

我们,每周四与您见面!

立足社区 品评身边事  
面向居民 服务咱家人

双井 13 社区网址 <http://www.shuangjing13.com/>

# 今日双井

SHUANGJINGTODAY

2022 年 10 月 27 日

星期四 十月初三

第 584 期

本期 8 版

邮箱: [jrsjyx@126.com](mailto:jrsjyx@126.com) 电话: 87759538

## 踔厉奋发 勇毅前行

双井街道掀起学习  
党的二十大精神热潮

团结奋斗,谱写新时代  
中国特色社会主义  
更加绚丽的华章

### 永远跟党走

中国  
共产党第二十次全国代表  
大会在选举产生  
新一届中央委员会和中  
央纪律检查委员会,通过关  
于十九届中央委员会报告的决  
议、关于十九届中央纪律检查委  
员会工作报告的决议、关于《中国共  
产党章程(修正案)》的决议后,22日上午在人  
民大会堂胜利闭幕。

近日,双井街道理论学习中心组学习、传达  
全区领导干部会议精神,部署地区学习宣传贯彻党  
的二十大精神相关工作。双井街道工委书记李容珍主  
持会议并强调,街道上下要把学习好、宣传好、贯彻好党  
的二十大精神作为当前和今后一个时期街道首要的政治任务  
和头等大事,对照市委、区委工作部署,精心组织、周密安排,以首  
善标准抓好落实,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,为加快建设和谐宜居的双井而团结奋斗。

会议结束后,在双井迅速掀起学习宣传的高潮热潮。通过开展党的二十  
大精神传达学习,以各种方式把二十大精神第一时间传达到基层一线,传递  
到每一位党员。并将学习二十大精神纳入教学培训计划,组织引导各级党员干部深  
刻把握二十大提出的新理念、新论断、新任务、新举措。组织好理论宣讲,将大会精神讲  
清、讲透、讲鲜活,让党员干部群众愿意听、听得懂、听得进,真正让二十大精神“飞入寻常百  
姓家”。

在今后街道工作中,聚焦“七有”“五性”,健全基本公共服务体系,强化教育、医疗、养老等优  
质资源供给,增强均衡性和可及性。抓好接诉即办,盯住“每月一题”,严格落实领导责任制、首接  
负责制,及时解决人民群众急难愁盼问题。把保障人民健康放在优先发展战略位置,坚持“动态清零”  
总方针不动摇,提高各项应急能力建设水平,坚决筑牢防疫屏障。抓好年底收官。逐一对照市、区任务要  
求,倒排工期、挂图作战,全力做好经济运行、疏解整治促提升、城乡融合发展、文明城区创建等各项工作,  
确保完成全年目标任务。

# 区领导视察地区老旧小区 房屋改造工作



实地走访检查

2022年10月24日上午，朝阳区副区长范亮亮实地检查双井地区老旧小区房屋改造工作，双井街道工委书记李容珍、办事处副主任刘伟等人陪同。

范亮亮在听取老旧小区房屋建造年代、居民居住条件和安全隐患等工作汇报后，实地察看了居民楼内的居住环境，并做出工作提示，要求各部门高度重视老旧小区工作，消除安全隐患、改善居民居住环境和生活质量，整合各方资源切实做好各项工作，提升居民的满意度和幸福感。

一行人来到黄木厂社区北菜园老旧小区进行实地走访，在走访过程中，范亮亮对地区老旧小区一体化改造工作新探索给予肯定。

范亮亮指出，老旧小区改造是提升居民居住品质、幸福指数的“关键小事”，也是关乎地区发展、推进社会综合治理的“民生大事”，要在现有工作基础上，继续对标先进，探索老旧小区改造创新之路。

范亮亮强调，要从居民实际需求出发，从可观可感的小事做起，完善基础配套设施，改善居民的

条件和居住环境。做实做细各项民生“关键小事”，切实解决居民的后顾之忧。要结合小区实际，深挖演绎地区文化，探索新机制新模式，做到让利于民，提升推进效率，进一步凝聚共识，激发地区积极性。

李容珍表示，双井街道将立足实际，在项目实施过程中始终从小区居民切身利益出发，解决好群众最关心、最直接、最现实的问题，把好事办好、实事办实，确保把地区老旧小区综合整治项目打造成为安全工程、放心工程、暖心工程。 ■文/郭宜宾

