

# 关心帮助残疾人 实现美好中国梦



你我同行共筑梦想文艺演出。

## 文化活动展风貌

开展“你我同行 共筑梦想”残疾人文艺汇演。在各街道残疾人文化团队广泛活动基础上,在区广电中心、文委的大力帮助下,通过选拔、指导、调演,组织了一台我区残疾人高水平文艺汇演。

在残疾人特殊的节日里,通过文艺汇演,展示残疾人的自强不息,顽强拼搏的精神风貌,进一步弘扬中华民族扶弱助残的传统美德,营造良好的扶残助残社会氛围。

## 法律维权强意识

开展了“法律政策进万家”活动。充分发挥各残疾人协会组织作用,针对各类残疾人不同的法律政策需求,支持区聋协、盲协等开展了本类别残疾人“法律知识讲堂”,邀请律师、专家,对残疾人及家庭关心、关注的法律问题进行讲解。下一步,将在此学习基础上,开展全区残疾人法律知识竞赛活动。通过讲座和竞赛,使残疾朋友知法、守法,不断增强他们依法维权的意识。

## 康复帮扶人性化

开展了“健康你我”康复系列活动。聘请辅具研究专家为残疾人进行康复知识讲座,预防残疾程度的加重;组织北康医生走进残疾人家庭,为残疾人指导康复活动。

5月18日,在鲁谷社区半月园广场开展了“假如我是残疾人”的模拟体验活动,呼吁更多健全人能够了解残疾人,在残疾朋友有需求时,能够帮助残疾人等。



残疾人专场招聘会促残疾人就业。



残疾人制作的手工艺品受追捧。



区政协委员慰问残疾人。

今年,区残联以全国第24个助残日为契机,结合深入开展群众路线教育实践活动,紧紧围绕“关心帮助残疾人,实现美好中国梦”主题,从“为残疾人办实事、解难题、出实效”出发,协调相关单位开展了就业指导、康复帮扶、志愿服务、法律维权、社会保障、文化活动等六个方面的扶残助残系列活动,在全区营造起了理解、尊重、关爱、帮助残疾人的良好社会氛围。

●刘会生 袁东升

## 就业指导迈大步

区残联与区人保局、致公党、物美集团和各街道一起,开展了“献出一份爱,关爱身边人”为主题促进残疾人就业的系列活动。

在盛景国际广场举办了残疾人职业康复劳动作品展卖会,展示了残疾人自强不息的精神风貌;物美集团助残日期间,连续一周就部分商品向残疾朋友优惠出售,进一步弘扬人道主义精神;举办了残疾人专场招聘会,大中电器、物美集团等24家企业参加招聘会,为残疾人提供理货、销售、文秘、客服、技术管理等近342个招聘职位,应聘残疾人121人,其中90人与企业达成用工意向。5月12日,北京市石景山区职康残疾人服务社揭牌成立。利用此平台,残疾人加工制作的劳动产品走向市场,实现残疾人价值。



职康残疾人服务社开业。

## 志愿服务更贴心

开展了志愿服务“进千家”活动。为了更好地为残疾朋友服务,对200余名志愿者进行了专门培训;制作了志愿者连心卡,实行了实名制“一帮一”结对,组织志愿者走进残疾人家庭开展帮扶服务。同时,建立了心理咨询、法律咨询志愿服务队,对残疾人提供更专业的心理疏导和法律咨询。通过活动的开展,不仅使志愿者全视角了解残疾人、全方位体验残疾人生活,使志愿服务更用心、更贴心,而且,残疾人也更多地感受到来自社会大家庭的温暖。

另外,为了使更多的爱心人士长期关心、支持我区残疾人事业,我们还进行了首批“石景山区残疾人事业爱心大使”推荐活动,通过各街道残联推荐,区残联统筹,初步评出了首批10名爱心大使,来自我区的方方面面,区领导向他们颁发了聘书。

## 社会保障全覆盖

开展了“把温暖送进残疾人家庭”的走访慰问活动。购买了夏凉被、油等30余万元的慰问品,走访慰问了1500余户困难残疾人家庭。同时,结合深入开展群众路线教育实践活动,组织残联机关干部走访慰问了结对帮扶对子(每人2个残疾人家庭),进一步密切了残联干部与残疾人间的关系。

同时,区政协委员专门走访了2户残疾朋友,并送去慰问金和慰问品。区人大常务副主任付生柱、副主任李燕,区政协副主席刘建国分别对结对帮扶对子进行了走访慰问,使残疾人感受到党和政府的关怀和温暖。

## 远离烟草 远离危害

吸烟会引起许多疾病,吸烟的人患一些疾病的危险性要比不吸烟的人高得多。这是因为吸烟对身体的许多系统都有不利影响,特别是对呼吸系统和循环系统的影响最直接、最大。

吸烟的一般危害主要有以下几个方面:

### (1)呼吸系统

吸烟可使肺功能受损,痰液及有毒物质不能排出,细菌容易繁殖。长期刺激下,形成慢性支气管炎和慢性呼吸道阻塞,进一步可发展肺气肿。吸烟的人患慢性阻塞性肺部疾病(如支气管炎、肺气肿)的危险性比不吸烟者高4~8倍。烟焦油内大量的致癌物附着在呼吸道,长期刺激下还会引起呼吸道器官的癌症,如肺癌、喉癌等。吸烟者患肺癌的危险性比不吸烟的人高10~20倍,患喉癌的危险性高6~10倍。

### (2)循环系统

香烟中的尼古丁可使心率增快,同时收缩血管,使血压升高。长期吸烟会使血管一直处于收缩状态,导致动脉硬化、血管壁弹性减弱。当营养脑细胞的动脉出现动脉硬化时,可诱发脑血管破裂出血,管腔变窄,甚至脑血栓形成和脑栓塞,从而导致“脑中风”;当营养心肌的冠状动脉硬化时,心肌得到的氧供应减少,心肌细胞发生变性坏死,从而导致“冠心病”。吸烟的人患心脑血管疾病(如高血压、冠心病、动脉硬化、脑溢血等)的危险性比不吸烟的人要高出2~3.6倍。

### (3)消化系统

尼古丁刺激胃酸分泌,刺激胃黏膜血管收缩,造成胃黏膜血液循环流量减少,使胃黏膜的营养状况受到影响,降低胃黏膜的抗病能力,吸烟者患胃溃疡的危险性比不吸烟者高3~7倍,患胃炎的危险性高2倍,患胃癌的危险性高3~4倍。

### (4)口腔

吸烟产生的烟雾及烟焦油首先在口腔内存留,其中所含的一些致癌物质和促癌物质如苯并芘、苯酚等会刺激口腔黏膜引起黏膜炎性增生,形成黏膜白色水肿,久之则形成白色角化斑。如继续受到烟雾及烟焦油的刺激,则进一步引起黏膜增生与角化形成烟白斑,而3%~5%的白斑病人会发生癌变导致口腔癌。

区疾控中心供稿



区疾病预防控制中心协办

粽飘香 舞端阳

祝全区人民 快乐

端午节 DUAN WU JIE KUAI LE

《石景山报》编辑部 石景山宣传网 北京快行道广告有限公司