

### 七项措施“助力”我区安全生产工作

本报讯(记者张立臣)2月27日,石景山区2013年安全生产工作大会召开。会议主要是贯彻北京市安全生产工作大会精神,落实国务院和市委、市政府关于做好安全生产工作的要求,并对2012年安全生产工作情况进行总结,同时部署2013年安全生产重点工作。市安全监管局党组成员、副局长汪卫国,区安委会副主任、副区长刘亚泉,区安委会成员单位的主要领导、主管领导、安全生产监管系统的有关人员及部分生产经营单位负责人参加会议。

2013年全区安全生产监管工作主要包括七项内容,一是注重基础建设,在全区各行业全面开展企业安全生产标准化工作;二是明确职责分工,在目标责任中狠抓落实;三是加大执法检查,在隐患治理上下功夫;四是强化综合监管,在打非治违中出成效;五是强化教育培训,不断提高安全防范和应急处置能力;六是实施科技兴安,不断提高企业保障能力;七是加强队伍建设,不断提高业务素质。

会上,区住建委、苹果园街道和中铁建设集团有限公司负责人先后代表行业、街道和企业签订了2013年度《安全生产责任书》。会议还对2012年度在安全生产工作中取得突出成绩的先进单位和先进个人及“安康杯”活动中的优胜单位、优秀班组进行表彰。

投稿邮箱:guowei8869@126.com  
投稿电话:88699820-2211

### 区科学技术协会第七届委员会第五次全委(扩大)会议召开

# 利用地区资源 服务创新发展

本报讯(记者王祝炫)记者在日前召开的区科学技术协会第七届委员会第五次全委(扩大)会议上了解到,目前我区央地高级科技人员数据库已收录高端人才专家600余名,有效地集成了地区科技资源,服务我区创新驱动发展。区领导李文起、李艳参加本次会议。

据了解,2012年区科协牢牢把握全区经济社会发展的内在需求,把“三服务一加强”的工作职能与全区中心紧密结合,主动把科协工作融入全区经济社会的工作大局,充分发挥科协在地区创新驱动发展进程中的作用。

2013年,区科协将发挥科协人才集聚优

势,利用首都及区域人才优势在服务区域经济转型上有新作为。发挥首都专家团队作用,利用“石景山区央地高端技术人才数据库”人才资源优势,为我区经济社会建设重大项目提供咨询、建议、论证服务;搭建举荐人才平台,促进优秀科技人才脱颖而出,为地区科学创新发展创造良好环境,为经济发展积攒能量;充分发挥政协界别科协委员作用,结合科协工作实际,深入调查研究,积极建言献策,为创新发展献智出力。

同时,还将以“科素纲要”工作为抓手,在提高全民科学素质,促进科普资源共享上取得新进展。立足高站位、强化实施

工作效果。组织科素领导小组成员单位开展交流、学习和培训,各成员单位要发挥资源优势,围绕《科素纲要》实施方案设计本年度的宣传活动计划,推动形成社会化大科普格局。加大对城镇劳动者和社区居民的职业技能和提高科学素养的培训力度,提高针对外来务工人员的科学知识普及面,举办形式多样贴近居民生活实际的社区科普活动和青少年科技活动,为提高全民科学素养搭建活动平台。搭建科普资源服务平台,促进社会优质科普资源集成共享,注重科普资源共享和基础设施建设,发挥部门联动优势,整合积累科普资源,提升科普公共服务能力。

## 居民同乐闹元宵 其乐融融庆佳节

正月十五,是传统的元宵佳节。为庆祝节日的到来,街道(社区)举办形式多样的群众文化活动,营造欢乐祥和的节日氛围,让居民们走出家门,共同庆祝蛇年元宵佳节。八角北里社区组织社区巡逻队员、楼门组长、社区积极分子、社区青少年等在活动大厅内开展了元宵节猜灯谜活动。150条谜语让居民们在快乐之中开动脑筋,集中智慧,一阵阵欢笑声不时从活动大厅中传出。

卢溪 张云英



## 惠民工作暖人心 扶危济困为居民

本报讯(通讯员王明宝 李金枝)“这都是我们应该做的,如果以后还有什么困难,随时都可以来找我们帮助解决。”近日,在面对金二区社区居民赵伟的姐姐送来感谢锦旗时,街道办事处主任刘云清这样说道。朴实的话语体现出了街道上下对百姓冷暖的体贴之情,展示了政府工作人员扶危济困,情系百姓的高尚情怀。锦旗上写的“想社区居民所想,办人民可心之事”也充分体现了地区居民对街道落实惠民政策,关爱困难群众工作的充分肯定。

据了解,现年37岁的金二区社区居民赵伟在1990年被诊断患有强直性脊柱炎(双髋),生活不能自理,丧失劳动能力,属重度残疾人。其父母是1968年下乡知青,父亲是河北保定兵工厂退休职工,因患肺癌已于2008年去世。母亲从保定市晨光机械厂退休,每月退休金只有不到2000元。2005年8月落实知青政策,赵伟的户口从河北保定迁入北京,落在姐姐家,开始与姐姐一起住。了解到他的情况后,社区、街道

