

石景山区青年志愿者服务“9.3”阅兵活动

本报讯(通讯员徐宁岳)为纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利70周年,石景山区区委选拔组建了20人的志愿者精英团队参加“9.3”大阅兵志愿服务活动,共负责世纪坛、北京展览馆两处远端集结点,主要配合武警、安保等部门保障观礼人员及车辆顺利完成安检工作。志愿者本着“奉献、友爱、互助、进步”的宗旨,以志愿者应有的端正态度和精神风貌为“9.3”大阅兵志愿服务添光加彩。

经过系统化的志愿服务技能培训之后,8月23日志愿者们迎来了全市范围的阅兵演练。演练中志愿者们精神高度集中,熟练地掌握了各自的岗位职责,冒雨完成演练,为9.3当天正式开展志愿服务活动奠定了基础。

9月2日晚,志愿者们在京原路7号·社区青年汇集合,统一穿戴志愿者标志服装,整装待发。根据不同集结点任务要求,两支训练有素的志愿团队分别出发前往任务区域,时刻准备迎接观礼

人员的到来。

虽然是凌晨,但每位志愿者都坚守自己的岗位和职责,为通过安检的车辆进行登记,为前来安检的观礼媒体、群众提供力所能及的帮助与服务。大家连夜奋战8个小时,始终保持着充沛的精神状态,每个人的脸上都洋溢着真诚的微笑。

一名世纪坛组的志愿者说:“看到一名名训练有素的武警队员,我们都暗下决心,不仅要完成好此次彩排任务,更应该让武

警队员们看到志愿者的风采。”此次“9.3”阅兵志愿服务活动的顺利完成,不仅得到武警、公安等部门负责同志一致认可,也充分展现了我区青年志愿者的整体精神风貌。

奉献是美好的,奋斗是精彩的,通过“9.3”阅兵志愿服务,每位志愿者都找到了快乐的真谛。志愿服务活动中,志愿者们展示出了北京青年志愿者应有的精神风貌,体现出不求回报的奉献精神,在如此重大的历史时刻正确

地弘扬了中国优秀的光荣传统和青年人的青春热血。



青春石景山

大气污染防治法确定的65种违法行为(1-25)

本报讯(通讯员李君鹏)8月29日,十二届全国人大常委会第十六次会议表决通过了修订后的《中华人民共和国大气污染防治法》,国家主席习近平签署主席令,予以公布。新修订的《中华人民共和国大气污染防治法》中一共有65条违法行为:

- 1、违反本法规定,以拒绝进入现场等方式拒不接受环境保护主管部门及其委托的环境监察机构或者其他负有大气环境保护监督管理职责的部门的监督检查,或者在接受监督检查时弄虚作假的;
- 2、未依法取得排污许可证排放大气污染物的;
- 3、超过大气污染物排放标准或者超过重点大气污染物排放总量控制指标排放大气污染物的;
- 4、通过逃避监管的方式排放大气污染物的;
- 5、侵占、损毁或者擅自移动、改变大气环境质量监测设施或者大气污染物排放自动监测设备的;
- 6、未按照规定对所排放的工业废气和有毒有害大气污染物进行监测并保存原始监测记录的;
- 7、未按照规定安装、使用大气污染物排放自动监测设备或者未按照规定与环境保护主管部门的监控设备联网,并保证监测设备正常运行的;
- 8、重点排污单位不公开或者不如实公开自动监测数据的;
- 9、未按照规定设置大气污染物排放口的;
- 10、违反本法规定,生产、进口、销售或者使用国家综合性产业政策目录中禁止的设备和产品,采用国家综合性产业政策目录中禁止的工艺,或者将淘汰的设备和产品转让给他人使用的;
- 11、违反本法规定,煤矿未按照规定建设配套煤炭洗选设施的;
- 12、违反本法规定,开采含放射性和砷等有毒有害物质超过规定标准的煤炭的;
- 13、销售不符合质量标准的煤炭、石油焦的;

- 14、生产、销售挥发性有机物含量不符合质量标准或者要求的原材料和产品的;
- 15、生产、销售不符合标准的机动车船和非道路移动机械用燃料、发动机油、氮氧化物还原剂、燃料和润滑油添加剂以及其他添加剂的;
- 16、在禁燃区内销售高污染燃料的;
- 17、进口不符合质量标准的煤炭、石油焦的;
- 18、进口挥发性有机物含量不符合质量标准或者要求的原材料和产品的;
- 19、进口不符合标准的机动车船和非道路移动机械用燃料、发动机油、氮氧化物还原剂、燃料和润滑油添加剂以及其他添加剂的;
- 20、违反本法规定,单位燃用不符合质量标准的煤炭、石油焦的;
- 21、违反本法规定,使用不符合标准或者要求的船舶用燃油的;
- 22、违反本法规定,在禁燃区内新建、扩建燃用高污染燃料的设施,或者未按照规定停止燃用高污染燃料,或者在城市集中供热管网覆盖地区新建、扩建分散燃煤供热锅炉,或者未按照规定拆除已建成的不能达标排放的燃煤供热锅炉的;
- 23、违反本法规定,生产、进口、销售或者使用不符合规定标准或者要求的锅炉的;
- 24、产生含挥发性有机物废气的生产和服务活动,未在密闭空间或者设备中进行,未按照规定安装、使用污染防治设施,或者未采取减少废气排放措施的;
- 25、工业涂装企业未使用低挥发性有机物含量涂料或者未建立、保存台账的;

