

我区召开2018年度第二次政法委员会(扩大)会议

本报讯(通讯员张晨)近日,2018年度第二次政法委员会(扩大)传达学习了7月11日中央政法委员会全体会议和7月16日全国维稳工作视频会议精神。会上,区委宣传部通报了近期意识形态领域和网络舆情方面的情况,区信访办通报了近期信访接待、矛盾化解情况,政法各单位结合工作实际分别汇报了2018年上半年工作情况及下半年工作思路。

区委常委、政法委书记富大鹏就进一步做好全区政法工作,提出五点要求:一是提高政治站位,确

保政法工作沿着正确方向前进。要做到绝对忠诚,确保政法工作沿着正确方向前进;执行到位,确保政令畅通、令行禁止;乘势而上,不断开创全区政法工作的新局面。二是聚焦主责主业,全力维护地区政治社会和谐稳定。坚决打好政治安全保卫战、反恐防暴持久仗、防控风险主动仗、金融安全和网络安全攻坚战,强力推进扫黑除恶专项斗争,严厉打击各类违法犯罪活动,深入开展重点领域重点问题专项整治,有效净化社会治安环境,守好“首都城市西大门”。三是坚

持围绕中心,积极服务地区经济社会快速发展。要深入推进创城安全环境建设工作,抓好各阶段指标任务的完成;加快矛盾纠纷多元化解体系建设,努力打造具有地域特色的社会治理格局;以“雪亮工程”建设为抓手,开创新时代石景山“智慧城市”建设新局面。四是深化司法改革,推动建设更高水平的法治石景山。全面落实司法责任制,深入推进司法体制综合配套改革和诉讼制度改革,统筹推进公安改革和司法行政改革。深入开展“七五”普法宣传活动,强化警务、

审务、检务公开,着力提高执法办案质量、效率和执法司法透明度。五是全面从严治党,全力打造“五个过硬”的政法队伍。认真组织开展好“不忘初心、牢记使命”主题教育;全面落实从严治党,进一步加强对基层党建工作的领导和指导;着力加强政法队伍纪律作风建设,切实将纪律规矩立起来、紧起来、严起来;进一步加强从优待警各项工作,着力提升干警的职业安全感、荣誉感和归属感。

副区长、公安分局局长、政法委员会副书记亢军参加会议。

节水小知识

水是生命之源 请珍惜每一滴水

当前已进入三伏天的中伏,根据天气预报显示,近期气温将维持较高水平。希望广大居民在日常生活中提高水的重复使用率——

- 1.将洗衣、洗澡、洗漱等生活废水收集用来冲厕、拖地;
 - 2.洗手、洗菜时不用长流水,及时关闭水龙头;
 - 3.家中使用老式水箱的,可以在水箱内放一个装满水的大塑料瓶;
 - 4.尽可能在家中安装使用节水龙头和节水花洒。
- 节约用水,从点滴做起!



我市首个模块化小型消防站揭牌

本报讯(通讯员孔美荣)7月26日,苹果园街道小型消防站揭牌,标志着我市首个模块化小型消防站正式投入备勤使用。

苹果园街道琅山社区金顶山村为典型的“城中村”,村内道路狭窄,没有消防栓、消防水井等消防设施,一旦发生火警,大型专业消防车根本无法进入。虽然街道在村内设置了微型消防站,并购置微型消防车1辆、配备灭火器800具,组建45人的“老街坊”防消队,加强日常巡查和宣传,以减少火灾事故带来的损失。但近年来,随着外来租住人口的增加,为提升消防应急救援能力,解决金顶山村存

在的消防安全隐患,从今年年初开始,苹果园街道与区消防支队经过多次现场踩点和调研,在获区政府批准后,通过公开招标方式在村内现址建成了这座双车位可移动模块化小型消防站。该站总占地面积800平方米,建有一体积200立方米的蓄水池和各类市政基础设施。

该站的建成能进一步加强对金顶山村和苹果园交通枢纽消防应急管理能力的完善。该站兼辐射周边1.5平方公里范围内火警救援,为全区打造更为和谐平安的环境提供有力保障。

争创文明城 放歌庆“八一”

本报讯(通讯员胡东宇)“我们都有一个家,名字叫中国,兄弟姐妹都很多,景色也不错”7月30日,八角街道百姓文化广场响起了嘹亮的歌声……。来自八角街道21个社区的合唱队参加了“争创文明城,放歌迎八一”纪念建军91周年社区大合唱展演。