## 凝“新”聚力 赋能起航

为促进2022年新入职社区工作者尽快了解双井街道社区工作，同时提升新入职社区工作者的职业技能，满足职业需求，符合双井街道国际化社区发展及将打造元宇宙孪生社区融入社区治理新局面。

近日，双井街道组织新入职的社区工作者进行了为期2天的培训。围绕“快速进入社区工作者的角色、新时代社区治理、项目化运作能力、窗口礼仪与服务”四个要点开展。

双井街道办事处副主任丹红对这次新入职社区工作者进行了开班动员。丹红讲道，从时代使命、社区机遇、能力提升三个方面街道领导班子给社区年轻力量提供一次学习机会。希望富有朝气的你们，代表着年轻一代的力量用青春与拼搏谱写双井街道发

展新篇章，为社区建设注入新的动力。

双井街道纪工委副书记、监察组副组长宋晓莉，为新入职社区工作者进行了廉政教育的培训。

培训中，讲师运用理论与实践相结合的方式，促使培训成果转化工作能力，增强和提高社区工作者的本领与技能。坚持专题培训与日常工作结合培训为主要内容。

大家纷纷表示，通过理论学习，提高了思想认识，将“为民、爱岗、敬业、奉献”精神深牢记于心。通过服务规范、写作知识、计算机运用等方面的培训，鼓励新进社区工作者创新工作、拓展服务内容，让社区工作者将所学与实际工作结合。保持良好心态，把握全局，与时俱进，变压力为动力，创新工作。

■文/郭宜宾



## 提前部署 温暖守护

### 双井街道扎实做好地区供暖保障

10月21日，双井街道召开供暖季工作部署会。会议由城市管理办公室副主任支卫红主持。城市管理办公室、市民诉求处置中心、各供暖单位、各社区环境主任参加会议，街道工委书记李容珍、办事处副主任刘伟出席。会议对上个供暖季存在的突出问题

进行回顾和总结，并对本供暖季工作进行部署和安排。

首先，各供暖单位汇报供暖季准备情况，市民诉求处置中心负责人何关芳部署供暖季接诉即办工作。

办事处副主任刘伟表示：要做好供暖前期部署，各供暖单位要加强应急保障力量，确

保抢救抢险队伍人员、物资落实到位，供暖期间，要严格执行24小时供暖值班，及时接收并妥善处理用户供暖诉求。

街道工委书记李容珍提出以下要求：1.要强化意识，顾全大局。各部门压实责任、加强配合，做好按时保质供热工作。同时做好

疫情防控相关工作。2.要制定紧急预案，提高应急处置能力。供热系统安全运行是供暖季稳定供热的基础，要充分做好应急储备力量。3.积极主动靠前，了解解决群众供暖诉求。畅通信息渠道，确保接到诉求后在最短时间内解决处理。

■文/何健聪

## 情系“疫”线 “隔”外暖心

### 双井街道慰问小关街道派驻华腾美居集中隔离点工作人员

近日，双井街道办事处主任张久红、办事处副主任李荣带队到华腾美居集中隔离观察点指挥部走访慰问小关街道驻点工作人员。

在现场，一行人详细询问了隔离酒店人员入住情况，了解隔离酒店组织管理架构、措施落实、服务保障等工作流程，随后了解隔离酒店工作人员饮食、住宿、值班等生活情况，并送上生活物品及防疫物资等慰问品，向他们在疫情防控工作中的付出送去热切的关怀并表示真挚的感谢。



据了解，当下疫情防控形势依然严峻，小关街道工作人员“披甲上阵”，派驻到双井街道华腾美居集中隔离观察点，负责隔离酒店对密接人员转运及后

续服务管理等工作。

张久红表示，当前面临的疫情防控形势依然严峻，要严格落实各项疫情防控措施，遵守工作流程和规范，认真做好服务保障工作。

同时嘱托大家在处理疫情防控工作的同时也要做好自身防护，双井街道工委、办事处作为坚实的后盾将全力为大家提供帮助

小关街道驻点负责人表示，此次慰问让大家感受到兄弟街道的浓浓深情，不仅为指挥部工作人员带来了关怀，更激发了大家责任在肩、不负众望的动力，指挥部和集中隔离点的全体工作人员将继续保持昂扬的斗志，做好服务保障工作，切实守护人民群众生命健康安全。

