

# 微笑窗口 为民服务

“您好！请问您需要办理什么业务？”这是每天户籍窗口服务岗位上雷打不动的一句话，自2000年从警以来，有位女民警已经微笑着将这句话重复了上万次，她耐心细致地答疑解惑，服务了无数前来办理业务的群众，她所在的窗口也被大家亲切地称为“微笑窗口”。

她叫武侠，是区公安分局人口管理和基层工作大队户政中队的一名民警，长期负责户政工作，审核各类户口材料。她经验丰富，对相关的政策、制度都稔熟于心，哪些该办理落户，哪些不符合规定她都严格把关，一丝不苟，所有材料必须准确无误才能进行上报和审批。

2017年10月，辖区一位老人来到户政大厅办理落户迁址手续，武侠在耐心听取了老人的基本情况之后，了解到老人在人力资源

和社会保障局办理户口期间，其落户地房产的产权人已经发生了变更，像这种情况，按照相关规定是不符合落户条件的，武侠有理有据地向老人说明了无法落户的原因。

老人听后虽然表示理解，但得知无法落户后，还是急得直掉眼泪。武侠见状赶紧安慰老人，待老人情绪稳定后，继续向老人了解情况。经过询问，武侠进一步得知老人的母亲在石景山区有一处房产，像这种情况，通过变更落户地址进行落户也是符合政策要求的。她见老人已经年近70，行动不便，便主动帮助联系入保局的工作人员，帮助其梳理相关手续，在经过几次沟通之后，老人的落户手续顺利办理完成。事后老人又专程来到区公安分局对武侠表示感谢，对她热情服务、耐心解答的工作态度给予高度赞扬。

武侠常说：“户籍窗口虽然不大，可是分量却不轻。窗口民警的一言一行都代表着公安机关的形象，老百姓对每名民警的印象，其实就是对整个公安队伍的评价”。她深深明白这个道理，所以在工作中始终以微笑示人，从说好每一句话，回答好每一个问题入手，耐心为群众宣讲政策，真正将为人民服务落到实处。

户政窗口工作看似平凡，但要想干好也不是一件容易的事。为了提升自己的专业知识，武侠从不放弃任何一个学习的机会，她坚持边学边干，向老同志学习经验，向年轻人借鉴方法，只要是能为群众解决问题的好点子，她都会一一记录下来。武侠还有一个习惯，就是坚持每天提前到岗，将当日所需材料进行整理，确保信息准确无误。

在工作中，武侠也难免遇到一些对于政

策不理解的群众，他们甚至会将埋怨和怒气发泄到窗口民警身上。面对这种情况，她总是用换位思考方式来调整自己的情绪，不烦、不恼、不怒，坚持用倾听和微笑解决问题。她始终相信只要实实在在为百姓服务，总会得到支持和理解。武侠用她的微笑服务为人民警察树立了良好形象，真正做到了“来有迎声，问有答声，走有送声”，在警民之间架起了一座友谊的桥梁。

刘阳



金盾之窗  
石景山区公安分局协办

## 执行法官“执法如山 匡扶正义” 当事人送锦旗表示感谢

本报讯(通讯员高宇莘)近日，石景山区人民法院执行局收到当事人送来的锦旗，称赞执行法官“执法如山，匡扶正义”。申请人表示，没想到历经20多年的历史遗留问题能够顺利执结。



此案系一起房屋腾退的强制执行案件，申请人与被执行人因历史遗留问题产生了房屋使用权纠纷，虽经二审终审，被执行人仍不服判决，拒绝腾退房屋，且祖孙三代

共同居住在房屋内，态度强硬，强制执行难度极大。受理案件后，承办法官先后多次与双方当事人交谈，详细了解了房屋权属情况及历史遗留问题，并多次向被执行人释法明理，讲解相关腾退政策，然而被执行人还是拒绝自愿腾退。承办法官考虑到案件实际情况，经与申请人多次商议，并制订了详细的工作方案，强制执行工作有序开展，最终该案得以顺利执结。

区人民法院执行局负责人表示，区法院作为司法机关，也将在今后的执行工作中，继续秉公执法，确保每个案件的公平正义，坚决打赢基本解决执行难这场硬仗。



## 三十年同心前行 新时代砥砺前行

民建石景山区工委主委 司马红

2018年是民建石景山区工委成立三十周年，自1988年经民建北京市委批准，民建石景山区工委正式成立，从此开启了石景山民建新的征程。这风雨兼程的三十年，是石景山民建不断成长、发展、壮大的三十年，是积极履行参政议政职能、开拓创新的三十年。

