

太阳宫报



主办:中共北京市朝阳区委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

2022年10月31日(农历壬寅年十月初七) 星期一 第10期(总第82期)

喜庆二十大 奋进新征程

太阳宫地区组织党员干部收听收看大会 畅谈心得体会



中国共产党第二十次全国代表大会是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会。

10月16日,太阳宫乡党委、乡政府组织全体党员干部通过电视、网络等方式,收听收看党的二十大开幕会现场直播。聆听报告后党员干部们心潮澎湃、激动万分,纷纷畅谈心得体会。

“人民选我当代表,我当代表为人民。聆听了习总书记的报告,我深感责任重大,特别是对人民代表大会制度的论述为我们今后工作指明了方向。”作为区、乡两级人大代表和太阳宫社区党委书记,胡素君在观看直播后深有感悟。她表示,要继续履行人大代表职责,自重自律,扎实工作,广泛倾听群众意见,结合社区的实际情况,帮助社区居民解决实际问题,进一步提高为民服务的效率和质量。

“在乡党委、乡政府的坚强领导下,乡联社党总支充分发挥战斗堡

垒作用和党员的先锋模范作用,统筹推进产业转型升级改造、企业改制、绿化管理各项工作,并且都取得了显著成效。”乡联社党总支副书记杨震辉表示,作为一名共产党员,要深刻学习领会党的二十大报告精神,以更加扎实有效的措施,推动联社各项工作再上新台阶,助力乡集体经济发展壮大。

刘爱英作为芍药居二社区党委书记,工作十多年来,立足本职,冲锋在前,了解征求居民意见,将居民的大小事儿记在心间,奔前忙后,默默奉献,充分诠释了一名共产党员应有的使命和担当。此次她怀着激动的心情观看了大会直播,心中倍受振奋和鼓舞,“报告中指出的未来五年的新思路、新战略、新举措更是为我们基层治理工作指明了方向,明确了目标,坚定了信念。作为一名社区干部我们要以接地气的方式向居民宣传好党的二十大报告精神,继续将党的各项惠民政策讲给居民听,以服务零距离的真心真情,让大家切实感受到党和政府的关怀和温暖。”刘爱英表示道。

牛王庙社区老党员穆英说,今天党的二十大胜利开幕,作为一名老教育工作者,让我感受最深的就是报告中提到的,坚持为党育人、为国育才,全面提高人才自主培养质量,着力造就拔尖创新人才,聚天下英才而用之。在今后工作中,我要继续通过思政“小课堂”讲好党史“大故事”,教育引导青少年努力成长为担当复兴大任的时代新人。

华品博睿法务负责人王昕表示,总书记的报告鼓舞人心、催人奋进,要继续深入学习报告中关于现代化人才支撑、就业优先政策和加强个人信息保护等重要论述和要求,抓住时代机遇,以饱满的热情、实干的精神、奋进的姿态为实现公司高质量发展不断做出新贡献。

下一步,地区将以“三会一课”、主题党日等形式,带领广大党员干部群众认真学习领会党的二十大精神,在全地区掀起贯彻党的二十大精神学习热潮,不忘初心、牢记使命,踔厉奋发、勇毅前行,为全面建设社会主义现代化国家,全面推进中华民族伟大复兴而团结奋斗!

地区广大党员干部深入学习贯彻党的二十大精神

感悟思想伟力 凝聚奋进力量



10月27日,朝阳区委党校组织开展学习贯彻党的二十大精神专题辅导报告会,邀请中央党校教授、博士生导师、中央党校党的建设教研部主任宋福范进行专题授课。讲座以线上直播的形式开展,区委党校太阳宫分校组织机关党员干部在乡党群服务中心会议室集中观看,各社区(村)、乡联社“两新”组织党员干部在线同步收看。

讲座中,宋福范教授以“新时代新征程 坚持和发展中国特色社会主义的政治宣言和行动纲领”为题,对党的二十大精神的基本框架和主要内容进行了全面、系统地解读。他提出,要深刻领悟党的二十大精神精髓要义,一是要站在治国理政顶层设计的高度来理解;二是联系新时代以来我们党确立的大政方针来把握。随后,宋教授从“战略定位”“大会主题”“实践基础”“理论指导”“基本路径”“政治保

证”“力量凝聚”七个方面向大家分享了自己对党的二十大精神所蕴含的思想精髓、丰富内涵、实践要求的认识与体会。宋福范教授的讲座以清晰的逻辑框架、丰富的背景知识、深刻的理论解读,获得了地区广大党员干部的好评。

专题授课结束后,地区党员干部纷纷抒发自己的心得体会。机关第二党支部党员黎一平说:“今天非常有幸聆听了宋福范教授的授课,让我更加深入地领会了党的二十大报告中的新观点、新论断、新思想。作为一名机关干部,在今后的工作中,我要学习好、宣传好、贯彻好党的二十大精神,以便民为中心,拓展文明实践推动日活动,以暖民为宗旨,拓展惠民‘官’程品牌内涵,以乐民为载体,拓展丰和七堂特色课程设置。”

太阳宫社区第四党支部党员郭强说:“党的二十大报告思想内涵丰富,对做好基层社区治理工作,全心

全意为居民服务,具有极强的指导意义。作为一名基层社区工作者,我将继续怀着一颗为民服务的初心、践行为民服务的使命,将理想信念转化成促进社区发展的动力,不断提高为民服务能力,为基层百姓多做实事,为社区发展多做贡献。”

太阳宫公园开发经营有限公司党支部党员张岩说:“今天聆听了宋教授的专题辅导,我深受启发。下一步,我将继续深入学习贯彻党的二十大精神原文,逐字逐句学深悟透其中的道理学理哲理,联系乡联社的工作实际找准切入点、着力点和落脚点,做到消化吸收、转化运用。”

