

京源学校

80余名党员学习新党章

本报讯(通讯员 徐继伟)日前,京源学校党总支组织中学部80余名党员集中学习了“十八大”新党章。

大家一起回顾了党章的基本概念、地位和作用,温习了中国共产党建党以来的历届党章及其修订的主要内容和时代背景。同时,重点学习了十八大对党章进行的6方面修改:与时俱进地把科学发展观列入党的指导思想,在党章中完整表述“中国特色社会主义制度”理论体系,把“生态文明建设”纳入中国特色社会主义事业总体布局,增写了党的纯洁性建设等。具体讲解了新党章对党员、党的干部和党的基层组织提出的新要求,从党员修养、组织建设、治国理政三个层次强调了学习新党章的重要性,以及要读原文、理论联系实际等15项学习中注意的问题。

随后,通过提问、小组讨论等形式开展互动,营造了积极、活跃的学习氛围。

●日前,京源学校初二年级近300名少先队员来到八宝山革命公墓任弼时广场举行了离队建团仪式。 李伟

古中学生与西班牙友好校学生

互动交流“面对面”

本报讯 日前,古城中学西班牙语班的学生们参加了一个不同寻常的活动——在西语教室与塞维利亚特里阿纳中学的同龄学生们进行了一场远程视频交流。

活动中,同学们充分利用自己掌握的西语语言,大胆提问、积极回答远方朋友的问题。宽松的学习交流氛围,感染了每一位同学,调动了同学们的积极参与热情,让大家都说出自己所感兴趣的问题,同时还能利用自己所掌握的知识,为朋友解惑。

工作人员介绍,在今年1月,古城中学与塞维利亚特里阿纳中学建立了友好合作关系,签订了协议。半年多来,两所中学之间互相学习,共同成长。除了此次视频活动,两校还搭建了网络平台,实行共享资源。 苏琳



图为两校学生正在通过视频进行互动交流。

京源教职工和子女共庆“六一”

本报讯(通讯员徐继伟)近日,京源学校在学校礼堂举办了教职工子女“六一”联欢会。

工作人员介绍,此次联欢会的主角——孩子们,他们的年龄差距较大,大的已经是初二的学生,最小的还在父母的怀抱中,但大家都通过自己的表演方式来庆祝节日。演出分多彩童年、阳光少年、梦想乐园3个篇章,30余个项目。

独唱、合唱唱出了孩子们的心声,独舞、芭蕾舞、桑巴舞跳出了孩子们的快乐,弹钢琴、扬琴、小提琴弹

出了孩子们的水平,武术、相声、京剧展现了孩子们的底蕴。丰富多彩的节目充满了童真、童趣,充分展现了孩子们的才艺和活力。

校工会负责人在联欢会上表达了对孩子们的祝福,希望他们能够健康、快乐地成长,同时也祝愿参加活动的教职工在京源工作愉快、家庭幸福。学校教职工子女“六一”联欢会每年举行一次,旨在为教职工和子女搭建一个沟通情感、展现才艺的平台,让他们在京源这个大家庭中快乐成长、幸福工作。

可持续发展课堂教学竞赛 九中参赛课获好评

本报讯 近日,北京九中5名教师参加了“石景山区可持续发展教育校长成长工作室课堂教学竞赛”,获得评委一致好评。

作为大赛分赛场,九中共呈现5节参赛课,包括英语学科郝娜老师的《War Memories》、数学学科官琪老师的《秦九韶算法》、地理学科张盛琪老师的《区域旅游资源的开发现状与规划》、语文学科潘瑞霞老师的《前赤壁赋》、生物学科贾倩老师的《生态系统的稳态与调节》,这些课程凸显了九中各学科在践行可持续发展教育模式上的探索和创新。评委一致认为,这5节课以“课前预习探究——课上自主合作探究——课后应用探究”为教学模式,体现了可持续发展教育理念,在培养学生可持续学习能力的同时,更注重情感态度价值观的培养。 唐翠萍 韦娜

●近日,对外经贸大学西语系主任李紫莹应邀来到古城中学,为西语班学生做了一次别开生面的讲座。李紫莹围绕西班牙语国家的历史、地理、文化、经济、贸易以及对外经贸大学西语专业概况及毕业就业前景展开,让同学们学到了很多平时在课本上学不到的知识。 赵伟

吸烟危害大 尽早戒烟有益健康

每年5月31日,世卫组织及各国的合作伙伴都纪念世界无烟日,突出强调与烟草使用相关的健康风险,并且倡导采取有效政策,减少烟草消费。烟草使用是全球最有可能得到预防的单一死因,目前全世界每十个成年人中就有一人因此丧命。

2013年世界无烟日的主题是:禁止烟草广告、促销和赞助。

根据《世界卫生组织烟草控制框架公约》,条约所有缔约方在公约对其生效后的五年内,要广泛禁止所有的烟草广告、促销和赞助。有证据证明,广泛禁止广告,可使开始吸烟以及继续吸烟的人数下降。统计数字表明,禁止烟草广告和赞助是减少烟草需求的最为符合成本效益的方式之一,因而是一项烟草控制“最合算干预措施”。

