

我区扎实推进新一轮精神文明创建工作

本报讯(记者郭伟)6月25日,我区召开区文明委全体会,会议对首都文明委新一轮创建工作动员部署会议精神和我区创建工作的总体计划进行了汇报。区委副书记吴克瑞,区委常委、区委宣传部部长王文光,区人大常委会副主任付生柱,副区长刘亚泉,政协副主席司尚国以及区精神文明建设委员会组成人员参加会议。

会议对《关于进一步加强精神文明创建工作的意见》和《关于迎接首都文明区县评选复查的实施方案》、《关于创建文明单位工作实施方案》和《关于创建文明社区工作实施方案》进行了审议。会议要求,各成员单位要积极部署,加强落实,全面推动我区的精神文明创建工作,为迎接首都文明区县复查、实现我区2014年步入首都文明示范区、争创全国文明城区打下坚实的基础。

区委副书记吴克瑞在讲话中谈到,如何做好工作,提出了三点意见,一是提高认识,增强精神文明创建工作的紧迫感。二是强化措施,切实抓好创建工作的落实。三是完善机制,加强对精神文明创建工作的领导。通过新一轮的文明创建工作,进一步捋顺我区的精神文明创建体制,提升全区各单位对精神文明创建工作的重要性。提升我区的市民素质,城市管理和公共服务。各成员单位要切实发挥好带头作用,切实担负起职责,为我区新一轮的精神文明创建工作贡献力量。

五里坨污水处理厂将补水永定河

本报讯(记者宋光镇)近日,我区环保部门完成了对五里坨污水处理厂进、出水口在线监测的初验,实现化学需氧量、氨氮、酸碱度、流量在线监测,获得24小时连续在线水质监测数据。待市相关部门进行再次检验和项目验收后,五里坨污水处理厂将正式运行。

区有关负责人告诉记者,五里坨污水处理厂是本市规划的15座污水处理厂站之一,作为石景山西部地区唯一的大型污水处理厂,五里坨污水处理厂试运行一年以来,承担了西部地区的污水处理工作。据统计,上月污水处理

厂的日处理量为1.8万立方米,约满足9万人的生活用水排放量。处理厂的出水排入高井沟,最终进入永定河。

过去,五里坨地区并没有大型污水处理厂,污水问题一直影响着周边百姓的生活。“大家以前管这里叫高井臭沟,一到夏天臭味飘得哪儿都是。”高井路10号楼的居民告诉记者,以前企业和居民把工业废水和生活污水未经处理直接排放,导致高井沟河水变黑、垃圾漂浮。

去年,我区经过对高井沟的沿途调查发

现,随着五里坨污水处理厂及配套污水主干管的铺设,我区西部地区的污水应全部进入市政管道。但部分地区,包括高井沟沿线的污水口仍有污水源直接排入沟道内。我区通过铺设管线2685米,检查井95座,将污水口全部纳入市政干管,收集进入污水处理厂统一处理并消纳,同时对五里坨污水处理厂进、出水口实现在线监测,对化学需氧量、氨氮、酸碱度、流量等数据进行实时监测掌控,经处理达标后的水才可排放。如今,站在高井沟边就可以看到,河水已清亮很多,恶臭再也闻不到了。



图为颁奖晚会中参演嘉宾正在表演诗朗诵《青春中国》

第二届“放飞梦想”北京诗歌朗诵大赛在我区成功举办

我的中国梦 欢乐新北京

本报讯(记者张立臣)6月21日,“我的中国梦,欢乐新北京”——第二届“放飞梦想”北京诗歌朗诵大赛决赛在石景山区广电中心举行。我区满运杰朗诵的《同样天空同样精彩》等荣获成人组一等奖,由石景山区文委选送、木钉创作的诗歌《我是一个音符》荣获原创作品一等奖。市广播电影电视管理局副局长丁百之,区委常委、区委宣传部部长王文光,区人大常委会副主任付生柱,副区长杨东起,区政协副主席司尚国参加活动,并为获奖选手和单位颁奖。

本次大赛以“我的中国梦,欢乐新北京”为主题,旨在通过诗歌朗诵的艺术形式,丰富群众文化生活,促进首都文化繁荣发展。作为全市一项重点文化活动和石景山区第31届“古城之春”艺术节的重要组成部分,赛事得到市级文化部门、各区县的高度关注和支持。

本次活动由市文化局、市文联、石景山区人民政府联合主办,北京文化艺术活动中心、中共石景山区委宣传部、区文化委、区文联、区广电中心共同承办。赵忠祥、方明、王静、徐松子、徐涛、姚科、欧震、海霞等朗诵艺术专家担任评委。

“古城之春”文艺展演精彩纷呈

本报讯(通讯员刘占国)近日,古城街道第三十一届“古城之春”艺术节文艺展演活动在首钢影剧院隆重举办。近千名社区居民观看了来自自己的文艺爱好者的演出。

本届展演活动的主题是“颂歌献给党”。由古城映山红舞蹈队和小百合艺术团联合表演的舞蹈《国家》为演出拉开了序幕。接着南路东社区党支部书记孙爱琴表演了女生独唱《天亮了》,在观众的热烈掌声中孙爱琴再次返场演唱了《自己美》,将演出推向高潮,随后

