

美兰边检站凝魂聚力,不断强化警营文化建设——

# 提神鼓劲构筑精神高地

○周文 实习生 王羽

“你们这儿氛围真好,主要是民警的精神很好,给人的感觉就是跟别处不一样。”3月12日,海南海口海事法院党组成员、政治部主任王受天,到美兰出入境边检站参观交流时感叹。

这“不一样”得益于该站党委积极响应习近平总书记发出的加强“文化自信”号召,始终秉持“文化育警、文化强警”的理念,充分发挥警营文化“教育人、引导人、鼓舞人”的独特作用,凝魂聚力,走出了特色警营文化之路。

## 软硬并举 文化效能持续发力

走进美兰边检站,映入眼帘的是整齐而立的6个宣传展板,图文并茂地讲述着党的光辉历程。视线左移,办公楼大门旁“不忘初心、牢记使命”八个红色大字十分醒目。视线右移,五星红旗迎风飘扬,升旗台后方“十六字总要求”红底金字在阳光照耀下熠熠生辉。

走进办公楼内部,红色的墙报、展板,展示着党的十九大精神和全国两会精神等学习内容;五个党支部学习成果;荣誉室、站史馆以及“一楼一主题、一层一特色”的五层文化长廊,也充分发挥核心思想的引领作用。除文化长廊外,该站还建有篮球场、乒乓球室、桌球室等文体活动场所,在办公楼和执勤现场分别打造集阅读、网络学习、书法

写作、影视欣赏等功能于一身的多功能文化室,营造和谐的警营环境,调动民警对人文知识追求的主动性、向学学习的积极性,进一步提升归属感、向心力。

硬件设施完善了,该站还在提升“软实力”上下功夫。

“防守!防守!”1月8日该站“国门春涌,乐动美兰”运动会篮球比赛现场,呐喊声、加油声此起彼伏。运动会还设有乒乓球、羽毛球、趣味换轮胎等项目,民警尽情挥汗,斗智斗勇。同时,该站还组建了骑行、摄影、书画、乐队等兴趣小组。此外,读书会、诵读会、先进人物故事会等也是该站传统的优秀文化项目。

该站以“展示民警风采,提升全员战力”为目标,立足民警多样的兴趣爱好,积极开展有声有色的文体活动,丰富活动载体,为民警提供文化大餐。民警从中汲取精神养分,在潜移默化中陶冶情操,提高文化素养,队伍战斗力进一步提升。

## 荣誉熏陶 心齐山移凝神聚力

“今年5月19日,是我们美兰边检站被国务院授予‘模范边检站’荣誉称号2周年纪念日……”年初,该站负责人常振夫提前对纪念活动进行部署。

说起荣誉,走进该站荣誉室就一目了然。进门即可见一张被放大的照片,

照片记录着全体民警引以为豪的时刻——2017年5月19日,习近平总书记会见全国公安系统英雄模范立功集体表彰大会代表时,与该站负责人常振夫亲切握手。同样,也是在这次表彰大会上,该站被国务院授予“模范边检站”荣誉称号。此后,“模范边检站”的荣誉牌匾就摆在荣誉室的正中央。

继续放眼望去,全国文明单位、海南省“人民满意的公务员集体”、公安部集体一等功等上百个奖牌、奖杯、锦旗绕墙摆满荣誉室。进门左边是整面荣誉墙,镌刻着从1998年职业化改革至今,从海口机场边检检查站到美兰边检站,所有立功受奖人员的名字……荣誉激励着一代又一代美兰边检人。

通过多层次、多方式,不间断地对民警职工进行荣誉熏陶,该站形成了独具美兰特色的荣誉文化,增强民警的职业认同感与自豪感,激发民警对国家移民管理事业的热情。

## 民警互动 文化辐射逐步强化

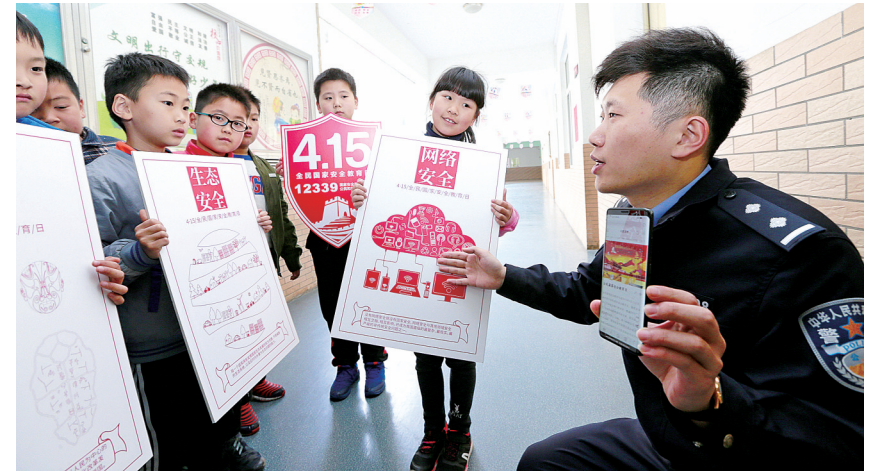
“我看到了一个有热情、有办法、有成果的美兰边检站!”这是中国书法家协会会员、海南省书法家协会副主席刘强参观美兰边检站后的由衷赞叹。

