

2017年便民工程项目公示

2017年我区计划实施142项便民工程,总投资约1.52亿元(区政府投资1.09亿元,市政府投资4298万元)。其中:各街道计划实施基础设施类、民生服务类、环境提升类、临时应急类等四大类133项工程,总投资约6995万元;区社会办等5个相关部门计划实施政府购买社会组织公益服务项目、智慧社区建设项目等9项工程,总投资约8221万元(其中区政府投资3923万元)。现将各便民工程项目公示如下:

八宝山街道:

永东北社区13、15号楼周边道路铺装;永东北社区10号楼周边道路铺装;永东北社区12号楼西侧道路铺装;永东南社区37、38、39号楼前消防道路铺装;永东南社区居委会西侧道路铺装;四季园社区黄庄职高东侧道路铺装;瑞达社区玉兴园小区东西路道路铺装;情报所社区25号楼前道路铺装;情报所社区24号楼前道路铺装;四季园社区44号楼北侧道路铺装;永东南社区33号楼北侧道路铺装;永东南社区居委会活动室隔音改造;三山园社区居委会活动室改造;瑞达社区4号楼北侧自行车棚改造;瑞达社区居委会铁艺围栏改造及老9号楼车棚改造;情报所社区居委会活动室改造;情报所社区休闲广场改造;电科院社区居委会一层活动室改造;玉泉西里西社区居委会4号楼活动室改造;永东南居委会42号楼前休闲广场改造;小型

应急工程。

鲁谷社区:

七星园北居民活动小广场维修改造工程;七星园南居民区道路改造工程;西厂等8个居民小区室外公共设施更新工程;石景山医院等5个社区居民活动室维修改造工程;重兴园等7个社区居委会防水改造工程;衙门口南排污系统清淤及防汛应急抢险工程;衙门口西居民区清淤排水疏通维修及防汛应急抢险工程;衙门口东居民区排污管线疏通维修改造及防汛抢险工程;六合园南社区19号楼~24号楼居民区道路及其它公共设施改造工程;碣石坪等7个社区一站式服务大厅改造工程;小型应急项目。

老山街道:

玉泉西路甲3号院1号楼北侧路面铺装工程;玉泉西路甲3号院4号楼南侧路面及绿地改造工程;玉泉西路甲3号院5号楼南侧路面及绿地改造工程;玉泉西路甲3号院东侧南北消防通道铺装工程;玉泉路11号院4号楼北侧路面铺装工程;玉泉路11号院居委会屋顶防水;国科大社区防水及地面修缮;老山东里24号楼前地面改造;老山东里25号楼前地面及护栏改造;老山东里29号楼前地面及护栏修缮;老山东里35号楼前地面铺装及墙面修缮;西里38~42栋技防工程;12个社区居委会技防工程;老山西里41~42栋路面及步道铺装;老山西里38~40

栋路面及步道铺装;何家坟居委会修缮改造;老山东里北53号楼北侧消防通道铺装工程;东里西里42栋楼前路面铺装工程;小型建设工程。

八角街道:

八角北里社区东部主干道景观提升工程;特钢社区品质提升工程;古城南路北区品质景观提升工程;八角北里居民活动大厅维修改造及社区积水点排水工程;八角路社区居民活动大厅维修改造;建钢南里社区便民设施综合改造;杨南社区道路改造工程;杨南社区便道砖更换工程;八角北路社区东部道路改造工程;八角北路社区便道砖更换工程;黄南苑小区西门路面维修工程;公园北社区内路面改造工程;景三社区西引力小区东门道路改造工程;公园北社区53~58栋周边绿地改造工程;社区休闲座椅安装工程;小型应急工程。

古城街道:

老古城东社区居民活动用房装修;老古城西社区敬老活动用房装修;老古城西社区文化活动用房装修;老古城西社区民俗活动用房装修;天翔社区居民楼道扶手建设;特钢社区3栋、4栋居民楼楼道粉刷;南路西社区居民楼门禁建设;特钢宏鑫家园社区居民楼门禁建设;环铁社区7~9栋地面硬化;天翔社区物资局楼路面改造;水泥厂社区3~5号楼前道路改造;水泥厂社区1号楼及6号楼前便道改造;水泥厂社区小

广场路面维修;水泥厂老居委会门前道路及西侧便道改造;特钢社区4、6栋小区地面改造;南路西社区1~9栋楼间道路改造;白庙庞村社区用房加固修缮;水屯永定林社区大门及道路改造;应急项目。

苹果园街道:

八大处社区居民服务用房装修工程;海特广场周边辅路铺装工程;海一社区主路及辅路铺装工程;海二社区主路及辅路铺装工程;西井3区北院改造及消防通道修缮工程;苹一社区主路及辅路铺装工程;苹二社区主路及辅路铺装工程;西黄新村东里社区地下活动室装修工程;军区社区居民文化活动中心装修改造工程;小型应急项目工程。

金顶街街道:

金顶街街道横西南山公园西侧改造工程;模式口东里11~13栋道路改造工程;赵山9号院人行步道及道路改造工程;模式口东里11~13栋人行步道铺装改造工程;横西南55栋西侧环境秩序治理工程;横东3栋北侧;横东5栋北侧;模式口东里18栋北侧道路改造工程;模式口东里16栋北侧道路改造工程;模式口东里14栋北侧及西侧道路改造工程;赵山9号院雨排水改造工程;模式口东里20栋北侧道路及其他零星改造工程;小型建设工程。

