

## 陈式太极拳传承人教你站养生桩



离退休干部该如何养生保健？日前，国家税务总局深圳市税务局第一稽查局的离退休干部找到了答案：站养生桩。

日前，该局组织本单位离退休干部进行一场太极养生教学，邀请了陈式太极拳传承人、深圳市舒静太极创始人、国家社会体育职业资格五级指导员袁龙梅，以太极养生桩为主题，让离退休干部在短短的时间内，初步掌握太极锻炼以及养生桩的基本原则与核心要领。在课后的互动中，袁龙梅还手把手为学员进行

（余胜容 陈海芬）

## 拟转让债权公告

我分行拟将深圳市益田集团股份有限公司、深圳市金立通信设备有限公司、深航股份有限公司3户贷款所享有的债权及其附属权益（截止2021年10月31日，本金合计35,703.91万元及相应利息、费用等）以一次性卖断方式打包转让。请有意向者于公告之日起五日内向我行书面提交意向书。

我分行诚挚欢迎并邀请有意者参与上述债权的转让活动！

联系地址：深圳市福田区金田路3088号中洲大厦华夏银行八楼。

联系人和联系电话：张女士 0755-83989175

华夏银行股份有限公司深圳分行  
2021年11月16日

注：本项邀请不构成或者不成为一项要约。金额及内容如有错漏，以债务人、担保人等原已签署的合同为准。

## 2021年龙岗区领导干部党章党规党纪教育培训班举行

# 学党史悟思想 守纪律铸忠诚

11月10日，2021年龙岗区领导干部党章党规党纪教育培训班举行。培训班以“学党史悟思想，守纪律铸忠诚”为主题，深入学习贯彻习近平总书记“七一”重要讲话精神和关于全面从严治党的重要论述精神，教育引导全区党员领导干部进一步增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，永葆忠诚干净担当的政治品格，推动龙岗在新征程中走在前列、率先示范，加快打造现代化国际化创新型深圳东部中心。

据讲师袁龙梅介绍，养生桩作为一种医疗体育运动，它静中生动，动中求静，非常适合中老年人练习。它既可使大脑得到充分休息，也能使肢体得到适当的锻炼。而且该运动不限年龄性别，不拘身体强弱，亦不受时间、地点、空间局限。

张礼卫强调，要以党史学习教育为契机，全面检视反腐

败斗争面临的形势和挑战，时刻警惕防范变质变色变味的现实风险。要把这次培训当作一次严肃认真的党内政治生活，把自己摆进去，把职责摆进去，把问题摆进去，从中汲取教训。举一反三，永葆清正廉洁的政治本色。

张礼卫强调，要自觉担负起“勇于自我革命”的政治责任，坚定不移推进党风廉政建设和反腐败斗争，为龙岗打造高水平深圳东部中心提供坚强政治保证。要强化政治监督，不折不扣完成中央决策部署。聚焦落实习近平总书记对广东、深圳重要讲话和重要指示批示精神，严格落实《中国共产党重大事项请示报告条例》，对照近期市委“两个维护”十项机制专项巡察发现的11个方面问题，加强监督检查，按时按

质完成整改任务；二要保持高压态势，一体推进不敢腐不能腐不想腐。将正风肃纪反腐与深化改革、完善制度、促进治理贯通起来，充分发挥综合治理效能，着力构建一体推进“三不”有效机制；三要深化作风建设，持之以恒纠“四风”树新风。严格落实中央八项规定及其实施细则精神，传承发扬党的光荣传统、优良作风，深入开展革命传统教育，引导党员干部赓续共产党人的精神血脉；四要压实主体责任，确保“两个责任”一体履行。各级党委（党组）要履行好主体责任，特别是书记作为第一责任人，要敢抓真管。各级纪检监察机关要把握监督重点，完善监督机制，深化巡察监督，认真履行好监督责任。