据悉,该站着力发挥“党建示范点”带头辐射作用,先后举办“书法进警营”

“媒体进警营”“家属进警营”“留学生进警营”等内涵丰富的警营开放日活动,并通过警民联谊、文化帮扶等形式,邀请社会各界人士走进边检,走进美兰,观摩、参与警营文化活动。这让该站与人民群众、社会舆论形成和谐互动,打造人人关注、人人参与、互推前行的良好局面,美兰边检站文化辐射圈也在驻地良性互动中逐步建立。

2016年9月26日,海南省委常委、组织部部长李秀领率各市县组织部长等共计105人莅临美兰边检站参观。此次交流观摩了该站在驻地交流中的影响力。近年来,该站先后接待200余批次、4000余人次的参观交流团,覆盖海南省各级党政部门;与荣获“中国青年五四奖章集体”的鹦哥岭青年团队等6个获国家级荣誉的集体建立党建联创关系;派出优秀共产党员参与省市各级党建授课宣讲20余次,为50余个单位赠送党建文化书籍资料。

“文化自信是更基本、更深沉、更持久的力量”。美兰边检站在加强警营文化建设的道路上越走越坚定、越走越自信。面对新时代新要求,他们将以文化的力量提神鼓劲,构筑起属于移民管理警察的“精神高地”,催生不息的核心战斗力,勇担守卫国门的崇高使命,以优异成绩献礼祖国70周年华诞!



4月12日,江苏出入境边防检查总站南京港出入境边防检查站民警们来到驻地地吧小学开展“全民国家安全教育日”主题宣传教育活动,激发学生的爱国热情和安全意识。 通讯员贾子扬 摄

## 全国公安系统权威业务指导期刊 《中国警察》杂志创刊

本报讯 张曙报道:日前,由公安部主管、中国人民公安出版社主办的《中国警察》杂志正式创刊,即日起在国内公开发行。

《中国警察》是遵照公安部党委指示要求创办的,全国公安机关唯一综合类权威业务指导期刊。该杂志以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻“对党忠诚、服务人民、执法公正、纪律严明”总要求,积极宣传党的路线方针政策,准确传递党中央的声音,系统解读公安部党委的重要决策部署,生动反映新时代公安工作创新实践,着力聚焦提升公安机关警务实战效能,大力加强

公安民警能力建设,为全警业务工作提供权威指导和典型示范。《中国警察》杂志将以服务公安业务建设、唱响新时代中国警察最强音为己任,立足公安、面向社会,努力打造铸造忠诚警魂,推进改革强警、科技兴警的重要阵地,努力建设向全社会展示公安工作新成就和中国警察新风采的重要平台,努力架起密切警民关系的重要桥梁。

《中国警察》杂志为国际16开本、96页,全彩色印刷的月刊,刊例开设“特别关注”“权威声音”“警务论坛”“警界行动”“社会治理”“法治在线”“警务保障”“警界精英”“一线巡礼”“实战之窗”等栏目。

## 警民同心强意识 共筑国家安全线

淮安、福清、惠州边检站开展全民国家安全教育日主题宣传活动

本报讯 佟才红、王森报道:“希望您在此外旅行期间能够牢记国家安全使命,与边检机关共同携手维护国家安全稳定。”4月11日,江苏出入境边防检查总站淮安出入境边防检查站在口岸一线开展“共筑国家安全线,守护国门我先行”送法活动,向出入境旅客宣传关于国家安全的法律知识。

该站立足口岸实际,组织宣传小分队深入执勤现场,通过发放宣传材料、讲解应对防范措施和循环播放宣传视频等形式,向广大出入境旅客宣传《国家安全法》《反恐法》等法律知识,努力把国家安全知识传递到每名出入境旅客心中,切实引导旅客树立正确的国家安全观,自觉维护国家安全。

本报讯 福州4月12日电 林剑滔、实习生林鑫轩报道:今天,厦门出入境边防检查总站福清出入境边防检查站组织民警深入执勤一线,码头企业及驻地学校,开展全民国家安全教育日主题宣传活动,提升旅客群众国家安全意识。活动中,该站成立宣传小分队,通过悬挂宣传标语、制作微信二维码学习

