

“一根两枝” 海峡两岸职教学生交流传统服饰文化

本报讯(记者杜雷 徐巍)9月22日,北京市黄庄职业高中与台中私立明台高级中学联合举办了以旗袍文化为主题的“一根两枝”两岸民族传统文化服饰交流活动。

活动过程中,黄庄职业高中和台中私立明台高级中学举行了签约仪式,本着平等交流、相互支持、相互促进的原则,双方将在学术研究、教育管理、教学研讨、技艺切磋等方面开展交流与合作。据黄庄职业高中相关负责人介绍,协议签署后,将为双方弘扬中华民族优秀传统文化,促进京台两地青少年繁荣、延续和传承民族传统文化,展示两校和区域专业技能、艺术创意教育的成果起到积极的推动作用。签约仪式

后,双方进行了教育教学交流,身着台湾传统服饰的学生进行了舞蹈表演,黄庄职业高中模特队展示了中国从古至今各时期的旗袍,展示了两岸职业教育成果。

台中私立明台高级中学负责人向记者表示,希望今后双方能多渠道、多层次开展教育合作,为两岸的职业教育、为职教学生未来的专业成长搭建更多、更好、更加广阔的发展平台。

据了解,成立于1984年的北京市黄庄职业高中是北京市开办最早的职业学校之一,是首批国家级重点职业学校,也是北京市唯一拥有非物质文化遗产项目(京式旗袍)的学校。2014年11月,黄庄职业

高中被评为北京市青少年涉台教育基地,是全市唯一获此荣誉的职业教育学校。学校现开设12门专业,在校学生3000余名,服装设计、烹饪专业是北京市骨干特色专业,美发与形象设计、口腔修复工艺专业在全国处于领先地位。

2010年5月,明台高级中学到黄庄职业高中参访,开启了两校交流合作的历程。5年间,黄庄职业高中两次回访,与明台高

级中学开展专业技能交流,洽谈教学合作。

区领导种磊,北京市台办、石景山区台办、石景山区教委相关领导参加了此次活动。



杜雷/摄

区科协正式开通官方微信平台

本报讯(通讯员刘春霖)为做好移动新媒体加强公众信息服务工作,日前,区科协正式开通官方微信公众账号,以此增加科协与公众互动渠道,普及科学知识,提高全民科学素质,进一步扩大科协的社会影响。主要推送内容包括科协发布的最新工作动态及科普常识,方便更多人群了解科协、了解科学常识,推进科普信息化。

据相关工作人员介绍,广大科技工作者和网民如有想法和建议可以在微信留言,区科协安排专人及时进行搜集整理和解决。为鼓励公众积极性,科协还将给予前500名关注订阅者中国移动手机流量包奖励,并将先期奖励前100名关注者150M中国移动手机流量。同时还设立了分享奖,即将“科协微科普”资讯链接发送至个人微信朋友圈,其他用户点击1次记1分,同一人当日重复点击不多记分数,即可获得分享值。设立分享值是为了鼓励粉丝把平台推荐给更多的朋友,扩大活动的影响效果,取分享值最高的前50人授予分享奖。

关注订阅科协微信公众号有以下3种方法:第一,可直接搜索微信公众号“科协微科普”进行关注;第二,查找微信号“kexieweikepu”也可以关注;第三,通过扫一扫,扫描下方二维码进行关注。



为绿色北京加油 “今天我在城里不开车”



本报讯(通讯员官庆培)9月22日是世界无车日,我区开展了“3510绿色出行·蓝天畅通永相伴”主题宣传活动。在地铁八宝山、古城、八角西街北口、苹果园、八大处、金顶南路等7个公交站台设立宣传站,公共文明引导员热情服务,向市民发放宣传材料,积极宣传绿色出行。活动中,发放《“3510绿色出行·蓝天畅通永相伴——世界无车日致市民朋友的倡议书”》2000份,倡导改善城市空气质量、减少城市交通压力。“3510”指的是:三公里以内出行请步行,五公里以内出行请骑车,十公里以上出行请乘坐公共交通工具,十公里以上远距离出行请绿色驾驶。“无车日”并非只在9月22日一天起作用,要将绿色出行融入社会生活,变成提升民众生活品质的方式。

综合新闻投稿邮箱
nakuzai@126.com

“点线面”相结合 加快推进社区统计工作室建设

本报讯(通讯员阴晓霞)近日,《石景山区2015年面向社会和随军家属公开招聘社区工作者公告》在区政务网公布,明确了社区统计工作室岗的招考工作,标志着我区社区统计工作室全覆盖建设工作正式启动。今后区统计局队将以“顶层设计、统筹兼顾、规范运作、扎实推进”为原则,坚持“点、线、面”有机结合,在已建立40个社区统计工作室基础上,加快推进109个社区统计工作室的建设工作。