工作人员积极主动为其办理了北京市城市居民生活困难补助,政府廉租房实物配租等,让他享受了北京市一系列惠民政策。2012年3月,赵伟由于病情加重,先后两次手术进行双下肢髋关节置换,自费费用高达8万多元,给生活带来了极大的困难。街道民政科根据他的家庭情况为其向区民政局社会福利救济科申请了2万元的临时救助,向区慈善协会申请了3万元临时救助。区慈善协会向市慈善协会为其申请了2万元救助。当街道领导代表政府将7万元的救助款送到赵伟家时,他感动得热泪盈眶。

2013年春节前,街道先后为地区特困人员申请慈善救助7人,31万元;临时救助26人,12.48万元。走访低收入家庭、困难老人、残疾人、优抚对象等3611人,确保困难群体能够享受到党和政府的惠民政策和温暖。2013年,金顶街街道计划成立石景山区慈善分会,以便更好地落实惠民政策,帮助困难群众。

## 军民共建和谐社区

本报讯(通讯员赵霞)近日,在元宵节来临之际,军二社区走进辖区内驻区部队进行走访慰问,并给部队官兵送去慰问品。同一天,在驻区部队会议室举办了军二社区与驻区部队双拥共建座谈会,双方领导就深化双拥共建工作进行了交流,并签订了《共建协议书》,双方表示将进一步加强组织领导、创新工作机制,不断推动军二社区、驻区部队双拥共建工作再上新台阶。

近年来,军二社区坚持以社区为载体,活动为纽带,积极探索双拥工作新思路,不断

丰富军民共建形式和内容,把双拥工作切实纳入到和谐社区建设中来。

2013年,军二社区和驻区部队双方将通过社区对驻地部队官兵进行节日慰问、定期入部队开展法律、健康宣传和教育活动,驻区部队积极参加帮扶辖区困难弱势群体、为辖区居民提供志愿服务等,以及为辖区居民提供军事训练场地和指导及国防知识的宣传教育等一系列军地互动、双向服务、双向奉献、双向受益活动,为推动社区和谐发展和驻区部队现代化建设作出新贡献。

## 春季出游谨防腰椎受伤

最近,记者从北京长庚医院了解到,春季以来,腰椎间盘突出症发病率显著上升。对此,我们采访了长庚医院骨科杨进山主任。

杨主任介绍说:“每天都有很多人前来就诊,大家认为气温慢慢回升了,周身血脉通畅了,颈肩腰痛就会减轻,其实不然。”

腰椎间盘突出症是临床上较为常见的腰部疾患之一,是骨伤科的常见病、多发病。引发腰椎疾病的常见诱因主要有:腰姿不当、腰部外伤、职业因素,如汽车驾驶员长期保持坐姿等。

杨主任表示,春季来临,出游的人相对较多,这类人尤其要注意保护好腰部。出游时,如果是自驾车,要调好座椅,垫上腰垫。如需长时间连续开车,最好中途休息一下,活动活动腰部。坐车时间久了要多伸懒腰拉伸脊椎,女性出游时最好换上高跟鞋。

另外,乍暖还寒的刺激会使血管收缩,血液运行缓慢,使间盘内压力改变;因寒冷人体肌肉紧张度增高,椎旁肌收缩导致椎间盘所承受的压力增大,椎间盘因负荷加大导致退行性病变加速。而且,春季气温变化大,加上气候干燥,人体含水量下降,椎间盘中

水分丢失更严重,导致椎间盘弹性下降,退行性病变突出,极易引发腰椎疾病。

杨主任还告诉我们,春季保护腰椎要多晒太阳,让人体充分摄取维生素D,促进人体对钙的吸收,强健骨骼,并且还能促进血液循环,这对保护颈椎非常有帮助;还可以选择阳光充足的日子,到郊外踏青,多做有氧运动。加强体质锻炼,促使椎周软组织强壮有力,有助于增强脊柱的稳定性,有利于保持脊柱的灵活性。不过,一定要注意运动量与时间的控制,并讲究循序渐进。

专家还特别提醒,如果不小心扭了或闪了腰,一定要注意保护好腰部,不要来回活动,若病情较为严重,切不可自己胡乱按摩,应到医院进行专业的治疗。

据了解,以微创骨科为特色的北京长庚医院吸纳世界微创技术的精髓,临床开展的微创技术如“超髓核消融术”、“经皮宝石激光椎间盘减压术”等,领先国内同行,具有创口小、更安全、无痛苦、术后恢复快、不易复发等明显优势,深受各地骨科疾病患者的欢迎。

### 专家链接

**杨进山 主任医师** 从事中医骨伤疾病的诊治30余年,积累了丰富的临床工作经验,擅长对椎间盘突出、颈椎病等脊柱系列疾病的诊断和治疗,特别是在采用中医正骨、小针刀、针灸结合中药汤剂进行综合治疗椎间盘突出、颈椎病、肩周炎、腕管综合症、踝管综合症及各种软组织损伤等骨伤类疾病方面,取得了许多新突破,受到了医学界专家的高度赞扬和患者的广泛好评。



**北京长庚医院**  
 全国首家 腰椎间盘突出症 微创治疗专家会诊基地  
**骨科专业/骨伤科专业**  
**针灸科专业/推拿科专业**  
 北京长庚医院 行业权威 微创治疗专家  
 健康热线: 88296363  
 地址: 古城南里8号(原西便所对面)