

八角街道列出清单 集中力量打好整改环节第一仗

整改落实是党的群众路线教育实践活动的决定性环节。如何做到“言必信、行必果”？如何检验作风建设的成效？如何赢得群众的认可和满意？根据区委教育实践活动领导小组的统一部署，八角街道摒弃“闯关思想”，以“钉钉子”精神和决心，抓住“言必信、行必果”关键，制定了《八角街道领导班子整改方案》，并从群众最关心、反映最强烈、与群众利益最密切的突出问题入手，列出了9月份共计8大类23项具体整改任务清单。街道决心以“抓铁有痕、踏石留印”的作风，集中力量打好整改落实环节第一仗，让群众看到新气象、新变化，以实际行动取信于民。

瞄准焦点 顺应群众期盼

“广大居民期盼的就是我们要干的。”这是街道长期坚持的工作理念。在教育实践活动中，街道在党员干部中再次强化这个理念，把群众期盼作为第一响应目标，积极疏通“中梗阻”，集中精力解决一批群众反映强烈的突出问题，力争实现服务群众零距离。比如，公园北社区一处地下室通风口上搭建着两米多高的棚子，影响了一层居民的采光，也严重影响了周边卫生环境，同时还存在很大安全隐患。教育实践中，街道研究决定结合地下空间整治和居民区小微绿地改造，在9月底前拆除这个棚子，美化周边环境，让阳光再次洒入居民家中，让优美的环境回到群众身边。再比如，今年上半年，八角辖区入室盗窃案件高发，居民忧心重重。八角街道领导班子的整改方案中已经明确，要尽快为没有物业的老旧小区安装技防设施，筹集专项资金引导居民更换安全系

数更高的锁具，同时采取强化治安巡查和安全教育等系列措施，切实降低发案率，提高群众的安全感。

抓住热点 回应群众关切

“群众关切的就是我们工作的重点。”八角街道按照区委要求，高度重视民生家园建设，用民生家园建设成果检验作风建设成效，用实际行动赢得群众满意。在整改中，街道把解决疑难问题作为工作重点之一。比如，私装地锁是长期存在、屡治不绝的老大难问题。今年7月间，街道对辖区的私装地锁现状进行了详细摸排，考虑到这种乱象的安全隐患、现实危害和群众要求共享小区公共资源的强烈呼声，街道决定借助社会治理综合执法机制，全面整治辖区的私装地锁现象。7-8月，街道综合执法指挥中心联合派出所等部门，坚决拆除了八角北里、八角南路、古城南里等自管社区的全部私装地锁，共计160余个，并在整治工作中总结出了“整治私装地锁五步工作法”，即提前公示、集中清理、二次拆除、防止复装、长效管控。街道计划在9月底前，清理全部无物业自管小区的私装地锁，并将此经验完善后在全街道推广。再比如，群租房问题被媒体曝光后，群众对这个问题特别关注。街道决心站在“人口、资源、环境”的战略高度，采取超常规手段，在9月底前完成市区挂账的108户、343间违法群租房的整治工作，并在此基础上形成长效管控机制。

破解难点 满足群众需求

“群众的需求就是我们的追求。”针对辖区群众反映比较突出的问题，街道研究确定了“为老服务”和“社区文化”两大工

作重点，努力做好顶层设计和长远谋划，并全力推进。今年以来，在深入调研的基础上，街道确立了地区为老服务“110”模式，并努力打造“老街坊”品牌。目前，已建成八角北里、八角南路两个居家养老服务中心，百余名老人享受到了老年餐桌、日间照料、陪护、家政等服务。街道将9月定为“敬老月”，开展系列活动，并于月底前完成居家养老服务中心的用电改造和功能提升工程，并对老年餐桌实施适度补贴，提升为老服务水平，让辖区更多老人享受到实实在在的贴心服务。针对群众日益增长的文化生活需求，街道树立了“文化强街”的目标，按“112”模式，分步骤实施“特色文化品位社区万花筒计划”。街道计划在9月底前启动“七彩杨南”试点项目建设工程，使精神家园和民生家园同步建设，让更多的建设成果惠及辖区百姓。

