



“电”亮石景山

国网北京石景山供电公司与区投资促进局 签订战略合作协议



近日,国网北京石景山供电公司与区投资促进局签订战略合作协议,双方将在区域重点项目建设上开展深度合作,共同打造智能可靠城市电网,全面优化营商供电环境,服务区域经济社会高端绿色发展。

长期以来,石景山区与国网北京石景山供电公司建立了畅通的沟通机制,为区域经济社会发展提供了坚强可靠的电力保障。“十二五”期间,石景山区不断加大电网投资力度,建成1座220千伏变电站,1座110千伏变电站,扩建2座110千伏变电站,更好地服务和满足了地区用电需求,保障了各重点产业功能区有序推进。

“十三五”期间,随着京津冀协同发展,冬奥组委和国家体育产业示范区落

户,“一轴三园”产业规划布局建设步伐加快,石景山区在全面深度转型高端绿色发展的道路上肩负起更重的使命。为更好地满足区域经济社会发展的电力需求,石景山区将加快电力主网发展,规划建设3座220千伏变电站,6座110千伏变电站,极大提升供电保障能力和供电质量;启动220千伏石景山、石龙和110千伏炼钢输变电工程建设,服务冬奥组委办公需要;持续推进配网建设,在配电网建设改造成果基础上继续开展全区智能电网建设,共同推进“网格化”配电网规划有效落地,建设国际一流配电网。

在加强智能电网建设的同时,石景山区政府与国网北京市电力公司签署了《石景山区电力设施建设合作协议》,携手提升供电服务品质。区投促局与国

网北京石景山供电公司的战略合作就是深化落实此项协议的重要一步,接下来区投促局将和国网北京石景山供电公司成立联合工作组,为重点产业功能区提供项目涉电事项“前延至规划设计、后延至运行维护”的全过程服务,实现一口对外、一次告知、全环节量化、全过程管控。

项目建设前期,联合工作组主动与重点项目建设单位对接,组织协调供电公司成立“五新”专业服务团队,一口对外,办理业扩报装手续,压缩流程时限,优先安排电力设施投产发电,加快推进重点工程的建设。同时,联合工作组紧密对接,共享项目信息与供电情况,绘制“电网规划建设-项目建设信息一览图”,共同修订区域电网规划,做到“项目未动,电力先行”。

项目建设阶段,联合工作组主动对接项目建设单位,协调项目施工用电、永久用电的报装、方案设计、投产发电等具体事项。项目建成后,工作组将积极服务项目用电单位,为电力设备提供后期运行维护、状态检测、事故处理、检修预试、重大活动供电保障等服务。

未来,石景山区将继续加快重点项目的实施,通过与国网北京石景山供电公司深入密切合作,共同推进冬奥组委驻地、新首钢高端产业综合服务区、北京保险产业园等产业功能区电力规划建设,打造高标准、高可靠性智能电网,保证重点工程的稳步推进,优化营商基础设施环境,将地方经济发展与电网规划落地相结合,为区域高端绿色发展提供坚强的电力支撑和可靠的供电保障。文/刘念 图/孙超

石景山区“3连A”企业尊享VIP服务

本报讯(通讯员贾晓磊)近日,石景山区国税局、地税局、金融办联合举办石景山区纳税信用“3连A”企业颁证仪式暨2017年税银企金融服务平台专场活动,标志着在税银企金融服务平台战略合作协议签订一周年之际,石景山税银互动、褒扬诚信纳税又迈出了坚实的一步。

近年来,区委区政府高度重视区内社会诚信体系建设,将这一工作作为促进石景山全面深度转型、高端绿色发展的重要方面。在区委区政府的大力支持下,石景山区国税局、地税局、金融办密切配合、通力协作,发挥职能部门优势,积极拓展纳税信用评价结果在金融领域的增值应用,依靠石景山区税银企金融服务平台,引导企业利用良好的纳税信用开辟融资途径。

据区地税局相关负责人介绍,纳税信用评价是国地税联合开展的,根据国家税务局纳税信用管理办法,依靠税务部门的纳税信用评价系统,对纳税人的日常纳税行为进行的指标评价。石景山国地税务部门对近三年评价年度的A级纳税人信息进行了采集、整理、确认,在全市率先联合为204户企业颁发纳税信用“3连A”证书,并向税银企

