

“中央厨房”在八角街道 养老驿站正式供餐

本报讯(通讯员李雨晗 高慧)9月5日上午,在八角街道养老驿站用餐的居民代表一同参观了八角街道“中央厨房”——北京首钢实业有限公司的供餐食堂。

“中央厨房”不仅能提供主食、菜品,而且还拥有自己的化验中心,可对食品原料、半成品、成品进行微生物、农药残留等理化指标的检验,可满足卫生安全检测需求,只有达到标准的配餐,才会端上老年人的餐桌。自此,八角街道八角南路社区和八角北里社区的老人们将开始享用来自“中央厨房”搭配合理、营养丰富的“专供餐”。

上午10点半,供餐车准时来到八角南路社区养老驿站,在社区工作人员的配合下,开始为老人们配餐。11点,老人们陆陆续续地来到养老驿站,工作人员们热情地为老人们端上一份份可口的饭菜。老人们说,今天的菜品搭配色香味俱全,口感上也比较软糯,非常适合老年人的饮食习惯。

据了解,“中央厨房”还将利用自己在营养餐研发方面的优势,为患有高血压、糖尿病等疾病和有特殊需求的老年人提供“专供餐”。据悉,这种模式将在石景山全区范围内推广。



汉字听写大赛 弘扬传统文化

本报讯(通讯员贺晶)日前,为了弘扬我国传统文化,发扬国学知识,八宝山街道团工委与永东北社区联合举办八宝山地区首届青少年汉字听写大赛。18名青少年选手,百余名青少年及家长,一起参与了这次听写大赛。

据了解,此次活动的特色,在于分为场上比赛和场下课堂两个部分内容。比赛分为“字字珠玑、狭路相逢勇者胜、知其然亦知其所以然”三轮进行,按得分高低,评选出一等奖、二等奖、三等奖;活动还安排两名“汉字小达人”为场下青少年讲解竞赛题目中有难度的汉字发音及含义,并现场出题与场下青少年互动。在各轮答题过程中,台上队员踊跃答题,准确书写汉字,台下青少年积极参与、互动,现场气氛热烈。

比赛结束后,大家纷纷表示:此次汉字比赛,加强了青少年自身汉字书写能力的培养,使大家感受到了汉字之美,对弘扬汉字文化、传承华夏文明有着重要意义。

简讯

●日前,区质监局对北京市西黄村牧业食品有限公司和中国科学院高能物理研究所进行了监督检查。检查中,执法人员严格按照特种设备“三落实、两有证、一检验、一预案”的工作要求,对两家单位在用的压力容器、压力管道及其附属装置进行了检查。执法人员要求特种设备使用单位要全面落实企业安全生产主体责任,夯实工作基础,加强企业管理,严格执行相关法律、法规、规范要求;增加对特种设备的巡检频次,一旦发现异常情况,要科学应对,及时采取措施消除事故隐患。

毕振华

“领导干部谈统战”专栏

协商民主谋实效 凝心聚力促发展

八角街道党工委书记 李金克

深入学习贯彻中央、市委和区委统战工作会议精神,以及《中国共产党统一战线工作条例(试行)》、《中共石景山区委贯彻〈中国共产党统一战线工作条例〉实施办法(试行)》是街道党工委的一项重要政治任务。同时,立足实际、突出重点,积极探索新形势下统战工作新方法、新举措,确保统战工作在协调关系、汇聚力量、建言献策、服务大局上全面发力、取得实效,也是街道党工委的一项重要职责。通过学习体会,结合街道实际,我就如何充分发挥统一战线在街道协商民主中的重要作用有如下几点粗浅认识。

坚持依法协商不动摇,画大“同心圆”

依法依规协商是推动协商民主的基石。街道党工委应该充分发挥好街道人大代表之家(站)、政协委员之家(站)、街道社区协商议事委员会平台作用,引导地区人大代表、政协委员、居民代表按照依法依规、民主平等、尊重各方利益的原则,积极参与街道、社区重大事项决策和社会治理协商议事。一要明确议事内容。在街道层面,应以地区经济社会发展重大问题和关系群众切身利益的实际问题作为协商重点,围绕区委、区政府提出的“全面深度转型、高端绿色发展”战略、“八个高端”体系建设和“治乱疏解建高端”等中心大局工作多层协商;围绕群众反映强烈的热点难点问题广泛协商。二要拓展参与主体。按照“谁主管、谁负责”和不多头重复协商的原则,明确议事的提起主体和参与对象。按照议事内容,应把相关职能部门、地区人大代表、政协委员及居民代表等作为协商民主主体。结合实际情况,适当扩大协商议事参与对象,除地区人大代表、政协委员、居民代表外,还可将参与对象扩展到意见办理相关政府部门、物业公司和地区社会单位。三要创新协商方式。基层协商民主的重点是“社会协商”和“基层协商”,涵盖社会层面比较广,不仅领导机关与群众之间、政府部门与群众之间,而且社区内群众与群众之间

