

发挥档案馆综合优势 资源共享服务群众

本报讯(通讯员魏葳)档案是历史的真实记录,在社会实践中具有重要的参考和凭证作用,随着社会的发展,档案的这种作用越来越被更多的人所认识,档案工作的强大支撑作用日益显现。截至10月底,区档案馆共接待社会各界利用人员1708人次,查阅档案1645卷件,复印7001页,开具证明1254份,涉及婚姻、招工、知青、户口、连续工龄、土地规划、房屋纠纷等各个方面,充分发挥了档案的价值。

接待大学生来馆体验

日前,北京联合大学应用文理学院档案系学生一行九人来到区档案馆参观体验。同学们登记后,进入了政府信息公开查

阅系统,体验了档案查阅的实际流程。此外还参观了实物展览的库房,了解了档案库房的基本结构及密集架、加湿器等设备。通过工作人员的详细讲解,同学们学到了课本以外的知识,对档案业务有了更深入的了解,为今后从事档案工作打下了基础。

馆藏档案为编写 党史提供依据

为了更好地发挥党史教育育人的职能,准确地反映石景山区党建轨迹,保存和积累反映历史面貌的重要史料,石景山区党史办依据市委党校研究室的要求编写石景山区党史。在编写初期,收集材料期间,区档案馆馆藏档案发挥了重要参考作用,提供了大量准确可靠的历史资

料,真实全面地反映了本区内党组织初期情况及不同领域的重大事件和相关经验,为党史编写提供了重要的查考依据。

婚姻档案为众多 家庭排忧解难

随着经济发展,诸多社会矛盾和问题显现出来,解决这些矛盾和问题,档案成了重要的依据材料。我区档案馆馆藏的婚姻档案,为众多家庭排忧解难帮了大忙。正如很多查阅婚姻档案的人说,我们本该保存的结婚证、离婚证没有保存好,幸亏档案馆妥善保管,解了我们的燃眉之急和忧心之事,谢谢你们。

招工、调动档案 使查档者满意而归

由于年代久远,很多群众无

法顺利办理退休。今年前8个月,为解决退休、办养老金、计算工龄等问题先后来馆查档的人员当中,大部分个人档案不全,填写有漏项,档案填写中有别字,甚至遗失。他们抱着试试看的心里来到区档案馆,工作人员通过耐心询问,了解情况,摸清事由,从不同全宗中找出他们所需要的依据材料,证明他们在解决各自某个问题上的本来面目。



区国资委

“四课”讲国企改革

本报讯(记者黄蕊)11月17日,区国资委系统加强党的建设深化国企改革专题培训班开班仪式在区委党校举行。

据了解,此次培训班为期两天,在课程设置上,既有《关于深化国有企业改革的指导意见》和《关于在深化国有企业改革中坚持党的领导加强党的建设的若干意见》的解读,又有对京津冀协同发展和我区“八个高端体系建设”的讲解;在师资配置上,既聘请了著名专家、教授分析时政、讲解理论,也邀请了上级部门负责国企改革研究的领导干部走上讲台,立足大局、解读方针。

培训班旨在使国资委系统广大党员干部牢牢把握国有企业改革的方向,有针对性地开展相关工作,充分发挥国有经济的主导作用,做强做优做大区属国有企业,为我区“全面深度转型、高端绿色发展”战略作出更大贡献。

简讯

●日前,区审计局在北方工业大学举办2015年度内部审计培训班。培训内容涉及加强委托审计管理,保证内部审计质量、专项资金审计、预算执行审计的思路与方法、建设项目审计、经济责任审计等。全区72个行政事业和企业单位的205名内审人员参加了此次培训。

邵建设

●日前,区人力社保局组织2015年计划安置到辖区的部队行政营连职和专业技术干部与接收单位进行现场双选见面会。共40余名军转干部及部队人事干部与28家行政事业单位的60余名人事干部参加双选见面会。双选见面会方便军转干部对接收单位职责、工作性质进行全面了解,利于用人单位全面了解军转干部个人情况,便于将军转干部安置到合适的工作岗位上。

