

“中银创业快捷贷” 助力企业轻松拿贷款

本报讯(通讯员罗耀玲)近日,由园区京西创业公社联合中国银行设计的“创业快捷贷”产品正式发布,多家银行、投融资机构和园区企业参加本次发布会。

该产品专为创业期中小企业定制,旨在帮助企业快速获得百万元贷款,缓解融资难题。与传统商业银行贷款相比,该产品申请门槛降低、审批流程缩短、属于创新型无抵押信用贷款,可用以满足企业日常所需,包括人员工资、业务研发支出、上游采购等用途。京西创业作为石景山园区投融资平台之一,一直以创新金融、股、债权投融资,资产管理与新兴产业培育等综合服务手段,有效提升了园区金融服务水平,为园区企业的创新发展提供了必要的金融支撑。

区民政局

做好“一老一小”烈属优抚工作

本报讯(记者罗兰)区民政局采取多项措施做好“一老一小”烈属优抚工作。

区民政局牵头出台了《石景山区关于加强“一老一小”烈属优抚工作的意见(暂行)》,完善烈士子女优抚帮扶机制;对正在接受义务教育的烈士子女每年给予生活(教育)补助,保障其能够顺利完成义务教育阶段的学业;处于义务教育阶段的烈士子女和老年烈士子女医疗方面的困难其在一年当中所发生的门诊和住院费用,在居民医疗保险范围内由社保按规定比例报销后,在居民医疗保险门诊和住院报销上限以内的剩余部分由民政局进行二次报销;民政部门还定期走访慰问,并开展帮扶救助活动,积极动员社会组织、志愿者,采取入户走访、爱心捐赠等形式,帮助解决“一老一小”烈属的生活困难。

综合新闻投稿邮箱 nakuzai@126.com

我区与北京大学

合作探索人才培养新途径

本报讯(记者吴赛赛)9月28日上午,北京大学党委常务副书记、副校长张彦、北京大学党委组织部部长郭海一行,先后来到我区中关村雏鹰人才创业基地、国家无线电监测检测中心参观考察,实地了解我区人才和创新创业等工作。区委常委、组织部部长庞微陪同参观,并主持召开北京大学、石景山区人才合作座谈会。

座谈会上,张彦向前期到我区挂职的北京大学博士表示慰问,并听取了挂职博士挂职两个月来的心得体会,同时详细了解了博士挂职服务团的工作情况,以及石景山区和北京大学人才合作的意向。

张彦对我区创新、创业工作给予了高度评价,指出区校合作是培养人才、成长人才、检验人才的必要举措和重要手段,要通

过区校合作,进一步提升人才创新、创业的激情,拓展人才创新创业的空间。

庞微对北京大学重视和关心博士生到我区挂职表示感谢,并强调,一是区属各部门要提高认识,高度重视校地合作项目;二是校地合作要突出优势互补,实现互利共赢;三是在做好博士挂职工作的基础上,深入探索和开创人才合作培养模式和机制。



骑游莲石湖 放飞绿色梦

近日,第二十九届石景山区金秋体育盛会百姓自行车骑游活动在莲石湖公园举行。

本次活动包括百姓环湖骑游体验活动、百姓自行车趣味游园活动、自行车产品展销及技术咨询服务活动等三项内容,设置了环莲石湖8.7公里骑游、自行车绕标障碍骑行、定车赛等项目,以满足不同群体的需求,共吸引周边居民、游园群众及慕名而来的骑游爱好者约400人参加,让市民们亲身感受自行车运动的无穷乐趣。

活动通过倡导自行车这一绿色运动,不断丰富全民健身服务内容,拓展服务平台,推动体育事业蓬勃发展,同时传播绿色健康的生活理念,向市民展示一个绿色、运动、高端、充满乐趣的新石景山。

贺琼瑶

区工商联组织北邮精英探秘京西暨创业辅导学堂巡讲活动

本报讯(通讯员肖秋兰)为了扩大我区及企业知名度,拓宽企业人才引进渠道,9月26日,区工商联联合区委组织部、区投促局、北京邮电大学共同举办了北邮精英探秘京西暨创业辅导学堂巡讲活动。

本次活动邀请了北京邮电大学30多名骨干精英学生参观了区内重点企业,在座谈会上,畅游副总裁李国龙、易华录总裁林拥军向学生们分享了创业及择业经验。参加活动的学生纷纷表示通过参加此次活动,加深了对石

景山区区情的了解,近距离地接触了企业及企业家,对今后就业及职业发展非常有帮助。

创业辅导学堂巡讲活动是石景山区企业服务季人才服务专场的重要组成部分。通过邀请学生进企业活动拉近了企业与高校人才之间的距离,拓宽了企业引进高校人才的渠道,创新了石景山区人才服务工作模式,同时也让外界更直观地了解了石景山的发展变化和战略定位,有助于吸引高端人才,为全面深度转型、高端绿色发展提供智力支持。