锦江物业党支部党员梁颖说:“学习党的二十大精神,让我更加有了做好物业服务,让小区居民更加安全、幸福的责任感和使命感。我将继续不忘初心、牢记使命,聚焦业主最关心、最头疼的问题,更新优化工作方式,提升物业服务水平,为居民带来更满意、更舒适的生活服务。”

全力护航 筑牢安全防线

为全力做好党的二十大各项服务保障工作,地区多措并举做好消防安全、安全生产、疫情防控等各项工作,为二十大的胜利召开营造安全稳定社会环境。

查隐患 筑牢消防“安全线”

为预防避免火灾事故发生,地区平安办围绕辖区高层建筑、人员密集场所及重点单位进行排查,通过边检查、边督改、边培训的方式,检查了消防设施器材配置、用火用电以及可燃物清理、电动自行车充电停放区域与生活区域分隔等情况,联合社区及相关单位在风险点位现场安装独立烟感报警器,邀请辖区消防救援站队员走进社区开展消防安全知识培训,进一步强化居民安全防范意识,全面提升辖区消防安全整体水平。

地区综合行政执法队围绕辖区餐饮单位燃气设施安全使用情况开展燃气安全隐患排查,对于检查过程中发现的部分餐饮单位设施使用不规范,燃气间堆放杂物等问题责令进行整改,并提醒督促相关单位要切实履行主体责任,提升安全用气意识,防范遏制燃气事故的发生。

强巡查 筑牢安全“生产线”

为进一步抓好安全生产工作,副乡长杨帆带队,城乡办及相关部门负责人组成检查组,对辖区内在施工地施工安全、区域环境及人员管理等情况开展专项巡查,对于检查过程中发现的问题提出整改意见,对违规项目进行停工处理,要求施工单位履行主体责任,确保辖区施工项目安全稳定,营造良好的安全生产环境。

地区综合行政执法队重点围绕在施地区域内环境,围挡、施工车辆清洗等设施规范使用情况开展检查,加强对施工方安全建设方面指导和督促,减少扬尘污染,确保施工工地及周边区域环境干净、整洁、有序。

强监管 筑牢疫情防控“安全线”

地区综合行政执法队围绕辖区单位经营主体开展疫情防控安全检查,进一步明确相关防疫政策,落实测温登记、扫码、核酸检测、消杀等各项防控措施,健全完善人员信息台账,做好返京、重点人员信息登记记录和管理,从严从紧抓好疫情防控工作。



太阳宫市场所围绕辖区涉“冷链”等重点经营主体开展专项检查,向从业人员明确防控政策要求,强化主体责任,针对检查过程中发现的问题,工作人员现场提出整改意见并督促落实,进一步强化疫情防控监管力度,确保辖区市场环境平稳有序。

广动员 站岗执勤守护家园平安

党的二十大胜利召开之际,地区党员干部、居民志愿者们拧成一股绳,合成一条心,牢牢坚守在各自“岗位”,以满腔的热情和实际行动为党的二十大保驾护航。

乡机关党员干部、社区党员严把小区卡口值守关,严格落实扫码、测温、登记、核酸查验、外来车辆登记等措施,织密辖区疫情防控安全网。

在志愿值守点位,每天一早,社

区志愿者们就会按照分工,穿上红马甲、戴上红袖箍,投入到服务保障工作中维护辖区秩序,为需要帮助的路人提供服务。

“红绿灯下守秩序”“斑马线上讲文明”“请您注意安全”,大会期间,30名文明引导员始终保持高度责任感,在服务好乘客的同时,排查各类安全隐患,切实做好党的二十大期间保障服务。

综合行政执法队加大执法力度,从严从细对辖区“七小门店”“三类场所”等公共场所疫情防控、燃气安全工作落实情况开展监督检查,督促相关单位“守好门”“把好关”;对辖区在施工地施工安全、区域环境等问题整改情况及时开展“回头看”,全面检视整改成效。

乡武装部组织民兵在辖区重要路口路段等地,实施24小时安保执勤,对重点点位、重点场所巡守看护。



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

地区开展第二批社区工作者培训



为进一步加强社区建设,提高社工队伍的综合素质和实际工作能力。10月27日、28日,太阳宫地区开展2022年第二批社区工作者培训。

本次培训为期两天,共有40余名社区工作者参加。相较首次培训,本次培训在更新课程内容、贴近对象实际方向上进行了调整和补充,着重将垃圾分类和物业管理这两个“关键小事”增加进课程内容。在课程设置上更加聚焦社区治理难点、顽疾的解决,更加聚焦社工们解决实际问题的能力培养。

中国青年政治学院社会工作系教授孙莹围绕社工管理制度及社工考核、评价等内容进行授课,以举例子的形式,利用通俗化的语言,强化了社工对社区管理体制和职业认同的了解,确保今后工作规范化、制度化。

朝阳区政府研究室主任赵俊以朝阳区经济发展现状与特点为背景,围绕朝阳区总体概况、发展历程、“三化”发展及“四区”建设等内容,详细介绍了当前基层社区治理创新与社区经济发展路径,帮助社工增强对基层工作的认识,提升基层治理效能。

北京市城市管理委员会宣传教育中心垃圾分类培训专家田颖以“做好关键小事,共创美丽家园”为主题,通过图文并茂的形式,对

“垃圾分类有法可依”“垃圾分类标准方法”“垃圾分类工作落实”三部分内容进行深入浅出地讲解,对垃圾分类的现存问题及解决方法进行了分析与总结,帮助社工们深入准确掌握垃圾分类方法,做好垃圾分类这篇“文章”。

北京瀛和律师事务所律师庄宇聪通过物业管理条例结合实际工作案例的方式,具体案例具体分析,对调解居民与物业之间矛盾的方式方法进行了系统讲解,并详细解读了条例中的业主自治、物业服务等内容,社工们共同讨论学习,更加清晰地了解业委会、物业的服务内容和职责。