韩晓琴

合唱团开课了

本报讯(通讯员祁淑玉)11月19日,我区公共文明引导员合唱团正式成立了,大家在合唱团团长的引领下高唱《老百姓的雷锋》。他们正像歌词里唱的一样,“人人爱雷锋,因为雷锋处处为人民”,文明引导员在乘车高峰时,认真地引导,辛勤地工作,让乘客多了一份理解,少了一份拥挤,公交地铁站台已成为北京文明的缩影。文明引导员美丽的柠檬黄,早已让站台成为首都的文明之窗。合唱团的成立丰富了引导员们的业余生活,为队伍建设注入活力。



宣讲最美家庭故事



本报讯(通讯员王蕊)日前,北京市“最美家庭”宣讲团走进石景山,为300名群众讲述夫妻和睦、尊老爱幼、邻里互助的感人故事。

“最美家庭”百姓宣讲团成员来自全市不同区县,他们都是近两年市妇联和区县妇联推出的“最美家庭”代表,他们为现场群众讲述了自己和身边人的感人故事,充分展现其中展示中华民族家庭美德和良好家风的时代内涵,每一个故事都让听众深受教育和鼓舞。



军地双方就今冬明春 扫雪铲冰工作进行对接

本报讯(通讯员贺迎潮)日前,区双拥办、区市容办有关领导前往武警十四支队,就今冬明春扫雪铲冰工作进行了军地对接。

在武警十四支队,区市容办领导嘱咐随行人员将扫雪工具等及时给部队配齐,对于部队提出的合理建议及时予以采纳,遇到大雪或暴雪,部队的扫雪铲冰队伍将第一时间出动,及时恢复道路交通。十四支队负责人表示,在遇到暴雪等极端天气,

部队的应急力量也将随时待命,保障城市运行。

前不久,区扫雪铲冰指挥部组织召开了全区今冬明春扫雪铲冰工作部署会,目前,区扫雪铲冰指挥部扫雪铲冰工作方案已制定完成,并随时启用《扫雪铲冰预警机制》。降雪后,驻区部队官兵将依据雪情,第一时间支援本区重点道路的扫雪铲冰,随降随扫。

冬季怎样预防颈椎病发生

进入冬季,天气寒冷,很多中老年朋友都出现了颈椎病的症状。那么,我们在寒冷的冬季要怎样来预防颈椎病的发生呢?

北京长庚医院的骨科医生介绍说,冬季天气寒冷,大多数人的颈、腰椎间盘突出症就趁机“使坏”了,尤其是中老年人发病率明显上升。天气寒冷,许多人就不愿外出运动,躲在自己的蜗居里上网、玩游戏,或者固定一个姿势看电视等,随着时间的加长,容易使颈椎间盘加快退变。另外,专家还强调,颈椎病是多种疾病的根源,其退行性病变是一个长期、缓慢的过程,并非一日之寒。所以平时,尤其是在冬季应多注意:

- 1、注意颈部保暖。尽量避免颈部受寒,消除颈椎病的诱发因素,减少颈椎病的发生机率。颈部保暖不仅可以避免颈部疲劳,而且可以避免头颈部血管因受寒而收缩,使脑部的血液循环减慢,对高血压病、心血管病、失眠等都有一定的好处。
- 2、纠正生活中的不良姿势,防止

慢性损伤。颈肩部软组织慢性劳损,是发生颈椎病的病理基础。生活中的不良姿势是形成慢性劳损的主要原因之一。所以,连续工作一段时间后,就应起身活动一下颈部,使紧张的颈部肌肉得到放松。

3、合理用枕。枕头是颈椎的保护工具,一定要适合颈部的生理要求。如果长期使用高度不合适的枕头,使颈椎某处屈曲过度,就会将此处韧带、关节囊牵长并损伤,从而导致颈椎失稳,发生关节错位,进而发展成颈椎病。

4.加强体育锻炼

特别是在冬季,中老年人应选择一些适宜冬季的运动项目(如室内游泳、羽毛球等),进行增强肌力和增强体质的锻炼,同时每周坚持做3次以上的有氧锻炼,如慢跑、散步、球类运动等,也可以预防颈椎病的发生。

另外,医生还特别提醒,一旦出现头、颈、肩、背、手臂酸痛,颈脖子僵硬,头晕、恶心等症状,应立即到正规医院确诊治疗。