手册、播放警示教育片、张贴国家安全教育海报等方式,重点围绕当前国家安全面临的形势、公民维护国家安全义务和人民群众如何维护国家安全等方面知识,向港区工人、中国籍船员、学校师生详细讲解和宣传,营造浓厚的国家安全教育氛围。

本报讯 罗马报道:在第四个全民国家安全教育日来临之际,为进一步增强国家安全意识,增强广大群众国家安全意识,深圳出入境边防检查总站惠州出入境边防检查站在辖区口岸开展全民国家安全教育日主题宣传活动。

活动中,该站组成宣传小分队,深入口岸码头前沿、出入境通关现场、驻港企业等场所,通过设立宣传咨询台、悬挂条幅、设立展板、发放宣传手册、现场解答等形式向出入境员工、码头工人、辖区群众重点宣传《国家安全法》《反恐法》《网络安全法》等国家法律法规。此次活动,共发放《国家安全宣传手册》200余份,提供法律咨询30人次,营造了“国家安全,人人有责”的浓厚氛围。

## 新疆边检总站全警读书活动有声有色

本报讯 记者李康强报道:4月9日,新疆卡拉苏出入境边防检查站举行“一起朗读吧”读书交流活动。4名民警代表通过书籍介绍、故事概括、心灵感悟、收获成长等方式,分享读书心得体会。

据悉,为深入贯彻许甘霖副部长提倡的“把学习作为一种时代责任、一种精神追求、一种生活方式”理念,着力提升民警的文化素养,营造“爱读书、常读书、读好书”的良好氛围。连日来,新疆出入境边防检查总站各级

通过多种形式开展了“一起朗读吧”全警读书活动。活动中,该总站各基层单位秉承“读书好、好读书、读好书”的理念,以“好书悦读”“读书沙龙”“每月一本书、每月一分享”为主题展开了形式多样的读书活动,营造了“书香沁警营,文化润警心”的学习氛围。同时,该总站部分单位还开展了“一起朗读吧”视频录制活动,通过展示播放民警的朗读视频,让广大民警在读书交流和思想碰撞中,丰富知识、陶冶情操、增强本领。

## 普洱边境管理支队法制宣传如火如荼

本报讯 普洱4月12日电 程宝玉、实习生刘惠语报道:今天,云南普洱边境管理支队积极开展边境地区“扫黑除恶”暨“法治宣传固边防”集中宣传活动。

活动中,普洱市边境管理支队联合普洱市人民检察院、司法局、勐康出入境边防检查站等15家普法单位组成的100余名普法志愿者,深入村寨、客运站、集贸市场等场所,通过悬挂横幅、设置法律咨询台、摆放宣传展板、发放宣传资料和宣传品、开展调查问卷等形式,向辖区群众大力宣传扫黑除恶、打

击“三非”、反恐维稳、禁毒缉私及国(边)境管理等法律法规和国家扫黑除恶的坚决态度和信心,进一步提升边境地区人民群众自觉运用法治思维和法治方式处理问题、化解矛盾纠纷的能力,营造边境地区尊法学法守法用法的浓厚氛围。期间,共发放各类法治宣传资料3000余份,发放印有“法治宣传固边防”宣传标语的围腰、手提袋、《宪法》读本及字帖3000余份,悬挂横幅标语13条、展板20余块,现场解答法律咨询300人次,受教育群众4000余人次。

## 兰州边检站特色拓展训练舒缓身心

本报兰州4月14日电 徐懿茜、记者王江超报道:记者从甘肃出入境边防检查总站兰州出入境边防检查站了解到,为了让民警身心在繁忙的执勤工作中得到缓解,该站邀请专业人士,为民警送上调节身心的“路瑜伽”课程。

期间,瑜伽老师向该站民警传授正确地坐、站、行的方法,并通过讲解示范的方式引导民警开展“路瑜伽”体式练习。通过练习“路瑜伽”,既丰富了民警的业余生活,缓解了民警由于工作

而产生的肩颈、腰椎等病痛,还对民警心理和生理起到减压和保健的明显作用,营造了“我运动我健康我快乐”的良好氛围,激励民警以更加饱满的精神状态投入到边防检查工作中。

据悉,“路瑜伽”是离开瑜伽馆和瑜伽垫,在路上、车厢、座位、机场等场所随时可以练习的瑜伽,能够调节身心,增强身体力量,预防和缓解各种身心疾病,是人们提高学习和工作效率的上佳休息法。

## 边检小姐姐宣传推广“学习强国”平台

作者:李金秋



## “学习强国”成为知识“充电宝”

○教爱华 张坤

“今天你学习了吗?”“有篇文章不错我推荐给你!”“今天又出新的试题了!”……最近,在工作生活之余,“学习强国”成了山东出入境边防检查总站威海出入境边防检查站广大民警讨论的焦点。

