

工作能手传帮带“诸葛会”上授经验

本报讯(通讯员高慧)日前,八角街道召开了一场“特殊”的会议——群众工作能手“诸葛会”。邀请社区老党员、长期做群众工作的社区书记、主任和街道有经验的老科长代表为街道的党员干部和新录入机关、社区工作人员近120人传授了“如何做好群众工作”的宝贵经验和方法。

座谈会上,各位群众工作能手所谈的话题涉及到社区工作的方

方面,突出表现在如何化解各方矛盾,维护好群众利益方面。同时,大家纷纷从小区内施工扰民、私搭乱建、老旧小区园林绿化不到位等居民反映较多的问题入手,倾囊相授自己的解决之道,为大家指点迷津。“社区工作不是仅仅依靠社区几名干部就能做好的,更多的是要依靠群众自身的力量,我们的经验是从群众中寻找群众的‘领袖’。”八角南路社区党委书记毛亚

静在新时期应该运用什么样的方法才能在社区里更好地开展好群众工作,推动社区的发展方面向大家介绍道:“开展好群众工作,需从思想上重视群众,情感上亲近群众,工作上依靠群众。”

2013年新入职的社区工作代表徐玲畅谈了自己的感想:“听了各位老师的讲课受益匪浅,在实际工作中,应多向老同志学习,严格要求自己,提高自身的修养,从小

事出发,踏踏实实为居民服务。”“心中想着群众、干事依靠群众、维权保护群众、真情融入群众、法制教育群众”,这是街道党工委书记陈婷婷对社区群众工作能手们的真情流露。“今后,我们要通过向群众学习、向理论学习、向实践学习,改正我们身上的‘四风’问题,达到区委提出的‘四大一满意’目标,通过教育实践活动把精神家园建设转化为民生家园建设的成果。”

五里坨街道

领导干部下社区征求意见

本报讯 近日,在开展群众路线教育实践活动中,五里坨街道本着开门办活动的原则,让街道领导干部深入群众面对面交流,了解实际情况,特别是广泛征求了基层党员群众对街道班子的意见建议。

在西街社区,针对社区居委会干部提出的办公用品问题,韩冰表示一定会和相关部门加紧沟通联系,争取在6月份之前解决;针对党员群众提出的文化生活不够丰富的问题,韩冰提出下一步要开展“社区好声音”、社区邻里节等系列文化活动,大力实施“五档花会”等传统文化走出战略,加大对社区文艺团队的扶持力度,推出五里坨品牌文化。

在东街社区,街道党工委副书记姜兴国和社区干部进行座谈,了解社区干部的工作、生活状况,并就“四风”问题和大家进行了讨论。

据街道相关负责人介绍,街道处级领导干部不仅要针对“四风”自查自纠,还分别在窗口部门、社区或非经济组织党组织建立了1个以上的活动联系点,通过征求意见、检查指导、调查研究、协调帮助等方式着力解决领导班子和党员领导干部“四风”突出问题、群众反映强烈的切身利益问题和联系服务群众“最后一公里”问题,推动全地区教育实践活动的顺利开展。张振颖 宋鹏

●近日,八宝山街道青年楼党支部支委在会议室组织开展了党的群众路线“官德人品大讨论”活动。大家在认真学习教育的基础上,对照好干部的“五项标准”和“四风”问题的具体表现,结合本社区实际情况及党员自身特点,展开“官德人品大讨论”。郭志彩

古城街道

社区书记讲党课

本报讯(通讯员胡梓博 周雯)“群众路线是中国共产党的优良传统和政治优势,是我们党继承和发扬的根本,也是此次我们要深入开展好以为民、务实、清廉为主要内容的党的群众路线教育实践活动的原因。”特钢社区书记赵国红在为社区党员讲党课中说道。近日,古城街道特钢社区组织社区党员和社区干部80余人参加教育实践活动学习。

授课中,赵国红结合资料和PPT,从中国革命和历史进程的高度,系统回顾了党与人民群众血肉联系的产生、发展、传承的历史;从民生情怀和共产党人情怀的角度,深刻阐述了党的群众路线的基本内涵和宗旨要求。立足当下,从现阶段开展党的群众路线教育的实际出发,阐明了做自觉践行党的群众路线好干部的基本要求。

●近日,苹果园街道邀请区委党校教研室副主任吕冀平作了一场题为《科学践行党的群众路线》的专题辅导报告。吕冀平从当前中共中央为什么特别强调群众路线、马克思主义政党的群众路线观,以及如何科学践行群众路线三个方面为大家进行辅导。魏雨婷



打造数字文化社区 丰富居民业余生活

本报讯 装备部社区是石景山区的一家数字文化社区,为满足老年人对学习电脑知识的强烈愿望,丰富他们的精神文化生活,装备部社区于日前开办了社区老年电脑培训班。电脑培训班

的第一堂课,邀请北京军区某部通讯连干部和战士进行现场指导。一对一地教老年人上网搜索、看时事新闻,第一批参加培训的居民中,年龄最大的已超过80岁,最小的也有56岁。刘钦

金顶街街道

专题辅导让教育实践活动更接地气

本报讯(通讯员王明宝)“这次专题报告主要结合基层工作,也是为了凸显教育实践活动要立足基层、贴近实际的特点。”日前,金顶街街道邀请北方工业大学党委副书记、北京市基层党建研究专家郭玉良为街道机关干部和社区工作者,围绕群众路线和基层党组织建设做专题辅导报告。