“事贵善始，尤当善终”。在党的群众路线教育实践活动第三环节中，八角街道将严格按照中央、市委、区委要求，继续围绕区委确定的“四大一满意”目标，坚持思想不疲、劲头不松、措施不软，着眼加强民生家园建设，着力打通联系服务群众“最后一公里”，让好作风成为好习惯、新常态，为推进“全面深度转型，高端绿色发展”战略和“八个高端体系”建设作出更大的贡献！

八角街道党工委副书记 李金克

教育实践活动进行时

气象灾害防御常识系列(三): 室内防雷



雷电来临时，在室内躲避是比较安全的，但这也只是相对室外而言。在室内如果不关好门窗，还是会有遭受球形雷直接袭击的危险，更可能遭受间接雷击的侵害。因此，一定要关闭好门窗，尽量远离金属门窗、金属幕墙和有电源插座的地方，不要站在阳台上，更不要触摸任何可导电的管线，包括水管、暖气管、煤气管等。

避雷针只能保护建筑物，但对架空电线、电话线侵入的雷电波无能为力。所以，应在电源入户处安装电源避雷器，并在有线电视天线、电话机、传真机、电脑调制解调器入口处、卫星电视电缆接口处安装避雷器。当有雷电发生时，最好不要使用家用电器，包括电视机、计算机、有线电话、洗衣机、微波炉等，最好拔掉所有的电源插头。

特别提醒：在雷雨天气不要使用太阳能热水器洗澡。

石景山区一周天气预报

预计9月11日至9月17日期间，石景山区以晴到多云为主，其中11日有小雨天气，请注意防雷防雨。具体预报如下：

- 9月11日(周四): 阴有小雨转多云, 22~17℃;
- 9月12日(周五): 多云间晴, 26~16℃;
- 9月13日(周六): 多云转阴, 27~18℃;
- 9月14日(周日): 阴转晴, 偏北风3、4级, 27~15℃;
- 9月15日(周一): 晴转多云, 26~15℃;
- 9月16日(周二): 多云转晴, 25~15℃;
- 9月17日(周三): 晴间多云, 27~16℃;

综合新闻投稿邮箱: nakuzai@126.com

2014京西消费节开启“惠民”季



居民现场领取2014京西消费节活动宣传材料

促销、菜品推广、美食品鉴活动。

本届京西消费节与往届相比主要具有以下特点：一是转变方式，服务企业。按照“政府推动、协会主导、企业主办”的市场化模式，本着“走出去、请进来、沉下去、动起来”的原则，以企业为主体，突破地域限制，深入社区服务，充分激发各类商业服务业企业的积极性，相互融合竞相发展，促进和拉动京西地区社会购买力的提升。二是活动丰富，参与度高。企业积极踊跃参加“2014京西消费节”，各项主题活动丰富多彩，线上线下企业齐动，参与企业涵盖商超、汽车、电商、餐饮、特色街等众多业态近百家企业，汇集300余项商家活动，千余种优惠促销全面回馈消费者。此外，除折促活动外，还与区内文化活动相结合，安排多场文化演出活动，丰富活动内涵。三是宣传多样，受众面广。本次活动除利用平面、网络、微博、微信等十余种宣传方式外，还加强了与电视、移动媒体的合作，通过立体化宣传，树立了消费节的品牌形象，成为京西消费市场风向标。四是奖品丰厚，惊喜不断。本次京西消费节为回馈广大消费者，引入了刮刮卡抽奖环节，设立6等奖项，在参与商家购物满额即可抽奖，有机会获得时下流行的IPHONE手机、折叠自行车、平板电脑等丰厚奖品，给消费者带来惊喜连连。

本报讯(记者吴赛赛)9月6日，由石景山区商业联合会、门头沟区商业联合会、房山区商业联合会联合主办的“‘惊喜在京西·京西GO惊喜’2014京西消费节”，在石景山区万达广场隆重启动。

本届京西消费节于9月6日至10月12日期间举行，以时尚潮流为主线，通过“快乐时尚购、台湾美食汇、电商体验购、汽车欢乐购、节庆实惠购、活动连环动”六大主题板块，积极整合京西地区文化、商业、体育、旅游等优势资源，提升京西商圈在全市范围的品牌的的影响力，有效促进和推动京西地区社会购买力的提升，为消费者带去轻松、快乐、实惠的全新购物体验。