《中国朝前走》《军民团结一家亲》《人民军队忠于党》《大中国》《南湖红船》《微山湖》《走向复兴》《为了谁》《把一切先给党》等21首耳熟能详的歌曲,讴歌了党的丰功伟绩,弘扬了时代主旋律,表达了八角街道社区居民对祖国热爱、对中国共产党信任、对人民军队的鱼水之情。优美的旋律、激昂的歌声同样唤起了居民美好的记忆和对未来生活的憧憬。



当前,全区正在开展“创建全国文明城市,共享幸福美好生活”活动。八角合唱展演不仅丰富了社区居民的业余文化生活,更凝聚人心,引领广大居民为创城助力、加油。

●7月27日,北京市第十五届运动会射箭比赛在朝阳二体校射击场完美“收弓”。石景山区代表队在当天的比赛中获3金1银2铜的好成绩,在本次比赛共获26枚金牌,位列金牌榜第一位,并被评为精神文明代表队。本届运动会射箭比赛为期四天,来自北京市的6支代表队83名参赛选手展开对决。石景山区代表队的17名队员沉着应战,成绩斐然,比赛成绩与精神文明双丰收。
李亚

●7月27日,我区举办首届石景山区“农夫山泉杯”陆地冰壶社区挑战赛。本次比赛是积极响应2022年北京冬奥会“三亿人参与冰雪”的号召,配合申冬奥3周年暨石景山区全民健身日开幕而举办的。为推动我国冰雪事业发展,为全民参与冬季运动的推广普及搭建良好平台,进一步营造了发展冰雪运动的良好氛围。
李亚

石景山区一周天气预报

预计未来一周,石景山区有2次雷阵雨天气过程,周最高气温36℃,最低气温24℃。具体预报如下:

- 8月2日(星期四):多云转晴,35~26℃;
 - 8月3日(星期五):晴间多云,36~25℃;
 - 8月4日(星期六):晴间多云,35~26℃;
 - 8月5日(星期日):晴转多云,35~26℃;
 - 8月6日(星期一):多云转阴,夜间有雷阵雨,33~25℃;
 - 8月7日(星期二):阴有雷阵雨,32~24℃;
 - 8月8日(星期三):阴转多云,夜间有雷阵雨,32~24℃。
- 敬请关注本区最新天气预报。

吃安眠药的副作用您知道吗?

如今有很多人都在忍受失眠带来的痛苦,劳累了一整天,想要在晚上好好的休息一下,可却翻来覆去的睡不着,这样长期下去就导致身体情况越来越差。工作和生活压力过大而无法保证睡眠质量的人们,就会利用安眠药维持睡眠,那么安眠药对人体的副作用有哪些呢?

1、中枢神经作用:一般都是由于安眠药的镇静效果所致,如觉得昏昏欲睡、肌肉无力、身体协调困难等,所以服用安眠药者在尚未完全了解身体对于此药的反应时,切勿随意用药。

2、意识混乱、失去方向感:这种情况大多发生在老年人身上,也有可能出现某段时期的暂时性失忆。但在临床上并未证实服用安眠药和痴呆症有直接的关系。

3、奇异的激躁作用:有些先前即曾有攻击性行为,或是不稳定的情绪失控者,在服药后反而出现了暴怒甚至暴力行为、或者有幻觉及欣快感,造成更严重的失眠。这可

能是服安眠药后类似醉酒的失控现象。

4、抗胆碱作用:有些病患在服药后,出现轻微的视力模糊、口干等副作用。

5、性功能障碍:病人可能会有性欲降低、勃起不能,或者射精障碍等问题,但是发生的机率并不高。

6、过敏作用:少数人会对安眠药过敏。

7、呼吸抑制:以注射等非口服方式用药,若剂量超过安全量可能会造成呼吸停止或抑制。尤其在脑部受伤、肺功能损伤或是过量饮酒的病人,都应在用药后小心观察。

失眠也是一种疾病,虽然偶尔的失眠对身体危害很小,但是如果长期都无法保证高质量睡眠,那么身体的免疫能力就会逐渐下降,体内的毒素也无法排出。一旦出现失眠症状,最好的办法还是要去医院进行检查,确诊失眠类型,对症治疗。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363