

建基本无违建社区“百日行动”

小微信大作为 连接社区我和你

“前院9号楼3门北侧路灯不亮;9号楼2门门口路灯不亮;停车场中间南侧照明灯不亮;尤其是门口路灯不亮。夜晚一旦造成人员摔伤就麻烦了,请经理督查。”

“好的,请您放心!我们会尽快办理。”

“经理你好,一直以来后停车场的环境卫生总是干干净净的,可是前停车场的卫生总是无人清扫,望详查解决。”

“谢谢监督,一定落实。”

这是鲁谷久筑社区居民代表和物业公司之间的微信沟通平台。在这里,居民业主和物业是一家人。久筑社区通过搭建“微信平台”让居民树立起主人翁意识,为社区管理、环境建设出谋划策,解决居民身边的事务,把社区真正当成了自己的家。

建立平台 畅通渠道解决问题

久筑社区党总支书记杨磊说:

“其实很多居民都很有热情,只是他们不知道怎么做。给大家搭建一个沟通的平台很重要!”经过社区党总支的“牵线搭桥”,居民代表的积极参与,终于,久筑社区9、10号楼居民与物业管理人员的微信沟通群正式搭建并运转起来。为了切实发挥出微信群的沟通议事作用,久筑社区党总支又牵头协商,制定了“四个温馨提示”的群规,监督大家共同遵守议事规则。在群中,大家及时提出生活中发现的问题,物业部门则针对这些问题加紧落实并进行反馈。现在,居民在群里反映的问题都能在物业经理和社区党总支的督查、监督下妥善解决,不仅大大提高了问题办理的效率,更提升了广大业主参与管理的积极性。

疏解关系 良性循环共创和谐

为了更好地改善居民生活环境、提高生活品质,近几年,结合社

区综合整治项目,鲁谷社区利用便民工程资金等经费,在小区内实施了人车分离改造、路面修平、新装监控探头、安装便民座椅、安装节能路灯、增设健身器材等一系列便民利民的服务举措,让社区居民实实在在地感受到了生活环境的变化。良好的沟通是解决问题的开始,居民们利用微信平台通过文字、图片、语音等多种方式在群内交流互动,大家会为物业集体大扫除、维修管道、清理水箱而毫不吝啬地点赞,也为社区的和谐发展出谋划策,畅谈建设“金点子”,零距离的交流、良性的互动达到了求同存异的明显效果,凝聚了社区居民的广泛共识。

分层管理 改善服务缓解矛盾

久筑社区党总支在社区内探索建立了分层管理模式:以社区党组织为领导核心的一级管理层,充分发挥党建统领、协调监督作用;

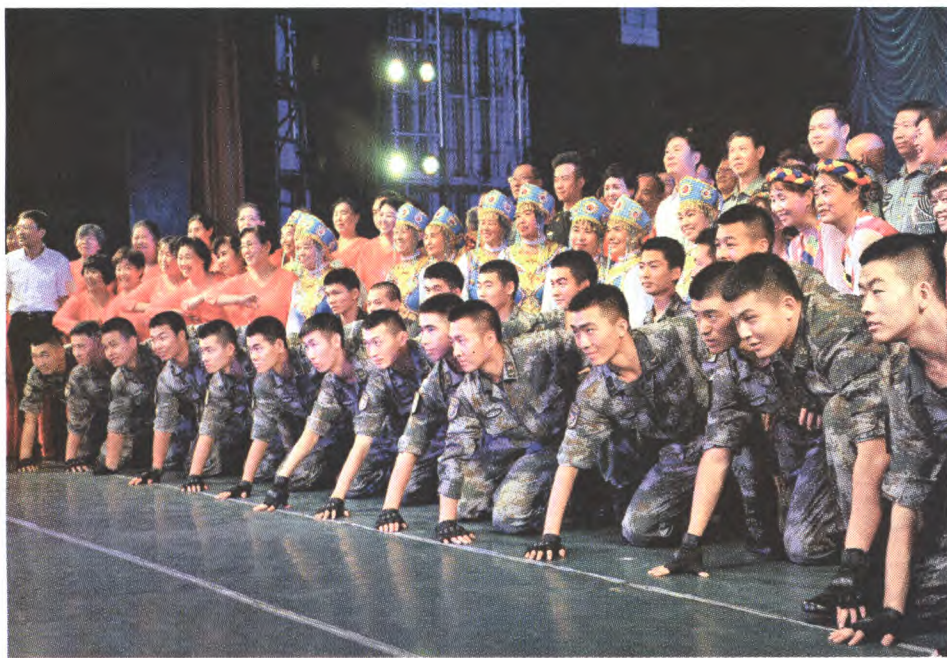
以社区居委会和服务站为中坚力量的二级管理层,全面服务于民,安排引导居民协助做好小区治理;以居民代表、社区党员、志愿者为主要力量的三级管理层,发挥自身先锋模范作用及群众骨干的带头作用,实现居民自治管理。分层管理模式和管理途径,大幅提高了管理效果和服务成效,切实缓解了居民与物业公司之间的矛盾。 杨磊