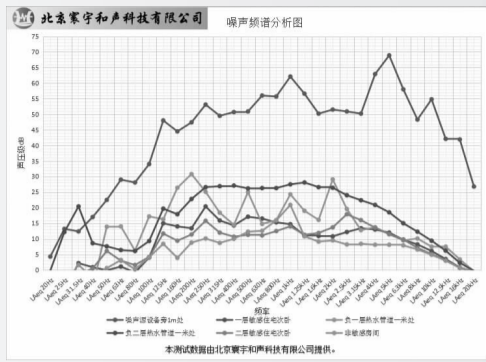
■文/何健聪

民有所呼 我有所应

民生无小事，枝叶总关情。双井街道积极构建“民有所呼、我有所应”的工作机制，用初心和使命践行着以人民为中心的发展思想，始终致力于解决居民急难愁盼事，切实筑牢地区安全网，一大批居民的烦心事相继解决。

本周将继续为您带来“民有所呼，我有所应”我为群众办实事系列报道，和您共同去听、去看身边的双井事。

文/高敬怡



接诉现担当 即办解民忧



多部门联动消除低频噪音

前段时间，家住双花园南里二区14号楼一层的孙女士遇到了一件糟心事：自己书房中24小时都能听见“嗡嗡”的低频噪音，严重影响了自己的生活。此前，物业多次上门帮助孙女士寻找噪音来源，但均未找到，孙女士希望光环社区能够帮忙解决。

“起初我们怀疑是其他居民家的地下仓库或是地下室的变电室产生的电流音。”光环社区工作者张磊说。“我们与电力部门、仓库所属居民等取得联系后，打开了地下室的门。”光环社区工作者刘海洋说，但经过多次走访，工作人员发现噪音不来自这两处。

10月2日，寰宇和声公司工作人员李春太携带专业测音工具来到居民家中，对居民家中噪音图谱进行采集。随后，工作人员对居民家周边环境音采集，根据对比，终于找到噪音来自于双花园南里二区

13号楼一热水泵。李春太表示，根据噪声频谱分析图可以发现，热水泵旁一米处测试数据与居民室内测试数据存在关联性，均在125Hz、250Hz低频段出现峰值，存在设备运行时产生的低频噪声通过建筑结构传导对住宅室内声环境的影响。随后，社区与热水泵所属公司取得联系，截至10月17日，热水泵维修工作已全部完成。

社区出面解决定制家具纠纷

近日，九龙南社区接到居民冯先生打来的电话，冯先生表示，自己在百安居（双井店）订购了木门，但厂家迟迟没有发货，“六月份的时候订购的，现在已经过去了三个月，订购的三扇只送来了一扇，到现在卧室还没有门呢！”

接到居民诉求后，九龙南社区工作者赵钥、刘建东随即前往百安居（双井店），了解详细情况。据门店工作人员介绍，冯先生所购买的木门是需要定制的，周期较长，且工厂位于山东，受疫情、人力等因素影响，发货较为缓慢。

家已经将其余两扇木门送过来了，现在已经安装完毕。再次感谢！”面对居民诉求，九龙南社区始终坚持“听多一点，问多一点”，“两个一点”工作方法。无论是大事、小事，只要是居民的事，社区都非常重视，“有时候居民比较着急，说的也比较多，我们就要仔细听，及时总结，从中找到居民诉求的重点。”刘建东说。

“一方面是想诉求，全方面的了解事情的经过。另一方面我们还会和负责居民的包片社区工作者多问一点。”刘建东说，要充分了解居民，比如有的居民年纪大，我们说话就要声音大一点、慢一点，有的居民身体不太好，我们在沟通的时候就要轻一点，缓一点，“要做好充足的准备，才能和居民进行更好的沟通，才能更加有效的帮助居民解决问题。”

聚力守护名木古树 延续绿色文化记忆



为进一步提升全社会保护爱护古树名木意识，近日，双井街道组织辖区古树管护单位和居民积极参与由朝阳区园林绿化局在庆丰公园组织的古树名木保护科普宣传活动。街道城市管理办公室、综合行政执法队、双井派出所共同参加了此次活动。

