

太阳宫报



主办:中共北京市朝阳区太阳宫地区工作委员会 北京市朝阳区人民政府太阳宫地区办事处
宣传科邮箱:TYG-XC@bjchy.gov.cn 新闻热线:84158017

2020年11月30日(农历庚子年十月十六) 星期一 第7期(总第59期)

全国绿化委员会调研组盛赞太阳宫模式

10万平米绿化完成 义务植树实现“互联网+”



近年来,太阳宫地区认真贯彻习近平生态文明思想,牢固树立“绿水青山就是金山银山”的理念,广泛开展全民义务植树活动,大力推进辖区“增绿、护绿、爱绿、扩绿”,完成了近10万平方米腾退空间绿化,建成了莱花卉城市公园、日馨花园、安馨花园、坝河常庆花园等多个小微绿地公园。今年4月16日,太阳宫地区更是成立了北京市首个街乡级“互联网+全民义务植树”基地!

11月20日,全国绿化委员会办公室专职副主任胡章翠一行来到太阳宫地区“互联网+全民义务植树”基地进行调研,重点察看了基地建设情况、工作开展情况,并就相关建设情况进行了深入探讨,有针对性地提出了具体建议。首绿办副主任廉国钊、首绿办二级巡视员刘强、首绿办义务植树处处长刘丽莉、首绿办四级调研员杨振威,区园林绿化局局长王春增、副局长王涛,地区办事处主任郝宝刚等陪同调研。

调研组一行在地区办事处主任郝宝刚带领下,首先听取了地区互联网植树基地讲解员的基本情况汇报,详细了解了地区“互联网+全民义务植树”基地的基本情况,随后一同参观了基地建设、活动开展情况。地区办事处主任郝宝刚汇报了基地的功能作用、专群结合、辐射服务地区及

基地建设以来的活动开展情况。

太阳宫地区“互联网+全民义务植树”基地位于太阳宫公园,地处望京桥旁,北四环与太阳宫中路交汇处东南角,占地总面积24.5公顷,交通便利,环境整洁,是北京市建成的首个街乡级“互联网+全民义务植树”基地,让市民“随愿植树、随处植树、随时植树”的愿望变成现实。

最后,全国绿化委员会办公室专职副主任胡章翠对太阳宫地区“互联网+全民义务植树”基地工作开展情况给予肯定,并指出:要加大宣传力度,突出地区亮点特色,加快推进“互联网+全民义务植树”基地建设,组织开展好各种形式的尽责活动,提高市民义务植树尽责率。

自2020年1月起,太阳宫地区办事处积极组织、认真开展街乡级“互联网+全民义务植树”基地的全面筹备和组织工作。主要完成了以下几项工作内容:一是完成太阳宫地区“互联网+全民义务植树”(太阳宫公园)基地规划建设。对太阳宫公园园区进行了科学规划设计,改造公园基础设施,完善服务接待功能。划定“造林绿化区”“认种认养区”“自然保护区”“设施修建区”“抚育管护区”等尽责区域。二是建立“太阳宫公园”公众号,加大宣传力度。开通了太阳宫地区“互联网+全民义务植树”网络平

台,实现基地义务植树线上线下联动;三是完善硬件设施,初步形成街乡级“互联网+全民义务植树”基地有效运行管理机制。对现有太阳宫公园管理用房进行装饰装修,设置了基地“办公室”“科普室”“展览室”“工具房”等功能场所。四是组建人员队伍,开展义务植树尽责系列活动。成立了街乡两级工作队伍,建立各工作岗位职责,统一工作服和基地标识,明确岗位职责等。建立规范工作运行制度的体系,定期召开工作例会。

目前,太阳宫公园基地的网络平台已经基本具备了发布活动公告、预约登记、活动组织开展、证书发放等功能。太阳宫地区的市民通过网络平台预约后,可通过公共交通、骑行、步行等绿色出行方式,到基地体验线下尽责,尽责完成后,将会获得首都全民义务植树电子尽责证书,实现了义务植树“线下尽责,线上留痕”的功能目标,大幅度提升尽责公民的获得感、荣誉感、幸福感。

“互联网+全民义务植树”是实现义务植树便捷化、信息化、专业化的有益探索。未来,地区将继续大力推进“互联网+全民义务植树”基地建设,助力朝阳区创建国家森林城市工作,不断推动“增绿、护绿、爱绿、扩绿”在地区形成新风尚,满足地区居民群众对美好生态环境的期盼。

喜报

地区残疾人冰壶队拿下全国总冠军!

继10月24日荣获北京市首届“健康杯”残疾人群众体育大会冰壶项目组冠军后,11月17日,太阳宫地区残疾人冰壶队在杭州市参加由中残联举办的第五届中国残疾人冰雪运动首场活动暨第三届全国基层残联机构旱地冰壶比赛总决赛,斩获轮椅组第一名。

本届大赛共有来自北京、吉林、山西等14个省(市、区)的26支代表队参加,是历届参赛队伍最多、规模最大的一次。赛事分智力组、轮椅组、听力组。旱地冰壶是冬奥会项目冰壶的普及版,与冰壶比赛规则基本相同,它保留了冰壶运动的重要特质,又打破了冰壶运动的场地限制,是冰雪运

动发展的创新项目。

因为在北京市首届“健康杯”残疾人群众体育大会上表现出色,太阳宫地区残疾人旱地轮椅冰壶球队代表北京市参加了本届全国大赛。6天时间里,在全体队员的共同努力下,经过小组赛和冠军争夺赛的激烈比拼,太阳宫地区残疾人旱地轮椅冰壶球队勇夺轮椅组第一名的好成绩!

据悉,太阳宫地区残疾人旱地轮椅冰壶球队成立于2019年7月。短短一年多的时间,能取得如此出色的成绩,背后少不了队员们的辛苦付出。“这次代表北京市参加全国大赛,大家流汗流泪,也有各种失误,但是整体上心态还

比较平稳,可以说是过程紧张、结果不错,不白费大家这么长时间的努力!”地区残疾人旱地冰壶队队长、教练付宝华对地区工委办事处给予的大力关心、支持表示了衷心感谢,他表示,接下来,队员们还会扎扎实实地练习,全力备战明年的全国残疾人运动会,“希望再接再厉,更上一层楼吧!”