夏家园社区党委书记姜建莉根据自身近20年的社区工作经历,向社工们分享了适应环境、调整心态的方法,讲解了沟通的概念、意义和模式,传授了多年经验总结的一套沟通技巧,帮助社工缓解紧张情绪和心理压力,从而能更加高效地开展工作。

此次培训,将理论学习与实际工作相结合,具有很强的针对性、实操性、指导性。社工们纷纷表示,要把所学知识运用到为民服务中去,织密社区治理网络,有序推进矛盾纠纷调处、安全隐患排查、重点人员管控、政策法规宣传等工作,尽心竭力为社区居民排忧解难,切实增强群众获得感、幸福感和安全感。

地区简讯

地区温馨家园开展朗读学习活动

10月13日,地区温馨家园组织辖区30余名残疾朋友及家属开展朗读学习活动。活动中,残疾朋友们集体朗读了“‘和谐宜居 文明朝阳 从我做起’致全区

温馨家园倡议书”的内容,分享学习心得。大家纷纷表示要养成良好文明习惯,爱护美好家园,以乐观向上的精神风貌,迎接党的二十大的胜利召开。

地区开展应急急救知识科普讲座

10月14日,乡党群服务中心(地区新时代文明实践所)联合芍药居三社区辖区单位应急管理书店开展“冬季来临,胸痛咋办?”应急急救知识科普讲座。邀请应急总医院急诊科主任廖

国斌、护士长陈丽娟为辖区居民讲解胸痛的病因及分类。现场演示心肺复苏操作方法和步骤,普及医疗急救相关知识,进一步提高了辖区居民的自救互救能力。

地区开展党史宣传月活动

10月21日,地区开展党史宣传月活动,邀请对外经济贸易大学教授王志民作《新时代的理论与创新发展》主题授课,各社区党支部书记、党务工作者共30余人参加听课。课上,王教授从“新时代中国马克思主义的理论创新”“新时代中国经济社会发展伟大成就和贡

献更多的中国方案”“中国力量”三个方面,解读了新时代十年的伟大变革。大家深受鼓舞,纷纷表示,要踔厉奋发、勇毅前行,坚持从细处着眼办实事,从小处着手办好事,从实处着力办暖心事,让辖区企业和群众获得感更为直接、更为实在的获得感、幸福感和安全感。

地区召开2022年度品牌社区社会组织评审交流会

10月10日,太阳宫地区社区社会组织培育孵化中心组织召开了2022年度品牌社区社会组织评审交流会。会上,各社会组织分别汇报了团队成立以来的

发展情况及活动开展情况;专家评委对各社区社会组织的工作进行评议,就品牌特色、组织规范、发展方向等方面提出了中肯的意见和建议。

地区召开国有物业企业座谈会

10月21日,地区召开国有物业企业座谈会,地区工委书记李华,武装部部长吴日周,办事处副主任杨帆、刘伟栋,城乡建设办公室、综合行政执法队、部分社区及辖区物业企业负责人参加会议。会上,督促各物业企业要压紧压

实主体责任,持续推进垃圾分类工作,严格执行疫情防控各项措施,继续做好供气供暖安全保障工作,逐步强化新搭建违法建设的第一时间发现能力。最后,李华书记就做好下一步工作提出了具体要求。

地区召开林地绿地防灭火工作动员部署会

10月10日,地区召开2022-2023年度林地绿地防灭火工作动员部署会。地区武装部部长吴日周,城乡建设办公室、区园林绿化局绿化二队、太阳宫园艺场、牛王

庙物业等有关负责人参会。会上,吴部长领学了上级有关文件精神,宣读了地区林地绿地防灭火工作方案,并就做好森林防火工作进行了全面部署,提出了具体要求。

地区扎实推进为民办实事活动
做居民群众的“贴心人”

群众事无小事,一枝一叶总关情,近日,地区继续扎实推进“我为群众办实事”实践活动,着力为辖区居民排忧解难,办实事、办好事。

关注身心健康
乐享幸福生活

随着生活节奏的不断加快,人们在忙于为工作奔波的同时,极易忽视自己的身心健康。近日,在“全国高血压日”和“世界精神卫生日”相继到来之时,芍药居四社区开展了“关爱自己 预防高血压”和“世界精神卫生日”主题宣传活动。

活动现场,社区工作人员通过悬挂宣传横幅、设置宣传展板和发放宣传手册,科普高血压及其并发症对人体的危害,提高居民对高血压的认知水平和防治意识,倡导大家要养成健康生活方式;普及心理健康知识,拓宽心理咨询需求渠道,引导居民关注自身心理健康问题。

此次活动,提升了人们对高血压病的防治意识,改善了居民认识精神疾病的态度,对居民的身心健康发展起到了积极促进作用。

西邻“爱家惠”
别样活动带来别样精彩

为营造文明、和谐、温暖的社区氛围,打造幸福温馨的社区生活,10月5日,西坝河北里社区开展了西邻“爱家惠”志愿服务和旧物兑换集市活动。

在现场,义诊、理发……各项志愿服务项目有序开展,吸引了众多辖区居民前来。“虽然天气有些冷,但是你们给大家提供了许多便利的服务,谢谢你们,我们心里都是暖暖的。”现场一位居民说道。

另一旁,“我的地盘我做主”小摊主旧物兑换集市活动也在如火如荼地开展。社区的小伙伴们在家长的协助下,将闲置的玩具、图书等各类小物件,通过以物易物或以钱换物的方式循环利用起来。大家精心挑选着自己喜欢的商品,每个摊位前都门庭若市,交换场面热闹非凡。