式，向地区居民普及了《北京市古树名木保护管理条例》，并呼吁广大居民一起参与古树保护行动。同时，工作人员向居民发放了创建森林城市宣传折页及环保袋，邀请居民共同了解创森知识。双井街道现有古树42棵，其中一级古树2棵，二级古树40棵。树种包含了国槐、侧柏、白皮松等品种。下一步，双井街道将以创建森林城市为契机，继续加强日常管护，不断提升广大市民对古树名木的保护意识。

“变废炫宝”作品征集 双井人 快来炫出你的创意！

为引导市民群众积极践行绿色环保理念，启发垃圾减量垃圾分类行动自觉，双井街道“变废炫宝”创意作

品征集活动将要开展啦。居民们可以积极发挥想象力，让家中的废品，重新焕发新的生机！

征集时间：

10月26日—11月21日

参与方式：

1.参与对象。凡有思想、有创意、有动手热情的社会团体、家庭及个人均可参加。

2.报名渠道。各社区按要求将所有作品的实物照片或视频，以及制作原理说明，打包发送至邮箱：jrsjyx@126.com

邮件主题：#变废炫宝#+社区，每份作品须注明详细地址，以便后续工作人员对获奖者奖品的邮寄。



查看详细内容 扫描二维码

# 学思践悟 笃行实干

## 双井街道深入学习贯彻党的二十大精神

### Part 1 / 【强学习】 深入学习贯彻党的二十大精神

10月26日,为深入学习贯彻党的二十大精神,双井街道理论学习中心组围绕党的二十大精神进行集中学习,同时对市委书记蔡奇、区委书记文敬在相关领导干部会议上作出的工作部署进行学习。双井街道工委书记李容珍主持会议并发表讲话。

会前,理论学习中心组成员进行了自学,会上,理论学习中心组成员分专题宣讲党的二十大精神的主要内容,同时对蔡奇书记在全市领导干部会议、文敬书记在全区领导干部会议上强调的工作重点进行诵读。随后,理论学习中心组成员结合自身分管工作交流心得体会。

最后,与会人员学习了近期人民日报有关疫情防控的评论员文章,表示要毫不动摇坚持“动态清零”总方针,抓实抓细辖区疫情防控各项工作。

围绕党的二十大精神,李容珍以“砥砺前行,推动新时代双井发展”为主题畅

谈心体会,并提出以下要求:一是要坚持党建引领,全面深化从严治党,抓好队伍建设,从政治上领会党的二十大精神,将“五个牢牢把握”落实到辖区各方面工作中;二是要继续不忘初心,牢记使命,江山就是人民,人民就是江山。要坚持为民造福,为民服务,沿着正确的方向提供精细化服务;三是勇于创新,开拓进取,加快辖区发展,发展是解决一切问题的硬道理,通过创新引领,依托数字经济赋能,打造标杆示范,推动辖区高质量发展;四是把握好经济发展与疫情防控的关系,统筹发展,克服阻力,顶住压力,打好组合拳。

下一步,双井街道将继续深入开展党的二十大精神的学习,切实保障改善民生,全力维护社会安全稳定,确保全年各项目标任务圆满完成,真正把学习贯彻党的二十大精神成果体现在推动工作、促进发展的实绩上,落实在老百姓的满意度上。



10月22日上午,中国共产党第二十次全国代表大会在北京胜利闭幕。此次大会,为国家的未来发展方向提出了一系列新观点、新论断、新思想、新战略、新要求。这也给每一位党政机关干部、非公企业支部、基层党员群众带来新的挑战。近日,在双井地区,也掀起了深入学习贯彻党的二十大精神热潮。



理论学习中心组学习党的二十大精神



李容珍慰问社区工作者及地区志愿者

张久红带队检查地区疫情防控

非公党支部党员深入学习党的二十大精神

### Part 2 / 【践使命】

#### 志愿服务十余年 感受双井蝶变

**党员名片**  
姓名:石秀爽  
社区:光环

我从2003年退休后,就积极参加社区的活动。社区工作看似简单,却有很多不为人知的难处。整个小区600余户居民,想要更好的为大家服务就要了解大家的需求。刚开始我与各楼门长交流,并把在交谈中了解到的问题认真地记在笔记本上,遇到当下亟待解决的事情在本子上重点标注,随后拿着随身携带的笔记本,挨个去居民家询问,听取民意,解决居民“急愁难盼”。