1月1日“学习强国”学习平台上线以来,该站党委迅速动员部署,第一时间启动、第一时间推进、第一时间落实。随后上强国、学时政、看视频、比学习,成了警营生活的新风尚、新潮流,该站迅速掀起了“加强学习、崇尚学习”的新热潮。

覆盖率和活跃度是衡量学习平台的使用效率和学习质量的关键指标。平台上线后,该站党委迅速组织开展了“学习强国”学习平台工作会议,第一时间掌握平台注册流程,快速搭建组织架构,建立了学习管理小组,在最短时间完成了全员注册。

“推动‘学习强国’平台使用,切实增强党员的学习本领,是党中央建设学习型大国的根本要求,我们必须不折不扣地贯彻好、落实好,在狠抓学习实效上下功夫。”该站负责人郭巨如认为,在完成100%覆盖率的同时,提升平台活跃度,抓好全员学习,引导注册人员养成每天上平台学习交流的习惯是推广“学习强国”学习平台的关键。

头雁引领,雁阵成行。为了让全站每一位民警都能从思想上真正重视,该站党委带头下载使用“学习强国”学习平台,主动学习,为广大民警作出表率。同时,该站党委还专门召开运用“学习强国”学习平台推进理论学习常

态化、制度化工作部署会,把“学习强国”学习平台作为学习宣传贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、党的十九大精神 and 建设学习型党组织强化全站民警理论武装的重要载体,全面加强学习平台的推广使用。“天天用强国、人人比学习”迅速成为该站民警的每日学习生活的一部分。

为使学习更加贴近移民管理工作和边检队伍建设实际,该站充分利用平台的答题活动、专题考试等应用,广泛开展“学习之星”“学习型科队”评选,进一步激发广大民警的学习热情,营造“比学赶超”的浓厚氛围。

王欣悦是最新一周“学习之星”。作为全站学习管理小组的管理员,她每天都会把自己收藏分享的好文章、好视频推送到学习群,与全站民警一起交流学习。“刚开始是被动学习,后来就被群里丰富的内容吸引,每天都要主动登陆参与学习讨论。”谈起学习心得,王欣悦颇有感触。

该站机场站位于威海市文登区大水泊镇,距离市区较远,每天乘坐班车往返都要花去大家至少两个小时。以前大家在路上无聊时,不是玩手机看视频就是闭目养神或者闲聊家常。自从有了“学习强国”APP,大家上班的路上再也不用为无聊的时间发愁,都投入到学习中,把班车上每一分钟都作为“学习强国”的专用“充电”时间。“有了‘学习强国’,班车变成了‘时间快车’,回家的路也变成了‘学习之路’!”“我们平时总有一些零碎的闲暇时间,学习平台的学习内容丰富,形式

新颖便捷,学习方式也非常灵活,这种碎片化学习能够更好地把时间充分利用起来,效果也很好。”谈起“学习强国”学习平台碎片化学习效果,民警们赞不绝口。

“最近‘学习强国’平台开设了‘两会’专栏,从《人民代表习近平》到《两会前夕看落实》,一篇篇含金量十足的资讯文章让我受益匪浅。”执勤业务科负责人张昱点赞“学习强国”。

认真学习宣传贯彻全国两会精神,是当前和今后一个时期的重要政治任务。全国两会开幕后,许多民警纷纷掏出手机,打开“学习强国”APP进行学习。大家通过参与答题、分享内容、观看视频和阅读文章等方式来获取全国两会的时政信息,了解两会最新资讯和动态,学习氛围十分浓厚。同时,该站各支部还利用主题党日、党课等活动,组织党员对“学习强国”中的时政综合、两会动态、习近平总书记两会金句等内容进行讨论、分享学习心得。

针对执勤点分散的实际,该站利用学习平台的视频会议系统开展交流会、查岗点名等工作,提升工作质效。全站民警打破传统“抱书啃”的学习教育交流模式,利用各种“碎片时间”开展学习,各支部充分利用平台开展学习交流,分享优秀文章、交流学习心得,广大民警迈入了崭新的学习天地。

## 生活百科 一个动作 缓解久坐腰痛

上班族久坐腰痛怎么办?

日本东京大学医院整形外科医师松平浩推荐一个简单的动作,可有效缓解腰痛,现已在一些企业推行。站立时,双脚微宽于肩,不要弯曲膝盖,将两肘和双手背到后面,向前推骨盆,上半身向前弯,下颚不要往上抬,吐气,坚持3秒,做1—2次。专家建议,每工作一小时最好就起身一次,去厕所或倒茶。大家也要知晓,身体的疼痛大多数是因为风寒湿造成身体瘀阻,气血循环不好,久而久之就会产生疼痛,实际上解决疼痛最好的办法就是:多做运动。(本文摘自《老年日报》,贺烈烈整理)