本次西邻“爱家惠”志愿服务和旧物兑换集市活动,为居民理发8人,义诊咨询、测量血压19人,小摊主旧物兑换集市7个摊位共交易20余笔。志愿服务队的暖心服务,换来了大家的认可与赞许,旧物兑换集市活动不仅实现了资源的回收利用,减少垃圾产生。同时,也增强了小朋友们的人际交往和社会适应能力。今后,西坝河北里社区将继续以



民生需求为导向,积极搭建互惠共享平台,努力打造温馨和谐的幸福社区。

协调治理噪音扰民
为工地按下“静音键”

近日,有居民反映,地铁17号线太阳宫站施工噪声很大,严重影响正常生活和日常工作,希望相关部门帮助协调解决施工产生的噪音问题。

针对居民诉求,地区综合行政执法队工作人员第一时间前往地铁17号线太阳宫站工地了解具体情况,并约谈施工方相关负责人谈话,要求其在规定时间内进行施工作业,尽量减少噪音对附近居民的干扰。经过执法队员的沟通协调,施工方表示会合理安排施工时间,减少干扰周围居民。

“居民事无小事”,下一步,地区综合行政执法队将进一步加强巡查管控,为地区居民解决更多的烦心事,不断提升居民的幸福感和获得感。

设置错时共享车位
缓解停车难

为缓解辖区居民停车难问题,近日,地区在恒川广场、海航大厦两个点位推行错时共享停车位,盘活15个停车位,提高车位利用率。

所谓“错时共享车位”,就是“白



天你停,晚上我停”,利用居民停车时空错峰这一潮汐特性,让车主错峰错时停车,盘活闲置资源,利用存量车位来缓解停车难问题。

经过前期实地考察、走访调研,地区工作人员发现,恒川广场、海航大厦周围流动人口较多,对停车位需求较大,因此,增设错时共享停车位十分必要。经地区平安建设办公室工作人员与恒川广场、海航大厦相关负责人沟通协调,在这两地设置了错时共享停车位,有效缓解了周边居民夜间停车难问题,同时也改善了周边道路的违停现象。

下一步,地区还将继续梳理停车资源,通过深度挖潜,推行错时共享停车位,切实解决辖区居民停车难问题。

恒川广场停车场

地址:北京市朝阳区西坝河北里23号
错时共享车位5个,余量5个
晚上20点至次日早8点
包月400元/月
办理联系人:杨卫
电话:13331088908

海航大厦停车场

地址:朝阳区霄云路甲6号
错时共享车位10个,余量10个
晚20点至次日早8点
包月800元/月
办理联系人:许庆喜
电话:15810442408

地区“花式”庆祝重阳节,温暖最美“夕阳红”

九九重阳节,浓浓敬老情,地区广泛开展走访慰问、志愿服务、文艺演出等精彩纷呈的主题活动,以多种方式为老人送去祝福,让他们度过一个温馨愉快的节日。

暖心慰问 敬老爱老

在重阳节来临之际,地区部分领导班子成员下沉包片社区,走访慰问辖区高龄、独居老人,为他们送去诚挚的节日问候和衷心祝福。在老人们家中,大家一边亲切地拉着家常,一边详细询问了解老人的身体情况和饮食、起居等生活状况,并叮嘱老人要保重身体,保持良好的心态,有困难需求及时联系社区,让老人们切实感受到来自党和政府的关心关爱和温暖。

手工制作 暖暖祝福

“护手霜、团扇、香包、插花……”芍一、芍五、太阳宫、十字口、尚家楼等社区分别开展了手工制作活动,吸引辖区老人踊跃参与。活动现场,老人们根据分发到手中的材料,按照老师讲解的步骤,耐心地操作,讨论制作方法,享受着创作的乐趣。在制作完成后,大家还展示了各自的作品成果,并互相送上节日的祝福。

暖心服务 让爱常在

在芍药居二社区“关爱老人 让爱常在”主题活动现场,社区不仅为

老人们提供了理发、肩颈按摩等服务,还邀请了专业医师、律师为老人解答口腔、法律等相关问题,下一步,社区将结合老年人的身体健康和实际需求,开展各类服务活动,让大家感受到来自社区的关心关爱。

文艺汇演 共迎佳节

芍药居三社区、芍药居四社区、西坝河北里社区、牛王庙社区分别开展了文艺汇演,合唱、朗诵、舞蹈、评剧……演出精彩,节目精彩纷呈、形式多样,台下的老年观众们不时地为之喝彩、鼓掌,营造出一片欢乐祥和的节日氛围。

敬老爱老是中华民族的传统美德,祝福所有的老年人,身体健康,快乐久久!



盛会凝聚力量,使命催人奋进。连日来,习近平总书记在党的二十大开幕会上所作的报告持续引发地区党员干部广泛热议,大家一致认为,要以报告提出的要求为指引,踔厉奋发、勇毅笃行,为美丽太阳宫高质量发展作出新的更大的贡献。

地区党员干部热议党的二十大报告

社区党委书记

责任扛在肩 坚持实干精神



惠忠庵社区党委书记刘苹



芍药居二社区党委书记刘爱英



芍药居三社区党委书记王莹(中间)



十字口社区党委书记王秀燕(中间)

芍药居二社区党委书记刘爱英说,盛世逢盛会,10月16日,我怀着无比激动的心情观看了党的二十大开幕盛况,在聆听了习近平总书记所作的报告后,心中感慨万千,回想10年来在社区工作的点点滴滴,“责任”两个字刻在心上、扛在肩上。作为社区带头人,我将带领社区党员更加深入学习贯彻落实党的二十大精神,用先进的理论武装头脑,扎实推进基层党建工作,发挥党组织战斗堡垒和党员先锋模范作用,抓好班子带好队伍,紧紧围绕居民最关心最现实最迫切的问题,出实招、见实效,切实为居民办实事、办好事、解难事。

