,成为“红领骑手”志愿者,自动自发融入社区,从居民眼中“最熟悉的陌生人”转变为基层治理的“好帮手”。

“利用工作之便,随手帮、随手拍,我一点不觉得麻烦。能参与到社区治理,为楼上楼下的居民们尽点心,感觉自己也成了社区大家庭中的一员,很有归属感。”外卖员王凯说,“成为‘红领骑手’志愿者,尽自己所能帮助别人,听着一声声感谢,是我来宁波一年多最有成就感的事情。”

帮助他人收获成就感

“您好,这是您的美团外卖,还有一张防台温馨提示书,里面有紧急联系电话和包片网格

G 心路

一点小事就火冒三丈?

疲惫时更需做好情绪管理

读者来问

您好,每天下班回到家,感觉自己总有发不完的火儿。其实也不过是孩子忘带钥匙、老公多说了几句,这些小事让我瞬间烦躁到想摔门而出,事后又懊恼不已。我是不是性格有问题? 河北 叶诺

专家心解

叶诺您好:

日常生活和工作中,很多人都经历过被一点小事点燃。疲惫时的易怒不是性格缺陷,而是身心发出的电量不足警报。

一忙起来,或者累了,脾气就变得暴躁,主要缘于生理因素、心理因素和健康问题。长期过度劳累、工作压力过大、熬夜、睡眠不足等都会导致心烦躁、易怒。压力过大、精神过度紧张、缺乏交流沟通等心理因素也会导致脾气变得暴躁。焦虑症、甲状腺功能亢进症、躁狂症等健康问题也可能引发脾气暴躁。

疲惫时更应注意情绪管理,如何缓解呢?

首先要注意自我管理 with 休息。确保每天有7~8小时的充足睡眠,定期进行适度锻炼,如每周3次,每次30分钟中等强度运动。培养兴趣爱好,如阅读、绘画或音乐,每周至少花两小时放松自己。

其次,合理安排工时与任务。制订详细的工作计划,将大任务分解成小任务,按优先级逐步完成,减少突如其来的压力。合理安排工作时长,每工作1小时短暂休息几分钟,避免精神过度疲劳。学会拒绝不必要的额外任务,保持合理的工作负荷。

此外,掌握一些心理调节小技巧。练习深呼吸或冥想,每天至少10~15分钟,可以显著缓解焦虑。尝试表达和释放情绪,例如通过写日记记录每日感受。寻求社会支持,与朋友或家人交流,每周至少一次倾诉自己的困扰。

如果上述方法仍然不能缓解,就需要考虑咨询心理医生或参加心理辅导。值得注意的是,当有人陷入“一疲惫就烦躁”的模式时,家人们应避免对其使用挑衅性语言,比如“大家都累,就你矫情”等。如果察觉到对方感到疲倦时,最好主动提供免打扰时间,给对方一个充电补充能量的机会。

别让坏情绪影响亲子关系、降低生活质量,祝你早日找到适合自己的调节方法,给身心充好电,做个情绪稳定的人。 蓉娟

“流动红旗”激活党建新动能

本报讯 (记者邢生祥 通讯员盛芳 陈燕)近年来,青岛油田格爾木炼油厂以“流动红旗”评选为载体,构建起动态评比、多维赋能的基层管理新格局,让红色动能穿透生产末梢,一面面“流动红旗”正以燎原之势,激活基层管理新动能。

该厂建立“流动红旗”动态管理机制,建立“月度考核+季度评比+年度总评”的立体考评体系。通过设置安全生产、技术创新、成本控制等考核指标,将基层单位全年生产经营目标转化为具体量化的“红旗标准”。深化“两组两长融合”实践,试点开展班组与党小组一体化组建、一体化运行、一体化考评,推动党小组与生产班组组织架构、工作目标、考核体系“三统一”。通过实施“党员责任区+岗位责任清单”双轨并行,进一步压实岗位责任,提升党员干部履职效力。通过“红旗班组”创建,让党小组长与班组长互为AB角,真正实现“1+1>2”的聚合效应。构建“培训一练兵一比武一晋升”全链条培养机制,定期开展岗位练兵、技术比武、劳动竞赛等活动,在班组形成“比、学、赶、帮、超”的良好氛围。将红旗评比结果与绩效考核、晋升通道深度挂钩,设立“流动红旗”专项奖励。今年以来,基层班组累计提出合理化建议35条,实施小改小革13项,创效250余万元,真正实现了“红旗流动到哪里,创新活力就迸发在哪里”。

“信息公示园地”架起连心桥

本报讯 为切实保障职工对企业工会各项职能履行情况的知情权、参与权、决策权和监督权,中铁十五局轨道运营公司在工作群内以“群公告”功能为平台,创建了“公司工会信息线上公示园地”,看得清楚,说得明白,信息公开栏搭建起职工和企业的连心桥。

“该园地”主要用于对各下属单位的工作总结、计划方案、工会物资采购、评先树模、制度办法、经费支出、困难救助等重大事项,按照“年度、季度、月度、随时”公开的原则,定期公开公示。职工们表示,以前只知道工会开展了很多活动,具体流程一知半解。仅靠办公楼里的企务公开栏,很多信息无暇关注,用这种线上的公开方式,不仅内容细致、全面,各项内容都列得清清楚楚,还可以随时随地查看。线上公示园地的启用,是该公司对民主管理公开透明化的新探索,各基层单位也在自己的工作群里开辟了线上公开栏。职工以前不了解的信息,现在有了更加透明的线上查看途径。下一步,该公司将持续拓展线上途径,扩大公开范围,畅通职工双向反馈渠道,增强企业的凝聚力和向心力,共促企业高质量发展。(燕新玉)

防违纪用“身边的案例”发挥警示作用

本报讯 为了更好地贯彻落实党风廉政建设建设的各项规定,近日,侯马电务段党委夯实“三大”工程,不断加强党员干部廉洁自律,营造风清气正的工作环境。

预防工程,变事后惩治为事前防范。该段立足教育,关口前移,筑牢全段党员干部的思想道德与党纪国法防线。抓好警示教育,充分利用身边的案例及廉政录像发挥警示作用,严防违纪违规的现象发生。抓好示范教育,邀请先进人物为全体干部职工作先进事迹报告,弘扬正气,鼓舞士气。阳光工程,变单纯治标为标本兼治。该段推行阳光经营,杜绝暗箱操作,建立健全各项风险防范制度,完善监督制约机制,规范企业合同签订,在企业降本增效、防止腐败方面发挥积极作用。认真落实人、财、物管理制度,同时,加大企务公开工作力度,强化职工监督。廉政工程,该段在加强自律与他律相结合中,不断深化党员干部领导干部廉政自律教育。强化制度监督,认真落实领导干部廉政准则,做好述职、述廉、接受群众监督,完善民主管理机制,认真听取职工群众的意见和建议,做好职工思想工作,切实解决职工群众的急难愁盼。(蔡永和)