

玉兰怒放春意浓 活动纷呈引游人

本报讯(通讯员于婷婷)“公园里的玉兰花开了一大半,景色很美,还有各种活动,我很喜欢!”来公园踏青的王阿姨一边看着演出一边说着。随着天气转暖,北京国际雕塑公园里多个品种的玉兰陆续开放,与公园内的雕塑交相呼应,成为了春日里一道靓丽的风景。

今年,北京国际雕塑公园举办了2013年踏青季暨第十届玉兰文化节,围绕“踏青观景赏玉兰,怡情休闲品文化”,充分挖掘玉兰的文化内涵,推出了绘多姿玉兰花、拍美丽玉兰景、品清香新春茶、看百姓才艺秀、观雕塑回顾展、学名家健身拳六大特色活动。

据了解,玉兰花花期可从3月中下旬一直持续到4月下旬,丹馨玉兰和鸿运玉兰4月中旬进入盛花期;飞黄玉兰花期较晚,4月中下旬进入盛花期;鸿运玉兰一年有三次花期,6月、9月,次第开放,花量递减。

加强街道党风 廉政建设

本报讯(记者郭伟 通讯员马妍)近日,记者在老山街道召开的2013年党风廉政建设工作会议上了解到,老山街道的党风廉政建设工作将以“一二三”整齐的步伐迈进新一年。

在2013年中,老山街道将以“打造为民务实清廉的干部队伍”为一条主线,做好两个深入:深入开展反腐倡廉宣传教育、深入推进廉政文化建设;强化三个严格:严格执行党的纪律、严格落实“一岗双责”、严格落实各项制度规定,以党风廉政宣传教育月为契机,重点加强党员干部纪律教育、廉政教育和警示教育。

埃塞俄比亚妇女代表团来我区考察

本报讯(记者郭伟)4月15日下午,埃塞俄比亚妇女代表团一行10人在埃塞俄比亚人民代表院副议长、议会妇女小组主席施塔耶·提扎祖率领下到我区参观、访问,并就如何提升妇女素质,提高妇女参政议政进行座谈。北京市妇联副主席周志军,石景山区常委、区纪委书记、统战部部长李文起,区人大副主任张文华,副区长李艳等领导参加活动。

埃塞俄比亚妇女代表团首先参观了石景山区妇女儿童活动中心的巧娘工作室展示的各种产品,埃方对中国妇女的传统技艺表示非常赞赏。在手工艺品制作的现场,代表团的成员观看了制作流程,并对手工艺品产生了浓厚兴趣,不时地与制作者交流心得。在参观过程中,区妇联还向来宾赠送了石景山区妇联标示。

在随后的座谈会上,李文起对代表团

的到来表示热烈的欢迎,并就石景山区女性如何参政议政、女性在政府中任职的比例、主要特色工作进行重点介绍,双方就女性素质教育,提高妇女参政议政水平等方面进行了热烈、友好的交流。施塔耶·提扎祖希望:双方应多加交流,使埃塞俄比亚妇女工作更好发展。会后,李文起和张文华分别向代表团赠送了纪念品。

小卡片传递“我的梦”



“我的梦就是十万平社区更美好、更安全、更加生气勃勃”、“社区好我好,社区美我美”、“服务百姓,快乐自己,用真诚热情营造和谐氛围”、“天天阳光明媚、日日蓝天白云”……古城街道“我的梦”主题声音征集活动汇集了辖区各类群体的朴素心声,简洁的话语表达出梦想,真实而有力量。简单的卡片传递出能量,真诚而又温暖。“我的梦”征集活动已经开展半个月,面向街道工作人员、社区工作者、楼宇工作者、劳动协管员、社区志愿者及广大社区群众(包括流动人员)发出寄语卡片1000张。

图文/应娜

京西商家各类销售活动将超300项

石景山区2013主题消费年系列活动即将启动

本报讯(记者岳星 通讯员盛森)记者从区商务委了解到,以“惊喜在京西·京西GO惊喜”为主题,以汽车、服饰、美食、电子商务为主体的“惊喜在京西·2013主题消费年”系列活动开幕式暨汽车文化节(汽车穿越)活动将于明天正式启动。

此次活动将我区文化、商务、旅游、园林、体育等资源相互融合、相互渗透,并贯穿全年,形成汽车穿越、时尚潮流、美食特色、点击购物等四大板块。从即日起,月月有亮点,期期不断档,东有万达广场、盛景国际广场、沃尔玛超市,西有爱玛裕家居广场,全面覆盖石景山区各大商圈。活动涵盖京西商家各类销售活动超过300项,将全面带动京西消费市场,打造石景山区吃、喝、玩、乐、购一站式的休闲消费体验。