目标

全球烟草流行每年使近600万人丧命,其中有60多万非吸烟者因

吸入二手烟雾而失去生命。除非我们行动起来,否则到2030年时,这一流行每年将使约800多万人死去。80%以上的这类可预防死亡将发生在低收入和中等收入国家的人员中间。

世界无烟日的最终目标是:促进保护当前一代人以及未来的世代,不仅要使他们避免遭受这类破坏性健康后果,而且要避免烟草使用以及接触烟草烟雾带来的社会、环境和经济损害。

2013年活动的具体目的是:

●推动各国实施世卫组织框架公约第13条及其准则,广泛禁止烟草广告、促销和赞助,从而使更少的人染上烟习,更少的人继续使用烟草;

●促进在当地、国家和国际层面做出努力,抵制烟草业破坏控烟的行为,特别是烟草业对广泛禁止烟草广告、促销和赞助加以拖延或者阻止的行为。

吸烟对健康有哪些危害

吸烟减少寿命:提到吸烟的危害,我们不得不谈就是寿命,根据有些调查显示,平均每吸一支烟会缩短11分钟的生命,当然这个数字不一定准确,但是有一点可以肯定的是,不吸烟者比吸烟者要长寿。

吸烟影响睡眠质量:根据德国科学家的一项最新调查表明,吸烟的人睡眠时间比不吸烟的人要少,并且睡眠质量也较差。其中尼古丁是影响睡眠的罪魁祸首,睡眠质量差不仅会让人在清醒后精神状态差,一些研究还显示,如果习惯性睡眠质量差,还会产生肥胖、糖尿病、心脏病等健康问题。

吸烟影响生育功能:据研究调查表明,长期吸烟者的精子受精能力较不吸烟者下降了75%。罪魁祸首仍然是香烟中的尼古丁,因为精子可以识别尼古丁,并对它产生反应。长期吸烟使得人精子中尼古丁受体超载,从而使得受精的能力

下降。

吸烟增加流产危险:孕妇吸烟不仅危害自己的健康,同时还可能对肚子里胎儿造成伤害,香烟中所含的烟碱和尼古丁会造成全身血管病变,子宫血管因此受累。吸烟使怀孕早期容易发生流产,到中期发生怀孕期间最危险的并发症之一——妊高症。

吸烟导致肺部疾病:吸烟是慢性支气管炎、肺气肿和慢性气道阻塞的主要诱因之一。吸烟可引起中央性及外周性气道、肺泡及毛细血管结构及功能发生改变,同时对肺的免疫系统产生影响,从而导致肺部疾病的产生。

吸烟诱发心血管疾病:吸烟不仅会诱发肺部疾病,同时也会诱发心血管疾病。据研究表明吸烟者的冠心病、高血压病、脑血管病及周围血管病的发病率明显高于不吸烟者,吸烟诱发心血管疾病的发病机理则主要是吸烟使血管内皮功能紊乱,血栓生成增加,炎症反应加强及氧化修饰。

吸烟导致骨质疏松:吸烟不仅会导致骨质疏松?很多吸烟者可能

会有如此疑问,吸烟确实能够导致骨质疏松,其原理是烟草中的尼古丁可影响钙的吸收,烟碱抑制成骨细胞,刺激破骨细胞的活性等,其他暂且不说,单单是钙摄入不足就会让一部分骨钙释放入血以维持正常的血钙水平。如此,就会使骨密度降低,引发骨质疏松。

吸烟致癌:吸烟致癌已经是一件公认的事实,吸烟不但是肺癌的重要致病因素之一(吸烟者患肺癌的危险性是不吸烟者的13倍),同时,吸烟与唇癌、舌癌、口腔癌、食道癌、胃癌、结肠癌、胰腺癌、肾癌和子宫颈癌的发生都有一定关系。研究表明,烟雾中的致癌物质还能通过胎盘影响胎儿,致使其子代的癌症发病率显著增高。 区疾控中心



北京市石景山区业余大学 2013年成人高考辅导班 开班日期 6月23日 石景山区业余大学院内1号楼102室招生处 (石景山区八角北路51号院) 68821102

因公司发展需要,现面向社会诚聘 广告业务员 设计师 广告业务员:若干名,年龄20—45岁,高中以上学历,性别不限。工作范围主要在本区。 设计师:熟练3D MAX、Photoshop、CAD等软件;可以使用3D MAX软件快速建立模型,会V-Ray渲染器;熟练平面广告设计。 联系电话:010-51667918 邮箱:bj2008abc@126.com

天山陵园 青山栖忠骨 绿水伴英魂 天山陵园位于门头沟军庄镇风景秀丽的西山脚下,乘961路公交车在西杨坨站下车即可。 电话:60810732 八宝山服务站:88258687