

《北京日报》8月23日头版刊发报道

石景山近十万居民参与社区环境整治 精准帮扶 文体活动等共商共治

老街坊议事会 151 个社区全覆盖

本报讯(记者李瑶)昨天上午,石景山八角街道八角北里社区多功能厅里,20位老街坊围坐在一起,时而热烈讨论,时而低头疾书。这是八角北里第五次老街坊议事会,大伙儿正在为社区环境整治、精准帮扶、文体活动等8类社区工作各抒己见。

像这样的老街坊议事会,目前,在石景山151个社区已经全部覆盖,近十万石景山居民参与其中,并成立老街坊劝导队、巡逻队、楼委会、环境保护队,共商共治,守护家园。

在昨天的议事会上,居民们提出的建议听着都不大,但件件关系着日常生活。有的居民建议在2

栋南边,利用拆完圈地菜园之后30平方米的空地,建一个小公园;有的说8栋的东南角,可以建起一个小景观,让大伙儿出门见绿;有的提出发动居民做绿地管家,把小区的小花园认领起来、管起来。

“大伙儿的意见都可以写在参赛表里,而且我这本儿上也都记下了。”八角北里社区党委书记陈鹏告诉大家,老街坊们的创意方案都将统一评奖,并邀请专家论证,具有可行性的尽快实施。

在采访中,记者发现,老街坊们不光是坐下来谈,还纷纷走出去,用行动发挥正能量。苹果园街道“无违建社区”百日会战中,苹三社区的老街坊劝导队主动帮拆、

劝拆。“涉及违建的46户,老街坊们挨家挨户做工作,每家至少去过不下4趟。”苹果园地区相关负责人告诉记者,如何利用拆出来的空地,也让老街坊们多多拿出自己的主意,并付诸实施;苹一社区将拆违空地改造为休闲娱乐场,苹三社区在拆后空地修复草坪,并规划建设24小时自助图书馆。“有了这群热心、靠谱的老街坊们,还没到9月,我们拆违工作已经完成近七成了。”这位负责人说。

如今,在石景山151个社区,老街坊参与共商共治已经成为常态。上周,石景山游乐园墙外开了六年的酒吧街拆除完毕,就酒吧街拆后绿化提升、停车位环境改造等

事宜,八角街道广泛邀请老街坊走进议事厅,留下意见;鲁谷社区七星园的老街坊们,主动清理社区小广告、真情劝拆,畅谈腾退空间再利用“金点子”;老山街道的老街坊们则成功化解因历史原因导致的居民电表安装矛盾……

“‘老街坊’不仅是城市环境的守护者,也是未来社区的‘设计师’。通过老街坊议事会,为城市管理集聚才智、贡献力量。”石景山区委社工委书记高春玲说,在各社区悬挂统一的“老街坊”议事会、老街坊楼委会、老街坊养老驿站等牌匾,团结、带领全民参与社会治理。

日本东京都板桥区乒乓球代表团访问我区

本报讯(通讯员张会)近日,石景山区与日本东京都板桥区组成乒乓联队,参加了中国人民对外友好协会在北京举办的中日友好交流城市初中生乒乓球友谊比赛大会,与其他66支中日友好交流城市初中生乒乓联队同场竞技。比赛中,两区选手密切配合,共同探讨球技,建立了深厚的友谊。

石景山区与东京都板桥区互为友好区,今年恰逢两区建立友好交流城市关系20周年,双方会见时,区委常委、常务副区长田利跃向代表团介绍了石景山区的基本情况,回顾了两区友好交流历史,表扬了两区选手在赛场上密切配合、奋力拼搏的精神。此次石景山区和板桥区组成乒乓联队,参加中国人民对外友好协会在北京举办的中日友好交流城市初中生乒乓球友谊比赛大会,和板桥区乒乓球代表团对石景山区的访问为两区纪念建立友好交流城市关系20周年系列活动,双方以此次活动为契机不断增进两区人民之间的友谊,促进青少年、体育、教育等多领域的交流与合作。

日本东京都板桥区乒乓球代表团团长、板桥区乒乓球联盟副理事长衫山光治表示,通过此次访问,加深了对石景山区的了解,今后将继续通过体育这座桥梁,为进一步促进两区民间交流作出努力。



拆违建促民生 养老驿站提供多项“身边”服务

本报讯(通讯员张积武 郝克昌)7月1日,位于石景山区八角北路社区院内26号楼北侧的八角北路社区养老驿站正式运营。这家养老驿站是八角街道办事处在疏解整治促提升中利用疏解清退出的场地经改造建成,由石景山区孝和居养老服务中心管理运营。社区养老驿站建筑面积320平方米,设有生活区、配餐区、娱乐区、康复区、日间照料区等,餐厅可供40~50人同时用餐。

养老驿站运营近两个月,获得辖区居民的满意和认可。68岁的张大爷上午11点就来到了社区养老驿站准备吃午饭了。他说:“老人想来这儿用餐手续很简单,只要提前一天订餐,第二天中午就可以吃上两荤一荤一汤的份饭,自己只花9元钱,经济实惠,关键是食品卫生有保证,太方便老人了。”这个

