

我区二轮修志初稿完成 150 余万字

本报讯(记者张立臣)“目前,我区二轮修志按照‘五年九个阶段’的整体编修部署,顺利完成相关阶段的任务,在北京市率先完成志书初稿的印制。截至4月,完成概述、大事记、31编志以及CRD和奥运2个专记的初稿,150余万字”,区地方志办公室负责人介绍说。5月21日,石景山区地方志编委会全体会议召开,听取了我区二轮修志工作情况汇报。区领导付生柱、杨东起、司尚国参加会议。

我区二轮修志在篇目设置上,总体是以突出记述经济转型、结构调整、产业升级,作为一条主线贯穿全书始终,尽量凸显志书的地域性和时代性,记录我区转型历史。我区二轮修志工作以2015年前完成志书编修为目标,将整体工作分为五年九个阶段。2009年制定方案和组织宣传;2010年完成资料卡片的收集和资料长编的编写;2011年收集各承编单位初稿,组织审核和修改;2012年开展志书初稿总纂;2013年完成初审和复审;2014年完成终审,2015年出版发行。

近年来,我区地方志工作处于全市各区县前列,被评为北京市地方志系统先进集体。《北京石景山年鉴》已连续出版8卷,4次荣获全国性奖项,多次得到专家、领导和社会的认可和好评。

投稿方式

邮箱:guowei8869@126.com
电话:88699820-2211

我区奥运场馆将改为市民健身场

本报讯(记者祁月)位于石景山区的奥运小轮车场地和山地自行车场地,正在筹备改造。改造后的赛道要降低专业门槛,为的就是让普通市民也能进场来健身。

石景山区拥有老山自行车馆、老山山地自行车场、小轮车赛场等7座奥运场馆。自北京奥运会结束后,我区就一直筹划将这些奥运场馆利用起来,使之成为大众的健身场。作为奥运篮球训练馆的石景山体育馆等一些场所,率先向居民敞开了大门;而小轮车、自行车等几个场馆,由于专业性太强,使得不少市民望而却步。

今年石景山区体育局决定,给奥运场馆

降低门槛,改造专业赛道,让咱老百姓也能玩。老山地区的山地车赛道,是市区内不可多得的天然山地自行车骑行及比赛场地。眼下,石景山区体育局正在原有赛道的基础上,重新规划整修赛道,吸引更多的山地自行车运动爱好者前来体验活动。

不远处的老山小轮车赛场,正处在寸土寸金的黄金商业地带,可区政府并没有拿它搞商业开发,保留下这处奥运遗产,同样为的是让它日后惠及居民。

在这处赛场里举行的越野小轮车比赛,是一项观赏性很强的时尚极限运动,也具有一定危险性,没有训练过的普通自行车爱好者,可不敢轻易尝试。今年,石景山体育局将把原有的老山小轮车赛场,建设成融合平地自行车越野、越野竞速和其他极限运动在内的综合场地。降难度系数,让初学者练的自行车爱好者和普通市民全能来这儿痛痛快快地出出汗。

老山地区还有一处场地自行车馆,是世界范围内少有的高水平专业场馆。场地自行车运动专业性较强。对此,石景山区体育局采取循序渐进的办法,先建立面向相对专业的爱好者的俱乐部,通过职业教练的指导培训,让越来越多的市民参与进来,慢慢普及这项运动。



和孩子们一起“悦读书香”

5月22日,石景山区妇女儿童活动中心的大银杏树下热闹非凡,来自科普体验大世界的果冻姐姐、呱呱哥哥和来自石景山区各街道的18个家庭一起通过亲子阅读、角色分享、角色体验,共同阅读了“花袜子小乌鸦”系列作品《谁都会害怕》。孩子们在欢笑声中走进童话世界,和小乌鸦一起经历了成长的喜悦和烦恼。

石景山区妇联一直致力于家庭教育。“六一”前夕,通过亲子读书会,引导家长和孩子共同读书,让孩子们在兴趣的引导下,去接触各类书,并通过亲子阅读,拉近家长与孩子之间的距离,提高孩子的沟通表达能力,促进孩子们在语言、思维、人格等方面综合素质的发展,为孩子们感兴趣的引导下形成良好的阅读习惯打下基础。

图/文张立臣 宿凯霞

区安监局四项举措 推动职业卫生监管工作

本报讯(通讯员李美娟)为全面加强职业卫生安全监管,进一步落实职业卫生综合监管机制,石景山区安监局四项举措,全力推动职业卫生监管工作。

一是强化职业卫生监管机制,夯实安全监管基础。二是加强职业卫生网上申报,掌握职业危害底数。三是注重职业危害

教育培训,提高企业员工素质。四是加强职业卫生服务指导,推动主体责任落实。积极深入存在职业危害的生产经营单位,协助指导企业排查隐患,组织企业职业卫生监管人员到样板企业参观学习,强化企业自管能力,推动企业主体责任全面落实。