据区商务委负责人介绍,此次我区推出的“惊喜在京西·2013主题消费年”系列活动,由石景山区、丰台区、门头沟区、房山区商业联合会联合主办,使北京市京西地区消费市场整体实现联动,突出活动主题,社会影响更为广阔。活动将着力激发石景山区各类商业服务业主体发展新活力,促进和拉动石景山区社会购买力的提升;着力打造以电子商务为主体的现代商业服务业,增强石景山区商贸企业活力,培育电子商务企业发展新优势,形成拉动石景山区消费增长的新动力。

“惊喜在京西·2013主题消费年”系列

活动五大特点让市民享受更多实惠:一是板块互动,相互融合。为了回馈广大消费者,“惊喜在京西·2013主题消费年”系列活动将汽车穿越、时尚潮流、美食特色、点击购物四大板块活动内容相互关联相互带动;通过主题活动带动全区商业服务业消费增长,调动消费热情。二是资源共享,多点联动。活动期间,区相关委办局联合互动,统一宣传造势,将2013主题消费年系列活动的内涵融入区内文化、旅游、体育等大型活动中去,做到资源共享,互为平台。三是宣传多样,聚焦京西。通过政府平台和大众媒体展开宣传与推广,充分利用平面媒体、电视媒体、广播媒体、网络媒体、手机短信、LED大屏幕、官方微博等多种宣传方式开展立体式宣传,统一视觉效果,吸引全城,聚焦京西。四是串烧不断,精彩纷呈。全年各板块活动丰富多彩,参与企业涵盖面广,以百货、超市、电器、汽车、电子商务众多商业服务业为主体,线上线下活动不断。全年共有超过300项打折、促销等优惠活动回馈消费者。五是京西轮动,全城引爆。活动分为主会场和分会场,将东起台湾街、万达广场、盛景国际广场、沃尔玛超市、当代商城鼎城店,到西部爱玛裕家居广场各大区域商圈,轮动进行各种丰富多彩的商业活动。通过空间、地域、时间三大主线,凝聚石景山区各商业服务业品牌影响力,将商业、休闲、娱乐、消费有机结合,京西轮动,引爆全城。

中老年朋友应警惕颈椎病的五大症状

今年68岁的王大爷,半年前发现自己晚上睡觉的时候两手发麻,还会经常性的出现头痛,王大爷觉得应该没什么事,休息休息就会好。但是最近一个星期,王大爷这种头痛、发麻的情况已经发展到了肩背,而且还出现了头晕、胸闷、上肢无力的症状,这可吓坏了王大爷的儿子,赶紧带着王大爷到北京长庚医院骨科中心就诊。

经过专家详细检查,王大爷颈椎4-7节椎间盘突出,属于颈椎间盘突出症。专家建议王大爷采用微创无痛“经皮宝石激光椎间盘减压术”。王大爷接受了专家的建议,经治疗,王大爷原先的症状逐渐都消失了,康复出院。

专家提醒,当出现以下几种症状时,中老年朋友应警惕颈椎是否出了问题。

一、脖子痛,头晕,恶心。颈椎病变后,会压迫通向上肢的神经或通向大脑的椎动脉,引起头、颈、肩、背、手臂酸痛,酸痛可放射至头枕部和上肢,轻者伴有头痛、头晕,重者则恶心呕吐、卧床不起,少数可有眩晕、猝倒。

二、咽部发痒,吞咽困难。颈椎病初期会出现此类表现,很多

人怀疑是食道的问题,是与不是,应赶紧到医院检查确诊。

三、视力障碍。当颈椎病造成自主神经功能障碍时,还会引起视力障碍,主要表现为:视力下降,一眼或双眼胀痛、怕光、流泪、视野缩小等。

四、血压升高或降低。颈椎的骨质增生和退变,使颈部的血管、神经等软组织受到牵张、刺激或压迫,导致血压升高或降低。

五、经常性的伴有颈部疼痛、发紧、上肢麻木等表现。

专家提醒,如果出现上述症状,应到专科医院检查,一旦确诊为颈椎间盘突出症,应根据病情选择相应的疗法,以达到治愈的目的。目前,治疗颈椎病有保守疗法、传统手术疗法和现代微创疗法。保守疗法比较适合颈椎病初期或术后康复患者。对于颈椎病较严重的患者,应考虑手术治疗。

据悉,“经皮宝石激光椎间盘减压术”是北京长庚医院骨科中心所开展的现代先进微创技术中的一种,具有不开刀、无痛苦、不留后遗症、不复发、康复快等优点,深受广大骨科疾病患者的青睐。



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

全国领先 颈椎病突出 微创治疗 专家会诊

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 骨科中心 微创治疗 专家会诊

健康热线: 88296363

地址: 古城南里8号(爱丽斯对面)

为了给读者带来更多的资讯,不断丰富综合新闻版的内容,本版欢迎反映我区发展建设和委办局等相关工作的投稿,感谢您的支持!

投稿方式——邮箱: guowei8869@126.com 电话: 88699820-2211