万达广场、爱玛裕家居广场、当代商城鼎城店、物美、永辉、沃尔玛及房山区华冠购物中心、门头沟国泰百货等京西地区知名企业全面参与本届消费节。多家驻区汽车4S店同时带来百余款畅销车型开展试乘试驾、整车让利、展示展卖等活动。北京台湾街众餐饮门店，与神农庄园酒店、眉州东坡酒楼石景山店、旺顺阁海鲜广场等辖区内大中型餐饮企业齐推打折

是活动丰富，参与度高。企业积极踊跃参加“2014京西消费节”，各项主题活动丰富多彩，线上线下企业齐动，参与企业涵盖商超、汽车、电商、餐饮、特色街等众多业态近百家企业，汇集300余项商家活动，千余种优惠促销全面回馈消费者。此外，除折促活动外，还与区内文化活动相结合，安排多场文化演出活动，丰富活动内涵。三是宣传多样，受众面广。本次活动除利用平面、网络、微博、微信等十余种宣传方式外，还加强了与电视、移动媒体的合作，通过立体化宣传，树立了消费节的品牌形象，成为京西消费市场风向标。四是奖品丰厚，惊喜不断。本次京西消费节为回馈广大消费者，引入了刮刮卡抽奖环节，设立6等奖项，在参与商家购物满额即可抽奖，有机会获得时下流行的IPHONE手机、折叠自行车、平板电脑等丰厚奖品，给消费者带来惊喜连连。

京西消费节是京西地区每年一度的商业盛会，通过线上线下互动，文、商、旅联动，有利于促进京西消费市场繁荣，提升石景山文化娱乐休闲品质。欢迎消费者前来体验不一样的消费节、体验高端绿色发展的石景山。

警惕：运动过度小心骨质增生

很多中老年女性，为了丰富自己的生活，常参加社区举办的活动，尤其是很多人喜欢跳交谊舞或者扇子舞之类的舞蹈，却不知骨质增生与人的身体活动过度、外伤、年龄等有直接的关系。

长庚医院骨科专家说，不适当的运动或运动，使关节部位骨骼过度磨损，导致软骨受伤，引发关节受力不平衡而刺激生骨刺，因此人体经常活动及负重关节易发生骨质增生。而对于中老年人而言，每天运动的时间控制在30分钟到1个小时是比较合适，如果每天的运动时间达到3-4个小时，加上方法不够正确，那么就很容易患上关节疾病。主要有两点原因：

1、活动或运动使骨骼被肌肉和韧带过度牵拉，造成骨骼局部受力增加，刺激骨膜及骨组织过度增生，产生骨质增生现象。

2、活动或运动使关节部位的骨骼磨损过度，可造成关节软骨面的不平整，使应力在关节软骨上分布不均匀，引起关节的骨质破坏和增生，以达到应力相对平衡，如：很多长跑运动员在

早期就发生膝关节的骨质增生。

锻炼身体是好事，可是又不能过度，那中老年朋友该怎样合理运动呢？专家强调：预防骨质增生可适度的进行体育锻炼，但要避免长期剧烈的运动，适当的体育锻炼是预防骨质增生的好方法之一。适当的运动，特别是关节的运动，可增加关节腔内的压力，有利于关节液向软骨的渗透，减轻关节软骨的退行性改变，从而减轻或预防骨质增生，尤其是关节软骨的增生和退行性改变。

避免长期剧烈运动，并不是不让人活动，恰恰相反，适当的体育锻炼是预防骨质增生的有效方法之一。因为骨质增生多产生在关节周围，关节软骨被破坏是引起骨质增生最直接的原因，而关节软骨本身无血液营养供应，其营养来源于关节液，后者主要通过关节活动时，组成关节的诸骨骼之间的挤压运动才能够进入。适当的运动，特别是关节的正确运动，可以增加关节腔内的负压，有利于关节液向关节软骨的渗透，减轻关节软骨的退变，从而减轻或预防骨质增生的发生。

北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线: 010-88296363