第五届中国残疾人冰雪运动季活动于2020年11月至2021年3月期间在全国集中开展,旨在引导和带动广大残疾人参与冰雪运动,为北京2022年冬残奥会助力,促进残健融合和康复健身,进一步提升残疾人朋友们的获得感和幸福感。

园里寻牡丹》,获得一等奖。住建部副部长黄艳、国务院参事室参事(住建部原副部长)仇保兴在大会上颁奖。

工委理论中心组学习十九届五中全会精神

11月6日,地区工委组织开展理论学习中心组学习会,专题学习十九届五中全会精神。工委书记李华主持,乡长郝宝刚、乡人大主席李军等中心组成员参加学习。

会前,大家自学了习近平在纪念中国人民志愿军抗美援朝出国作战70周年大会上的讲话、习近平总书记给密云水库建设者、守护者的回信精神、《习近平谈治国理政》第三卷、《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要》相关篇目,以及区委理论学习中心组秘书组印发的《中心组学习参阅》第八期、第九期、第十期。

专题学习会上,中心组成员原原本本学习了中国共产党第十九届中央委员会第五次全体会议公

报。通过全面系统深入的学习领会,结合全会召开期间个人收听收看相关新闻报道,中心组成员逐一进行了讨论发言,统一思想认识、交流学习体会、展望美好前景、聚焦目标任务。通过学习交流,大家纷纷表示,此次全会在党和国家“两个一百年”历史交汇期、在当今世界正经历百年未有之大变局之际召开,对于国家兴亡发达、长治久安,开启现代化建设新征程,具有重大现实意义和深远历史意义,特别是将“十四五”规划与二〇三五年远景目标统筹考虑,为中国未来描绘了蓝图、指明了方向,让人备受鼓舞、倍感振奋、倍增信心。地区各级组织和党员领导干部要把学习宣传贯彻十九届五中全会精

神作为一项重大政治任务抓紧抓实抓好要对标对表全会要求,结合市区发展规划、思路、目标定位,立足地区经济社会发展实际,系统谋划未来五年发展规划,制定切实可行的路线图、时间表,向着“三化一街区”的发展目标奋勇前进,更好地造福地区百姓。

中心组成员围绕参观警示教育图片展、学习研读《违纪违法人员典型案例评析》,结合市委巡视、区委巡察反馈指出的问题,逐一交流了心得体会。各成员一致表示,要以案为鉴省自身,警钟长鸣守初心,不断加强自身修养,严守政治纪律和政治规矩,不触底线,不碰高压线,时刻自重自省自警自励,始终做“忠诚、干净、担当”的党员领导干部。

太阳宫地区工会召开第三次代表大会

11月25日,太阳宫地区工会召开第三次代表大会,听取并审议了太阳宫地区总工会工作报告;选举产生了太阳宫地区总工会第三届委员会和第三届经费审查委员会委员。来自地区101名工人代表出席并参加会议。会议由人大主席李军主持。

在预备会议中,由地区总工会副主席李文革通报大会筹备情况。会议一致通过主席团建议名单7人,秘书长建议名单1人,大会代表资格审查委员会建议名单3人及大会议程(草案),为大会的顺利展开奠定基础。

大会正式开始,地区工会主席林敏汇报主题为《践行初心担使命 开拓创新促发展 团结动员地区广大职工新征程上建功立业》工会工

作报告。报告从“夯实基层工会组织基础,不断建立健全机制体制”“巩固民主管理协商成效,切实保障职工合法权益”“展现新时代职工风采,建设创新型职工队伍”“深入实施精准服务,把握职工多元化个性需求”“应急响应提升工会能力,发挥职工主力军作用”等五个方面回顾了地区工会过去五年工作,并从着力加强自身建设,着力深化组织建设、着力筑牢维权体系、着力弘扬三个精神、着力健全服务体系五个方面展望了工会未来五年工作。

在接下来的主席团、代表团会议及选举大会中,主席团与各代表团分别讨论并通过了大会选举办法(草案)、总监票人与监票人建议名单、三个报告决议(草案)、“两

委”委员候选人建议名单,推选出第三届“两委”一次会主持人选。

闭幕会上,地区人大主席李军代表地区工委书记李华同志发表重要讲话,他首先向新当选的第三届两委委员表示祝贺,他表示,希望今后五年,新一届领导班子继续发挥职能作用,以“以人为本”理念为中心,进一步强化工会工作,努力提升自身思想政治先进性,全面加强民主管理及依法维权工作,进一步提升服务意识,努力适应职工群众新的工作生活模式,为新时代工运事业的蓬勃发展添砖加瓦。

随后,地区工会举行了第三届一次经审会与第三届一次委员会,选举产生了经审主任及委员会主席、副主席、兼职副主席,并通过了女职工委员会委员和主任名单。

中国轻工业联合会入驻太阳宫

近日,中国轻工业联合会入驻太阳宫乡。为了让这家重量级行业组织在辖区顺利入驻,11月10日,太阳宫乡组织召开了中国轻工业联合会入驻接洽会。

中国轻工业联合会副会长杜同和、何焯,秘书长陈建国,中国轻工业联合会酒业协会会长朱书玉,太阳宫乡党委书记李华、乡长郝宝刚,副乡长林斌,及乡经济发展办公室、城乡建设管理办公室、社会公共事务服务中心、新纪开发公司、冠城公司等相关负责人参会。

市委组织部调研党建引领物业管理工作

11月16日,市委组织部组织二处副处长邢铮带队到地区调研指导党建引领物业管理工作。工委书记李华、组织委员贾小培等陪同调研。

座谈会上,邢铮副处长仔细询问了地区“三率”(业委会(物管会)组建率,物业管理覆盖率,党的组织和工作覆盖率)工作进展情况、经验做法及面临的问题困难。地区工委书记李华结合地区现状,从“明确责任,制定方案”“党建引领,社区主导”“协商共建,居民自治”三个方面对地区落实党建引领物业管理工作情况做了详细汇报,并重点对芍药居北里、西坝河北里201、202号院等老旧小区的物业管理工作进展、面临的问题困难等进行了介绍。与会人员就部分老旧小区

会上,太阳宫乡党委书记李华首先对中国轻工业联合会入驻太阳宫乡表示了诚挚的欢迎和问候,随后从面积、人口、产业、交通、医疗、教育、环境绿化、乡党委政府组织机构等方面对辖区情况做了整体介绍汇报。中国轻工业联合会副会长杜同和对太阳宫乡在行业入驻方面给予的大力支持表示了衷心感谢,并从发展历史、主要职责、业务范围、组织机构、理事成员等方面对中国轻工业联合会做了简要介绍。双方领导均表示,今后要

区物业管理中存在的产权情况复杂、部分业主自治管理意识不强等难点问题进行了交流探讨,提出意见建议。随后,调研组一行来到十字路口社区丰和园小区、太阳宫社区西坝河北里15号院,实地调研商品房小区和老旧小区开展党建引领物业管理、提高“三率”等工作情况。此外,调研组一行还参观了地区党群服务中心,了解并指导地区党建工作。

邢铮副处长肯定了地区在党建引领物业管理工作上所取得的成果。她表示,要高度重视并落实好党建引领物业管理工作,拓宽思路理念,整合力量,不断探索形成好的经验和做法,着力提高地区“三率”,提升物业管理水平,让老百姓住得安心、舒心、放心。

巩固疫情防控成果 提升社区治理能力

11月12日,地区召开巩固社区疫情防控成果推进社区治理能力提升工作会。地区工委书记李华、办事处主任郝宝刚、乡人大主席李军等党政班子成员,七室一委一队“四中心”“两所”负责人及各社区书记参会。

会上通报了贯彻《太阳宫地区关于巩固疫情防控工作成果推进社区治理能力提升实施方案》工作进展情况、垃圾分类工作及物管会(业委会)成立情况、社区居委会五委工作开展情况、疫情防控常态化工作开展情况、第三季度群众安全感调查测评情况;同时就群众安全感调查测评情况进行了集体约谈、督促,相关社区和部门分别就本社区、本部门在群众安全感工作中存在的漏洞、不足进行了查摆反思,并提出整改办法和下一步工作重点、努力方向。

郝宝刚主任重点强调了要做好人口普查工作、垃圾分类工作、物业工作、群众安全感满意度工作,并要求各部门、社区提早谋划明年的各项工作。李华书记重点围绕提升社区治理能力和治理体系现代化主题

