

“三个平台”发挥“老街坊”品牌效能

本报讯(通讯员孙静)近日,老山街道“老街坊”社区议事厅陆续揭牌成立,为充分发挥“老街坊”品牌效能,开辟一条联系群众、优化决策、化解矛盾、改进工作的新途径,老山街道广泛吸纳地区人大代表、政协委员、统战人士、社区党员代表、居民领袖式人物、志愿者代表参与“老街坊”社区议事协商委员会,借助社区议事、教育、服务三个平台的联动优势,打造社区自治闭环式管理模式,实现民主监督的进一步延伸、地区资源的进一步整合、自治能力的进一步提升。

构建“议事”平台,形成社区议事协商闭环模式。一是吸纳“小巷总理”,拓宽建议收集渠道。广泛吸纳居民代表、“小巷总理”、驻地单位负责人、物业公司负责人等为“老街坊议事厅”成员,定期召开“老街坊”议事协商会,重点将“小巷总理”日常工作中收集到的、居

民群众反映较强烈的问题意见拟定清单,充分讨论发表意见,形成“议事厅”建议。二是发挥人大代表作用,下情上达无缝对接。以“网罗民生、了解民情、化解民忧”为抓手,以“得民心、暖民心、稳民心”为目标,“小巷总理”作为选区人大代表助理员,及时将“议事厅”建议向选区人大代表进行转达,并与街道相关部门协助人大代表对建议进行梳理、分析、归类分类。其中,对于权属街道负责协调解决的问题,交由相关科室对问题进行办理;对于超出街道权限范畴的问题,形成人大代表闭会建议。三是点亮“老街坊”金字招牌,帮助居民排忧解难。建议办理结果由人大代表和“小巷总理”共同向“老街坊”社区议事协商会进行答复,坚决做到“事事有回音,件件有落实”。截至目前,已通过该模式解决了包括城市环境治理、社区文化建设等在内的4大类16件居

民关注的热点、难点问题,此外,“老山郊野公园太阳能路灯问题”已形成闭会建议。

搭建“宣传”平台,传播“老街坊”正能量。组建“老街坊”社区义务宣传队,在社区居民中传播正能量。一是借助“社区楼门党建宣传栏”,定期更换宣传内容,将十八大精神、习近平总书记系列重要讲话精神 and 治国理政新理念新思路新战略以及市、区党代会精神进行重点摘要,以方便群众阅读,更便于牢记的方式进行展示,广泛宣传习近平总书记重要思想这一当代马克思主义。二是借助“社区党校”教育载体,请“老街坊”社区宣传队员们围绕身边优秀党员、先进人物、感人事迹在地区中进行宣讲,用身边事教育身边人。三是借助“老山红色党建园”优势,请部分“老街坊”社区宣传队员担任老山廉政文化墙、老山红色基因文化墙宣讲员,对地区青少年进行爱国

主义教育。

完善“服务”平台,引领志愿服务新风尚。成立“老街坊”社区志愿服务队,定期开展义务服务活动。一是开展社区志愿服务活动。依据“老街坊”社区志愿服务队人员年龄、职业等特点,分组分时间段开展安保巡逻、环境清理等社区志愿活动。二是开展定制服务。建立“老街坊”志愿微信群,吸纳社区中热爱公益事业、长期支持社区活动的各类技术能手参与,定期公布居民需求,如磨刀、理发、购置生活必需品等,有组织的开展一对一个性帮扶活动。三是拟将志愿队伍纳入养老服务驿站。聘请专业技师对部分志愿服务队员进行养老老老培训,帮助解决社区内高龄、空巢、独居老人无人照顾、饮食起居困难等问题,满足老人基本生活需求。目前,老山养老服务驿站已完成选址工作。