（李薇 龙轩）

## 撩开《滇藏茶马古道》的神秘面纱

## 许培武摄影作品典藏展开幕

11月13日，由深圳市龙岗区文学艺术界联合会主办，品唐文化艺术承办的许培武摄影作品典藏展在平湖DCC文化创意园的品唐文化艺术中心拉开帷幕。此次展览共展出许培武摄影作品30幅，展览将持续至12月3日。

2010年以后，许培武从城市记录逐步转入游历河山，开始尝试用图片讲述身临其境的茶马古道故事。而后相继游走西双版纳古茶山，滇西茶马古道——茶马古道节点——

大理、束河、中甸一直到西藏雪域高原。

2021年，许培武与品唐合作，用云南特有的手工树皮纸制作展览照片，并在大理国际影会首次呈现，获得组委会及众多摄影艺术家一致好评。此次与品唐再度合作举办“滇藏茶马古道”摄影展，也是许培武首次在深圳举办个人影展。他还特别把自己十一年前穿越怒江大峡谷的速写手稿绘成山水长卷作品，展现镜头和笔下的“茶马古道”。（李薇）

## 知多D

许培武，人民日报社广东分社摄影记者，1990年代开始拍摄广州城市影像，历时20年完成《一座新城的肖像——广州珠江新城20年之变》《南沙——最后一只蜥蜴》《广州城像》城市三部曲。

2010年后游历河山，持续拍摄《林泉高致——向郭熙致敬》《诗仙李白》《滇藏茶马古道》。摄影作品被《中央美术学院美术馆》《广东美术馆》《北京恭王府博物馆》《香港M+博物馆》《广州天河区博物馆》典藏。

## 为戒毒康复人员开展花艺职业技能培训

结合的教学方式，帮助大家掌握相关技能。

培训结束后，工作人员引

导各名参训人员积极发表感言

及总结，并根据自身实际情况

选择就业意愿及发展方向。

此次技能培训有效提高了戒毒康

复人员的就业能力，增强了就

业信心。（胡振华 叶碧芳）

## 五塘街道开展特殊人群“暖访”行动

近日，光明区玉塘街道组

织禁毒、精防、反邪教工作人

员及V爱之家心理社工对辖区约

40户特殊困难家庭开展“暖

访”行动，旨在打造辖区特殊人

群社区服务专业化、人性化、规

范化，用爱去关怀、用行动去帮

扶，助力其回归社会。

走访过程中，工作人员与

受访者及其家属深入交谈，详

细了解他们近期生活状态、康

复情况以及困难之处。针对家

属因长期照料患者、戒毒康复

人员而出现心理能量耗竭、压

力不足等心理问题做了重点疏

导，为其提供专业心理支持和

辅导。最后工作人员还为受访

者家庭送上暖心慰问品一批，

传达街道的关怀与帮扶。

深圳市光明区玉塘街道始

终坚持“以人为本”“轻管理，重

服务”理念，不断增强服务意

识，注重人文关怀，让他们深刻

感受体会到辖区特殊人群工作

不抛弃、不放弃的服务宗旨和

帮扶理念，为建设平安玉塘添

砖加瓦。

（于木子 吴丹）

## 特别报道

2021年11月16日/星期二/湾区新闻部主编  
责编 魏琴 / 美编 归彩玉 / 校对 黄文波

A14

## 宝安区石岩街道暖蜂驿站——

# “送温暖 帮诉求 促融入”

文/图 李薇 陈云强 刘书鸿 杨卫平

明 黄的暖心色彩、温馨舒适的空间，健康手册、方便食品、饮用水、移动电源等物品一溜排开，摆满了党建、励志书籍的书架间隔开可休憩和表达诉求的空间……这便是位于宝安区石岩街道塘头第三工业区的暖蜂驿站。11月14日，石岩街道暖蜂驿站正式启用，片区2000多名快递、外卖小哥有了一个“温暖的家”。