这些年里,我与社区积极配合,解决了许多困扰居民多年的问题,并成

立志愿服务队,为更多的居民服务。从2018年开始,我每个月带领志愿者团队与理发店联系为小区的老人公益理发,2年来为居民理发2000余人次。

党的十八大以来,街道、社区为居民提供了更多的服务与帮助,我们小区的环境也得到了极大的改善。小区内400余平方米的人行步道也在共商共治下得以维修改善,许多行动不便的居民也可以出门散步了。通过大家的不懈努力,我们的精神生活、物质生活都得到了很大改善。作为一名社区志愿者我也感到很荣幸,今后,我还将尽我所能的配合社区,开展各项服务,尽心尽力为居民办事。

#### 坚定理想信念 牢记初心使命

**党员名片**  
姓名:冯迪  
所属单位及职务:北京蓝城兄弟信息技术有限公司党支部副书记、团委书记

习近平总书记的讲话令人振奋,党的二十大报告从党和国家事业发展的战略全局出发,科学分析当前国际国内形势,深刻阐述过去五年工作和新时代十年的伟大变革,深刻阐释了新时代坚持和发展中国特色社会主义的重大理论和实践问题,深刻阐明了未来一个时期党和国家事业发展的重大理论和实践问题。

作为青年一代,我们要时刻保持坚如磐石的战略定力,正确认识青年一代所处的现实、所拥有的力量、

所担当的使命。青年一代要在初中找理想,把坚定理想信念作为加强企业青年员工思想建设的首要任务,打好员工的精神底色。

青年一代要在时代中练本领,在建设网络强国中切实担负起两新组织的历史责任。青年一代要在发展中显担当,我们这一代中国青年,人生黄金期同“两个一百年”奋斗目标的轨迹完全吻合,要将二十大精神落细落小落实,内化于心,外化于行,将涓滴努力汇入时代大潮。

我将怀揣为共产主义奋斗终身的理想信念,坚定不移听党话、跟党走。不断从党的百年奋斗史中汲取力量,学习好、发扬好、传承好革命精神,立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年。

### Part 3 / 【话初心】

#### 学习贯彻党的二十大精神 双井党员谈感悟

**党员名片**  
姓名:孙晨阳  
社区:九龙社区苹果文体党支部六组

举世瞩目的中国共产党第二十次全国代表大会于2022年10月16日上午在人民大会堂隆重开幕。我和家人一起守在电视机前聆听习近平总书记所做的大会报告。报告字字铿锵,句句打动人心。这几天我们还关注着记者招待会的直播,各种党的十八大以来的成就,特别是近5年来的成就一一细数,让我们再次梳理了10年来国家的变化,人民生活的变化。一个共同的感觉就

是:中国共产党领航全国人民在社会主义现代化道路上越走越扎实,复兴的力量不可阻挡。

我所在的苹果文体党支部六组,当天上午有18位党员收看了大会实况,其中多数是退休党员,也有在在职的中年党员,还有几位年老体弱的党员,还有一位在社区值班岗位上,下岗后回家补看了实况转播。这充分彰显了我们党员的党性和觉悟。而且六组党员在每次支部布置的学习中都是积极领先,表现非常优秀!

二十大会议的信息量非常非常之大,后续我们支部还将持续不断学习,不忘初心,牢记使命,砥砺前行!

#### 用青春之年华 助力祖国发展

**党员名片**  
姓名:李若熙  
所属单位:北京工业大学附属中学

“人无精神而不立,国无精神则不强。唯有在精神上站得住、站得稳,一个民族才能在历史的洪流中屹立不倒、挺立潮头。”百年征程,在中国共产党的领导下,一代又一代的中国人奋勇前进、锐意进取,镌刻出一幅壮丽的中国发展史诗。

如今,我们站在中华民族百年复兴的历史焦点,作为推动国家发展的新生代力量,我们要用青春之年华,博采众长、踏实创新,每一天、每一步都深切铭记青年的使命和责任。为实现梦想而努力,为祖国发展尽力而学习,当我们的理想和祖国的发展紧密联系在一起时,我们的内心会更加坚定,我们的脚步会更加有力,我们的方向会更加明确,我们的未来会更加清晰。