发表讲话。他指出,社区是社会治理的基础和前提,是全部治理体系的关键环节,要高度重视,认真梳理、总结工作经验方法;加强政策法规学习,推进社区治理20条,对标工作进展和效果;掌握科学方法,坚持条块结合,上下联动;加强党建引领,严格贯彻落实党的方针政策。要抓好各项常态化防控措施,确保地区秋冬季疫情防控工作整体稳定、不出问题。要理顺社区工作体系,学习运用辩证法,统筹调度,突出重点,抓住关键,注重方法,揽得住全局,协调好各方,尤其要加强社区专业委员会建设,调动多元力量参与。要在提升群众安全感上下实功夫,这次会议要求测评结果不理想的社区、部门分析原因并提出解决意见,既是一次约谈会也是一次督办会,更是进一步明确群众安全感指数是社区治理能力水平的晴雨表,要深入研究提升群众安全感的有效措施,扎实推进“1+7”专项行动,在加强宣传引导和改善工作方法的基础上主动作为乘势而上,尽职尽责,攻坚克难,总结经验亮点,共同提升地区安全系数,提升社区治理能力。

太阳宫精神

诚信执着
创新合作
拼搏奉献
追求卓越

太阳宫发展目标

优美宜居
和谐共享
文明友善

党建领航太阳宫

北京朝阳

文明朝阳

Happy 扫一扫
随时随地了解我们

地区启动消防专项整治三年行动计划 筑牢消防安全防火墙！

11月13日,地区召开今冬明春火灾防控工作暨消防安全专项整治三年行动推进会。办事处副主任林斌、消防救援支队管片监督员、派出所、平安建设办公室及辖区单位主管消防安全负责人等共同参加。

会上,传达了《朝阳区实施消防车通道和消火栓治理三年行动计划方案》《老旧小区和城乡结合部村民自建出租房连片消防安全突出问题综合整治工作方案》《北京市机关团体企事业单位及居民住宅场所消防安全隐患目录》及高层建筑消防安全三年整

治工作;部署了电动自行车集中充电设施安装工作、消防安全工作、地区今冬明春社会面火灾防控工作,并就《居民小区消防车通道划线标识图示》和《市政消火栓标线标识图示》进行了解读。

地区办事处副主任林斌提了三点要求:一是要求各单位积极行动起来,严格落实消防安全主体责任;二是要把握时间节点,严格落实消防安全专项整治三年行动年度整治任务;三是结合第三十届119消防宣传月活动,和“一警六员”消防基本技能实操实训工作,强化宣传培训工作,加强隐患自查自改。

■相关 地区消防宣传月活动启动

11月3日,地区在太阳宫公园南门举办了以“关注消防、生命至上”为主题的第三十届“119”消防宣传月活动启动仪式。

活动中,消防救援支队虞云富副支队长结合辖区火灾形势及消防安全宣传活动的意义致辞。地区办事处副主任林斌宣布地区第三十届“119”消防宣传月活动启动。与会领导为辖区单位和居民代表发放了消防安全宣传资料。太阳宫消防救援站战斗员讲解了灭火器的使用方法。地区社区卫生服务中心医务人员讲解了心肺复苏和急救常识。消防救援支队管片监督员讲解了电动自行车安



地区举办残疾人及老年人第三届趣味运动会 414人参赛 健身心、促和谐

“迎冬奥、健身心、促和谐”,11月12日,太阳宫地区残疾人及老年人第三届趣味运动会在太阳宫公园成功举办。

地区办事处主任郝宝刚致开幕词,办事处副主任张红霞宣布本届运动会开幕。据悉,本届运动会由地区工委办事处主办,地区民生保障办公室、便民服务中心承办,共吸引了地区414名运动员(包括220名退休人员,194名残疾人)踊跃参与。

现场共设置了疯狂的小鸟、趣味高尔夫、筷子大战、足球飞镖、充气投篮、穿越障碍、快乐大脚靴、铅笔套圈、穿越火线、打大牙等十个



地区单身青年交友联谊 6对成功牵手

11月6日,地区团委、妇联、总工会联合举办“寻找身边温暖的你”2020年太阳宫地区单身青年交友联谊活动。在这场青春聚会和美丽的邂逅活动中,有80余名单身青年参与,最终6对牵手成功。

团队游戏、才艺展示、美食甜点,活动现场为青年朋友们准备

了丰富多彩的互动环节,还融入了垃圾分类等元素,倡导青年朋友们践行绿色生活。

本次寻找到身边“温暖的他(她)”活动,不仅增进了青年人之间的情感交流与沟通,还让大家在放松身心的同时寻找到适合自己的一份情缘。

地区妇女代表参观垃圾分类基地

10月28日,朝阳妇女代表第二协作组于来到昌平区垃圾分类中心进行实地参观考察。

爱分类科普基地位于昌平区南邵镇,总占地面积近50000平方米,由科普中心、分拣车间、大件拆解中心、废纸、废塑料等6大专业化分拣车间等组成。

在这个集“参观、学习、体验”于一体的科普基地,妇女代表及各社区妇联骨干参观了垃圾分类科普中心、专业化分拣车间、观看相关纪录片、学习垃圾分类相关知识,亲身体验垃圾分拣的细致化、专业化水平,提高了大家的环保和垃圾分类意识。

11月5日,首都绿化办副主任廉国钊带队,对太阳宫地区十字口社区“首都绿化美化花园式社区”创建工作进行了检查验收。重点检查了十字口社区丰和园小区的环境绿化美化工作及安馨花园的建设情况。首绿办联络处处长杨志华、首绿办联络处主任科员孟繁博,区园林绿化局副局长王涛、太阳宫地区办事处主任郝宝刚等陪同检查。在十字口社区丰和园小区,首都绿化办副主任廉国钊一行在地区办事处主任郝宝刚、十字口社区党委书记王秀燕和小区物业工作人员的带领下,认真查看了小区的环境绿化美化建

设情况。在安馨花园,首都绿化办副主任廉国钊一行查看了花园的主要功能景观区。

验收检查组一行对十字口社区花园式社区创建工作给予了充分肯定,提出要继续加大宣传力度,提高居民群众参与环境绿化美化的积极性、主动性;要在巩固创建成果的基础上,做好精细化养护管理;要多形式开展义务植树活动,充分发挥太阳宫地区“互联网+全民义务植树”基地的作用,为辖区绿化工作作出应有的贡献。

据悉,11月3日,十字口社区已经到首都绿化办进行了创建工作汇报。2020年,十字口社区在开展创建首都

绿化美化花园式社区工作中,太阳宫地区办事处领导给予高度重视,成立了领导小组,由地区办事处主任郝宝刚担任组长负责项目的总指挥协调,主管副乡长陈鹏为副组长,绿化办李军为项目指导,十字口社区党委书记王秀燕,居委会主任李霞负责项目筹备实施。领导小组下设办公室,设立在十字社区居委会。辖区丰和园、安新路6号院、火星园、首开天运中兴等四家物业为领导小组成员协助开展创建工作。为了让创建工作得以顺利开展,十字口社区通过以“绿”为题,将美化环境与社区治理相结合,围绕“护绿、治绿、唱绿、益绿、爱绿”五条主

线,为社区换颜提靓,让居民享受绿意新生活。

创建花园式社区是一项民心工程,是一项系统工程,更是一项长期工作。本次验收工作是十字口社区创建首都绿化美化花园式社区项目的一次成果检验。未来,为延续创建成果,形成常态化、规范化机制,打造“绿意”宜居的社区环境,十字口社区将会继续围绕“护绿、治绿、唱绿、益绿、爱绿”五条主线,以党建引领为风帆,以网格化管理,提供精细化服务为目标,为居民继续享有花园式宜居环境和多彩的文化生活扬帆起航,奋力前行!