金融服务平台推送,为企业增信助贷,其目的在于促进纳税人诚信自律,提高税法遵从度,进而促进整个社会信用体系建设。

税银企金融服务平台运行以来,区金融办、国地税部门组织金融机构开展各类专题对接活动10余次,为区内50余家纳税信用良好企业主动提供“一对一”融资及咨询服务。同时平台积极引导银行信贷资源向高新技术、文化创意等石景山区五大主导产业倾斜,平台贷款80%流向了科技型、成长型辖区企业,对部分优质纳税企业还给予了“循环授信”服务,以“3连A”企业阿尔西制冷工程技术有限公司(北京)有限公司为代表的22家企业通过平台获得贷款融资9778万元,较去年平台建立初期融资规模扩大了7倍,实现了企业纳税信用与银行信用的有机融合。

下一步,税银企金融服务平台将为纳税信用“3连A”企业提供专属服务。区国地税部门给予企业办税免排队服务,并指派纳税服务专门人员建立绿色通道办理涉税事宜。在全市率先推出面向纳税信用“3连A”企业的“区域通行式”金融服务,打造税银企金融服务的“金标准”,进一步提升纳税信用评价良好企业的获得感。

做好双语标识规范工作 营造我区国际语言环境

本报讯(通讯员张会)随着北京国际交往中心建设、冬奥会组委会落户石景山区和“疏解治乱促提升”专项整治工作的进一步深入,石景山区外侨办采取多项措施,对区域内重点公共场所的双语标识设置开展进一步规范工作,提升我区的国际语言环境建设水平,促进我区国际交往工作深入开展。

一是重视宣传,在区内媒体分期登载商业、旅游景区、文化、医疗卫生等窗口行业常用双语标识英文译法。拓宽区内广大居民对于规范双语标识知识的学习途径,对石景山区公共场所双语标识进行纠错,并对双语标识规范工作提

出宝贵意见建议。

二是积极配合“治乱疏解促提升”专项整治工作,坚持“提前介入,先行把关”的原则,做好对重点街区综合景观提升工程以及新增双语标识的规范审核工作。对双语标识设置的内容在制作前予以审核,并在审核后,对样品予以把关确认。

三是积极争取市政府外办国际语言环境建设处的指导和支持。依托市政府外办翻译中心的优质翻译资源,对区内新设置的双语标识、景点双语说明以及双语宣传品进行翻译,保证双语文字的高质量。

练太极拳会损伤膝关节吗

很多老人退休后喜欢在晨练的时候打打太极拳。可是,有些老年人练着练着,就发觉膝盖痛得难受,尤其是在上下楼梯、做下蹲动作时疼痛明显,这是怎么回事呢?

北京长庚医院的骨科医生跟我们解释说,这两者无必然关系,关键是练法要科学,量力而行。出现这种情况,可能是膝盖原本就有退行性变,刚刚接触太极拳,动作不规范,架子刻意放得过低,运动量过大,加重了膝关节的病变。针对这类人群,医生建议暂停太极拳运动,休息疗养,待症状消失后再选择适合的活动方式。

医生表示,作为人体主要承重关节,膝关节会随着年龄增长,功能减退,骨密度降低,甚至产生骨质增生等退行性变。如果本身存在膝关节的问题,又在练习太极拳时把错误动作反复进行,膝关节活动的轨迹会发生异常,关节软骨受到异常错动磨损,引起膝关节肿胀、疼痛。

其实,除了太极拳,还有不少运动

如果练习不科学,也容易让中老年人膝关节问题加重,比如爬山、爬楼梯、慢跑等。所以,经常用这些方式锻炼的中老年朋友,发现膝关节疼痛,要科学分析原因。如果是由初练引起的肌肉、膝关节酸痛,只要适当注意劳逸结合,就会慢慢恢复;如果是不正确的姿势、方法引起的疼痛,就一定要停下来休息,待症状消失后再选择适合的活动方式。

另外,太极拳特有的运动形式是膝关节始终处于半蹲姿势,下肢运动负荷比较大,长时间、低重心的运动,很容易造成膝关节软骨、韧带损伤,引起疼痛。因此,不同的人在锻炼过程中,都应该根据自身身体状况,合理调控运动强度,强身健体,预防损伤。

医生提醒,中老年人练太极拳,大腿小腿夹角以135°为宜,这个角度支撑力最合理,能有效增强膝关节功能,促进损伤恢复;一天练习时间不超过一个半小时;体质差些的老人还可以增加角度,减少练习时间。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363