养老服务驿站除了帮助解决老人用餐外,还可以根据老年人的需要提供日间照料和站内托老,如果老人子女临时短期外出,老人独自在家无人照料,子女可以将老人送到养老服务驿站托管,无论白天晚上老人都有服务人员照料管理,解除了子女出门在外时的顾虑。

据驿站负责人介绍,社区养老服务驿站本着一切为了老人乐享天年,驿站内提供有健康指导、文娱活动、呼叫服务、心理慰藉,还根据老年人的实际需要可提供有偿上门助餐服务、助浴服务、助洁服务、陪同就医、代办代购服务等。目前养老服务驿站所设的服务项目,基本上能满足老人的需求,能使社区老人不出社区,在驿站就能享受到方便快捷全方位的养老服务。

我区最大单体违建出租公寓被拆除

本报讯(通讯员张丽华)8月20日,青创公寓违建拆除正式启动,八宝山街道分指协助实行助拆,动用拆除机械设备8台,洒水车4台,雾炮机2台,计划10天完成拆除工作。

青年创业公寓土地权属北京金都园林绿化有限责任公司,在石景山区出租公寓违建中单体面积最大,建筑面积3.18万平米;出租房屋数量最大,出租970余间;疏解人口数目最多,涉及2000余人。此次整治面临“三大难度”:疏解人口难度大,租户情况复杂;拆除技术难度大,施工作业空间狭窄;扬尘抑制难度大,需使用专业环保降尘设备。

在前期多次接洽商讨工作中,政府主导,企业主责,充分体现了双方勇于克难、共同担当责任。八宝山街道分指通过摸底调查、宣

传告知等大量准备工作,全面了解青年创业公寓出租业态情况,开展疏解清退工作,全力协调金都园林公司与相对人就后续相关事宜进行谈判,并达成初步意向,同时协助金都园林公司清理公寓内各类杂物,做好拆除前准备工作。

此次拆除过程中,八宝山街道分指努力确保施工安全、确保绿色环保和拆除进度,保证8月底前完成拆除、清理等全部工作。



简讯

●近日,区供水办在八角街道建钢南里社区启动2017年节水器具换装工作,进一步推广节水型生活用水器具及节水产品进社区。据介绍,这次将为八角街道的建钢南里社区、八角中里社区、八角北路社区等8个社区共换装节水花洒1200套。在安装现场,节水器具厂家代表讲解了节水器具的功能特性和换装程序、节水器具基本知识和日常生活中节水的方法。节水器具换装项目计划9月底完成实施,10月底完成项目验收。 赵鹏

综合新闻投稿邮箱:nakuzai@126.com

身上这些部位老疼赶紧去看看骨科

颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出……越来越多骨头上的健康问题,让人们苦不堪言。北京长庚医院骨科医生表示,骨科类疾病莫大意,如果您身上这些部位老出现疼痛,就需要赶紧去正规的专科医院进行检查,及时排除病患。

脑袋疼

大部分属于颈源性头痛,颈部长期保持一个姿势,颈椎会发生老化,颈椎间盘变性,继而引发头痛。

脖子疼

我们的颈椎有七块颈椎骨,像叠积木一样互相叠加连接起来,形成一条前凸后凹有曲度的颈椎。在颈椎前后,分别有数条如同橡皮筋样的韧带从第一块连接到第七块颈椎骨,并围绕在它们周围。这样,颈椎就可以把整个头颅撑起来,并且有灵活的活动度。而大多数颈椎疼,是因为颈椎骨之间出现松动、不稳定而引起的症状,治疗方法最好戴颈托,以增加颈部稳定性,尽快恢复平衡,达到治愈的作用。

肩膀疼

如果肩膀疼的同时,胳膊越来越不灵活,做不了梳头、给背挠痒痒等动作,也就是说肩膀各个方向的活动都困难,

要考虑是否患上了肩周炎。如果仅仅是肩膀疼,应考虑是否为颈椎病引起的症状,颈椎病通常还会伴有上肢麻、痛等感受。

腰腿疼

如果腰腿经常疼痛、腰部僵直、不能弯腰活动;咳嗽、打喷嚏或用力稍大会诱发腰疼,下肢有麻木的感觉,要考虑是不是患上了腰椎间盘突出症。

如果提重物后,闪了腰,通常平躺休息一阵就可以直立;如果您是一位老年人特别是女性,平时就有骨质疏松,轻度的外伤导致腰背部剧痛、站立不直,可能要考虑是不是骨折。

膝盖疼

感觉膝关节变形、僵硬、肿胀、疼痛,活动时各个关节“咔咔”响;下蹲困难,双腿行走不便、疼痛,上下楼梯困难。如果你有以上任何一种症状,都说明你可能患上了膝关节退行性骨性关节炎。

手指疼麻

一般小手指和无名指发麻或疼痛,可能要考虑是颈6/7椎间盘出了问题;前臂外侧和拇指食指疼麻要考虑是颈5/6椎间盘的问题;如果肩膀或上臂疼,应该是颈4/5椎间盘有问题。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363