都可以进行协商。因此,街道党工委要进一步巩固纵向到底、横向到边,覆盖地区的“街道、社区”两级统战工作网络,不断拓展协商渠道,探索创新协商平台和方式。

坚持共商共治不偏离,筑牢“连心桥”

坚持以协商民主理念为切入点,按照“提起一审议一沟通一协商一实施一督查一归档”的协商民主“七步工作法”,实现地区各项事务共商共治。一要推动基层民主政治建设。街道党工委应聚焦基层组织民主政治建设,引导人大代表、政协委员和居民代表在有序参与社区建设方面发挥引领作用。二要引导多元主体参与。注重人大代表之家(站)、政协委员之家(站)平台、街道社区协商议事委员会平台建设,开展牵头协商,充分调动社会各界力量参与协商民主的积极性和主动性,解决居民最关心、最直接、最现实的利益问题。三要提高协商民主能力。当前,随着经济社会结构深刻变化,越来越多的人从“单位人”转变为“社会人”,新的社会阶层人士不断涌现,街道的服务内容和方式也发生着深刻变化。我体会,街道党工委要善于协调关系,针对不同利益群体诉求的多元化、差异化特点,以科学民主决策为基础,充分尊重包容差异,尽可能通过耐心细致的工作找到“最大公约数”,做到协商结果能够代表大多数居民、能够服务大多数居民。

坚持履行职能不懈怠,凝聚“向心力”

街道党工委要坚持把统战工作摆在重要位置,把握新形势下统战工作的重要原则,找准统战工作的出发点和落脚点,牢牢把握大团结大联合主题,广泛凝聚共识,汇聚发展力量。一要强化党建统领。统战工作是党的建设的重要内容,是一项政治性、政策性很强的工作。街道党工委要自觉践行统战理论,树立统战意识,强化统战思维,坚持以项目为载体,开展党政群共商共治工程,把党的政治优势、组织优势转化为管理优势、服务优势、协调优势。二要严格责任落实。习近平总书记强调:“统战工作是全党的工作,是各级党委必须做好的分内事,必须种好的责任田”。街道党工委书记要积极履行统战工作第一责任人职责,担当起贯彻落实中央、市委和区委统战工作会议精神,抓好统一战线工作的主体责任,

坚持“三个带头”、“四个纳入”,做到主动协商、真诚协商、有效协商,为地区发展提供持久广泛的力量支持。三要拓宽协商载体。街道党工委要扎实推进基层协商民主广泛、多层、制度化发展,为各方面关心街道社区经济社会发展的人士和基层群众参与民主协商创造条件。

走着走着腿麻了 可能是腰椎管狭窄

走着走着腿麻了,腰也不舒服,很多人都只会想到“腰椎间盘突出”,因为腰椎间盘的典型症状就是腰疼、腿麻。这样的话你就错了,还有一种病,它的危害不比腰椎间盘突出小,它就是“腰椎管狭窄症”。

认识腰椎管狭窄症

腰椎管狭窄在骨科是一种很常见的疾病,病因是:随着年龄增加,椎间盘发生退变,造成韧带的增生肥厚、椎体与小关节的增生肥大,使得一个或多个平面的椎管有效容积变小,导致尾椎骨的神经根受到压迫,进而引起腰痛腿痛等症。换成简单的说法就是,您的腰椎管就相当于咱家里的自来水管,年久生锈,管道越来越窄“住在”里面的神经系统受到了压迫,于是腰腿疼就出现了。

从年龄上区分

腰椎间盘突出“偏爱”青壮年,而腰椎管狭窄“偏爱”中老年。所以,不要一出现腰腿疼,就“对号入座”认为是腰椎间盘突出,而忽视腰椎管狭窄,不然就走弯路喽……

腰椎管狭窄症典型症状:间接性跛行

间歇性跛行是什么呢,就是当你站着或走路一段时间后,你的腿会出现疼痛、麻木、沉重感、乏力等不同的感觉,但你休息一下,腿上那种不舒服的感觉又会减轻……如果您出现了这种情况,那很可能是腰椎管狭窄症在“作怪”!

而且,间歇性跛行的症状可以持续多年,随着时间的推移症状逐渐缓慢加重,有的患者最初能正常行走几百米,但慢慢却发展到走十来步或直立不到五分钟就出现下肢麻木、疼痛、乏力等症。有的患者,到最后会严重到寸步难行。因此,中老年人腰痛腿痛,不要动不动就给自己扣上“腰椎间盘突出症”的帽子。

有关腰的疾病越来越多,得了还不容易好,无论是年轻人,还是老年人,都很容易中招。所以在日常生活中应该适当加强腰部的锻炼,让自己的腰强壮起来,尽量避免腰的疾病。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363