区人大代表集中视察聚焦卫生领域



11月11日,朝阳区人大代表开展了第十六届人大第七次会议会前代表集中视察活动,第四代表团代表前往清华大学附属垂杨柳医院和朝阳区疾病预防控制中心围绕“卫生工作”开展专题调研。第四代表团团长、人大太阳宫地区工委主任李华,人大太阳宫地区工委副主任李军等6位区人大代表参加了本次活动。

代表团首站来到清华大学附属垂杨柳医院。医院党委书记张新庆结合展板向代表做了医院整体情况的汇报。随后,代表视察了医院新址大楼建设情况,对住院病房的规划设计、手术室布局和设备安装情况进行了查看,听取了院方就新医院建设以及设备购置情况的汇报,同时就代表关注的问题给予解答。

始建于1973年的垂杨柳医院,始终坚持发挥公益性,几代“垂医人”秉承“救死扶伤”的神圣职责,圆满完成了一个又一个医疗救助保障任

务。2003年,医院主动请缨成为朝阳区收治SARS疑似病例定点医院,收治非典疑似病人2000多人,治疗非典确诊病人104例,为医院赢得了“全国抗击非典先进单位”荣誉称号。

2020年初,新冠肺炎疫情爆发,北京市启动突发公共卫生事件一级响应机制,全力做好疫情防控工作。在院党委领导下,全院医护人员积极报名,分三批驰援新冠定点医院,95名战士用54天奋战取得了“在院患者零死亡、医护人员零感染、出院患者零复阳”的阶段性成果,并且积极响应“应检尽检、愿检尽检”号召,组建280人的应急采样队执行外派采样任务10次,完成采样量近2.5万人次,先后荣获“北京市抗击新冠疫情先进集体”的荣誉称号。

通过此次视察,代表们对垂杨柳医院的建设发展有了更加全面深入的了解,对医护人员为此付出的努力表示肯定,纷纷表示,此次视察不仅看到了医院蓬勃发展的活力,更

深刻认识到广大医务工作者在抗击新冠肺炎疫情中表现出的“敬佑生命、救死扶伤、冲锋在前、勇挑重担”的精神,为保证人民生命健康做出的贡献。

随后,代表们来到朝阳区疾病预防控制中心进行视察,参观了疾控中心健康咨询热线组、疫情防控指挥部和检验检测组。疾控中心赵伟主任就新冠肺炎疫情发生以来,区疾控中心开展的应急处置、流行病学调查、筛查报告和疫情防控等工作进行了汇报,同时,还向代表详细介绍了区疾控中心的应急检测能力、实验室检测能力、应急队伍建设、秋冬季传染病监测体系建设以及中心科研工作的开展情况,并对代表提出的问题进行解答。

此次集中视察活动,不仅为代表们积极推进公共卫生预防与医疗服务搭建了平台,同时也为代表们就朝阳区卫生工作的发展提出高质量的意见和建议提供了有效保障!



■相关 地区共青团与人大代表面对面

11月10日,地区召开了“共青团与人大代表面对面”座谈会。人大太阳宫地区工委副主任、乡人大主席李军,乡人大代表林敏、石卫东,地区党群办副主任、团委书记张卉等负责人参会,区域化团建单位代表、社区青年汇社工、北京化工大学学生代表及10个社区团干等参与座谈。

座谈会上,青年代表结合自身学习、工作实际,围绕“如何更好发挥青年在城乡社区治理中的作用”,踊跃发言,各抒己见。与会人大代表认真倾听,并与青年代表深入讨论了当前青年参与社会建设的现状,针对存在的各类问题和困惑,提出可操作的政策建议,帮助广大青年在参与社会建设中更好地发挥生力军作用。

人大太阳宫地区工委副主任、乡人大主席李军强调,开展“面对面”活动,对密切人大代表与广大青年的联系,畅通青年向人大代表反映诉求的渠道,推动全社会切实帮助青年解决遇到的困难和问题,促进广大青年全面健康成长具有重要意义。希望将“面对面”活动经常化,充分发挥积极作用,把青年最迫切的需要和呼声反映给党委、政府。

地区党员干部接受“以案为鉴、以案促改”警示教育

11月16日,太阳宫地区组织领导班子成员、机关科队站所负责人、乡联社及乡属企事业单位负责人、社区(村)“两委”班子成员、社区服务站站长、村集体经济合作社社长共100余人,参加由区农工委组织开展的“以案为鉴、以案促改”警示教育宣讲活动。此次警示教育宣讲活动主要通过由宣讲员带领党员干部观看警示教育展板的方式开展。

据悉,结合今年常态化疫情防控工作要求,区纪委监委制作了“‘以案为鉴守初心’警示教育展板”。该警示教育展以2019年以来查办的典型案例为基础,分为聚焦首都“四个中心”战略定位、聚焦“关键少数”、聚焦民生领域、聚焦作风建设四个板块。重在引导广大党员干部领导干部把自己摆进去、把思想摆进去、把工作摆进去、



把职责摆进去,认真对照检视、剖析反思,引为镜鉴。

公权私用、贪污受贿等违法违

纪典型案例,通过一张张悔不当初的照片加文字的形式呈现在党员干部们面前。在宣讲员的解说下,大家

太阳宫乡推进撤制村集体资产处置工作

11月13日,原惠忠庵村参加集体资产处置人员登记和劳动年限初步统计工作登记期结束,共登记原惠忠庵村社员2116人。

据悉,为确保登记工作平稳有序开展,乡产改办积极筹备、稳妥推进,重点把握了三个环节。

一是加强登记宣传。分别于10月19日、10月29日和11月9日,在《北

京日报》《北京晚报》和《法制日报》同时刊登3次登记公告,登记期一个月。同时将办理登记的详细通知在原惠忠庵村社员集中居住的社区张贴,由村临时党支部成员利用短信、微信等电子形式广泛宣传,提高群众知晓率。

二是细化职责分工。结合疫情防控需要,制定详细工作方案,采取

电话预约方式有效控制现场办理人数,平均每天接待200-300人次。针对村撤制早、人员年龄偏大、身体不便等情况,会场合理安排座椅,张贴明确标识和样表,填表处设专人指导填表,聘请律师现场解答群众咨询,特别是对有继续纠纷的家庭,帮助调解解决问题,达成一致意见,便于后期办理继承分配。

三是利用“太阳宫产权制度改革信息化管理系统”采集社员登记和劳动年限统计相关身份证、户口本、结婚证、参军证、退休证、死亡证明、银行卡以及登记表和委托书等材料,实现数据信息自动采集、管理、导入、导出等功能,确保资料搜集和使用的方便快捷、准确高效。

在党和政府的正确领导下,在全体太阳宫人的共同努力奋斗下,几十年来,太阳宫向阳而生,自强不息,一路绽放,从京郊“菜篮子”“米袋子”华丽变身现代化新区,宫里人的日子也越过越红火!