我区召开第三次安委会全体会

本报讯(记者封翔)7月24日,我区召开石景山区第三次安委会全体会。会议传达了国务院和北京市安委会电视电话会议精神,对全区上半年安全生产工作进行了通报,对在人员密集场所、高层建筑防火、建筑施工、交通运输、地下管线、餐饮燃气、危险化学品、食品药品、工业企业、特种设备和有限空间11个领域开展安全隐患大检查等相关工作进行了部署,并就贯彻落实国务院巡查反馈意见、迎接市委市政府安全生产督察及年度安全生产重点工作任务、电气火灾、危险化学品三年专项治理等工作进行了部署。会议由区委常委、副区长肖平主持,全区59个安委会成员单位相关负责人参加了会议。

投稿邮箱: nakuzai@126.com



颂军魂 迎盛会 军民同庆八一

本报讯 绿色的旋律高亢奔放,军营的节奏铿锵激昂。7月21日下午,苹果园街道军一社区组织了一场“颂军魂迎盛会”军民联欢会,社区军民同台演出,表达对人民军队深深的眷恋,对人民群众真挚的情感。

本次联欢会在认真学习贯彻落实习近平总书记系列重要讲话精神,全面落实区、街道党工委关于加强双拥工作、活跃社区精神文化生活的有关要求的背景下展开,本着贴近实际、贴近生活、贴近群众的原则,坚持突出双拥主题,积极发动居民参与,挖掘现有资源,努力勤俭节约,使这次联欢会既气氛热烈、丰富多彩,又深入生活、喜闻乐见。据悉,联欢会节目大多是社区居民和驻军部队官兵自编自写自导自演。军一社区同时还举办了“传承红色基因,弘扬传统文化”军民书画展和“颂军魂迎盛会”主题黑板报展。

张恩泽/文 王有毅/摄

“一管多”发挥政府职能 “一站式”服务百姓生活

本报讯(通讯员胡佳琳)菜篮子虽小,但关乎千家万户。针对五里坨街道联勤部职工家属院内吃菜难、交通不便等情况,街道进一步明确功能定位,优化规划方案,推进联勤部便民菜站改造工程。今年5月,五里坨街道正式启动联勤部便民菜站改造工程,在现有基地上建设彩钢架结构菜站,面积约68㎡。同时对菜站内部摊位、排水、地面、墙面及配套设施进行改造升级。菜站整体采用横向长窗,全方位的采光设计更加节能。两边坡道设计,以方便货物运输和行动不便的人。建

成后的便民菜站屋顶采用橘红色彩钢板,颜色时尚醒目。近日,历时1个半月的联勤部便民菜站通过工程验收,即将招商挂牌营业,服务周边百姓,为居民真正带来便利与实惠,足不出院便能购买到新鲜、绿色、物美、价优的放心菜。