夏家园社区党委书记姜建莉说,这10年有太多太多改变,居民的幸福指数也越来越高。作为乡人大代表、社区党委书记,为民服务是职责,对党忠诚是本色。我将立足本职工作,时刻将居民需求放在心上,发挥自己的作用,多和居民聊聊天、交交心,搞清楚、弄明白居民期盼的事,多关心、多操心居民揪心的事,确保“件件有着落、事事有回音”。

西坝河北里社区党委书记李霞说,社区是党和政府联系人民群众的桥梁和纽带,是服务社区居民的“最后一公里”。身为社区书记,我将以昂扬的斗志、奋进的姿态,用新思路谋划新发展,用新作为展现新气象,扎实做好社区工作,打造出具有社区特色的党建品牌,加强组织阵地建设,筑牢基层党建基础,提升社区整体服务水平,让社区治理更加精准和高效,让居民在共建共享中有更多的幸福感和获得感。

十字口社区党委书记王秀燕说,党的二十大报告主题鲜明、内容全面、意义深远。作为一名基层工作者,我们需要下功夫深入学习领会报告中的新思想、新观点、新论断,把自己的思想和行动统一到党的二十大精神上来。在今后的工作中,十字口

芍药居三社区党委书记王莹说,“新时代的伟大成就是党和人民一道拼出来、干出来、奋斗出来的!”二十大报告中这句话深入我心。作为一名共产党员、社区工作者,我要紧紧抓住居民所思所想所盼,聚焦就业、教育、收入、社保、医疗、养老、居住、环境、食品药品安全、社会治安等问题,畅通和规范诉求表达、利益协调、权益保障通道,一件事情接着一件事情办,全力以赴为社区居民做好各项服务工作,切实做到守土有责、守土担责、守土尽责。

社区将继续坚持以党建为引领,做实“15分钟社区生活圈”,加速幸福在家门口“升级”,共同营造一个“和谐、聚缘、共融”的社区大家庭,努力把这份“爱的事业”做得更好。

惠忠庵社区党委书记刘苹说,作为新时代社区工作者、基层党组

织书记,我将继续探索居民需求,加强创新治理,提升服务效能,深化“1+3+N”工作机制,形成社区、物业、社会单位、居民为主体的四方联动,精准对接居民诉求,“向前一步”解决居民需求,让社区工作有力有为有温度。

“两新”党员

做好本职工作 推动高质量发展

学大信息党支部的党员在聆听报告后,大家一致表示,要深刻学习领会党的二十大精神,进一步践行对党育人、为国育才教育使命,落实立德树人根本任务,提升人才培养质量;进一步发挥党建引领作用,推动党建与公司融合发展、一体推进,用高质量党建引领高质量发展。

写新时代高质量发展的新篇章。国美地产党支部组织党员和入党积极分子收听收看党的二十大开幕会。大家纷纷表示,要深入学习领会党的二十大精神,以交流研讨、主题宣讲、知识竞赛等形式深入学习、反复学,丰富学习载体,逐步扩大学习覆盖面。

北京国际和平文化基金会与北京和苑博物馆党支部组织党员深入学习领会党的二十大精神后,大家一致表示,要立足岗位,不断增强责任感和使命感,推动优秀传统文化融入现代生活和文化交流,着力阐释好、传承好中华文明讲仁爱、重民本、守诚信、崇正义、尚和合、求大同的精神特质。

锦江物业党支部的党员们纷纷表示,学习党的二十大精神,让我们每一个物业人都有了做好物业服务,让小区居民更加安全、更加幸福的责任感和使命感。我们将继续不忘初心、牢记使命,聚焦业主最关心的问题,更新优化工作方式,提升物业服务水平;聚焦业主最头疼的问题,拓宽物业服务范围,认真做好工作岗位上的每一件小事,为居民带来更满意、更舒适的生活服务。

收听收看党的二十大开幕会盛况后,德奥达集团党支部的党员们纷纷表示,要在党的二十大精神指引下,不忘初心、勇担使命,争当汽车强国梦的追梦人,自觉承担企业职责,把建设全国汽车行业服务标杆企业作为第一要务,努力走出一条生态优先、绿色低碳的高质量发展之路,奋力谱

党的二十大大会议期间,青岛三利中德美水设备有限公司党支部组织党员深入学习党的二十大精神。大家一致表示,要充分发挥党员先锋模范作用,坚持品牌化、国际化发展方向,做好做精产品,做大做强企业,奋力实现中华民族伟大复兴的中国梦。



锦江物业党支部



学大信息党支部

社区老党员

退休不褪色 服务显担当



牛王庙社区老党员冯树林



芍药居五社区老党员张亚茹



太阳宫社区老党员张增琦



芍药居一社区老党员张玮

芍药居一社区张玮说,过去的十年弹指一挥间,我作为一名太阳宫乡发展的参与者和见证者,感到无比自豪。现在,我仍然要坚持做到老有所为,为社区居民做一点力所能及的事,用实际行动彰显一名

社区党支部书记的初心和使命。芍药居五社区张亚茹说,新时代的伟大成就是党和人民一道拼出来、干出来、奋斗出来的。作为一名老社区工作者,我感到无比的骄傲和自豪。下一步我将学习好、宣

传好、贯彻好党的二十大精神,用居民听得懂的语言、感兴趣的方式开展红色教育宣讲活动,引领辖区妇女和家庭坚定不移听党话、跟党走,凝心聚力感党恩。太阳宫社区张增琦说,虽然早

就从工作岗位上退休了,但是一个共产党人的心不会“退休”。党的二十大报告提出:坚持尽力而为、量力而行,深入群众、深入基层,采取更多惠民生、暖民心举措,着力解决好人民群众急难愁