2020年是全面建成小康社会的收官之年。本报联合地区微信公众平台组织策划了“宫里人的小康生活”系列报道活动,诚邀地区居民代表,结合自身经历,分享时代潮流下的地区发展变迁史及个人的幸福小康生活故事。

本期为您邀请到了芍药居四社区马桂珍和太阳宫社区居民张增琦,一起来听听他们的故事吧。

现在的日子比蜜甜! 吃穿住行都不用愁了



■讲述人 :>>>
马桂珍
年龄 :75岁
社区 :芍药居四社区



■艰难的过去

> > 没饭吃 吃草根、树皮充饥

1948年,我出生在辽宁沈阳的一个农户家庭,一年后,中华人民共和国成立,老百姓从此翻身做主人,举国欢庆。

不过,刚刚成立不久的新中国,百业凋零,百废待兴,国民经济基础还相当薄弱。我记得那时候我们家主要靠种菜维生,五六岁的我还没有上学就开始帮着家里干一

些力所能及的活儿了,拔草、摘菜、洗菜……八岁上小学一年级后,帮助家里干的活儿就更多了,几乎每天一放学,我就开始洗衣服、做饭、下地干农活……尤其是读小学一年级二年级的时候,农活太多,根本没时间在家里写作业,都是第二天早上提前去学校早早做完的。

1959年,我十一岁,全国发生

了一场严重的自然灾害。很多人都吃不饱、穿不暖,我每天也饿得肚子咕咕叫。总饿着也不行啊,于是,每天放学的铃声一响,我就和同学结伴跑到田间地头、乡野树林,抢着捡稻穗、剥树皮、挖草根吃,直到把周围的树皮都啃完了,又去别的地方找。那时我们管草根叫“救命根”!可见生活之艰难了。

> > 没房住 父母二哥二嫂收留我

1970年,我结婚了,这之后有近十年没有自己的住处,多亏了父母二哥二嫂收留我,让我有了落脚地。

当时我在沈阳当老师,我爱人在部队当兵,两地分居。1971年,我的大女儿出生,单位还没分房,我没地方住,就带着孩子暂住在我父母家。住过去不到一年的时间,我

的母亲从半身瘫痪成了全身瘫痪,生活无法自理。当时我才23岁,一边是嗷嗷待哺的女儿,一边是瘫痪在床的母亲,爱人也不在身边,兄弟姐妹工作又忙,无暇顾及。照顾母亲的任务自然而然地落在了我跟父亲的肩上。晚上母亲跟我睡,我一边照顾女儿睡觉,一边为母亲翻身子、擦身体。

后来,母亲去世后,二哥二嫂知道我还没有自己的房子,为了不让我与女儿流落街头,他们主动邀请我们娘俩住进他们的家,直到后来我有了自己的住所。所以一直到现在我都很感谢二哥二嫂。我哥去世之后,我每个月都会给我嫂子一些生活上的帮助。真的是感谢他们呀!

■甘甜的现在

> > 交通便利 想去哪儿就去哪儿!

说完了那些艰苦的日子,再谈谈现在的好日子。先来说说交通环境的变化吧。过去出行一般基本都是靠两条腿,能有辆代步自行车就算很不错了。1979年,我随军到了北京,住在部队大院。那时候自行车很少,不过因为在部队的缘故,家属们有机会骑自行车上下班。我在丰台当工人,每天都骑自行车往返单位。1989年,我爱人从部队转业到地方上班,他工作的单位离我们家非常远,每天也是骑一个多小

时的自行车上下班。

1998年,我们搬到了芍药居居住。刚住过来那会儿,附近的街面都是破破烂烂的,尤其是紧挨着对外经贸大学的育慧南路,天晴时坑坑洼洼、灰土飞扬,一下雨又泥泞不堪,一踩一脚泥。不仅如此,周边私搭乱建还比较严重,环境脏乱差。

2018年,咱太阳宫乡启动“街乡吹哨 部门报到”机制,对育慧南路周边进行了环境综合整治,封堵“开墙打洞”、拆除违法建设、清理

路侧违法经营商户、规范牌匾、开展环境绿化。现在多好,泥泞小道变成了宽宽的、干净的柏油路,一出门就有公交车,周边私搭乱建基本消失了,占道经营的少了,环境秩序大大改善。

跟以前比真是变化太大了,1998年时,我们院里一共就四五台汽车,现在满院子都是各家的小汽车。公交、地铁、汽车、高铁、飞机啥都有,简直是太方便了,想上哪儿就上哪儿。

> > 住上高楼 吃穿更是不用愁!

说完了交通,再重点说说住房和吃穿吧。我们现在住的房子是1996年单位集体买的,1998年正式入住,总面积有100多平方米。

我们一家人住进了大房子其乐融融,后来孩子们工作成家,偶尔回来看看,家里就非常热闹啦。住的好了,吃穿更是不用愁。我还记得,我两个孩子小时候穿的毛衣、棉裤等衣服,都是我一针一线缝制的,尤其是小女儿,穿的衣服

都是她姐姐穿剩下的。现在大家是想吃什么有什么,想穿什么买什么,我们夫妻俩有时候不想做饭了就上外面去吃,吃不完就打包带回来。想去商场、超市是吧,近的抬脚就到,远的坐上车就到,特别方便。

现在的物质生活真的是越来越好了。记得上世纪八十年代初,军区发放彩电票,我们兴高采烈地用这张彩电票买回了一台21寸的彩电。当时彩电还是稀罕货,所以

一到晚上,我家里就坐满了来看电视的人,特别是孩子们都高兴坏了。现在家家户户都有大彩电,智能手机也几乎是人手一部,再平常不过了。这就是时代的发展呀!

作为一个中国人真是很美很幸福。现在好多贫困户吃的住的都特别差,国家知道以后,又是给补助,又是帮盖房子,看到他们得到了关爱,受到了照顾,我真的特别高兴。我们真是赶上了好时代呀!

> > 参加活动 退休生活真充实!

2008年北京奥运会期间,我很荣幸成为志愿队伍中的一员,给来自五湖四海的朋友指路。那时候我还不到70岁,虽然工作简单,但是那种快乐是从心底迸发出来的。

我还经常邀请亲人朋友来家聚会。我常和老伴儿说,现在孩子都长大上了,都上班走了,咱们俩

住在100多平米的房子里,想干什么就干什么呀,不如就把家变成“招待所”,想让谁来家里聚聚了,就让他带着家里孩子过来。去年过年,我就跟老伴儿商量,让他侄子带着他女儿一家4口,他儿子一家三口,在我们家过年,一大帮人聚在一起特别热闹!

闲暇时光,我也经常参加各类朗诵比赛,光是今年我就在北京市益民领导小组办公室组织的《益民杯》主题征文活动中获得了一等奖。同时还在咱朝阳区和太阳宫地区举行的相关朗诵比赛中得了奖。偶尔我还到祖国的大江南北去感受一下各地的风土人情!

■决胜小康收官之年对未来的期盼:

我们现在对生活充满了希望,而且非常幸福知足!感谢共产党,感谢我们的社会!祝咱们国家建设的越来越好,在有生之年我们希望能看到更加强大的中国!