今年,涉及便民工程的其他施工项目也都在有条不紊地展开,预计年底前,五里坨地区居民将会在居住环境、生活设施、交通出行等得到进一步改善,让“最后一公里”落到实处,让老百姓真正享受“一站式”服务。

“一句话”党课效果好 老党员明白又记牢

本报讯(通讯员梁合军)为推进“两学一做”学习教育常态化制度化,进一步贯彻落实区第十二次党代会精神,坚持党建统领、从严治党,在社区党员教育管理中做好集中授课与个人自学的有机结合,达到党课教育全覆盖,党员受教育出实效,古城街道党工委在深入调研、广泛征求意见的基础上,探索推行“一句话”党课活动。

“一句话”党课简要的说就是把需要讲党课的内容浓缩成“一句话”,通过社区党组织与党员建立起的微信、QQ等平台或短信发送到因病、事请假的老党员或其子女的手机

间更好的沟通与管理模式。

在开展“一句话”党课活动中,古城街道党工委要求各级党组织书记负责组建“一句话”党课编撰小组,成员由党的理论水平或学历较高并在原单位担任过党务工作者的老党员组成,在每次上党课前,提前把党课的有关内容告知党课编撰小组各成员,每人提炼,提交小组讨论、定稿后,发送到每名党员或其子女手机上。现在,在古城街道各社区走访过程中,老党员都会向你推荐“一句话”党课活动搞得好的,西路北社区太极拳活动队老党员说:“争当‘两学一做’的‘践客’,不练花拳绣腿的‘水上漂’,既朗朗上口,又好学好记,受到社区老党员的喜爱!”

关节莫名响背后隐藏的疾病信号

关节发出咯咯响,对于很多人来说并不重视,比如有时突然蹲下,膝盖发出响声,或者自己掰动十指时都会发出响声。但也有人表示,经常把手指关节弄响,手指关节软骨会受到损伤,进而加速关节的退变,很有可能导致关节炎的发生,甚至有些响声是某些疾病的早期信号,那么关节咯咯响,到底是否正常呢?

偶尔无痛的关节响不需太担心,但别刻意追求

北京长庚医院骨科医生介绍,人体关节处有肌腱、滑囊、关节软骨等,所以在关节活动时这些组织会发生摩擦,从而就会产生弹响。一般大部分人的关节响声非常轻微,难以察觉,只有小部分的关节松弛或缺乏锻炼的人发出咯咯响声。

很多时候关节的响声,处于生理性弹响,偶发、无痛,且不伴有关节功能障碍。我们在日常生活中常见的甩手臂或是掰手指等造成的响声都属于生理性弹响。但是医生表示,经常把手指关节弄响,手指关节软骨会受到损伤,进而加速关节的退变,很有可能导致关节炎的发生,轻则长期忍受疼痛的折磨,重则手指的功能受

到影响,留下严重的功能障碍。而且,经常捏响手指的后果是在疼痛之外,手指关节内会产生关节积液,使手指关节外观变粗变大,在影响活动的同时影响美观。

医生提醒:有些关节声响需注意

一般来说,年轻人出现关节响以生理性原因为主,不需要特别处理;而年龄大的人一旦出现关节响,则更多要考虑局部是否有病变。

医生指出,对于肩膀发生响声的情况,35岁以下主要是由于脱臼引起,35~60岁之间,带疼痛的响声,则很可能患了肩关节夹挤症候群。对于60岁以上的人来说,如果有疼痛感,可能是关节炎所致;如果是胳膊肘内侧发出响声可能是尺骨神经脱位,需手术解决;对于脚踝活动时的响声,很可能是扭伤,通常是连接骨骼的韧带破裂所致。

如果走路疼痛并发出响声,可能发生了软骨撕裂。如果是关节内侧响动,并伴有隐痛,特别难受的感觉,很可能是关节炎。另外,如果头部后仰时,下巴骨骼之间的软骨活动会导致响声,要事同时还伴有疼痛,很可能是颞下颌关节功能紊乱。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363