盼问题。报告更坚定了我当志愿者的决心,我要尽全力服务需要帮助的人,在志愿服务中践行老党员的义务和责任。牛王庙社区冯树林说,“初心易得,始终难守。”作为一名老党

员,我将更加坚定地听党话、感党恩、跟党走,以实际行动在民生领域积极献良策、建真言,用亲身经历讲好党的故事,发挥好示范传承作用,让红色基因在“传帮带”中持续发扬光大。

安全常识

秋冬家庭防火八大注意事项

①经常检测电器线路，防止由于电线过热、老化等原因而引起电器火灾，家用电器应摆放在防潮防晒通风处，周围不要存放易燃易爆物品，各种插座应远离水源。

②电热毯应选用符合安全要求的合格产品，不要长期通电，不可折叠使用，发现电源线发热、发软时应立即停止使用，使用电暖器等电热器具时，应远离可燃物，使用时要有人看管，禁止在电暖气上烘烤衣服。

③使用液化气、煤炉等有明火的灶具要保持通风，发现燃气泄漏，要迅速关闭气源阀门，开门窗通风，切不可触动电器开关和使用明火，并迅速通知维修部门来处理，日常注重液化气灶具保养，一旦发生管道破损漏气要及时维修。

④注意家中老人和小孩的安全

防安全，增强他们的消防安全意识，教育孩子不要玩火，家庭成员吸烟后，不要乱扔烟头。

⑤清理室内的可燃物，经常检查家中的楼梯口、阳台等通道是否堆着杂物，最好不要安装各种栅栏式封闭阳台和防盗窗，防止发生火灾事故后，难以逃生。

⑥燃放烟花爆竹，注意远离人群，远离居民住宅、公共建筑、文物保护单位及易燃易爆危险品场所，远离采用可燃外保温材料的建筑。

⑦电动自行车不要停放在建筑厅门、疏散楼梯、走道和安全出口处；不要在居住建筑内充电和停放，充电时应远离可燃物，充电时间不宜过长。

⑧家中最好配备灭火器，做到防火于未然。平日熟悉一下所在场所的逃生路线。一旦发生火灾，在无法扑灭的情况下，要迅速安全撤离火场。

健康知识

倡导健康生活，主动预防、控制高血压

①遵循平衡/合理膳食模式：平衡膳食模式能最大程度满足人体正常生长发育及各种生理活动需要，提高机体免疫力，降低膳食相关疾病的发生风险。合理膳食模式可降低低人群高血压、心血管疾病的发病风险。建议高血压患者和有进展为高血压风险的正常血压者，饮食以水果、蔬菜、低脂奶制品、富含膳食纤维的全谷物、植物来源的蛋白质为主，减少饱和脂肪和胆固醇摄入。

②提倡低钠饮食：钠盐摄入过多会导致高血压的风险增加。60岁以上或有家族性高血压的人，对食盐摄入量的变化更为敏感，膳食中的食盐如果增加或减少，血压就会随之改变，年龄越大这一危害也越大。长期的限盐可以延缓血压随年龄增长而上升的速度。

中国居民膳食指南2022推荐：食盐每天摄入量不超过5g。

③管理体重：超重和肥胖可促使血压上升，增加患高血压的风险，超重和肥胖人群减重5%~10%可降低血压，且体重降低幅度增加血压进一步下降，并可提高血压达标率，减少服用降压药的种类。

④增加身体活动：高血压患者定期进行身体活动其心血管和全因死亡风险均降低。研究显示，对于平均血压为147/92mmHg的中年高血压人群，通过规律的有氧运动（快步走、慢跑、骑自行车，每周3~5次，每次30~60min），可使血压降低6.1/3.0mmHg。有氧运动可使收缩压降低3.84mmHg，舒张压降低2.58mmHg。高血压和正常血压人群均可获益。

申请办理养老助残卡
不用再等一个月

为进一步方便和惠及老年人，市委社会工作市民政局积极与制发卡银行沟通协调，通过优化工作流程、缩短制卡及运输时间等方式，将“北京通-养老助残卡”的制卡周期由30天缩短至20天。

需要注意的是，考虑到设备改造、系统调试等因素，自2022年11月1日起新申请办理“北京通-养老助残卡”的，其制卡周期为20天。10月31日前申请办理的，其制卡周期仍为30天。

根据相关规定，60周岁及以上

的京籍老年人和持北京市有效居住证的常住外埠老年人可申请办理“北京通-养老助残卡”。老年人持卡可享受免费乘坐地面公共交通、逛市属公园等社会优待服务。

自2015年北京开始推广使用“北京通-养老助残卡”以来，截至今年10月10日，全市已累计为60周岁及以上本地户籍和外埠常住老年人有效制卡472.09万张。今年1月1日至今，已有效制卡25.67万张。

学党史

伟大精神(十八)

塞罕坝精神

精神背景：20世纪60年代初，为改变“风沙紧逼北京城”的严峻形势，国家下决心建一座大型国有林场，恢复植被，阻断风沙。1962年，来自全国18个省区市的127名大专毕业生奔赴塞罕坝，与当地林场242名干部职工一起，组成一支平均年龄不足24岁的创业队伍，开始了战天斗地的拓荒之路。

精神内涵：牢记使命、艰苦创业、绿色发展

精神解析：三代人，59年，河北省塞罕坝林场建设者们，听从党的召唤，用青春与奋斗，创造了荒原变林海的“人间奇迹”，以实际行动诠释了“绿水青山就是金山银山”的理念，铸就了“牢记使命、艰苦创业、绿色发展”的塞罕坝精神。

雷锋精神

精神背景：雷锋，原名雷正兴，1940年出生在湖南望城县（现长沙市望城区）。1960年1月，雷锋应征入伍，同年11月，他加入了中国共产党。他以甘当“螺丝钉”的精神，干一行、爱一行、钻一行，在平凡的岗位上做出了不平凡的事迹。同时，他还热爱集体、关心战友、关心群众，把“毫不利己、专门利人”看成是人生最大的幸福和快乐，并身体力行，认真实践。1962年8月15日，雷锋在执行运输任务时不幸殉职，年仅22岁。