广宁街道:

麻峪村消防通道改造工程;麻峪村上下水改造工程;广宁村复兴街下水改造改造工程;复兴街两

侧外墙及门头牌匾改造工程;广宁村消防通道治理工程;小型应急工程项目。

五里坨街道:

慈善寺沿线路灯安装工程;陈家沟村健身广场修缮工程;五里坨街道居民事务服务大厅前广场修缮工程;高井村活动室装修改造工程;五里坨边角地配套用房装修改造工程;双泉寺南坡道路修缮工程;双泉寺停车场照明工程;潭峪村休闲广场改造工程;陈家沟村主路道路修缮工程;站前小区北门及围栏改造工程;东街小路照明工程;联勤部社区便民菜站改造工程;天翠阳光第三社区活动室改造工程;五里坨街道居民事务服务大厅前门厅修缮工程;西山机械厂休闲广场外墙修缮工程;石门路258号院楼道粉刷工程;小型应急工程。

区社会办:

政府购买社会组织服务项目;智慧社区建设工程。

区卫计委:

基层医疗机构无障碍改造及消防隐患排除工程;新设立社区卫生服务站装修工程;社区卫生服务中心便民门诊流程改造(试点)。

区城管委:

第五期公共自行车服务站点建设工程;非机动车停放架安装工程。

区园林绿化局:

社区绿植补种增绿工程。

区体育局:

石景山区体育生活化社区二期工程。

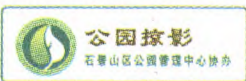


踏青赏花正当时

本报讯(通讯员于海清)日前,老山城市休闲公园春光无限,绿意盎然。自3月中旬以来,春日里的公园早已变成花的海洋,迎春、山桃、连翘、玉兰、美人梅、紫荆次第盛开,山花烂漫,蜂飞蝶舞,美不胜收,吸引着众多游客前来踏青赏花。

为增强郊野公园的绿肺功能,增添市民赏花休闲好景致,区公园管理中心始终坚持“荒山变花园,绿地成景观”的改造原则,每年均会开展大规模植树活动,为美丽公园建

设增彩添绿。同时,更加注重分层次种植,通过栽植多种耐阴植物和伏地植被,缩减空白地面及黄土裸露,进一步降低扬尘,减少环境污染,形成了绿不断线、景不断链、四季有花、四季常绿的城市生态靓丽景观,为市民游客平添一处天然氧吧。



简讯

●日前,广宁街道总工会组织辖区内职工开展体质测试工作。此次共计70名工会会员参与体质测试,测试项目有台阶测试、肺活量测试、握力测试、反应测试等近10个项目。此次测试,为每名测试者提供了一份

详细的专项测试结果,并为每位测试职工量身定制了运动处方,用科学的方法指导职工改进身体健康状况。体质测试的开展,不仅为职工提供了身体健康状况的评估,也有效提升了职工健康生活的意识。张桐瑄

反复落枕 当心是颈椎病在“捣鬼”

生活中,很多人喜欢把两个枕头叠起,自认为“高枕无忧”,结果有的20多岁就开始落枕,常在起床时疼痛加剧。拍颈椎X光片,报告称“颈椎生理曲度变直”。

北京长庚医院表示,事实上,许多颈椎病的初起和复发都与用枕不当有关。枕头好不好很大程度上影响着人的颈椎关节。枕头不是枕“头”的,也不是枕脖子的,而是头、脖子和上背部都要枕,使之均匀受力,经常落枕者谨记以下注意事项。

1、枕头的高度不应超过11厘米,也就是相当于单侧肩宽,便于侧身睡眠,枕头不能太高也不能太低,质地应不软不硬适中,睡眠时舒服就行。

2、目前保健枕品种较多,但不管什么样的枕头,一定要枕在脖子下,托起头部,也就是既能维持好生理弯曲,又能使头部放松就行,不需要其它特殊的功能,其实荞麦枕就可以。

3、如果正在发病,睡眠时一定要枕枕头,如果不枕,会导致生理曲度变直,加重颈部肌肉疲劳,加重水肿。

4、平常颈椎不适,用一小圆枕垫在脖子下,起到恢复生理曲度的作用。也可以用一卷卫生纸代替小圆枕垫在脖子下,但都不能代替平常的枕头,时间不要过长,一小时即可,坚持一段时间试试看。

趴着睡 更易落枕

生活中很多人喜欢趴着睡,时间一长就出现颈部椎间盘突出。专家说,落枕除了跟枕头选用不当有关,也可能与睡姿相关,俯

卧尤其有害。因为俯卧时需扭着脖子才能呼吸,长时间扭转头部,很容易造成颈椎关节扭转过度而错位,如果不予以纠正,必然发展成颈椎病。因此,父母们在孩子婴儿时期就要注意纠正其不良睡姿。

专家提醒,年轻人睡眠时应以仰卧为主,左右侧卧为辅。仰卧时,脖子的扭转角度不宜过大(30度以内较安全),侧卧时低头姿势较易安睡。

老年人则以侧卧为主,仰卧为辅,这是由于老年人脊柱多因老化出现骨质增生,有的则患睡眠呼吸暂停综合征,仰卧时不利于呼吸。

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。

北京长庚医院
健康热线: 010-88296363