

心系贫困母亲 弘扬志愿精神

本报讯(通讯员沈志湘)在纪念“三八”国际劳动妇女节104周年之际,为了更好地宣传人口和计划生育政策,活跃社区人口计生宣传教育工作气氛,八宝山街道近日开展了丰富多彩的活动庆祝“三八”国际劳动妇女节。

伴随着铿锵有力的锣鼓,“心系贫困母亲,弘扬志愿精神”大型爱心义卖、捐赠活动在八宝山街道四季园文化广场举行。此次活动围绕“践行北京精神,弘扬志愿精神、传承雷锋精神”这一活动主题,结合三八妇女节,将义卖的善款与物品捐赠给社

区的贫困母亲,为她们排忧解难,提供救助帮扶。通过志愿服务活动引领社会各领域志愿者积极投身到帮贫助学、维护稳定等志愿服务活动中来,发挥志愿者作用,提升志愿服务水平,为维护社会稳定、经济社会发展和和谐社会建设贡献力量。

活动自筹备以来,得到了社会各界的积极参与,街道领导干部、社区居民们纷纷将自家的生活用品捐出参与义卖。本次义卖物品共有100余件,包括工艺品、电子产品、小家电、日用品、衣物与家纺产品5大类,总价值2万余元。在短短的一个多小

时里,活动共吸引了300多名志愿者积极参与,共募集善款2000多元,现场捐赠给了4位贫困母亲,其余物品也将陆续捐出。

当日除了义卖活动外,还举办了丰富多彩学雷锋志愿者服务活动:街道联合地区工商、司法、税务、公安、城管等部门开展普法宣传、咨询活动;社保所开展用人单位现场招聘会;社区医院为居民进行健康义诊;志愿者为居民义务修车、理发等等。



感人故事系列(二)

平凡中的感动

李俊红现任金顶街道办事处妇联主席。她以身作则带领大家共同关注妇女儿童民生,解决社会问题。作为妇联主席,她用自己的爱心帮助困难家庭和弱勢儿童。

每年的春节走访慰问活动是妇联一项非常重要的工作。2014年妇联春节慰问又多了一个新群体——0~12个月的贫困家庭的婴幼儿。金顶街道有一户贫困婴儿住在模式口西里北社区的山顶上。模式口西里小区地理位置比较特殊,它建在一座小山上,被蜿蜒而上的盘山路包围,如果不熟悉这里的地形,很容易迷路。骑自行车几乎是骑不到山顶的,如果步行从山下到山顶要半个小时左右。为了能够及时把党和政府及妇联组织的温暖送到贫困婴儿家中,她用自己的小自行车载着一箱子的奶粉及蛋黄粉等,先从办事处骑车到山脚下的小区门口,再推着自行车上山。当她把慰问品送到孩子父母的手中时,那对初为父母的夫妻眼中湿润了,他们深深地被李俊红的行为所感动。

作为一名公务员,李俊红把自己生活中大部分的时间奉献在妇联这方小小的舞台上。作为一名女性,她是妇女们的领头羊,是姐妹们的娘家人,为大家排忧解难,在平凡中凸显有为。作为一名共产党员,她在平凡的岗位上,体现了自己的人生价值,赢得了大家的尊重,以她的执着、坚毅和真诚,谱写了一曲绚丽的人生之歌。

丁玲



区质监局加强消防安全培训

本报讯(通讯员周开国)近日,区质监局请北京永安防火培训中心主任宋晓龙,为全局干部职工开展了一场消防安全知识培训,进一步强化干部职工消防安全意识,扎实做好“两会”期间防火安全工作,提高火灾应对防范能力。

此次培训主要是为了向干部职工普及消防知识、提高消防意识。宋晓龙讲述了消防工具应当如何使用、火灾自救的方式方法,通过对视频、案例深刻阐述和剖析,让培训人员进一步了解“火灾无情、预防先行”的道理。

