

我区启动免费体质检测提升群众健康水平

本报讯(YMG全媒体记者 衣文萍 通讯员 李静静)为推进全民健身国家战略部署和健康莱山建设,了解和掌握居民体质现状,推动全民健身和全民健康的深度融合,不断提升国民身体素质,2023年全市国民体质检测在黄海路街道社区卫生服务中心开始了。

据悉,本次体质检测对象为莱山区3-79周岁的中国公民(不含7-19周岁人群),按年龄分为幼儿(3-6岁,统一在幼儿园检测)、成年人(20-59岁)和老年人(60-79岁)3个人群,抽测总样本量为720人。符合条件的居民可积极报名参加(报名电话6889003)或联系黄海路街道辖区各卫生服务站。

本次体质检测对象要求无先天遗传性疾病(如先天性心脏病、瘫痪、聋哑、痴呆、精神异常、发育迟缓等),无运动禁忌症,具有生活自理能力和基本的运动能力,语言表达能力、思维能力和接受能力正常。

国民体质测试通过对测试人员进行包括身高、体重、体脂率、安静脉搏、血压、肺活量、握力、纵跳、仰卧起坐、反应速度等十余种项目检测,让受测者了解自身灵敏度、柔韧性、平衡能力、纵跳能力、心肺耐力等身体素质情况。

国民体质检测的作用既能反映人体最基本的体质状况,如人的心肺功能水平的高低、力量的强弱、平衡能力的高低、

各种身体成分(肌肉、脂肪、水分等)的比例是否合理,又能反映受试者是否参加体育锻炼,以及锻炼方法是否得当、锻炼效果是否显著。体质检测还可以发现人体某些潜在的亚健康状态(如肥胖、缺乏体力活动等),提醒人们及时消除各种危害健康的因素。

体质检测后居民可以享受到的医疗增值服务。测试结束后,每名受测者会拿到一份专属的体质检测报告;体质检测行为还可以累计健康积分并到中心兑换健康礼品;黄海社区卫生服务中心体卫融合式家庭医生团队会根据居民的体质检测报告,开具个性化的运动处方并纳入健康管理,通过指导居民进行科学的

锻炼方法、调整合理的饮食结构、亚健康危险因素干预以及结合国家基本公共卫生服务项目的慢性病管理、老年人查体以及后续的随访跟踪等体卫融合式多重管理措施,降低居民慢性病和亚健康的发生率和控制率,从而达到医疗、体卫双融合,来推动全民健身和全民健康,全方位守护群众的身心健康。

黄海路街道社区卫生服务中心以本次国民体质检测为契机,以家庭医生签约为服务纽带、以慢性病患者为目标人群,以科学健身驿站为服务阵地,结合中医特色,继续做实“体卫融合式家庭医生签约服务”,以满足辖区居民日益增长的科学健身指导需求。

乡村振兴战略下社区治理能力建设高级研修班在我区“开班”

本报讯(YMG全媒体记者 衣文萍 通讯员 韩瑜)为深入贯彻乡村振兴战略,了解社区治理基本原理、机制创新和实施路径,提升乡村振兴领域专业技术人员、经营管理人员知识水平,经市人力资源和社会保障局批复,莱山区人力资源和社会保障局举办的“乡村振兴战略下社区治理能力建设高级研修班”,近日在市级乡村振兴继续教育基地莱山区委党校开班。

本次研修班为期两天,是烟台市专业技术人才知识更新工程2023年高级研修项目之一。按照高水平、小规模、重特色的要求,围绕提升乡村振兴战略下社区治理能力这个主题,组织安排了政策讲解、交流座谈、经验分享、现场教学等环节。研修班邀请中国农业大学烟台研究院副教授、农业信息化博士尹宝全等知名专家,从“数字乡村建设,构建乡村振兴新动能”“从人居环境整治到乡村全面振兴”“中国式现代化”等方面进行授课,并赴农禅谷生态农业发展有限公司进行经验交流。