这个“家”是一个真正“嘘寒问暖”的空间，不仅可供快递小哥们歇脚喝水、纳凉取暖、遮风避雨，还可以让他们学习“充电”，并依托石岩街道工会劳动争议调解体系提升职业保障。此外，还可以组织培训、参观石岩红色遗址、参与社会服务，让小哥们全方位融入石岩的发展脉动中，增强归属感提升幸福感。

宝安区第七次党代会提出，要全面加强党的领导和党的建设，在新的赶考路上先行先试。暖蜂驿站的启动，守护“美好生活的创造者、守护者”，也是石岩街道深入贯彻落实区党代会和区两会精神，共同助力基层治理，推动高品质民生幸福城建设的体现。



## A 在这里，小哥们有“我是石岩人”的归属感

刚过去的“双十一”，是快递小哥一年中最忙碌的时期之一。在电商经济时代，快递已经成为人们日常生活不可或缺的组成部分，快递小哥也成了我们生活中最熟悉的“陌生人”。快递小哥既联系着各行各业，作为快递行业的骨干力量；又联系着千家万户，成为美好生活的幸福使者。走街串巷忙碌的新就业群体，更需要一份“定制”的呵护，石岩街道暖蜂驿站提供了这份别样的暖意。

党建引领加入社会治理。今年8月，石岩街道开展了新兴领域行业从业者的党员摸排，登记党员43名，成立了快递物流行业第一联合党支部，以及以街道党工委委员、党建工作办主任为书记的快递物流行业联合党委。党委创新方式

有效纳管新兴领域流动党员，统筹用好各类资源为新就业群体提供服务保障，将新兴领域紧紧凝聚在党旗下、联结在组织中。在目前开展的“最美小哥”评选中，吕冬君被评为宝安区最美货车司机，顺丰的许海平同志被推选参加第一届深圳最美快递员评选，提升了新就业群体的职业荣誉感和社会认同感。

打造“红色家园”，用关爱服务开辟“温馨港湾”，为成长提升创建“进修学院”，推动融合共治。暖蜂驿站和其他相关党建阵地将成为这些小哥的充电桩，相关单位将组织开展思想政治、劳动技能、知识素养、文化融合等培训，让新领域从业人员实现个人提升，拥有更光明的前景；邀请交警、网格员带领走交通整治

点，走石岩革命遗址、走石岩知名企业、走石岩碧道、开展志愿服务等。

石岩街道还制定了《石岩街道新就业群体参与社会服务管理实施方案》，并推出亲子活动方案，帮助生活居住在石岩的新就业群体更好地融入石岩，助力新就业群体真正融入城市、服务社会，全面健康地发展成长。和线下的驿站相对应的，石岩还建设开通了云上暖蜂驿站，内设“蜂眼看石岩”“蜂行暖石岩”“蜂策献石岩”“蜂志助石岩”版块。登记注册之后，小哥们可以通过参加志愿服务，上报不文明行为、安全隐患点等，成为又一批流动的“网格员”。云上暖蜂驿站可推动广大小哥参与社会基层治理，加快与社区的“融合”，参与到石岩的发展建设。



在这里，  
小哥们可享工会专属福利



在这里，  
小哥们有“石岩是我家”的获得感

休息空间的大屏幕可用来播放各种宣传片，尤其是和快递小哥工作息息相关的交通安全宣传片，为他们的安全出行提供警示。

在石岩街道暖蜂驿站启用时，“情暖金秋，爱在石岩”“工会进万家·新就业形态劳动者温暖行动”服务月活动也同时启动，参加仪式的小哥代表们收到了宝安区总工会和街道党建工作办送上的书籍和包括了手套、围巾、保温杯的贴心礼包。

接下来，石岩街道将举办“山湖小工蜂”亲子游学、“主题暖蜂日”、送清凉茶、送防晒物品、心理咨询、健康义诊等活动，不断完善和丰富关爱行动，用实际行动守护美好生活的创造者。