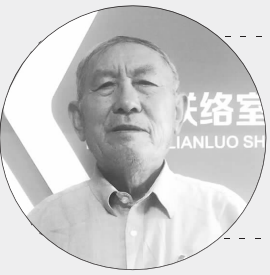
一路向阳,努力绽放。现在的太阳宫已经褪去了城乡结合部的色彩,成为了高楼林立、环境优美的现代化街区。相信,未来太阳宫地区将会越来越好!

如果您对地区的发展变迁及个人的幸福生活有特别的感受,欢迎通过邮箱与我们分享,期待您的参与! 邮箱:TYG-XC@bjchy.gov.cn

太阳宫人说小康 第二辑

见证今昔巨变 日子节节高!

从土房到楼房 如今的生活有了质的提升!



■讲述人 :>>>
张增琦
年龄 :74岁
社区 :太阳宫社区

人物简介:1947年出生在太阳宫地区,1954年在西坝河小学上学,1963年初中毕业进入北京农业技术学校,1967年毕业后奔赴黑龙江北大荒支援边疆建设,1979年回到北京工作,2002年退休,2004年住上楼房。近年来一直积极参加社区各类志愿服务活动,继续散发光和热。

> > 土房到楼房 下雨再也不用接瓦盆

1947年,我出生在太阳宫夏家坟村的一个农民家庭,位置大概是在现在的夏家园社区凯德大厦附近。小时候,我家住的还是土砖房(碎砖土顶房),印象特别深的是每到下雨天,家里大大小小的盆都得拿出来,连睡觉的炕上都得搁上瓦盆。“叮叮当当,叮叮当当……”雨水透过房顶的缝隙滴到盆里响个不停,我们就是在这种声音的陪伴下一次又一次地进入了梦乡。

那时为了防止房子被雨水浸泡倒塌,每年春季,我父亲都会用泥土(土掺上草加水 and 成的)加固一次房,厚度一般能达到一尺多,房顶上还加铺了草秸。至于灰瓦,只有特别富裕的家庭才用得起。大概是上世纪60年代以后吧,水泥瓦开始出现并逐步被大量使用,土房上

的草秸换成瓦片,就不怎么漏雨了。

2004年,我们的住房条件大大改善,原来的老平房拆迁置换了两套楼房。一套87平方米的现房,一套90多平方米的期房,同年我们一家搬到了夏家园社区的那套现房里。2010年,位于圣馨家园小区1号楼的期房装修好之后,我们就搬了过来,一直住到现在。

从平房到楼房,我们一家人的生活品质可以说是有了质的提升。过去住平房,自来水管就在院子里裸露着,一到冬天,如果不缠上保温材料,就很容易冻住。冬天取暖,全靠烧煤,一来不暖和,二来容易煤气中毒。搬到楼房以后,冬天有了暖气,房间也有了自来水,干净又方便。

周边环境也变好了,原来

脏乱差的公厕变成了干净又卫生的公共卫生间,附近的垃圾堆不见了,窄窄的土路也变成了宽阔的柏油路。2018年,我们小区北侧的汽修厂、老旧围墙等都被推倒了,乡党委政府组织新建了一个休闲娱乐公园——日馨花园。虽然不大,但是有了它后,小区外围环境品质提升了不少。

再说说不久,咱们乡党委、政府急民之所急,利用“街乡吹哨 部门报到”机制,开展“疏整促”专项行动,利用人防工程为我们圣馨家园小区新增了200多个停车位,缓解大家的“停车难”问题。现在小区整体环境秩序都有了很大提升呢!现在的生活真是发生了天翻地覆的变化!党和国家关心关爱人民,才让我们有了如今的美好生活!

> > “菜篮子”到现代化新区 一天一个样儿

作为土生土长的太阳宫人,我对太阳宫的发展变化有着深切的感受。上世纪50年代初,我们家周围的农田里种的基本上都是麦子、玉米、高粱、谷子、大豆等粮食类农作物。随着北京人流量的增加,为保证大家都能吃到新鲜蔬菜,上世纪50年代中期后,太阳宫地区开始大面积改粮为菜了。到上世纪50年代末60年代初,基本都改为菜地,自此太阳宫地区成了北京重要的蔬菜产地,也就是俗称的“菜篮子”。

改革开放后,太阳宫一带逐步放弃了种植蔬菜的老营生。到上世纪90年代初,只有现

在的国美商城东边的一小块菜地还保留着,其它地方都建起大片的简易砖瓦房。有趣的是太阳宫村虽然不怎么种菜了,可是村里建起了农贸市场,有相当长的一段时间进行着蔬菜瓜果的交易,甚至比原先还要红火。

21世纪初,太阳宫村启动拆迁,到2017年,村里最后残存的一部分院落也启动了拆迁。2015年农贸市场拆迁,太阳宫地区彻底与“菜篮子”断了关系。如今,在当年的菜地之上,一栋栋高级商场、高档小区、五星级酒店拔地而起,绿油油的菜田只留存于人们的记忆中

了。

但不管城市怎么发展,我们太阳宫人对“太阳宫”三字还是一直情有独钟。我印象很深,20世纪80年代修建北京三环路时,西坝河段有一跨路桥,取名“太官桥”,当时一名乡人大代表建议改称“太阳宫桥”,并专门写了议案,有关部门予以采纳后,桥名沿用至今。2008年,太阳宫地铁站启用,成为城东北的一大亮点,地区交通更加便利。此外,太阳宫公园的兴建也让咱乡里人的生活更加丰富,旋转木马、过山车、小飞机等各式游乐设施更是小朋友的最爱!

> > 志愿服务 晚年生活更有意义

2002年,我办理了退休手续。空闲时间较多,也有余力做些力所能及的事情,我就积极投身到了社区志愿者行列,参与站岗、巡逻、拾垃圾等志愿服务活动。

我今年74岁了,身体还算硬朗,目前还是咱太阳宫社区

“快乐老伯志愿服务队”的队长,我经常和队员们一起义务为社区居民安装、检查修理家具、门窗、水龙头、灯具等。

几年来,我们在西坝河北里小区、圣馨家园小区为超过三十多户家庭提供过志愿服务。今后,我将继续投身到更多

的公益事业当中,更充分地发挥自己的余热,为共建和谐社区贡献自己的一份力量!

除了参加志愿服务活动以外,我也经常参加咱社区举办的各类文化活动,有时候我也会跟我老伴儿出去旅旅游、散散心。

■决胜小康收官之年对未来的期盼:

希望咱们太阳宫能够建设得越来越好,举办更多的为民服务活动,丰富我们老年人的业余生活;“少年强,则国强”,也希望咱们国家的青少年从小立下宏图之志,塌下心来学好文化,合理饮食,适度锻炼,强壮体魄,长大以后报效我们伟大的祖国母亲!