郭玉良从党的群众路线的形成与发展的历史过程开始,结合历史事实与历史典故,生动地剖析了党的群众路线的深刻历史内涵。

同时,结合街道、社区工作实际,重点详述了基层党组织坚持党的群众路线应当注重三个支撑点:一是为了群众的精神动力建设;二是加强服务群众能力的建设;三是突出基层党组织魅力的建设。

据街道相关负责人介绍,开展学习教育是教育实践活动的首要环节,街道在制定活动实施方案时就针对性地设置了集中学习、专家辅导报告、学习参观等学习形式。抓好学习教育环节,力争为教育实践活动开好头。

区残联

2014年市第七届残疾人职业技能竞赛开始报名

本报讯(通讯员刘会生 曹笛)“2014年北京市第七届残疾人职业技能竞赛即将举行,即日起开始报名,报名不设门槛,劳动年龄段(含在校学生)残疾人均可报名参赛”,区残联相关负责人说道。

该负责人表示,为展示残疾人职业技能水平和自强不息、顽强拼搏的精神风貌,搭建技能人才展示技艺技能和相互学习的交流平台,

区残联将组织我区残疾人参加竞赛。对竞赛中取得成绩的选手颁发国家职业资格证书并给予一定的奖励。有参加比赛意向的残疾人请于3月25日至4月30日到所在街道残联咨询报名。

竞赛将于5月5日至7月底举行。本次竞赛共设置5类26个竞赛工种,包含计算机类、工艺美术摄影类、商业服务类、手工制作类等。

老山街道

学好防震减灾知识 提升自救互救能力

本报讯 “还真得演练一下,好好学习学习,灾害发生时才不至于乱作一团,错失安全逃生的机会。”居民王先生说。3月21日,老山东里北社区邀请国家地震局、中国国际救援队的步兵博士为居民详细讲解了防震减灾知识、自救互救的方法。居民60余人参加了活动。

谈到关系到切身安全的防震减灾知识,步兵讲解了包括地震的基本常识、正确的避震方

式、安全的避震姿势、室内和户外避震的要点以及应对次生灾害的方法等内容。同时,呼吁大家一定要重视家庭防震减灾准备,转变陈旧错误的逃生观念,利用科学的逃生知识保障生命安全。在安全避震应急演练环节,居民按照步兵讲解示范的每一个动作进行演示,遇到不正确的地方都能够及时地得到纠正,使大家很快掌握了自救互救技能。屈宁

八宝山街道

社区居民为公园建设出谋划策

本报讯 为更好地服务辖区居民,增强公园与居民之间的联系,发挥居民主人翁的地位,八宝山街道电科院社区及邻近社区参加了北京国际雕塑公园召开的居民代表座谈会,为公园建设出谋划策。

会上,大家围绕公园景点建设、娱乐设施建设、活动创新等提出了意见建议。如将公园

内的水域充分运用,增加水上娱乐设施;增加绿植的种植面积;适当地调整淡季的闭园时间;建设时尚娱乐项目,吸引年轻游客参与等。座谈中,大家一致认为,能够面对面地在一起互相座谈交流,为公园发展出谋划策,既是居民积极参与公园民主管理的好途径,也是群众路线活动的具体落实。武海鸥

注意:腰椎病正向年轻人“靠拢”

站起身突然“腰痛”,搬运重物就“闪腰”。以前,腰椎病被认为是中老年的专利,而今却正向越来越多的年轻人“靠拢”。

从事文字、电脑工作人员及运动员最易患颈腰椎病。颈腰椎病的发病,年青人主要是因为外因,即姿势式疲劳和损伤,主要以姿势性疲劳为主。长时间同一姿势伏案工作,颈肩部腰部的肌肉一直处于紧张强直状态,血液循环不畅,极易导致颈腰椎病的发生。

北京长庚医院骨科专家介绍,腰椎病提早引发往往与繁重的劳动和不合理的运动有关,这也由于很多年轻人的生活习惯引起的。很多年轻人每天上班坐在办公室里,下班回家后对电视电脑“不离不弃”,上班下班还是坐车。最致命的是,这些坐姿也不规范,这样的生活方式,直接导致脊柱长时间的生物力学不平衡。再加上很多女性热衷于高跟鞋,殊不知这双高跟鞋正改变着脊柱的重心,影响脊柱的正常平衡。

专家指出,一般对于轻度患者,

如在早上起来后感到腰部疼痛,一段时间后症状完全缓解,这样的患者只要注意尽量不去弯腰干活儿,多注意休息、静卧,再配合一些治疗可缓解病症。但对于中度或重度患者,如起床后活动一段时间后,腰部疼痛仍无法缓解的患者,且腿部感到疼痛的,就应引起高度重视了。

平时我们该怎样预防呢?专家提醒说,腰椎病患者平时要注意腰部保暖,打喷嚏、咳嗽时,可将膝盖、髋关节稍微弯曲,避免腰椎受伤;不宜久坐,因为坐位对腰椎间盘的压力是最大的,腰椎疾病患者可多做腰背肌锻炼,例如仰卧位拱桥式腰背肌锻炼,可仰卧屈膝,用头部、双肘及双足作为支重点,撑起背部、腰部、臀部及下肢,至患者认为最高度后放下,再撑起。又如背伸肌锻炼:患者俯卧位,头、颈、胸及双下肢同时抬高,两臂后伸,仅腹部着床,身体呈反弓形;注意保持正确的站姿、坐姿、睡姿;不要经常跷二郎腿等。

北京长庚医院健康教育知识普及