

从严做好规定动作 精准做好自选动作

本报讯(通讯员卢溪)近日,八角街道团工委向社区、非公企业、社会组织支部部署“学习总书记讲话 做合格共青团员”实践内容,强调“一学一做”教育实践是党中央着眼于党的事业薪火相传、全面从严治党向基层延伸的一项重要工作部署,是全团的重要政治任务。

联系实际学习,把精神家园竖起来。把深入学习习近平总书记系列重要讲话精神和治国理政新理念新思想新战略贯穿始终,教育团员学而知、学而用、学而行。创办“精神·家园”讲坛、坚持社区团校项目,邀请领导干部、专家学者为全体团员青年举行专题讲座,以

更加前沿、开放的视角接触新理念、新思维、新知识、新文化。走团网融合道路,街道团工委开辟“青春八角微团课”专栏。利用新媒体手段创新共青团工作,用“互联网+”撬动共青团改革力量,通过这一形式进行团员意识教育,展示机关青年干部的工作风采。号召青年占领“青年之声”网络主阵地,发出青年声音。

坚守理想信念,把合格标尺立起来。针对新情况新问题严肃组织生活,以改革创新精神补齐制度短板,真正使团的组织生活严起来、实起来。以团支部为单位,召开专题组织生活会,着重对坚定理想信念、练就过硬本领、勇于创新

创造、矢志艰苦奋斗、锤炼高尚品格五个方面的表现进行批评与自我批评。以“不忘初心跟党走”为主题,组织老团员重温入团誓词,增强团员青年责任感和荣誉感。严格组织整顿。对自身建设情况进行自查,对辖区241名团员和497名青年建立规范的团员青年档案。

创新实践活动,把先锋意识唤回来。以“传承红色基因 担当时代使命”为主题贯穿全年的工作,把团员青年的先锋形象树起来,用行动体现信仰信念的力量。聘请老党员为“传承红色基因导师”,为青年干部讲述如何“用一生践行入党誓词”。举办青年“成长·成

才”论坛,一方面是树一流标杆,针对集学历、经验、人气于一身,在各自岗位上能够发挥巨大能量的青年,分享如何传承红色基因,在“在岗位成才、在工作奉献、在一线闪光”的工作经验。另一方面是找一流差距,针对入职时间较短的新进员工,谈谈角色转变、工作感受和学习收获,以及如何在环境品质提升、城市治理体系、老街坊居家养老品牌等街道中心工作中,勇于担当、展现作为、体现价值。把拆违工作作为“一学一做”的课堂,强化责任担当。倡导团员青年树立绿色、健康、文明、和谐的理念,为打造首都一流的和谐宜居街道贡献青年力量。

“送法下基层” 走进河北迁安

本报讯(通讯员靳谦)近日,为加强劳动人事争议政策法规宣传,促进用人单位依法管理、规范用工,引导劳动者依法维权,石景山区劳动人事争议仲裁院巡回仲裁庭联合区人民法院巡回法庭走进河北迁安矿山街委,深入开展劳动人事法律法规宣传和义务咨询法律援助活动。

有关人员为60余人开展了劳动人事法律咨询,现场发放《劳动人事争议调解指导手册》、《终局裁决制度问答》和各种宣传小折页等宣传资料共1200余份,同时对劳动者遇到的劳动和民事争议案件做出了专业的分析判断并给予合理合法的指导和建议;以依法依规化解用工风险为主题,从劳动保障法律法规解读、典型案例等方面,深入浅出给企业负责人、劳动人事管理人员、职工代表上了一堂精彩的专题普法课。北京市高级人民法院也派专人莅临指导。

社区居民对此次活动表现出极大的热情,现场活动积极踊跃,营造了良好的“知法、守法、用法”的法治氛围。

4月17日,老山街道东里社区举办了红色曲艺专场演出,通过快板、相声、评书等艺术形式讲述党的红色历史,歌颂党的英雄儿女,致敬党的丰功伟绩。此次曲艺汇演特别邀请专业团队演员表演了快板《天安门广场看升旗》、相声《看红岩》、西河大鼓《抗日英雄赞》、评书《火烧青药旗》、相声《唱支山歌给党听》等。辖区260名党员观看了演出。 王丽娜

深入生活 扎根人民 “送万福 进万家”



本报讯(通讯员王成成)日前,中国书法家协会表彰了2017年“送万福进万家”全国书法公益活动先进集体99个,个人90人,北京市大兴区书协、石景山区书协榜上有名。近年来,石景山区书法家协会高举弘扬传统文化旗帜,组织会员积极参与“深入生活 扎根人民”主题实践活动,开展了书法进军营、进校园、进社区活动,打造了百名书法家团队。为区域书法艺术的传承、普及与发展作出努力和贡献。3年来,共组织和参加送春联活动三十几场,参与会员达200人次,服务群众数千人,送福写春联近万幅,宣传区域文化历史,书写优秀传统文化。

综合新闻投稿邮箱:nakuzai@126.com

规范地铁站周边单车停放秩序倡议书

市民朋友们:

单车出行是减少污染、有益于健康的绿色出行方式,为缓解城市交通拥堵、清洁空气发挥了积极作用。当前,在地铁站周边仍存在着将单车乱停乱放、私自绑锁、占用盲道等秩序问题,影响了公众出行,破坏了城市形象。

