

公安分局“送教上门” 提高警务实战技能

本报讯(通讯员师彦哲)“我觉得这样的培训很好,很接地气。”“这样的培训紧贴实战,针对性强。”“教官们根据我们基层需求教授内容,方式多样,时间也灵活。”说起石景山公安分局近期组织开展的现场教学培训,基层单位参训民警感受很深。

为切实提高一线执法执勤民警的警务实战技能和自我安全保护意识,6月份以来,石景山公安分局多次组织警务实战教官深入到各基层派出所开展“送教上门”活动,受到一线执法单位领导和民警的欢迎。

此次系列培训,分局教育训练部门围绕当前公安中心工作,结合一线实战需求,与相关单位密切合作,精心筹备,研究制定了培训方案、课程内容,并从法制、巡警、特警等单位抽调业务骨干组成教官组,先后到广宁、金顶街、模式口、五里坨、老山、新古城、苹果园、八宝山、鲁谷、八大处公园派出所等基层单位进行警务实战技能现场教学。培训中,分局教官利用典型案例、以案释法、情景模拟等教学模式,重点对盾牌、虎叉、警棍、警绳等警械具的有效使用,逐项进行了讲解和演

示。基层民警,也就执法执勤工作中遇到的难点问题与教官进行了探讨学习。

通过开展现场教学,一线民警普遍反映,分局组织开展送教上门实战培训,内容实用,很接地气。“我们也希望通过培训,使一线执法执勤民警能够更加熟练地掌握警械具的使用技巧和自身防护技能,切实提高执法能力和执法水平,为全力做好全区治安维护工作奠定坚实基础。”说起开展“送教上门”现场培训,分局教育训练部门负责人民警介绍道。

据了解,这样的现场培训每

年都会组织开展,近几年来,公安分局积极回应基层期待,进一步拓宽培训的内容和形式,以警械使用和实战技能为重点,每年都会组织教官深入基层一线,有针对性地开展送教活动,切实把基层急需用的知识技能送到实战一线,有效提升了分局民警的现场处置能力和执法规范化水平。



我区职工互助保障 工作获好评

本报讯(通讯员张磊)近年来,石景山区的职工互助保障工作成绩显著,石景山区总工会也连续八年获“全国职工互助保障工作先进单位”称号。职工互助保障工作开展20年来,帮助众多患病和遇到意外伤害的职工。通过石景山区保险代办处的努力,各行业职工纷纷加入到这项“阳光工程”中来,今年5月我区已完成全年参保任务额,完成计划的103.11%,并将于今年实现公务员单位参保全覆盖。

针对此项工作,石景山区总工会以人为本,制定5年工作计划,把职工互助保障工作纳入对各基层工会工作考核和目标管理。互助保障工作是企业关爱职工、弘扬职工互助精神的具体体现。建立职工互助保障机制,缓解生病职工家庭的生活困难,最大限度组织职工投保,最大限度保障职工权益。

除此之外,石景山区总工会广泛宣传,下到基层单位授课培训,宣传互助保险知识,宣传职工群众受益的典型案例,发放互助保险宣传册,扩大互助保险知晓率。让职工把互助保险作为互助互济、增进职工团结和有益的纽带、作为抵御风险的屏障。在工会的努力下,职工互助保险已成为职工抵御意外伤害的保护伞,职工互助保险事业得到了广大职工的一致好评和积极参与。

非法集资 宣传口号

树立正确理财观念
警惕非法集资陷阱



收快递方便啦

智能自取柜进社区

本报讯 近日,家住北重西厂的居民们在小区口发现一个新鲜玩意,“e栈”快递自取柜。网购一族今后再有快递,不用担心因为不在家而收不到快件了,也不用四处求人帮忙收快递。回家的时候,从自家小区口的“e栈”就能非常方便取到。取件时只需根据手机上的提示和密码,在“e栈”的输入键盘上正

确输入,有邮件的柜门便自动打开,取出快件后关好柜门,收件过程即告完成。寄递、收取都很方便,保证安全还免费。

随着信息社会的不断发展,城市物流的快捷、高效新模式,给居民生活带来更多的便利。图为一居民正在查看“e栈”使用说明。

图文/岳星

夏季防火防汛应急演练 提升应急抢险能力

本报讯(通讯员于海清)6月14日、15日下午,区公园管理中心组织机关及直属单位干部职工共150余人,分别在老山城市休闲公园和北京国际雕塑公园开展大规模防火、防汛应急抢险综合演练,重点检验公园系统各项应急救援能力,实战检验应急预案可操作性,查找应急救援存在问题。