的舞蹈《快乐在一起》、男生独唱《牵挂》、诗朗诵《感恩生命 追逐梦想》、快板《梦想与行动》、双人舞蹈《鸿雁》、女生独唱《老师老师我想你》、舞蹈《中国范儿》、大合唱《中国梦》《致祖国》。每个节目都有较高的艺术水准,精彩纷呈,掌声热烈。

通过展演,充分展示了古城街道文化建设的成果。不仅让广大居民得到了较高的艺术享受,而且让广大居民增加了热爱党、热爱社区、热爱当今的美好生活的情感。

增强档案意识 规范档案工作

本报讯(通讯员曹蕊)“机关、团体、企事业单位和其他组织必须按照国家规定,定期向档案馆移交档案。”日前,为深入学习、宣传、贯彻《中华人民共和国档案法》,增强全体员工档案意识和档案法制观念,进一步提高我单位依法治档、依法管理档案的水平,老山街道组织80多名机关工作人员积极开展了档案法宣传活动。

通过宣传,加强了三方面工作,一是学习“法”,以“法”为标准。向街道工作人员宣传档案工作,介绍《中华人民共和国档案法》、《中华人民共和国档案法实施办法》等相关文件。二是通过活动强化学习“法”。街道组织

科室人员进行档案法律法规知识答题活动,以知识答题形式提高街道工作人员自觉遵守档案法律法规的自觉性。三是理论联系实际,发挥“法”的作用。明确档案管理工作职责,使档案管理工作真正做到管理有法、执行有章。

通过此次学习,宣传《中华人民共和国档案法》,进一步提高全体工作人员的档案意识,增强档案法制观念,依法做好档案工作,不断推进单位档案工作的规范化、制度化、科学化,使每一位工作人员都能了解档案法律法规知识,以规范的行为充分保证档案的安全和有效利用,提升广大档案工作者工作水平。

夏季预防颈腰椎病 三类人群需警惕

最近一段时间,北京接二连三的下雨,早晚天气有点转凉,到医院求治颈、腰椎病的人也就明显增多了。不少有颈、腰病史的患者诉说,到了夏天,感觉颈、腰部活动利索了很多,以为病好转了,谁知天气稍微有点凉,这老毛病又犯了,并且比原来还重,不知是什么原因?

北京长庚医院骨科专家表示,颈、腰椎病是由于气滞血淤,风、湿、寒入侵所致。夏天气温高,没有风、湿、寒等外在诱因,会暂时没有症状或症状减轻。但是,如果因为症状减轻而放松警惕,只要一遇诱因,颈、腰椎病就会变本加厉发作。因此,夏季千万不能忽视腰椎病的防治,尤其是重体力劳动、白领、司机这三类人群。

一、重体力劳动,对人体颈腰椎牵引力度大。夏季,白天时间长,夜间时间短,睡眠不怎么充足,干活体能消耗较大,容易引发颈、腰椎病。重体力劳动者,夏季要保持睡眠充足,合理饮食,提高体能,避免长时间、高强度疲

劳作业。收工后,不要立即用凉水冲澡,防止脊柱在突然的刺激下引发颈腰椎病。

二、设计、编辑、会计、教师等白领族,由于长期保持固定姿势,缺乏锻炼,颈、腰肌肉相对无力。尤其在夏季,在室内开着空调如过“冬天”,下班后到室外又过“夏天”,冷热交替反差大,极易加速椎体退行性病变,导致颈、腰椎病高发。白领族要注意不要把空调开得太低,上班期间应适时活动一下颈、腰椎,避免久坐,下班后可参加一些体育活动。

三、司机开车长期久坐,加上车身颠簸,易导致颈、腰椎损伤。夏季,如果再把车内温度开的很低,对经常劳累的脊柱伤害会更大。建议司机夏季出行途中,多开车窗换新鲜空气,尽量少开空调。

专家说,夏天阳气最为旺盛,也是人体阳气的巅峰期,出现颈、腰椎病的患者若选择在夏季进行对症治疗,会起到事半功倍的效果。

石景山区未来一周天气预报

预计石景山区未来一周内天气以多云为主,有一次雷阵雨天气过程,请注意防雷防风和短时大风。具体预报如下:

- 6月26日(周四):多云转阴,31~23℃;
- 6月27日(周五):晴转多云,31~21℃;
- 6月28日(周六):晴间多云,34~23℃;
- 6月29日(周日):晴转多云,34~23℃;
- 6月30日(周一):多云,32~24℃;
- 7月1日(周二):多云转阴,31~22℃;
- 7月2日(周三):阴有雷阵雨,29~21℃。

敬请关注本区最新天气预报。

北京市石景山区气象台2014年6月25日11时发布



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363