联大师生社会实践 聚焦京西食品安全



本报讯(通讯员郭一超)近日,来自北京联合大学健康与环境学院暑期社会实践团的大一新生在指导老师的带领下,前往北京、天津、唐山的重工业地区,对那里种植的蔬菜进行重金属含量检测。通过对比,最终选定了北京京西老煤矿区内种植的蔬菜进行重点检测。调查结果显示,当地的多数蔬菜符合国家标准,菠菜这种金属富集能力较强的蔬菜中铬和铅的含量略有超标。

本次活动是在响应国家京津冀一体化的大背景下,结合北京联合大学在应用型大学建设长期实践的过程中形成的“城市型、应用型”的特色下进行的实践,本次实践既拓展了同学们的视野,又从专业角度对京西老煤矿区的食品安全问题提出了进一步的解决措施。

投稿邮箱
nakuzai@126.com

303名驻区官兵接受职业技能培训

本报讯(通讯员王晓芳)“强军育才接力工程”是石景山区双拥工作的重要品牌。为贯彻落实军民融合发展战略,配合部队信息化和人才战略工程的需要,有效促进驻区部队战斗力的提升,依托区域内优质教育资源为驻区部队义务培训专业技术人才,力争使驻区部队所有官兵在服役期内接受一至两次职业技能培训,实现官兵“入伍即入学、在伍有作为、退伍即成才”目标,自2011年启动实施以来,为驻区部队官兵免费培训计算机操作与运用、汽车维修、烹饪、舞蹈和乐器等职业技能,累计培训2300人,既夯实了军队人才实力,又提升了官兵综合业务能力和社会竞争力。

2017年度的“强军育才接力工程”由北京工业职业技术学院、石景山业余大学、黄庄职

业高中三个学校派出优秀教师组织实施,共培训官兵303名。其中北京工业职业技术学院开设了汽车维修专业、平面图像处理、办公自动化课程共6个教学班,培训官兵151名。黄庄职业高中开设厨师烹饪专业课程5个教学班,培训官兵120名。石景山业余大学开设平面图像处理、多媒体制作课程1个教学班,培训官兵32名。

“强军育才接力工程”体现了区委区政府贯彻落实推进军民融合式发展重大战略部署,全力支持国防和军队建设的坚定决心和大事大抓的鲜明态度,体现了石景山区积极为驻区部队解难题、办实事的求实精神和务实作风,对推进我区双拥工作向纵深发展,走出一条具有区域特色军民融合式发展之路起到重要的推动作用。

●9月7日,区委社工委党支部与共建社区重聚园党委开展以“让政治生命闪闪发光”为主题的“共建双承诺”主题党日。活动中,重聚园社区老党员讲述了入党历程,为9月入党的党员们发放了政治生日贺卡,重温了入党誓词,向参加活动的党员群众赠送学习书籍。这次主题党日活动以“小型、多样、实效”为原则,扩大了全区社会领域党建的影响力,密切了单位党员群众的联系关系,更加坚定了党员的理想信念,通过这次活动,党员们纷纷表示在今后的工作中要不忘初心、强身健体,继续保持和发扬优良传统,砥砺前行,让自己的政治生命闪闪发光。孙睿洁

●9月11日,苹果园街道召开餐厨垃圾收运合同现场签订会,与辖区60余家餐饮单位签订统一收运合同,确保餐厨垃圾从产生到收运全过程规范化、专业化、精细化管理。日后,将由正规备案的专业垃圾处理公司统一上门回收,不仅减轻了餐饮单位的负担,还能

有效分解餐厨垃圾变成再利用的肥料,避免因处理不当导致垃圾污染土地水源。不少餐饮单位负责人表示:“大力支持政府开展的环保工作,垃圾由专业公司处理,减量的同时还能让再生资源增多造福社会,比之前的处理方式强太多了。”王拓