通过培训,大家在思想上受到了极大的震撼,进一步强化了人员安全责任意识,增强了消防安全防范意识,为“两会”的消防安全工作提供了安全保障。活动达到了预期的目的,营造了良好的安全氛围,奠定了消防安全工作基础。

老山街道多措并举解读新政 “单独二胎”政策走进千家万户

本报讯(通讯员张芳)近日,老山街道计生办多措并举,开展形式多样的宣传工作,确保北京市出台的“单独二胎”政策宣传到位。

一是举办“单独二胎”政策学习培训班。街道计生办召开社区专干紧急工作会,组织专干针对“单独二胎”政策进行学习,以计生专干为小教员,对各社区计生宣传员进行宣读、培训,实现计生宣传员队伍全部能够正确解读新政的工作目标,全面落实区人口计生委提出的工作要求。

二是以社区计生协会为平台,在居民中开展宣传活动。社区计生宣传员纠正了部分居民的“放开单独二胎,放松计生工作”的错误认识,宣讲“单独二胎”政策的放开,是本市调整完善

生育政策的重要部署,是改善人口结构,提升家庭发展能力的具体体现,我们将一如既往地坚决贯彻计划生育这一基本国策。

三是以第51个学雷锋日为契机,举办“学雷锋计生宣传活动”,详细宣讲“单独二胎”新政。

此次活动中,计生办工作人员现场悬挂横幅,设置宣传服务台进行宣传,向过往居民发放计生宣传资料、测量血压、免费提供避孕药具,现场解答群众提出的关于人口计生政策法规,特别是针对本市“单独二胎”相关政策的咨询。活动中,共发放计生宣传资料800余份,避孕药具4000支,解答群众咨询80余人次。为本地区“单独二胎”政策的推行营造了良好的氛围。

秘魔崖上的食客

常听前辈们说,八大处的佛很灵,所以第一次造访的目的也就未能免俗。记得那是2009年,我和朋友从城北的北沙滩乘坐公交车几经辗转来到西山。正值金秋十月,从缆车上观看点缀在五颜六色的高大树木和植被当中的庙宇殿堂静谧安详,心思也跟着沉静下来。后来去的几趟,都是恰巧赶上正月十五。慢慢的,正月十五逛八大处就成了一个传统节目被保留了下来。

今年正月十五的八大处因举办庙会,比往日多了一些喧闹,欢声笑语掩盖了冬的萧条。但这仅仅是在低矮处。随着海拔的增加,人流也会变得相对稀少些。记得有一年,正好赶上佛牙舍利的开放日,绕塔的人把舍利塔围了个水泄不通。看到众人虔诚拜佛的架势,我只能远远地站着,同时自叹弗如。

我走进八大处公园,没有仔细欣赏庙会的小吃和墙壁上的图片。只在灯笼长廊停留片刻,就径直踏着点点余雪,向八处走去。

来的次数多了,摩崖谷和证果寺成了我的最爱。刻在岩壁上的佛像古朴自然,吸收日月精华的参天大树枝蔓交错,进出殿堂的流浪猫们也仿佛参透了佛法,步态慵懒轻盈。虽然极其反感冯导在《私人订制》中向大自然道歉的情节,但在现实生活中,无论是经年古树还是渺小得叫不出名的野草,哪一个不是值得我们尊敬的呢?

来第八处的人不多,大概是因为和前面七处不在一座山上的缘故,很多人登上第七处最高峰就直接下山回家了。一路上,众人各取所需各路菩萨拜下来,主管钱财的、事业的、婚姻的、学业的等等,有菩萨的庇佑,估计一年中都会内心充盈美好,这就是宗教信仰的力量吧。据说“参谋”、“副官”、“秘书”、“政务”、“军务”、“军医”、“军需”、“军法”加在一起也称八大处,是从过去司令部的幕僚机构演变来的。提到幕僚,现代人的参佛悟道何尝不是让佛给自己