(待续)



本栏目由区环保局协办

2015年8月24日~8月30日 石景山区空气质量周报

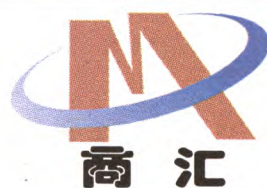
日期	空气质量指数	首要污染物	级别	空气质量状况
8.24	69	臭氧	2	良
8.25	67	臭氧	2	良
8.26	81	臭氧	2	良
8.27	74	臭氧	2	良
8.28	88	臭氧	2	良
8.29	130	臭氧	3	轻度污染
8.30	49	-	1	优

创新推动服务 调研整合资源

本报讯(通讯员李孟琦)近日,区工商联联合鑫鼎风神和苗府稻场两家民营企业组成调研小组,走访了北京同仁堂诚安药材有限公司。调研中,北京同仁堂诚安药材有限公司负责人针对中药材产业与食品行业的品牌建设、食品安全等问题及创业历程进行了介绍,区工商联就增强企业守法诚信经营意识,弘扬义利兼顾、以义为先的理想信念,对各企业提出了要求。两家参与调研的企业表示,通过参与这次同行业的调研学习活动,在提升企业竞争力、助力企业快速成长方面深受启发。

据悉,企业调研与会员走访是区工商联一项基础工作,随着民营经济的不断壮大、会员数量的日益增加,同时由于人手不足的实际困难,区工商联面临走访调研覆盖面逐渐缩小的问题。为解决这一难

题,区工商联积极拓宽工作思路、创新调研走访形式,带领民营企业中的同行业、产业链上下游企业共同走访调研,充分利用互联网思维模式,整合民营企业中的优质资源,开展企业互助形式的座谈交流,引导企业盘活内部市场、实现自我服务,从而进一步推动产业的创新与升级。



本栏目由石景山区工商联协办

反复落枕 当心是颈椎病在“捣鬼”

生活中,很多人喜欢把两个枕头叠起,自认为“高枕无忧”,结果有的20多岁就开始落枕,常在起床时疼痛加剧。拍颈椎X光片,报告称“颈椎生理曲度变直”。

北京长庚医院表示,事实上,许多颈椎病的初起和复发都与用枕不当有关,枕头好不好很大程度上影响着人的颈椎关节。枕头不是枕“头”的,也不是枕脖子的,而是头、脖子和上背部都要枕,使之均匀受力,经常落枕者谨记以下注意事项。

1、枕头的高度不应超过11厘米,也就是相当于单侧肩宽,便于侧身睡眠,枕头不能太高也不能太低,质地应不软不硬适中,睡眠时舒服就行。

2、目前保健枕品种较多,但不管什么样的枕头,一定要枕在脖子下,托起头部,也就是既能维持好生理弯曲,又能使头部放松就行,不需要其它特殊的功能,其实荞麦枕就可以。

3、如果正在发病,睡眠时一定要枕枕头,如果不枕,会导致生理曲度变直,加重颈部肌肉疲劳,加重水肿。

4、平常颈椎不适,用一小圆枕垫在脖子下,起到恢复生理曲度的作用。也可以用一卷卫生纸代替小圆枕垫在脖子下,但都不能代替平常的枕头,时间不要过长,一小时即可,坚持一段时间试试看。

趴着睡 更易落枕

生活中很多人喜欢趴着睡,时间一长就出现颈部椎间盘突出。专家说,落枕除了跟枕头选用不当有关,也可能与睡姿相关,俯卧尤其有害。因为俯卧时需扭着脖子才能呼吸,长时间扭转头部,很容易造成颈椎关节扭转过度而错位,如果不予以纠正,必然发展成颈椎病。因此,父母们在孩子婴儿时期就要注意纠正其不良睡姿。

专家提醒,年轻人睡眠时应以仰卧为主,左右侧卧为辅。仰卧时,脖子的扭转角度不宜过大(30度以内较安全),侧卧时低头姿势较易安睡。

老年人则以侧卧为主,仰卧为辅,这是由于老年人脊柱多因老化出现骨质增生,有的则患睡眠呼吸暂停综合征,仰卧时不利于呼吸。