为提倡低碳、环保、文明的绿色出行方式,提升城市文明形象,特倡导广大市民朋友积极参与城市环境秩序建设。请您不要在人便道、盲人通道上乱停乱放单车,不要在公共设施上私自绑锁单车,自觉将单车停放在公共免费停车棚。

即日起石景山区各城市管理部门将联合执法,规范地铁站周边单车停放秩

序,通过积极引导和协助停放,引导车辆放入公共免费停车棚指定区域,请您积极参与配合,共同制止乱停乱放行为,做文明骑行的参与者、传播者、监督者。

对于公共区域停放的僵尸自行车,城市管理部门将依法采取措施,收集放入公共停车棚,在无人认领的情况下,统一交付相关行政机关集中处理。

市民朋友们,我们的每一份努力,都会让首都北京更文明;我们的每一份付出,都会为首都北京增光添彩;我们的每一份热情,都会激起更多人的文明意识和责任意识。让我们行动起来,共建整洁有序的城市环境,向建设高端、绿色、文明的现代化城区迈出坚实的步伐!

打造服务型统计干部队伍 出实招 见实效

本报讯(通讯员张晓巍)在服务型统计干部队伍建设探索和工作实践中,区统计局不断创新,围绕全面深化统计管理体制改革提高统计数据真实性的文件精神,将促进统计干部队伍的全面发展与统计事业的整体发展联系起来,局党组出实招重实效,加强服务型统计干部队伍建设。

坚持按照“信念坚定、为民服务、勤政务实、敢于担当、清正廉洁”好干部标准选贤任能,坚持事业导向、实绩导向,公开、公平、公正地选拔人才。对“政治上守规矩、廉洁上干净、工作上主动作为、主动担当、有能力、作风扎实”的优秀干部,在职务晋升、推优、考核评比中优先考虑,推进干部能上能下的激励机制。

在充分调研的基础上,区统计局建立了“任务统一部署、数据统一采集、信息统一共享”的工作方式。进一步理顺工作渠道,提高了数据生产透明度,构建了规范化、标准化的

统计业务流程。切实加强基层社区统计者队伍建设,对149名社区统计工作者创新实行“三年轮训计划”,采取以干代训、学习培训、交流互训等多种形式,将社区统计工作者充实到局队专业科所进行综合业务技能培训,提高社区统计人员整体业务水平。

通过对人员调配、干部选拔任用、评优评先等人事制度的进一步梳理、整合和修订,使规范管理与人性管理相结合,让干部职工在工作中立目标、找差距、强动力。将干部轮岗交流常态化,通过制定和实施统一的工作人员岗位轮换交流制度,推行局机关各科室之间、局机关与统计所之间的轮岗交流,发挥其在干部选拔任用工作中的前置作用。通过多岗位交流锻炼,进一步优化了人员配置,改善了班子和队伍结构,使工作效率更高,干部能力更强,为全面深化统计管理体制改革和统计事业发展提供强有力的人才保障。

体内五种垃圾堆不得

中医认为,“积”为百病之源。任何事物的质变都源于量变的积累,疾病也不例外。若体内的“垃圾”长期积蓄,不及时清除,必将带来健康隐患。对此,本报采访中医专家,给您讲讲身体中常见的五种垃圾。

气积—伤肝:中医有“怒为肝之志”之说,容易发怒、脾气暴躁,长期情志不遂还会导致肝气持续处于上行状态,造成肝郁不疏。日常生活中,唉声叹气、情绪失常、烦躁、焦虑、抑郁等都是“气积”的警告信号。有心脑血管病的人尤其要注意,肝气上亢还会造成血压升高,容易使人晕厥、发病。

血积—伤血管:血积,是指瘀血凝结成积。高油、高脂饮食,抽烟喝酒是造成血积的罪魁祸首。血积的人通常表现为面色晦暗、嘴色偏暗、舌暗有瘀点或片状瘀斑、有时在不知不觉中会出现皮肤瘀青、女性多见痛经、闭经或经血暗红甚至有紫黑血块等。若不加以控制,血积的最终结果就是血栓。

水积—伤肾:肾主水,主管水液的疏泄,可维持体内水液的正常代谢。如果肾脏“失灵”,就会发生水肿。生活中,小到熬夜后晨起的眼袋,大到面部浮肿、四肢沉重等都是典型病症。

食积—伤脾胃:食积,即积食。饮食不规律、暴饮暴食等都是造成积食的常见原因。除了腹胀、腹痛、食欲下降等不适,积食的人常出现口臭、手脚心发热、皮肤发黄、精神萎靡或睡不踏实,睡觉时身子不停

翻动、磨牙等症状。
痰积—生大病:中医将“痰”分有形与无形两种。有形的痰,一般指呼吸系统的分泌物,是贮于肺,咳之能出,可以看得见;而无形的痰,则是指机体内的体液在致病因素的影响下,失去了正常的运行途径和规律,逐步蓄凝而形成的一种黏稠的、有害的液体,肉眼无法看见。相比之下,无形之痰更可怕。这种液体长期积累,潜伏在人体内,可产生多种病变,如头晕目眩、恶心呕吐、心悸气短、中风,甚至肿瘤等,这些都是由停于脏腑、经络的无形之痰引起的,因此中医便有“百病皆由痰作祟”的说法。

从2017年4月8日零时起, 我院药房所有药品 (除中药饮片外) 均执行阳光采购价格, 并取消药品加成。

北京长德医院 010-88296363