三十年里，区工委始终以组织建设为基础，严格贯彻执行民建北京市委组织发展工作规定，以“注意数量，保证质量”为原则，不断吸收高素质人才充实会员队伍。区工委从成立时的3个支部、47名会员，发展到如今的7个支部、258名会员，经济界人士占74%，民建界别特色得到进一步增强。在队伍逐渐壮大的同时，重视对会员的培养与使用，为会员的成长压担子、搭台子、铺路子，打造出了一支年轻有为的工作队伍。目前，区工委有全国政协委员1人，市政协委员1人，区人大代表3人，区政协委员13人。

三十年里，区工委坚持以参政议政为履职根本，充分发挥联系经济界人士的优势，广泛调动会员积极性，扎实开展调研，结合石景山区不同发展时期的目标任务和重大举措，抓重点、找难点，围绕区域经济发展、城市管理、社会服务、文化建设等多个领域积极参政议政、建言献策，其中多项调查研究成果获评市、区优秀表彰，多篇参政议政信息获得中央、市、区领导批示，推动了相关工作的开展，为石景山区经济社会发展作出了积极贡献。

三十年里，区工委始终将“尽力而为，量力

而行”作为社会服务工作的基本原则，结合民建市委“老一小”服务品牌，立足本区、辐射周边，坚持长效化、常态化，在抗震救灾、扶贫助学、敬老助残等各项社会公益活动中奉献爱心。创新社会服务工作思路，创建“爱心池”作为社会服务、爱心公益资金依托，建立社会服务工作小组充实服务工作力量，打造了“老山街道爱心结对”、“爱心照亮希望”、“果香寄情敬老活动”等工作品牌，同时积极走进偏远山区、街道社区、养老院、孤儿院，履行参政议政职能，石景山民建社会影响力得到持续扩大。

三十年里，区工委不断丰富组织活动形式，坚持组织每年两次的全体会员活动、每年一次的“红色之旅”、每年一届的运动会，以及独具特色的会员企业走访活动，充分调动广大会员参与热情。切实发挥基层支部组织细胞作用，支部各展风采，支部活动各具特色，做到支部活动有主题、有创新、有成果。区工委发起的“我是东道主”活动，为各支部搭起了向全体会员展示支部风采的平台，增强支部的生机和活力。

经过三十年的发展，石景山民建这棵成长中的大树，在民建市委、中共石景山区委以及广大会员的精心呵护下，已经开始结出丰硕果实，多项工作得到各方面的认可，两次民建中央“全国先进集体”称号、一次“全国社会服务工作先进集体”等等，这些荣誉的获得既是对过往努力的肯定，更是对未来工作的鞭策。“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，民建石景山区工委新的征程就在脚下，我们将不畏艰险，大步向前，团结一心，开拓奋进，为全面建成小康社会、实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。

## 四大方法预防骨质增生

很多中老年人为了丰富自己的生活，常参加社区举办的活动，却不知骨质增生与人的身体活动过度、外伤、年龄等有直接的关系。

长庚医院骨科医生说，不适当的运动或活动，容易使关节部位骨骼过度磨损，导致软骨受伤，引发关节受力不平衡而刺激生骨刺，因此人体经常活动及负重关节易发生骨质增生。骨质增生是老年人常见的一种疾病。如果发现骨质增生，一定要去正规的专科医院进行诊治，以免延误病情，造成更严重的后果。

骨质增生给我们的生活带来了很大影响，为了减少疾病的发生，专家说，我们也可以从以下四个方面进行预防：

### 第一招：减轻体重

体重过重会加重脊柱和关节的负担，是诱发骨质增生的重要原因之一。过重的体重会加速关节软骨的磨损，使关节软骨面上的压力不均匀，造成骨质增生。因此对于体重超标的人，适当的减轻体重可以预防脊柱和关节的骨质增生。

### 第二招：避免长期剧烈运动

运动时时间过长、运动量过大甚至运动损伤是诱发骨质增生的基本原因之一。长期剧烈运动还可使骨骼及周围软组织过度地受力及牵拉，造成局部软组织的损伤和骨骼上受力不均，从而导致骨质增生。

### 第三招：适当进行体育锻炼

虽然剧烈运动是引发骨质增生的原因之一，但是并不是说就不能活动。因为关节软骨的营养来自于关节液，而关节液只有靠“挤压”才能够进入软骨，促使软骨的新陈代谢。适当的运动，可增加关节腔内的压力，有利于关节液向软骨的渗透，减轻关节软骨的退行性改变，从而减轻或预防骨质增生，尤其是关节软骨的增生和退行性改变。

### 第四招：及时治疗关节的损伤

关节损伤是导致骨质增生的常见原因，包括软组织损伤和骨损伤。关节的骨质增生经常与关节内骨折有直接关系。由于骨折复位不完全，造成关节软骨面不平整，从而产生创伤性关节炎。对于关节内骨折的患者，如果能够及时治疗，作到解剖复位，完全可以避免创伤性关节炎和关节骨质增生的发生。

党派之声

区委统战部协办



北京长庚医院健康教育知识普及  
健康热线：010-88296363