

区人大常委会党组 区政府党组 区政协党组 分别召开 2017 年度民主生活会

本报讯(记者石组)按照中央、市委部署和区委的总体安排,2月6日,区人大常委会党组、区政府党组、区政协党组分别召开2017年度民主生活会,各党组主要负责同志分别代表班子作对照检查发言,班子成员开展了批评与自我批评,区委组织部、区纪委相关负责同志列席了三个班子的民主生活会。

为开好这次民主生活会,区人大常委会党组、区政府党组、区政协党组均认真学习了中央、市委精神,对标区委常委班子民主生活会的工作安排标准,开展了充分的准备工作。会前,各党组专题研究制定方案,广泛征求各方面意见建议,主要负责同志主持起草领导班子对照检查材料,班子成员认真开展谈心谈话、撰写个人发言提纲,为顺利召开民主生活会奠定了基础。会上,各党组成员摒弃“一团

和气”的庸俗之风,紧紧围绕学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、认真执行党中央决策部署和上级党委决议决定、对党忠诚老实、履行全面从严治党责任、纠正“四风”不止步、严格执行廉洁自律准则等方面存在的问题,开展了批评与自我批评,做到了认识深刻、查摆严格,意见坦诚、建议实在,形成了互动交流的良好氛围,实现了“团结—批评—团结”的目的。

区委副书记、区政府党组书记、区长文献在区政府党组民主生活会上强调,区政府党组要切实提高政治站位,坚定承担好“两大生态”建设的历史使命,推动各方面工作不断取得新进展、新成效;要不断强化理论武装,带头学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,真正学出坚定信念、学出绝对忠诚、学出使命担当;要狠抓各项工

作落实,更加自觉地肩负起职责使命,更加深入地落实首都城市战略定位,确保各方面工作都一步一个脚印向前推进;要驰而不息改进作风,坚持学习学习再学习、务实务实再务实,持之以恒反对“四风”,面对面、心贴心、实打实地做好群众工作;要严格做到廉洁自律,明晰公与私的警戒线、纪与法的高压线、个人与家庭的情感线,把遵守法律、依法办事贯穿到工作和生活各方面,自觉接受各方监督。

区人大常委会主任李文起在区人大常委会党组民主生活会上强调,民主生活会的成效最终要体现到作风改进上,体现到人大党的建设和工作水平的提高上,区人大常委会党组要深入贯彻落实好党的十九大精神,继续加强用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践、推动工作,让党

的十九大精神在石景山区民主法治建设中落地生根,形成生动实践;要继续坚持党建统领,不断加强人大党的建设质量,提高人大工作水平;要围绕区委“一二六”发展思路,充分发挥主力军主渠道作用,为石景山区高端绿色崛起作出新贡献。

区政协主席吴克瑞在区政协党组民主生活会上强调,区政协党组要以此次民主生活会为契机,推动政协各方面工作不断向前发展,使这次民主生活会更有意义;要对民主生活会上提出的问题反思整改,把批评意见当作是对自己的爱护,促进思想水平和业务水平有新的提高;要进一步加强政协委员和政协机关队伍的凝聚力、向心力和影响力,团结社会各阶层的优秀人才,继续为石景山区区域发展献计献策、发声出力。

“我们的节日” 立春说春

本报讯(记者杜雷)立春,是二十四节气中的第一个节气,是汉族民间重要的传统节日之一。2月4日,由北京民间文艺家协会、石景山图书馆、天翠阳光社区党委、北京石泰文化有限公司共同合办的“我们的节日”春节系列活动之石景山图书馆中国节讲座活动,在京西五里坨民俗陈列馆3号院举办。

活动中,北京民间文艺家协会的民俗专家从传统春节的由来、春节节庆习俗、春联文化习俗、春节禁忌习俗等方面作了生动的讲解。贴近生活的习俗,通俗易懂的语言、生动有趣的内容使居民们听得津津有味、受益匪浅。本次讲座在热烈的掌声中落下帷幕。

本次活动继承和发扬“我们的节日”——我们中国人自己的传统节日,提高了居民们对中国传统节日的认识,增加了居民们对传统节日文化的认同感,同时也营造了浓厚的过年氛围,大家一起欢欢喜喜迎接新年的到来。

挥毫送福到 温暖石景山



刘粟/摄

本报讯(记者刘粟)凯歌辞旧岁,俊狗迎新春。2月5日,区建委组织我区书画家来到北辛安棚户区改造工地,开展春节书画慰问活动,为临近春节仍然在工地辛勤工作不能回家与家人团聚的建筑工人写福字和送春联,带去美好祝福。