精神内涵：热爱党、热爱祖国、热爱社会主义的崇高理想和坚定信念；服务人民、助人为乐的奉献精神；干一行爱一行、专一行精一行的敬业精神；锐意进取、自强不息的创新精神；艰苦奋斗、勤俭节约的创业精神……雷锋身上所具有的信念的能量、大爱的胸怀、忘我的精神、进取的锐气，正是我们民族精神的最好写照。

生谱写了壮丽的人生诗篇，树起了一座令人景仰的道德丰碑，是全国人民学习的光辉榜样。他“一心向党，向着社会主义，向着共产主义”，体现了热爱党、热爱祖国、热爱社会主义的崇高理想和坚定信念；他立志“做一个对人民有用的人”，体现了服务人民、助人为乐的奉献精神；他甘当“螺丝钉”，在平凡的岗位上做出了不平凡的事迹，体现了干一行爱一行、专一行精一行的敬业精神；他通过学习钻研，不断地丰富和提升自己，体现了锐意进取、自强不息的创新精神；他“不乱花一分钱，不乱买一寸布，不掉一粒粮，做到省吃俭用，点滴积累，支援国家建设”，体现了艰苦奋斗、勤俭节约的创业精神……雷锋身上所具有的信念的能量、大爱的胸怀、忘我的精神、进取的锐气，正是我们民族精神的最好写照。

生活服务

12月1日起医保个人账户
资金家庭成员可共济使用

10月17日，北京市医疗保障局发布消息，北京医保参保人员可以通过北京医保公共服务平台办理个人账户家庭成员共济备案。市医保局介绍，职工医保家庭共济指的是，从2022年12月1日起，职工医保个人账户资金家庭成员可共济使用。

可使用参保人员个人账户的家庭成员是指符合《中华人民共和国民法典》规定的参保人员的配偶、父母、子女。家庭成员使用参保人员个人账户时，应具备两个条件：一是为北京市基本医疗保险参保人员；二是须进行备案。

根据此前市医保局发布的信息，10月15日起，参保人员可以通过北京医保公共服务平台、北京市医疗保障局官网或各区经办机构窗口办理个人账户家庭成员共济备案。自12月1日起，备案成功的家庭成员可共济使用参保人员的个人账户资金。

在定点医药机构使用参保人员个人账户资金时，应先使用完本人个人账户资金，再按备案顺序使用他人个人账户资金。参保人员个人账户可用于支付本人和共济对象发生的、符合个人账户使用范围规定的相关医疗费用，并可使用个人账户为本人和共济对象，参加本市城乡居民基本医疗保险和长期护理保险缴费、购买本市补充医疗保险（现阶段特指北京普惠健康保）。

市医保局提醒，家庭成员共济使用的是个人账户资金，而不是社保卡或医保电子凭证。社保卡或医保电子凭证只能本人实名使用。如出现“将本人的医疗保障凭证交由他人冒名使用”“利用享受医疗保障待遇的机会转卖药品，接受返还现金、实物或者获得其他非法利益”等违法违规行，将依法处理，造成重大损失的将依法追究刑事责任。

热点答疑

问：参保人如何办理个人账户家庭成员共济使用备案？
答：2022年10月15日起，参保人员可通过北京医保公共服务平台（以下简称“医保公服平台”，网址为：<https://fw.ybj.beijing.gov.cn/hallEnter/>）北京市医疗保障局官网或各区经办机构窗口办理共济使用备案。备案成功后，自2022年12月1日起，可共济使用个人账户资金。

问：个人账户家庭成员共济使用哪些途径可以修改？
答：共济对象可通过医保公服平台、北京市医疗保障局官网或各区经办机构窗口对共济账户顺序进行修改。

问：使用共济账户结算医药费输入密码时，应输入谁的基本医疗保险个人账户支付密码？
答：应输入本人的个人账户支付密码。

问：北京市参保人员异地就医是否可以使用个人账户和共济账户直接结算相关费用？
答：2022年12月1日起，北京市参保人员按规定办理异地就医备案手续后，可在异地备案统筹区开通跨省直接结算相关业务的定点医药机构使用个人账户直接结算。办理共济账户备案手续后，也可使用共济账户直接结算。

北京市流感疫苗接种工作正在有序进行中，您接种了吗

■流感是什么

流感由流感病毒引起，流感与普通感冒相比较，发热和全身症状更明显，特别是5岁以下儿童、老年人、患有慢性基础病或体质虚弱者更容易出现严重并发症。

■接种流感疫苗

流感疫苗是最有效、最经济的预防流感的措施。接种流感疫苗通过特异性免疫应答，可以产生相对更为持久的特异性保护。每年接种流感疫苗可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险，可降低流感相关住院和死亡的风险。

一般来说，9月至11月为我市接种流感疫苗的最佳时机。我市免费流感疫苗接种的截止日期是2022年11月30日。自费流感疫苗接种将持续到2023年2月。

问：今年免费、自费流感疫苗接种时间是怎么安排的？

答：我市免费流感疫苗接种的启动日期是2022年9月13日，截止日期是2022年11月30日。自费疫苗于9月下旬开展预约接种，持续到2023年2月。各区将根据疫苗供应情况，陆续开展接种。

热点答疑

问：到哪里可以接种免费流感疫苗？

答：各区免费流感疫苗接种门诊的详细名单和地址可以通过北京市卫生健康委员会、北京市疾病预防控制中心等官方网站进行查询，也可拨打12320公共卫生服务热线查询。老年人携带有效居民身份证/社保卡到社区卫生服务中心接种。中小学生在所在学校统一组织接种。