腰椎受损与睡觉有关

腰椎间盘突出症是多发病、常见病,轻者表现为腰部酸胀,容易闪腰,严重者下肢麻木或者酸痛,甚至影响患者走路和睡觉,给生活带来极大困扰。

“腰突”患者常伴有下肢麻木酸痛

北京长庚医院骨科专家告诉记者,现在正值春季,气温变化大,会导致周身血管收缩,血液运行缓慢,使椎间盘内压力增大。同时,春季气候干燥,人体含水量下降,椎间盘中水分丢失更严重,导致椎间盘弹性下降,退变也随之更加突出。当椎间盘突出压迫、刺激附近的坐骨神经根,患者就会感到一侧腰部疼痛,经臀部、大腿后方一直向小腿及足部放射,并伴有小腿或足部麻木,严重时出现跛行,咳嗽,更有甚者可引起瘫痪、大小便失禁等症。

睡觉也会引起腰椎受损吗?

专家解释说,睡过软的床就会对

腰部造成伤害。毫不夸张地说,长久睡软床甚至可以导致患上腰椎间盘突出症,或者加重患者腰椎间盘突出症状。这是因为过于柔软的床垫在人体体重压迫下很容易形成中间低、周围高的情况,整个腰椎处于不稳定的状态,会影响腰椎正常的生理曲度,从而造成负重和体重对椎间盘压力增加,破坏腰部肌肉、韧带的原有平衡状态,髓核随之突出,加大了髓核神经根的压迫程度,从而加重患者腰酸、背痛等症状。中老年人随着年龄增大,腰椎退行性病变程度不一,保护腰椎除了避免剧烈的腰部运动、重视腰椎保暖外,不要用太软的床垫,最好每年坚持一次。

另外,专家还提醒,腰椎间盘突出症越严重,对患者的生活影响越大,因此建议中老年人弯腰时动作不宜过快,出门锻炼时注意保暖,适度增减衣物,如果疼痛症状明显,或者下肢麻木酸痛,应及时就诊。

全国防教育日当天 本市五环路以外区域试鸣防空警报

经北京市人民政府批准,今年本市将于9月16日(9月第三个星期六)暨全国防教育日进行试鸣防空警报。

北京市试鸣防空警报通告称,此次试鸣防空警报的主要依据是《中华人民共和国人民防空法》、《中华人民共和国国防教育法》及《北京市人民防空条例》的有关规定,是为了增强公民的国防观念和人民防空意识,检验本市防空警报设施完好率和警报音响效果,使广大市民熟悉防空警报信号。

今年试鸣防空警报的信号有三种,按照“预先警报”、“空袭警报”、“解除警报”的顺序发放,从9月16日10时00分至10时23分,每种警报信号间隔七分钟。

10时00分至10时03分,试鸣预先警报,鸣36秒、停24秒,反复3遍,时间3分钟。

10时10分至10时13分,试鸣空袭警报,鸣6秒、停6秒,反复15遍,时间3分钟。

10时20分至10时23分,试鸣解除警报,一长音连续鸣3分钟。

根据通告要求,北京市民防局提醒市

民,试鸣防空警报期间,市民应注意辨别防空警报信号,除参加疏散掩蔽演练的部分社区居民和在校学生外,不需要采取任何措施,保持镇静,继续保持正常的工作和生活秩序。警报拉响时,各生产企业、建筑工地的员工,可继续坚持生产、施工,落实好安全措施;汽车驾驶员可继续集中精力,安全行驶;在医院、商店、影剧院、车站、街头广场、公园、饭店等公共场所的人员,不要慌张,不要拥挤乱跑;在家的居民继续保持正常的生活秩序,家长要看护好自己的孩子,避免孩子受到惊吓;同时要提高警惕,防止不法分子趁机扰乱社会治安。

9月16日在本市五环路以外区域试鸣防空警报,是非紧急状态下的警报试鸣。市民应注意学习辨别防空警报信号,除部分参加相关演练的人员外,不需要采取任何措施,继续保持正常的工作和生活秩序。试鸣防空警报期间,各区都将组织一所学校和一个居民小区进行疏散掩蔽演练;其他各区将结合实际开展试鸣防空警报相应的宣传工作。



北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363