从点出发,做好招考工作。社区统计工作室是区统计局队为所辖社区内的单位和居民建立的“零距离”服务平台,做好招考工作是建好服务平台的起点。此次招考采取区委社工委统一招考、区统计局队细化岗位要求的方式进行。根据区统计局队要求,报考社区统计室岗位需长期居住在所报考街道辖区,并优先考虑经济学、统计学等相关专业或具有统计从业资格证的人员,这将有利于社区统计工作室顺利开展。区统计局队将继续主动与相关部门沟通协调,跟进招考进度,确保招考工作圆满完成。

连点成线,加强组织领导。区统计局队

在全面总结社区统计工作室试点期间工作经验的基础上,进一步明确领导小组办公室中各内设机构的管理职责,确定普查中心为牵头科室。在落实人员招考工作的同时,积极与区委社工委、街道办事处以及各社区居委会等相关部门协商关于人员管理、业务布置等具体事宜,使社区工作室顺利实现从社工委招考到街道管人事、统计局管业务的双重管理模式的过渡。

以线带面,梳理管理体系。根据社区统计工作室的职责要求,局队坚持从业务科室、街道办事处、基层统计所和社区统计工作室各自的管理职责四条线上纵向延伸,进一步系统梳理“三级机构、四级网络”统计管理体系。一是力求通过领导小组会、联席会、推进会等形式加强与领导小组成员单位的协作,逐步理顺社区统计工作室与街道、社区居委会的工作关系,打通落实统计任务的工作渠道。二是不断健全社区统计工作室的人员培训、考核办法和业务工作操作指南等相关制度,提高基层统计队伍素质,规范基层统计行为。

石景山路自行车停车场全面改造 规范停车 便民利民

本报讯(通讯员王璐 沈成勇)为了保障市民出行便捷,助力石景山路景观改造提升工程,改善地铁口周围环境,对古城地铁南侧、八宝山地四个出口,玉泉路地铁西南口、西北口,共7个自行车停车场的改造工程已动工。施工改造包括停车场地面铺砌透水砖,新建不锈钢结构车棚,拆除并新建围栏,停车场周围安装监控摄像头等一系列便民利民工程,真正做到停车场地“免费使用、依序停放、电子监控、专人值守”,引导居民文明停车,改善市容环境。随着长安绿轴配套工程的逐步推进,立体非机动车存放设施也将以更加科

学有效的方式服务百姓出行,使空间利用更加合理,节省土地资源,同时,人性化的设计,使自行车停放方便省力,也提高了安全性。



防治颈椎病 重在生活细节

近来天气转凉,很多人引发了颈椎病。其实,我们在日常生活中,只要了解了导致颈椎病发生的危险因素和预防方法,就能有效的预防颈椎病的发生。今天我们请北京长庚医院的骨科医生给大家详细解析。

一、引起颈椎病的危险因素

工作姿势不当。长期伏案工作,或头颈固定某一姿势工作,持续的紧张,易形成慢性劳损,导致颈椎病。

不良的睡眠体位。睡觉使用过高的枕头,相当于整个睡眠时间中都被迫处于低头,意味着在白天工作之外,又给脖子增添负担。

不良的生活习惯。很多人都爱躺着看电视,此时由于人的躯体活动较少,头长时间保持一种姿势,使颈部肌肉疲劳僵硬,当头部转动时,肌肉应答能力就会减弱,导致关节错缝、肌肉扭伤,诱发颈椎病。

局部受寒。受寒会使局部血管肌肉收缩,久之会导致肌肉张力增高、失去弹性,从而易于损伤,引起颈椎病。

二、日常生活中防治颈椎病有以下几个方法:

1、长期伏案工作的人,要使案台与座椅高度相称,避免过度低头屈颈。工作中,做短暂的颈部前屈、后伸、左右旋转及回环运动。

2、睡觉习惯高枕头的人必须改成低枕头,8~10厘米最好。

3、正确的看电视姿势应是坐位。且每看15分钟左右要活动一下颈部,变换一下姿势。

4、颈部保暖。在秋冬季节,最好穿高领衣服;天气冷、夜间睡眠时应注意防止颈肩部受凉;炎热季节,空调温度不能太低。

颈椎病是颈椎的一种劳损退变疾患,与长期的屈颈或伸颈动作有关,其病变是难以逆转的,但我们可采取预防措施,避免其急性发作或继续恶化。

医生提醒,人到老年后,强直和超负荷的颈部活动,使老年人颈椎劳损,风寒湿邪易乘虚而入,引起颈部及周围的肌肉韧带发僵变硬、肥厚钙化、颈椎间盘萎缩退化等病变。因此,中老年人退休后要特别注意颈椎的预防,一旦发生相关症状要立即去专科医院确诊治疗。

北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363