问：自费流感疫苗怎么预约？

答：每个预防接种门诊都有自己的预约渠道，有电话预约、现场登记，还有些门诊可以通过微信公众号或其他网络渠道开展预约。如果需要查询某个门诊的预约方式，可拨打12320公共卫生服务热线，或者在北京市卫生健康委员会、北京市疾病预防控制中心官网查询。另外需要提醒您，如果拨打电话线路忙，请耐心等待。

■小贴士

提醒各位市民朋友，接种流感疫苗的同时，要严格遵循疫情防控的各项措施，按照接种门诊安排的时间段前往接种，尽量减少陪同人员数量，严格遵守“预约制、戴口罩、两米线、勤洗手”等防疫措施，确保流感疫苗接种安全、有序进行。

北京高考报名开始啦！网上申请，请注意这些细节

11月1日8时，北京普通高等学校招生考试报名网上申请系统开通。北京教育考试院提示，报名时，建议考生使用IE11、360极速浏览器、谷歌浏览器。

网上申请系统分为两个入口，分别供首次填写信息的考生和已有信息考生登录。点击“首次填写信息”入口，系统对高考报名条件 and 不得报名人员进行提示；之后，考生需要填写姓名、证件号码、报名区、报名单位等基本信息，并设置登录密码。已有信息考生可通过输入证件号码、密码及验证码直接登录。

考试院提示，考生报名使用的显示器分辨率要在1024*768或以上，建议使用IE11、360极速浏览器、谷歌浏览器；浏览器要关闭弹出式窗口设置，启用Cookie和JAVA小程序脚本

。电脑要卸载或禁用3721、百度、雅虎、GOOGLE助手等工具。报名时所有的数据项都要求使用半角输入。登录时，如果系统提示校验码不正确，考生可刷新页面，然后再输入新的校验码进行登录；如果系统还是提示错误，考生可尝试在浏览器菜单删除Cookies，所有脱机文件、历史记录之后，重新开启浏览器。

11月8日8时至11日17时，通过资格初审的考生须网上填报报名信息并缴费。考试院提示，在此期间，统考考生要选择相应的报考科目、是否参加美术统考、是否参加体育专业考试等考试项目，单考考生要选择是否参加公共文化课考试，是否参加美术统考；网上支付总费用为考生所选项目考试费用总和。

网上报名期间如想更改考试信息，考生可在基本信息页面中“取消订单”，然后重新选择相关项目进行缴费，原订单所交费用将在报名资格确认后退回考生缴费所用账户。符合退费条件的考生考试费用将于12月30日前退还至缴费账户；退费到账通常需要1至7天，特殊情况可能需要半个月左右。因此，考生可在退费工作完毕后一个月之内查询到账情况。

■北京2023年普通高等学校招生考试报名相关时间安排

11月1日8时至4日17时，考生网上提交报名信息（进城务工人员随迁子女报名信息已于10月13日结束）；11月8日8时至11日17时，通过资格初审的考生网上填报报名信息并缴费；11月20日前，按报名单位规定的时间和地点完成现场报名资格确认。

■网上支付联系方式

北京教育考试院高招办咨询电话：010-89193989-1
致新支付热线：010-83010911
致新支付E-mail：support@bossoft.com.cn
银联热线电话：95516 微信热线电话：95017 支付宝热线电话：95188

“北京普惠保”可用医保个人账户缴费

群待遇标准获得赔付；今年特定既往症标准也有调整，糖尿病人群没有并发症的不再认定为特定既往症，可按健康人群比例给付，市民可以放心投保。

需要提醒市民的是，北京市医疗保障局等相关政府部门管理特定人群、已参加异地基本医保且持有北京市居住证或拥有北京户籍的北京市新市民，“北京普惠健康保”的医保内责任只保障住院，其他保障待遇一样。对于“北京普惠健康保”的具体保障

保障局等相关政府部门管理特定人群、已参加异地基本医保且持有北京市居住证或拥有北京户籍的北京市新市民，“北京普惠健康保”的医保内责任只保障住院，其他保障待遇一样。对于“北京普惠健康保”的具体保障

释疑

哪些北京新市民可以参保？
新市民指的是拥有北京户籍或持有北京市居住证且已参加异地基本医保者，这意味着不论是在北京打拼的快递小哥、网约车师傅，还是外地来京带孙子女的爷爷奶奶，只要持有北京居住证且有异地医保，一样可以投保2023年度“北京普惠健康保”。

符合参保条件的新市民可以关注官方指定投保平台“北京普惠健康保”微信公众号，在首页，点击底部菜单栏【立即参保】，根据提示操作，填写投保人、被保险人相关信息，仔细阅读“投保须知书”、“重要提示”等内容，在

确认身份时，选择【新市民】，点击【确认】，完成支付即可。

个人如何参保“北京普惠保”？
市民可以关注官方指定投保平台“北京普惠健康保”微信公众号，在公众号首页，点击底部菜单栏【参保入口】，根据提示填写相关信息，即可线上快捷参保。也可在支付宝搜索“北京普惠健康保”线上投保，亦可通过6家保险公司的专业工作人员咨询投保。参保2022年12月31日截止，保障期间为2023年1月1日至2023年12月31日。

能用医保个人账户余额付保费吗？
可以。北京职工医保参保人可使

用医保个人账户为本人投保；12月1日起，在医保账户完成共济对象备案（可在医保公共服务平台或各区医保经办机构办理）后，可使用医保个人账户余额可以享受北京市基本医保待遇的配偶、父母及子女缴费，一人可为全家参保缴费。

去年参保未到期，需要续保吗？
去年参保的“普惠健康保”，保障将于2022年12月31日到期，参保2023年度“北京普惠健康保”可享2023年1月1日至2023年12月31日期间的保障，实现保障的无缝衔接，错过此次集中参保时间将无法补缴。