

我区开展第28个土地日宣传活动



本报讯(通讯员张斌)6月25日是第28个全国土地日,今年的宣传主题是“珍惜土地资源建设美丽家园”

地资源建设美丽家园”,规划国土分局紧密结合主题,创新活动形式,提前布置准备,周密组织“土地日”宣传周活动,引导群众自觉参与到“绿水青山就是金山银山”的活动中。

6月25日,规划国土分局联合区环保局、社区青年汇

等单位在石景山八角雕塑公园门口共同举办宣传咨询活动。通过设立宣传咨询台、悬挂宣传横幅、布置宣传展板、发放宣传材料等方式,向群众普及节约资源、绿色生活和保护地球的科学知识。在活动现场,群众积极咨询并领取相关宣传品,增强了节约利用资源、保护土地和倡导绿色生活的意识。

为提高宣传效果,分局采用了全方位、多角度的宣传方式,充分利用不动产微信公众号平台、分局微信公众

号和社区青年汇微信平台推送信息,设立地球日宣传专栏和在主要办事窗口进行海报展示,取得了良好的宣传效果。

在宣传周期间,分局将与合作单位在区环保局、京源路7号社区等地持续开展宣传活动。



环卫中心

措施到位确保一线工作者高温安全作业

本报讯 近日,石景山区环卫中心采取多项措施,保障一线环卫作业人员在高温天气下的作业安全。

供应防暑饮品。一线道路作业10个工作站点、公厕粪肥管理处、垃圾清运队、垃圾综合处理厂配备冰柜,为职工供应冰凉矿泉水,准备茶水、绿豆汤等防暑茶饮。

配备应急药箱。巡回检查人员随身携带防暑应急药箱,配备防暑、速效救心丸等应急药品;发放草帽、毛巾等防暑劳保用品,确保一线员工安全作业。

及时调整作业班次。根据天气情况灵活调整道路清扫作业班次及方式,强化机械化作业,尽可能避免环卫人员烈日曝晒下工作,造成职工出现高温中暑等身体不适情况。

停止人工下井作业。严格执行有限空间安全作业标准与制度,高温天气以机械作业替代人工下污水管井清淤疏通工作,保障井下作业人员的人身安全。

加强交通安全教育。针对高温天气,作业司机易困倦等情况,指派专业人员及时做好行车前对作业司机的警示、提醒、安抚工作。并加强对高温道路作业车辆的车况进行多频次、不定期的排查和安全检测,确保安全上路。

做好设施设备安全检查。及时检测高温天气下环卫设备运行的情况,保障安全运行。
石卫



本报讯(通讯员马力 苏劲松)世界杯足球比赛如火如荼进行之际,石景山工商分局执法人员对辖区内的官方授权产品进行了突击检查,以保障广大消费者的正当权益,稳定市场秩序。

世界杯产品专项执法检查 让您买得放心



天天吹空调 小心吹出腰椎病

进入中伏,高温天气使得很多人不得不依靠空调、电风扇降温。然而,当人们在享受空调带来的凉意时,相伴而来的却是腰椎病的高发。近日,记者从北京长庚医院医院骨科了解到,入夏以来,到医院就诊的腰椎间盘突出病人较之前增加了不少。

“腰突”盛夏多发病因空调

北京长庚医院骨科医生指出,盛夏,腰突症发病多是空调作祟。颈腰椎病的发病没有明显季节性,但季节和环境的变化对颈腰椎病有一定的影响。例如炎热、潮湿的环境会加重病情。夏天空气潮湿,“桑拿天”经常出现,这是影响病情的一个因素。

同时,为了达到凉快的目的,许多人把空调温度开得很低,长时间的冷风刺激易导致腰部肌肉痉挛,小血管收缩,从而使得局部血液循环减少,会影响椎间盘的营养供应,椎间盘内压力升高,造成更多的伤害,腰部久坐疲劳,加上室温太低,凉气过重等因素很容易引发腰背肌及椎间盘疾病的复发。

医生提醒我们,一定要养成良好的习惯。有汗时进空调房,切记先换掉湿衣,擦干汗水,不要站在空调风口图一时痛快;还应避免长时间久坐,注意间歇时站起身活动;平时多参加游泳、跑步、瑜伽等运动项目。

自查发现症状后尽快就医

“生活中,人们可以根据俯仰受限程度,对腰突症进行自查。”骨科医生说,负重时,弯腰疼痛加重;仰卧时,肢体抬高受到限制,或者仰卧起坐时膝关节因疼痛而保护性地屈曲,均提示可能是腰椎间盘突出。

“当自查出现上述症状时,要尽快到正规医院就医。”医生说,腰突症急性发生时,疼痛常剧烈难忍,一般止痛药无效。这时,患者应及时卧床休息,选用硬板床较为合适,可以解除体重、肌肉和外来负荷对椎间盘的压力。

医生指出,腰突症久拖不治,严重的就会造成大小便失禁,性功能障碍,甚至会造成瘫痪。因此,一旦出现腰椎间盘的相关症状,要及时转送正规医院接受治疗,千万不能忍,以免加剧病情。

信用卡恶意透支小心构成诈骗罪

案情回顾

2016年,李某以本人的身份证向中国建设银行申领了一张信用卡用于日常消费,在使用的过程中李某透支使用,经过建设银行多次以电话、信函等方式向其催收,李某仍不归还欠款。至案发,李某共拖欠该行本金共计人民币32563.4元。2017年,李某被公安机关抓获,到案后如实供述了自己的犯罪事实,并主动退赔建设银行人民币7000元。在审理过程中,李某又将所欠全部本金及相关费用全部退还。

法官说法

恶意透支信用卡是指持卡人以非法占有为目的,超过规定限额或者规定期限透支,并且经发卡银行催

收后仍不归还的行为。在本案中,李某使用信用卡消费,在明知已经拖欠并被银行催收的情况下依然不肯还款,属于恶意透支信用卡的行为。此外,李某恶意透支共计人民币三万两千余元,数额较大,其行为已经构成信用卡诈骗罪,应当追究其刑事责任。被告人李某到案后如实供述自己的罪行,根据《刑法》相关规定,可以从轻处罚。被告人案发后已退赔全额本金及相关费用,可以酌情从轻处罚。
房稀杰

法条链接

《中华人民共和国刑法》第196条:有下列情形之一,进行信用卡诈骗活动,数额较大的,处五年以下有期徒刑或者拘役,并处

二万元以上二十万元以下罚金;数额巨大或者有其他严重情节的,处五年以上十年以下有期徒刑,并处五万元以上五十万元以下罚金;数额特别巨大或者有其他特别严重情节的,处十年以上有期徒刑或者无期徒刑,并处五万元以上五十万元以下罚金或者没收财产。

前款所称恶意透支,是指持卡人以非法占有为目的,超过规定限额或者规定期限透支,并且经发卡银行催收后仍不归还的行为。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363