丰沙烈士纪念碑修缮后人

本报讯(通讯员焦学佳)9月27日,在第一个国家烈士纪念日来临之际,北京农商银行石景山支行的部分党团员来到门头沟区琉璃渠村,举行丰沙线烈士纪念碑修缮及祭奠活动,以表达对铁道烈士的崇敬和纪念。

丰沙线为新中国的经济发展作出过重大

贡献,此线路沿途地理环境恶劣,时有塌方、流沙、洪水及火灾发生,在施工中,先后共有108人献出了自己的宝贵生命。由于年代久远又疏于管理,丰沙线烈士纪念碑损坏严重。石景山支行领导在考察过程中发现了这种情况,马上组织人员进行了修缮。

气象灾害防御常识系列(五):寒潮

寒潮和强冷空气通常带来的大风、降温天气,是石景山区冬半年主要的灾害性天气。寒潮带来的雨雪和冰冻对交通影响严重,道路结冰打滑,交通事故明显上升。大风降温天气容易引发感冒、气管炎、冠心病、肺心病、中风、哮喘、心肌梗塞、心绞痛、偏头痛等疾病,有时还会使患者的病情加重。

当气温发生骤降时,要注意添衣保暖,特别是要注意手、脸的保暖。关好门窗,固紧室外搭建物。外出当心路滑跌倒,特别是心血管病人、哮喘病人等对气温变化敏感的人群尽量不要外出。注意休息,不要过度疲劳。提防煤气中毒,尤其是采用煤炉取暖的家庭更要注意。 李辉 马莉 宋巧云

石景山区一周天气预报

预计10月11日有一次降雨天气过程,气温有所下降,11日、12日有4、5级偏北风,请注意适时增添衣物。具体预报如下:

- 10月9日(周四):晴转多云,23~13℃; 10月10日(周五):多云转阴,19~14℃;
- 10月11日(周六):阴有阵雨转多云,南转北风2、3级转4、5级,22~14℃;
- 10月12日(周日):多云转晴,偏北风4、5级转1、2级,17~6℃;
- 10月13日(周一):晴间多云,17~5℃; 10月14日(周二):晴转多云,19~7℃;
- 10月15日(周三):多云转晴,20~8℃; 敬请关注本区最新天气预报。

高跟鞋“荣升”为引发拇外翻疾病重要诱因

我国拇外翻的发病率约12%。中国至少有1亿人有不同程度的拇外翻,在每个女人的一生中,至少有20%的可能患上拇外翻。拇外翻表现为脚拇趾外翻,向其他脚趾方向偏斜,而脚拇指根部的跖骨头内收明显向内侧突出。

高拇外翻最常见的发病因素主要是,患者穿窄小尖头的高跟鞋,跟鞋的头较尖,前脚掌在重力的作用下挤进小而狭窄的高跟鞋前部。这样,第一趾骨关节面朝外倾斜,加以拇长屈肌腱、长伸肌腱及拇收肌的牵引,就有可能发生拇外翻,高跟鞋的挤压是拇外翻的重要诱因之一。

拇外翻一旦形成,患者除了畸形还会出现各种疼痛,如大脚趾疼痛、前脚掌疼痛、鸡眼等,病程长的患者甚至会出现膝关节和腰椎的病变。

拇外翻不是单纯的难看,随着年龄增长,脚趾外翻畸形程度的加重,会产生很多严重的并发症,如脚趾拇囊炎、爪形趾、鸡眼、胼胝体及溃疡等。对于大多数患者,可以先尝试保守治疗;但病情严重的,合并二、三趾骑跨和持续的严重疼

痛的患者非手术的方法基本无效,现在拇外翻已进入微创时代,微创手术的治疗为骨科疾病患者带来了新希望。

拇外翻的预防方法首先是尽量不要穿高跟鞋。因为各种原因而不得不穿的话,一定要选择一双合适的鞋子。鞋跟高2cm-4cm最佳;鞋头要宽松一些,脚趾前端与鞋子顶端应留有2cm-3cm空隙,鞋跟不宜太小,鞋头宜宽松,尤其不能穿尖而瘦的高跟鞋。购鞋最好选在下午3时-4时,下午脚比较涨,能确保鞋子舒适合脚。不要在平时挤车或在不平整的马路上穿高跟鞋,也不宜疾走快跑,更不能上山爬坡。实际上,下坡时前足的挤压力更大。平时不要总穿相同高度的高跟鞋,以免脚部同一处经常受到挤压。每天穿高跟鞋的时间最好不要超过6小时,办公室准备一双舒适的平底鞋,与高跟鞋交替穿着。

回家热水泡脚,做赤足运动,加强足底肌肉力量,延缓脚趾外翻恶化程度。每日用手指将拇趾向内侧掰动,也可以有效地防止脚趾外翻加剧。同时加强户外运动、多补钙等自我保健。

北京长庚医院健康教育知识普及 健康热线:010-88296363