文馨艺苑

地区第二届书画摄影
作品展第二期作品展示

为了丰富地区居民群众的精神文化生活,进一步促进地区文化事业的繁荣与发展,近期太阳宫地区以“线上+线下居民投稿”的方式举办了“妙笔书香 慧眼光影 美丽太阳宫”太阳宫地区第二届书画摄影展活动。上期本报已为大家展示了部分作品,本期,让我们一起再看看更多的优秀作品吧。

《寿阳公主》

■芍药居二社区-李占荣



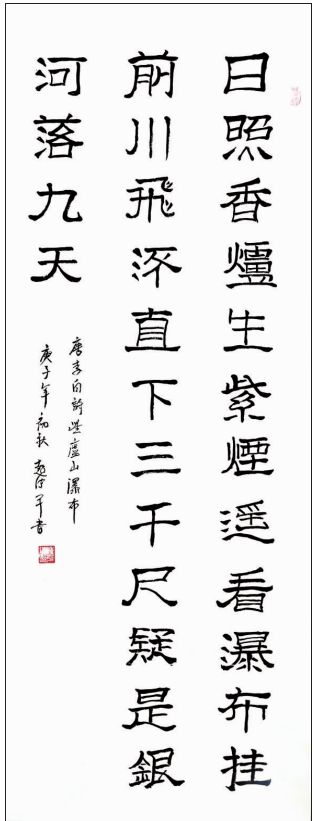
《春韵秋华》

■尚家楼-杜海涛



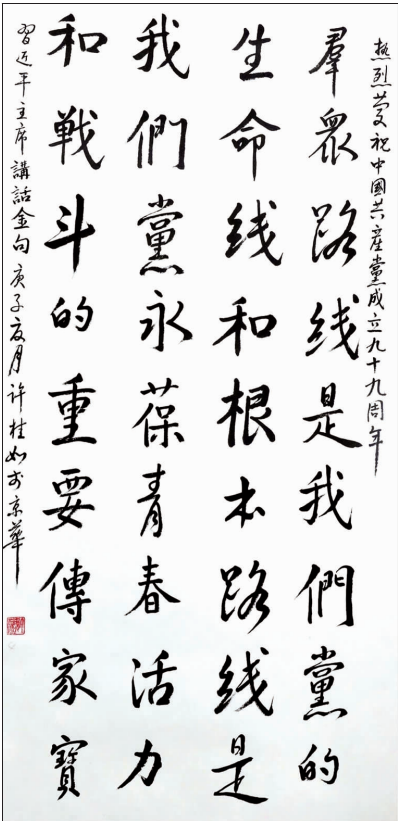
《望庐山瀑布》

■太阳宫社区-赵清平



《党的群众路线》

■芍药居四社区-许桂如



■芍药居二社区-张玉梅



■惠忠庵社区-赵弘

居民来稿

孩子发脾气咋办
唯有接纳才能化解

■文/芍药居三社区“双报到”党员 王宏梅

当父母的都希望自己的子女成龙成凤。一看“熊孩子”“学习态度不端正”便火冒三丈,对孩子非打即骂,可是孩子本身有自己的痛苦和压力,当矛盾一触即发的时候,悲剧就会在瞬间发生。其实陪伴孩子需要科学的方法,首先需要父母接纳孩子的情绪,只要孩子的情绪被接纳了,等孩子平静下来之后再好好沟通,悲剧是可以避免的。

疫情期间上网课的时候,孩子们的课多、作业多,女儿受不了,带着哭腔跟我抱怨:“妈妈,我不想写作业了,你打死我算了!”我把她拉过来,在她屁股上拍了一下说:“嗯,我已经把你打死了。”她马上躺倒床上装死,我也抱着她躺在床上说:“嗯,我把你

打死了,很内疚,也陪你死了,然后别人问起来这俩人怎么死的?”这时我俩都笑得不行了,我一边笑一边说:“一个不想写作业被亲妈打死了,亲妈一看把闺女打死了,也陪闺女死了。”然后我俩倒床上笑了好一会儿。笑完了,她就写作业去了。

对我来说,孩子不想写作业这件事是正常的,可以接纳的。当我一接纳她不想写作业这件事时,跟她笑一笑,闹一闹,她不想写作业这个情绪就过去了。如果我训她,我俩就会对抗起来。她就会越来越厌烦学习。

在这方面,清华大学的李松蔚老师是高手。他女儿在学游泳时,总是害怕水,可是教练越是告诉她别害怕,她就越害怕。李松蔚老师就悄悄

地对女儿说,每个人学游泳,都要害怕一百次,你已经害怕了十几次了,再害怕八十多次就学会啦。后来他女儿很快就学会了游泳。李松蔚老师正是把害怕这件事情正常化,帮助女儿接纳害怕之后,女儿很快就学会了游泳。

情绪没有好坏对错,所有的情绪都是有价值的。比如恐惧,让我们远离危险,保护自己;比如痛苦,让我们更加珍惜快乐和幸福;比如愤怒,让别人知道我们的边界,保护我们不受侵犯……接纳情绪,情绪很快就会被化解,与情绪对抗,要么压抑自己、要么压抑别人,很可能演化成一

场灾难。

再举个例子,我女儿经常会抱怨作业多。如果我说,完成作业是本份,你抱怨有什么用啊?她会感到妈妈不理解她,还会跟我大吵一顿,最后作业也不写了,我们就会僵在那儿,最后无论是对我俩的关系还是作业都没有任何好处。

如果我说,嗯,真的是好多啊,我女儿好辛苦!她就觉得妈妈理解她了。情绪就会平复下来,作业也能很快完成。偶尔我还“装腔作势”地说:“哼,老师留这么多作业是要累死我闺女吗?不行,我得给老师打个电话!”女儿就会一边笑边尖叫:“别打了,别打了!”在笑声中,她的情绪也被化解了。

虽然情绪无对错,但行为有限制。情绪不会在对抗中消失,唯有接纳,才能化解!

征集

朝阳好少年 快来参与新童谣创作!

- 1.活动主题
“朝阳好少年唱响文明新风尚”
- 2.活动时间
即日起至2020年12月18日
- 3.参与对象
朝阳区各中小学校、家庭及个人均可参加
- 4.征集标准
①主题明确。以“朝阳好少年唱响文明新风尚”为主题,重点征集弘扬社会主义核心价值观、展示担当

民族复兴大任时代新人风采的童谣作品,特别是在学习宣传践行《北京市文明行为促进条例》、垃圾分类、光盘行动以及防疫抗疫等方面体现新时代好少年新风貌、新姿态的童谣作品。

②内容贴近未成年人。童谣要篇幅简短、语言活泼,音韵明快、朗朗上口,健康向上、通俗易懂,富有童心童趣、体现时代气息,易于传唱和推广;必须是原创作品,原则上为

新近创作,作者对童谣作品享有完整版权。已在往届全国及北京市优秀童谣征集推广活动中获得推广的作品不再推荐。

5.作品发送方式
即日起您可将作品发送至以下邮箱:
weichengnianrenke@bjchy.gov.cn
注意事项:发送作品时请注明姓名、单位、学校、年级、联系方式。

安全课堂

随着冬季的到来,空气日趋干燥,用火用电增加,防火尤为关键。这些冬季消防安全知识需牢记!