活动现场,书法家们挥毫泼墨,在红色的烫金纸上书写出我区书画家和建委全体工作人员对昼夜奋战、舍家离子、迎风斗雪、坚守岗位的工作人员的敬意,对于他们为我市高端绿色发展作出的贡献表示感谢,同时也送去新春佳节的美好祝福。

区教委与万商公司举行合作办园签约仪式

本报讯(通讯员李强)2月2日,区教委与北京万商投资发展集团有限公司举行合作办园签约仪式,合作举办5所公办幼儿园拟于2018年秋季投入使用。

据悉,双方将积极探索国有企业资源与教育资源融合式发展的新途径,进一步满足人民群众对高品质、多样化学前教育的需求。万商集团将发挥资源和管理优势,定位高端,普惠利民,倾心打造标杆性的幼教品牌,为全区学前教育事业锦上添花。

副区长左小兵在签约仪式上指出,教育是重要的民生,要深入贯彻落实党的十九大

精神,确保幼有所育、学有所教。对双方合作办园,左小兵提出三点意见:一是要进一步统筹好教育资源,加强学前师资队伍建设和对合作办园的改革创新模式进行扎实、深入的探索。二是合作双方要密切配合,政府部门支持企业将教育板块的合作创新工作做实做强,企业将教育模式的探索纳入事业发展长远规划,不断优化我区的学前教育结构和质量。三是幼儿园要有明确的办园思路和因地制宜的办园特色,要抓住国家、市区对学前工作高度重视的机遇,打开学前教育发展的新局面。

石景山区一周天气预报

2月8日(星期四):晴间多云,偏南风3、4级,3~-8℃;2月9日(星期五):晴间多云,偏北风4、5级转2、3级,5~-9℃;2月10日(星期六):晴间多云,偏北风4、5级,0~-10℃;2月11日(星期日):晴,偏北风4、5级,0~-8℃;2月12日(星期一):晴间多云,北转南风2、3级间4级,4~-6℃;2月13日(星期二):晴间多云,北转南风2、3级,7~-5℃;2月14日(星期三):晴转多云,北转南风2、3级,6~-4℃。敬请关注本区最新天气预报。

简讯

●2月2日,区残疾人联合会、区交通支队、区肢残人协会联合举办“文明出行我承诺,交通安全共分享”主题活动。全区9个街道(鲁谷社区)的残联理事长和残疾人机动轮椅车驾驶员共50人参加活动。活动中,区残联与9个街道(鲁谷社区)签订了《交通安全责任书》;4名残疾人驾驶员代表全区870多名残疾人机动轮椅车驾驶员签订了承诺书。区交通支队有关负责人用典型的案例带来一堂生动的交通安全课。
刘会生

石景山区民政局温馨提示:
在街头发现需要帮助的生活无着流浪乞讨人员,欢迎拨打救助站24小时救助热线:010-88950502,或110报警电话。

综合新闻投稿邮箱
nakuzai@126.com

温灸和艾灸的区别

温灸和艾灸都属于中医针灸疗法中的灸法,它们主要是用燃烧艾叶的方法,熏烤人体穴位,以此达到保健治病的效果。那么温灸和艾灸到底有什么区别呢?它们的作用具体有哪些呢?

温灸和艾灸的区别

简单来说,温灸和艾灸都是中医灸法,不同的是,艾灸是点燃艾条直接在皮肤上灸,这样直接刺激穴位,效果更直接,但是损伤皮肤的风险更大;而温灸是将艾条直接悬挂起来离皮肤有一段距离的治疗,这样温度没那么高,比较容易承受,但是相应的速度也会慢下来,效果也是一样好的,只是过程要漫长些。

所以说,温灸和艾灸的性质是一样的,起到的效果也是相同的。

灸法的四大好处

1、调和阴阳。人体阴阳的平衡是疾病发生和发展的根本。运用艾灸疗法的补泻作用,达到调和阴阳之功效。

2、温通经络,驱散寒邪。艾叶性温加之点燃熏灸,使热力深达肌层,温气行血。艾灸具有温通经络,散寒除湿、调理气血、宣痹止痛之功效。

3、行气活血,消瘀散结。气见热则行,见寒则凝,气温则血行。艾灸为温热刺激,可使气血协调、营卫和畅、血脉和利而行气活血,消瘀散结。

4、预防保健。温阳补虚,补中益气;防病保健,强身益寿。

艾灸疗法的作用是多方面的。如所取穴位不同,灸法不同,刺激程度不同或施灸所用材料不同,因而功效也不同。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363