接触片过热导致触电短路 易发火灾事故

伪劣"万能插座"您可别再用了



本报讯(通讯员马力 苏 劲松)为确保广大用电群众 的用电安全,近日,石景山工 商分局针对违法销售不符合 国家标准的"万能插座"的行 群众进行了宣传教育。

项检查。

在检查 行动中,执 法人员在石 点监管风险 地区发现存

在违法销售现象,并现场查 扣了不合格"万能插座"30余 个,对相关销售主体和周边

按照技术人员介绍,兼容 两插或者三插的插头在设计 时会将插孔变大,但插座接 片与电器插头接触面积过 小,因此容易使接触片过热 故。对此,国家标准委早在 2010年6月1日就明令禁止 生产、销售和使用此类"万能 插座",并强制执行"新国标" (《GB2099.2-2012家用和类似

石景山工商分局在此提 醒广大消费者,在购买插座

用途插头插座器具的特殊要

"万能插座",看清合格标志 和进货台账,保留好购物票 据,避免购买到不合格产品 而导致安全隐患,同时鼓励 广大群众积极向工商部门举 报违法销售此类不合格产品 行为。





"消防关爱"走进居民家中

本报讯(通讯员高飞)在近期开展的"消防 关爱"行动中,区消防支队的消防人员和区领 导深入关爱群体家庭开展入户消防宣传,为居

民安装独立式火灾报警装置,向居民发放了防 毒面罩、灭火器及消防知识手册等消防宣传 品,得到了居民们的热烈响应。

不动产登记中心服务好 企业送来锦旗表达谢意

本报讯(通讯员李晓艾) 日前,北京万商投资发展有限 公司向区国土分局不动产登 记中心送来了一面写有"热情 服务,敬业为民"的锦旗,表达 了企业对不动产登记中心工 作人员的感谢。

前段时间,北京万商投资 发展有限公司到不动产登记 务搁置将近20年,当他们来 流程的"过渡期"、工作人员的 登记,为了不为将来带来更多

"磨合期"和不动产转移抵押 等业务的"高峰期",北京万商 投资发展有限公司这桩历史 遗留的登记业务对于办理登 记的工作人员来说相当于几 天的工作量。北京万商投资 发展有限公司的工作人员向 不动产登记领导阐述事情原 委并表达出急切解决事情的 窗口急需办理1997年共同开 迫切需要,不动产登记中心在 发建设安置西城区拆迁户的 详细了解了情况和亟需解决 11 栋住宅楼的产权登记业 的实情后,为了让年迈的老人 务。由于当时北京万商投资 在有生之年能够领取不动产 有限公司和华润置地股份有 产权证书,中心领导组织工作 限公司办理问题,导致登记业 人员商讨对策,大家相互配 合;加班加点,办理了不动产 不动产登记中心办业务时,中 登记。在办理的过程中,还发 心挂牌成立不久,正处于工作 现企业的部分产权房被遗漏

的麻烦,不动产登记中心工作 人员热情服务并及时给予补 登,保障了国有资产不受损

北京万商投资发展有限 公司对不动产登记中心工作 人员如此高的工作效率表示 了感谢,特意送上一面锦旗。 不动产登记中心负责人表示 一面小小的锦旗将时刻激励我 们坚定"急群众之所急,帮企业 之所需"的服务理念,不断提高 服务水平,优化服务质量。





建设精神家园 党员读书亮点纷呈

本报讯 笔者日前从区城管局获悉,区 城管局通过多种形式在全局范围内组织开 展"品经典、读原著,建设精神家园"党员读 书活动。通过此项活动,切实将思想建设放 在首位。

结合"两学一做"学习教育,区城管局以 列举目录和购买发放等方式向处级领导、全 体党员、机关干部、组工干部四类人员推荐 一批导向正确、内容可读、结合工作实际的 图书刊物,每月组织党员进行1~2次集中读 书学习,学习时间不少于半天。鼓励引导各 执法队利用周五下午等作为固定读书时间, 在全局营造良好的读书学习氛围,实现读书 日活动制度化、长期化、常态化。

同时,结合全局"两学一做"学习教育安 排的3个讨论专题,以各科室、执法队为单 位,每季度组织召开1次全体党员参加的读 书交流活动,每位党员通过介绍、分享自己 近期的读书情况和思想体悟,积极主动与同 事谈心得、说体会、讲收获,力争实现学有所 得、学有所获,不断提高自身理论素质和党 性修养,持续推进读书活动不断深入开展。

此外,全局开展了"品经典、读原著,建 设精神家园"读书征文比赛,鼓励引导全局 党员干部撰写读书笔记和心得体会文章,供 大家交流学习。9月上旬,还将开展读书演 讲比赛。由机关科室、执法队选派人员参 加,展示此次读书学习成果,增强各执法队 之间的交流、学习、借鉴。



警惕秋凉骨关节炎来犯

秋风渐凉,天气转寒。北京长 庚医院骨科医生提醒,寒冷刺激易 引发肌肉和血管收缩导致关节疼 痛,这个季节预防关节炎格外重

近年来,骨关节疾病发病率不 断增高,除年龄外,肥胖、过量过度 运动、受伤等都是引发该病的危险 因素。而从临床情况来看,90%以 上的骨关节炎是因过度运动或劳累 诱发的。医生表示,骨关节炎若不 及时进行有效的治疗,关节将逐步 骨化、钙化,最终丧失其正常功能。

不少人认为骨关节炎是"老年病 ",但专家强调,关节的衰老和退化并 不是从老年才开始的,而是到老年 致残"。

就要注意骨关节的保健与养护,避治疗,以免病情加重。

免过劳、过度运动、过度受凉。同时 要戒烟、限酒,这些都对骨关节的保 护有一定益处。此外,要注意饮食 营养的全面均衡,避免超重,秋冬季 节保暖一定要做到位。在进行运动 锻炼时,年轻人切忌运动强度不要 过大,不过分运动,以免关节受伤。

中老年人要坚持一个原则,宁 缓勿猛,宁慢勿快,宁少勿多。老年 人首先应注意膝关节的保暖防寒; 其次要进行合理的体育锻炼,如打 太极拳、慢跑、做各种体操等,活动 量以身体舒服、微有汗出为度,贵在 持之以恒。有些老年人经常以半蹲 姿势,做膝关节前后左右摇晃动作, 进行锻炼。因半蹲时髌面压力最 才"一发而不可收"。因此,对骨关 大,摇晃则更会加重磨损,致使膝关 节炎一定要"早预防、早治疗、防止 节骨性关节炎发生,所以,这种锻炼 方式是不可取的。另外,一旦发生 医生提醒说,从年轻时起,平时 膝关节骨性关节炎,应立即到医院



北京长庚医院健康教育知识普及 健康热线:010-88296363