- 1.遇到这些危险情况如何施救?
①电器着火:切断电源;用二氧化碳、1211、干粉灭火器或干沙土扑救;与电器设备和电线保持两米以上距离。
②油锅起火:将冷菜沿边倒入锅内,火可自动熄灭;用锅盖或大块湿布覆盖到起火的油锅上。
③煤气泄漏:不要触动任何电器开关;不要用打火机、手电筒等工具照明;迅速关闭气源,打开窗门;如需报警应到远离现场的地方打电话。

- ④电脑着火:拔下电源,用干粉或二氧化碳灭火器扑救;迅速用湿地毯或棉被等覆盖电脑;切勿向失火的电脑泼水。
- 2.哪些物品易燃易爆?
以下物品应放在阴凉、干燥、隔热处,避免阳光直射:
①电热毯:不要折叠和长时间使用;离开时注意断电。
②暖手宝:使用时避免磕碰;两次充电时间不宜过近;不要用清洁剂清洗。
③浴霸:不宜长时间使用或频繁开关;清理时应切断电源;用中性清洁剂和软布擦拭,不可用水洗。

- ④吹风机:使用后应放置片刻,待冷却后再收起来。
- ⑤空气清新剂、发胶、杀虫剂等:瓶、灌装易爆物品应避免剧烈摇晃;使用时远离电源。
- ⑥香水、花露水等:使用后不要立刻靠近火源。
- 3.火灾严重的情况下如何逃生?
①遇火灾切记一定要拨打119。失火地点、起火物质、火势大小、被困情况一定要跟火警警察说清楚。
②请不要乘坐普通电梯。因为普通电梯极易断电,无防烟功效,火灾发生时被卡在空中的可能性极大。正确的做法是选择一条切实可

行的逃生路线,如消防楼梯、室内楼梯、阳台、过道、建筑物外墙水管等。在打开门窗之前,必须要摸一摸是否发热,如果已经发热,应立即更改逃生路线。
③遇浓烟千万不要直接冲。由于热空气上升作用,大量浓烟将漂浮在上层,而在火灾中距离地面30厘米以下的地方可能还有空气。正确的做法是用湿毛巾捂住口鼻,用尽量低的姿势跑到最近的出口。蹲下(切不可趴下,人多会被踩到的),用布围住口鼻,跟烟走的反方向走,把毛巾打湿对折3到4次,用湿毛巾捂住嘴巴,弯腰避烟,尽快逃跑。

温馨提示

远离电信网络诈骗,小心这6类骗术!

最近已经出现了电信诈骗案例,望广大居民能够增强安全防范意识,远离电信网络诈骗。为避免有居民上当受骗,我们搜集了常见的几种电信网络诈骗类型。

★骗术1:
假冒“携号转网”名义诈骗

丁某收到陌生号码发送短信,内容是:“尊敬的用户,办理携号转网会同时变更短信息接收通道,烦请及时登录短信下方链接的网址,完善个人信息,以免对您的生活造成不便。”丁某按照操作点击短信中的链接,进入网站输入身份证号、银行卡号及密码、手机号码等个人信息,随后,银行卡内余额全被盗刷。

●小编提醒:①收到附带链接的短信息千万不要点击打开。②办理携号转网,或询问相关信息,请直接致电运营商官方客服或附近营业厅咨询,以免上当受骗。

★骗术2:
兼职刷单类诈骗

小丁收到一条短信息,内容是“经审核,您的购物信誉良好,可来我公司兼职刷单挣佣金,欢迎联系”。小丁抱着试试的心态联系了对方,之后在对方的诱导下刷了22单,并已全部支付,仅收到对方支付佣金200元,之后便联系不上了,小丁方知被骗。

●小编提醒:天上永远不会掉馅饼,面对脱离现实的高回报工作要谨慎看待,因为无论当中是否存在欺诈,刷单本身就是一种暗箱操作的违规行为,是对其他消费者的一种欺瞒。

★骗术3:
“注销网贷账号”类诈骗

乙某接到自称某平台客服来电,声称“根据相关要求,需要注销您的网贷平台账号,否则会对个人征信造成影响”。乙某信以为真,便按照“客服”要求,先后将银行卡里的钱转给对方。

●小编提醒:①不要轻信任何陌生电话来电声称所谓“注销贷款账号需要再贷款”等信息,当对方提出转账要求时,要特别警惕。②遇到类似问题应当及时向官方客服咨询核实:避免财产受到损失。

★骗术4:
冒充客服类诈骗

丙某举报称,接到一陌生电话,称其网购的衣服出现质量问题,商家需要收回并理赔。并给丙某发了理赔通道的链接,让其登录账号领取赔偿金。丙某按照对方的操作,通过多种支付渠道,钱被骗走。

●小编提醒:①不要轻易点击陌生链接,更不能在陌生网页填写个人信息。②购物平台的客服人员不会要求用户提供个人银行卡等相关信息。③银行卡号、验证码信息一定要保管妥当,不要轻易外泄。

★骗术5:
冒充通信管理局类诈骗

小甲接到自称是“通信管理局”的陌生来电,称其本人购买的手机卡批量发送中奖等诈骗信息,需立即停用其名下所有手机号码。小甲回复自己从未用过该手机号码,对方称怀疑您的身份信息被盜用

了,为“安全起见”,马上“帮助”小甲向“公安局”打电话报警,让其不要挂线,随后,一名“民警”接听电话,称查询到小甲涉嫌洗黑钱,要求进行“资金核查”。小甲在对方的恐吓和诱骗下,没有与亲友商量,按对方要求进行贷款转账,结果被骗。

●小编提醒:①不轻易泄露个人信息,尤其是姓名、身份证号、手机号码等信息。②不随意接听号码异常的电话。③不按陌生电话或短信提示在ATM机从事转账等业务。

★骗术6:
机票改签诈骗

甲某在网上订了一张飞机票,第二天接到陌生号码来电,告知预订的航班延误,让其改签,并说改签后会有一笔延误补偿金,需要甲某提供他的银行卡号,期间,甲某还收到了一个短信验证码,“客服”声称是银行卡系统维护,需要再次验证,甲某将验证码告诉“客服”后,发现银行卡里的钱都被转走了。

●小编提醒:①接到此类短信或电话后,应及时拨打航空公司官方电话咨询,切勿拨打短信中预留的电话号码。②购买机票应通过官方网站、官方客服电话、机票代售点等正规途径。

最后科普下电信网络诈骗防范小技巧,要牢牢记住这个“三不一多”口诀:未知链接不点击,陌生来电不轻信,个人信息不透露,转账汇款多核实。

健康贴士

冬季呼吸道传染病
防控指南

冬季是呼吸道传染病的高发季,而且新冠肺炎疫情不分冬夏,如果防控措施不到位,随时都有可能卷土重来。日常生活中应该做好防护工作。

一是要坚持科学佩戴口罩。

要养成随身携带口罩的好习惯。乘坐公共交通工具、电梯等密闭空间,前往医院就诊,有发热或患呼吸道感染疾病的患者,从事医疗卫生、公共服务等高风险暴露人员应正确佩戴口罩。年老及体弱者、慢性疾病患者外出时,建议佩戴口罩。

二是要保持社交安全距离。

到人多密集场所时应注意与他人保持1米以上社交距离。客流量较大时,应有序排队等候,避免人员拥挤的情况发生。

三是保持个人良好卫生。

要勤洗手,用香皂或洗手液和流动水洗手,或用手消毒剂消毒。清洁双手前不要用手触碰口、眼、鼻。咳嗽、打喷嚏时用肘部或纸巾遮掩。不随地吐痰,口鼻分泌物用纸巾包好后弃置于垃圾桶内。

四是要保持室内良好通风。

居室和办公场所要保持良好通风,避免空气污浊。冬季使用空调前应进行清洗和必要的消毒,保持一定的空气流动和自然通风。