当了一把幕僚呢。

想起了自己上大学那会儿,老师带着我们组织春游,参观寺庙。我是拒绝进入的,他们进去拜,我一个人留在外面等。要么成为一个虔诚的佛教徒,要么不信仰。在信佛这件事上,我没有办法让自己折中。回想起十五年前的自己,确实比现在要刻薄得多。言归正传,近几年在庙里,都是男女敬香、募捐、拜佛,我从旁边看着,也会迈入殿堂,看细碎的阳光照在彩色地垫上,温暖明媚;看端坐在案台上的佛像,慈祥睿智;看芸芸众生双手合十的万千神态,或阴或晴。偶尔,会和佛祖相视一笑,耳边传来一句:大胆猴头,为何见佛不拜?我在心里回答:我用我的方式拜过了。

佛的心胸宽宏无比,怎会和我们凡人计较形式?我曾经戏言称,如果自己是和尚,也是类似于济公那样的和尚,酒肉穿肠过,佛祖心中留。想通了这一点,我便不必带着信仰踏进来,也能够怡然自得地在这里看风景、看众生百态。说到底,我更愿意自己给自己当幕僚,每年选一天在秘魔崖上静坐,回想过去一年里的自己,劝服自己或者和自己言和。

第八处真的是一处静谧之所,完全符合我的预期。择一处有暖阳的长椅坐下,翻开布袋开始喂猫,一只,两只,三只……远处的石头上,清晰地刻着“秘魔崖”三个字,让人顿时觉得这里是远离纷繁的世外桃源。任由灵光寺那里人头攒动、香火弥漫,这里却一点嘈杂都听不到。

人们都在用自己的方式修炼自己,关键是找到适合自己的方式。第八处上的流浪猫并不是贪吃的食客,经年的熏陶,它们早就把自己操练成无欲无求的模样。或许再过几年,我也能修成正果,从第八处走到喧闹的人间烟火中,也能处乱不惊,心思笃定。

津沙



耳鸣不治疗会耳聋吗

耳聋耳鸣,听力下降不可避免

耳鸣是听觉功能紊乱所致的一种常见症状,几乎每个人均有生理性耳鸣的感受,超过生理限度者成为症状。传导性耳聋的病人耳鸣为低音调如机器轰鸣;感音神经性聋的耳鸣多为高音调如蝉鸣。一些耳部相邻组织病变均可引起耳鸣,尚有一些耳鸣目前查不出实质性病变的依据,常与过度疲劳或情绪激动有关。

耳聋可能是一种独特的疾病,也可能是许多外耳,中耳,内耳疾病,以及邻近器官或全身疾病在听觉系统的表现反映或症状。耳聋常伴有不同程度耳鸣,并可伴有听觉过敏现象,即对突然出现的过响的现象不能耐受,听力检查有重振现象,其对响度增加的感受大于正常耳。

耳鸣不治变耳聋

俗话说“久鸣必聋”,调查显示:55%的耳鸣病人都担心耳朵变聋!中医认为“聋为鸣之渐,鸣为

聋之始”,明确指出耳鸣导致听力下降甚至耳聋!现代医学研究证实:80%以上的耳鸣患者伴有听力下降,虽然少数患者表示没有听力下降,但是经过高频测听还是发现不同程度的听力损失,这就说明:一旦耳鸣,就意味着听力就会下降!进一步的研究证实:长年累月的耳鸣,使听觉系统长期处在工作状态,久而久之,听力就会出现听力疲劳,发生退行性的损伤,导致听力下降!所以,一定要尽快尽早治好耳鸣,防止出现听力下降,甚至耳聋!

耳鸣耳鸣应及时治疗

长庚医院耳鼻喉专家介绍,治疗耳鸣,首先要查明究竟属于哪种原因引起,然后根据具体情况处理。耳部疾病引起的耳鸣要积极治疗耳部原发疾病。全身性疾病引起的耳鸣要同时进行全身性疾病治疗,以期消除耳鸣,恢复听力。一旦患有耳聋耳鸣,应及时到专业医院就诊,积极治疗,以免耽误最佳治疗时机。健康咨询热线:010-68869751

北京长庚医院健康教育知识普及
咨询热线:010-68869751