走进法庭旁听判案 学法用法依法调解

本报讯(通讯员刘丹)苹果园司法所率先预热即将全面启动的“法治北京”主题司法大讲堂活动,开展以社区调解委员会调解主任为主体的“学法用法、依法调解”培训教育活动。近日,苹果园司法所组织辖区内22名社区调解主任旁听了石景山区人民法院民庭的一起继承案件审理工作。

此次旁听的案件虽然涉案金额不大,但是庭审现场社区人民调解主任都认真入神地听法官辨法析理,时不时做做笔记,把有用经验记录下来。庭审后,法官还专门跟调

解主任们进行了现场交流,讲述了法院审判和当庭调解的相关知识。调解主任们对此旁听活动给予了高度评价,李主任满意地说:“能够面对面地听法官庭审、观庭审全程,对审判工作有了更加直观理性的认识,以案讲法的学习方式更能加深对法律的理解,今天收获真不少。”

今后,司法所将继续联系我区法院,不定期地选取典型民事、刑事和行政案件进行旁听,通过亲临审判现场观摩学习,提升调解员的法律运用和调解纠纷能力。

区司法局启动信访条例法制宣传月活动

本报讯(通讯员朱颖)为推进信访工作法制化、规范化建设,进一步畅通和规范群众诉求表达、利益协调、权益保障渠道,近日,区司法局以司法大讲堂“幸福北京”主题活动为载体,在法律援助中心启动了信访条例法制宣传月活动。

活动现场通过摆放信访知识宣传展板、设立咨询台、开展寓教于乐的信访知识讲座、向过往群众发放信访知识宣传单等形式,宣传普及《信访条例》和有关法律、法规知识。律师、公证员、法律援助工作人员等法律服务者还就群众咨询的信访、法律、公证问题进行了细致解答,对于能够调解的纠纷转引

调解部门处理,对于符合法律援助条件的建议群众申请法律援助进行维权。近2小时的宣传活动,共吸引居民近300人,发放各类宣传材料1200余份,接待群众咨询30多人次。

今年是国务院《信访条例》颁布8周年和《北京市信访条例》实施6周年,信访条例法制宣传月活动启动后,各司法所还将在辖区内轮流开展《信访条例》集中宣传,宣传教育群众牢固树立法制意识,依法依规信访,促进依法高效妥善处理信访问题和矛盾纠纷,进一步推动完善人民调解、行政调解、司法调解联动工作体系,构建“畅通、有序、务实、高效”的信访工作格局。

夏季哪些因素可导致颈椎病

夏季是颈椎病高发期,季节和环境都会给颈椎带来非常大的伤害,那具体都是什么情况呢?下面我们跟着北京长庚医院骨科专家一起来了解一下吧。

1、温度高,睡眠中翻身次数增多,导致落枕。我们应尽量保持室内温度不能太热,另外给枕头增加一个草席套也是非常有用的。

2、天气燥热,心情烦躁,诱发颈椎病。研究表明,多愁善感、脾气暴躁的人易患神经衰弱,神经衰弱会影响骨关节及肌肉休息,长此以往,颈肩部容易疼痛。夏天我们一定要注意保持健康、快乐、平和的心情。

3、空调温度过低或猛吹风扇,颈部受凉,诱发颈椎病。颈椎病和受凉有很大关系。夏天在办公室里,空调温度一般开得很低,特别是座位正对空调,或是穿吊带装的女性,颈背部肌肉很容易受寒,诱发颈椎病。

4、天气炎热,外出减少,在家上网、看电视时间增多,导致颈椎病。

专家建议不妨多安排一些就地取材的“运动”,比如仰卧起坐、擦擦窗户、远眺等,充分运动颈部、背部肌肉,保持颈部血液畅通。

5、夏日易犯困,午休不良姿势伤颈椎。

第一、不提倡向前趴着睡觉,可采取向后仰躺的姿势稍事休息;

第二、一定要为颈椎找到托扶点,比如在颈部后面垫一个卷裹的衣服或带上U型颈舒枕等。

专家说,对以上提到的各种可控外因进行防范,坚持养成科学的生活、工作习惯,对预防治疗颈椎病大有好处。如果发现类似颈椎病的症状,要立即到专科医院进行检查,以免延误病情,造成更严重的后果。

专家表示,治疗颈椎病的方法主要有保守和手术两类。通过保守治疗效果不明显的,应考虑手术治疗。但是,传统手术需要开刀,伤口大,风险大,术后易复发,一般不主张采用。现代微创技术无需开刀,揭开了治疗颈椎病的新篇章。

据了解,以微创骨科为特色的北京长庚医院吸纳国内外微创技术之精髓,所开展的微创技术具有创口小,治疗更安全,无痛苦,康复快,不易复发,无并发症等优势,深得各地颈、腰椎患者的追捧。



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

全国颈、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

北京医疗行业诚信文明、百姓放心医院

健康热线: 88296363
地址: 古城南里8号(爱智男科对面)