此次培训授课教师经验丰富,课程设置科学合理,培训针对性强,授课形式多样,参训人员收获颇丰,对今后开展乡村治理有关工作具有重要指导意义。

我区将以此次市级高研培训班为契机,以乡村振兴继续教育基地的管理建设为重点,建立健全乡村振兴专业技术人才培养长效机制,为我市努力培养造就一支素质优良的专业技术人才队伍。

初家街道开展书法课进社区活动



本报讯(YMG全媒体记者 徐睿 通讯员 许新颖 摄影报道)为弘扬中华传统文化,感受书法艺术的魅力,丰富辖区居民的精神文化生活,近日,初家街道迎春佳苑社区开展书法课进社区活动,为辖区书法爱好者们开设免费书法课程。

“书法是中国传统文化不可或缺的一部分,更是华夏文明精髓的代表,作为中华民族传统文化的瑰宝,承载着千年的历史和智慧。”在课堂上,特邀书法指导员老师详细讲解了书法的发展、派系、特点和联系的逻辑顺序,让学员们深入了解了书法的多样性。随

后,老师以书法作品为例,从文字结构和字体字形等方面带领学员进行赏析,增加学员对书法学习的兴趣。

老师带领学员们进行认真临摹,大家一笔一画,认真练习,劲头十足。在临摹过程中,大家对毛笔的执笔方式、写字的劲道、运笔的角度等方

面进行了交流,现场氛围热烈非凡。

通过书法课进社区活动,不仅为居民提供了学习平台,充实了居民文化生活,而且使居民有“艺”可学,有“友”可交,让传统文化潜移默化、深入人心,唱响了向上向善的文化主旋律。

法治政府示范创建 →

莱山法院开展人才政策“四进”宣讲活动

本报讯(YMG全媒体记者 衣文萍 通讯员 崔倩文)为了进一步加大人才政策推介力度,提高人才政策知晓度,更好地推动人才政策落地生效,15日,莱山法院结合“每周夜校”,组织开展了烟台人才政策“进企业、进高校、进院所、进机关”专场宣讲活动,此次活动由莱山法院党组成员、政治部主任连群峰主讲,全院干警参加。

活动中,连群峰主要介绍了以“乐居、乐业、乐创、乐享”为主要内容的“就选烟台、青春无忧”计划,就补贴发放范围、人才住房保障、来烟应聘补贴、提供融资扶持等进行了全方位解读,并围绕“青苗助长”“缆才优选”“才归桑梓”“优创赋能”“金融保障”等计划,系统解读了莱山英才计划的详细内容,让全体干警更好地了解人才引进新政策。

通过本次活动,全体干警深入学习了烟台、莱山人才政策新政,有效提高了干警对人才政策的认识,为推动人才政策落地生效奠定了坚实基础。

莱山街道筑牢预防一氧化碳中毒“安全网”

本报讯(YMG全媒体记者 徐睿 通讯员 高振棋 摄影报道)当前正值冬季取暖之时,为进一步增强辖区居民防范一氧化碳中毒安全意识,莱山街道多措并举,筑牢安全防护墙,最大限度防范一氧化碳中毒,确保群众平安过冬、温暖过冬。

莱山街道多次召开预防一氧化碳中毒工作专题会议,周密谋划部署,细化责任分工,层层压实责任,机关干部、村“两委”成员、网格员、公益岗等力量,全部下沉一线,逐家逐户全面摸排宣传,真正把工作做细、做实、做到位,确保辖区居民生命财产安全。

入户过程中严格按照“不漏一户,不落一人”的工作要求,盯紧盯牢蔬菜种植大棚、未供暖的居民楼、出租屋、建筑工



众号等方式,及时推送和转发学习预防一氧化碳中毒相关知识,筑牢居民安全思想防线。

下一步,莱山街道将继续做好防范一氧化碳中毒的宣传

和隐患排查工作,建立健全长效监管机制,真正帮助群众将预防一氧化碳中毒知识入耳、入脑、入心,切实保障辖区群众生命财产安全。