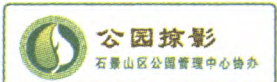
14日下午进行的夏季防火应急演练中,区森林防火指挥部专业扑火队伍有关专家首先从灭火器材使用、山火扑救方法、自我保护技能等方面为公园系统干部职工进行了讲解和实操演示,随后由干部职工组成的三支扑火队伍结合专家讲解内容开展了实际操作演练竞赛。整个演练过程紧张有序,干部职工在专家指导下动作标准、操作熟练,出色完成了各项演练科目。15日下午进行的防汛应急演练采用培训与实战相结合的方式,在防汛应急抢险专业队伍的指导下,公园系统干部职工熟练掌握电动抽水机、电锯等防汛器材的使用方法,沙袋装填和码放标准,以及对被困人员实施紧急救援的基本措施。实战演练中所有人员态度认真,反应迅速,方法有效,先后完成了地下库房进水、地下广场人员被困、大型树干折倒等模拟情景的应急处置。

通过此次实战演练,在普及防火、防汛知识及专业技能的同时,进一步增强了干部职工



工的安全意识和责任感,提高了公园系统应急抢险的组织协调能力、指挥能力和快速反应能力,同时对应急预案和措施的可操作性进行了有效检验,为防火、防汛抢险应急工作积累了宝贵经验,更为所属公园安全稳定提供了坚强保障,对提升公园系统防火、防汛工作整体实战能力具有重要意义。

当前,公园系统已进入安全迎汛关键阶段,各单位、各部门以此次应急演练为契机,进一步完善防汛组织指挥体系,加大防汛安全隐患排查力度,增强防汛责任意识,充实抢险物资储备,确保全系统安全度汛。



简讯

●伴随“两学一做”学习教育活动和“书香机关”创建活动在各局机关党组织中轰轰烈烈的开展,石景山区质监局党总支为了把活动抓出新意,取得实效,不断探索学习教育的方式方法。近期,结合质监微博便捷性、交互性、实时性的特点,组织人员编写了党章修

正案和学党史两个系列微博各18篇,分别介绍党章修改内容和党史18个关键事件。通过微博形式共同学习规定内容,系统梳理党史与时俱进的理论体系,提高了党员粉丝的党性修养,达到了较好学习效果。

肖建才

骨关节炎的症状与预防

近年来随着我国老龄化的日趋推进,越来越多的人受到骨关节炎的困扰,那么骨关节炎都有哪些症状,生活中该怎么预防呢?我们请长庚医院的骨科医生为大家做了详细的分析。

骨关节炎的症状

1、骨关节炎有全身性与局部性两类,原则上身体各个关节都可以发生骨关节炎,但全身性的以手指关节最常见,局部性的则以膝关节最多见。
2、膝关节骨关节炎一般在进入中年后会出现症状。当从坐位起立行走时觉得膝部酸痛不适,走了一段时间后症状消失,这是早期膝骨关节炎的临床表现。随着疾病的进展,会出现上下楼梯、下蹲困难、膝部肿胀等症状。

3、骨性关节炎是一种最常见的关节病变。主要是手的远端、近端指间关节、膝、肘和肩关节以及脊柱关节容易受累,而腕、踝关节则较少发病。骨性关节炎由组织变性及积累性劳损引起,多见于肥胖超重的中老年人,最常发病的部位是膝、手指、颈、腰椎等处,症状主要是关节疼痛、僵硬等,重者可

出现关节肿胀、肌肉萎缩。

骨关节炎的预防

(1)应尽早了解关节炎的警示体征。如疼痛、关节僵直、有时发生肿胀、关节活动困难等。

(2)保持适当的体重。如果过于肥胖应请医生制定减肥计划。

(3)注意保护关节。要避免因事故或过度使用关节而引起关节损伤,导致骨关节炎发生。

(4)运动。有规律的锻炼和活动有助于骨骼强壮及骨骼、肌肉和关节的健康。

(5)注意合理饮食以及其它健康的生活方式。

(6)原发性骨关节炎都发生在中年以后,而继发性可以发生于年轻人。能产生继发性的原因很多,但最常见的是外伤后引起的创伤性骨关节炎与髌臼发育不良而引起的继发性骨关节炎。髌臼发育不良多见于女性,它是一种先天性发育异常所致。这种病例往往在成年时发病,早些发现髌臼发育不良而及时纠正可以防止或减轻继发性骨关节炎的发生。

北京长庚医院健康教育知识普及