#### 聆听教导 歌唱伟大祖国

**党员名片**  
姓名:刘素云  
社区:广外南

聆听习总书记的教导,我们倍感亲切。报告中提出的三个务必及新时代十年的伟大变革,在党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史、中华民族发展史上具有里程碑的意义。我们都铭刻在心!尤其是提到文化自信时,更是深感使命在身、重任在肩。以人为本,提高人民的精神文明和

文化素养,传承红色基因和传唱红色歌曲。

讴歌伟大的党,歌唱我们伟大的祖国!江山就是人民,人民就是江山。为千秋伟业和复兴理想,党带领我们走过百年艰苦历程。如今中国共产党信念永恒,初心不忘,又在走向第二个百年。胸中有理想,使命有担当。前赴后继,风雨兼程,走向复兴路,走中国特色社会主义道路。昂首挺胸,继续乘风破浪,扬帆远航,领航中国走在新时代的征程上。

#### 坚定理想信念 完成本职工作

**党员名片**  
姓名:王慧巧  
社区:垂东

盼望已久的党的二十大,于2022年10月16日在京胜利召开。观看党的二十大精神报告,总书记的报告振奋人心、鼓舞士气、催人奋进。总书记一直强调:江山就是人民,人民就是江山。中国共产党领导人民打

江山、守江山,守的是人民的心。治国常,利民为本。为民造福是立党为公、执政为民的本质要求。

我一定认真学习,更加自觉地坚持和捍卫“两个确立”,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,在社区党委的领导下,发挥党员模范作用,做好本职工作,完成好社区党委交给的各项工作。

#### 高举旗帜 勇毅前行 贡献余热

**党员名片**  
姓名:薛建英  
社区:垂东

总书记的报告中提出一系列新观点、新论断、新战略、新要求。首先报告提出的大会主题是高举中国特色社会主义伟大旗帜,全面贯彻新时代中国特色社会主义思想,弘扬伟大建党精神,自信自强、守正创新、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。我作为一名党员,担任着38楼支部书记,决心在社区党委的领导下,听从党委领导安排,在今后的学习中,带领支部党员,认真学习好党的二十大精神,积极开展热烈讨论,努力发挥我的余热,为社区建设贡献我的一份力量。

#### 教书育人 为理想插上“翅膀”

**党员名片**  
姓名:刘军  
所属单位:北京工业大学附属中学

“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。”习近平总书记在二十大报告的讲话掷地有声。

新时代新征程中,我们全面贯彻党的教育方针,深化民族团结进步教育,促进北京青少年与西

藏内高班学生的广泛交往、全面交流、深度交融,推动筑牢中华民族共同体意识教育。北京工业大学附属中学每个学年都有新的西藏学生来校读书,银杏树下格桑花开,京藏学生在学生生活中结下了深厚的友谊,教师在民族团结教育中也细心、用心、耐心地帮助学生,在知识的沃土中茁壮成长。在我校读书的内高班学生每年均以优异的成绩考取理想的大学,为建设家乡、报效祖国贡献自己的力量。



地区党员志愿者



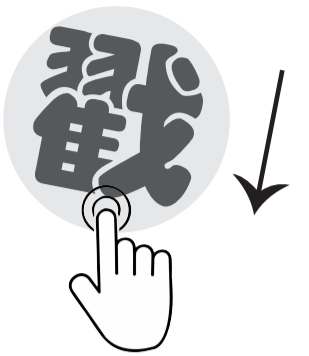
社区党支部学习感悟



地区党员手写感悟

预热

# 不外传的双11宠粉福利



秋天换季+双11将至,已经完全抑制不住“买买买”的欲望了。近日,双井地区商户多轮福利来袭,好货集结,心动折扣,满足你的购买欲!

## 商户信息

- 商户名称:百安居环保家装
- 商户介绍:百安居中国(B&Q China)是中国最大的连锁建材超市,百安居门店提供百安居一站式的家庭装修服务以及厨房、卫浴、瓷砖、地板、油漆、灯具、五金、水电、基础材料全系商品。
- 商户福利:10.25-11.03 百安居环保家装周年庆
- 活动主题:环保家装周年庆
- 活动时间:10.25-11.03



## 商户信息

- 商户名称:We+健身中心
- 商户介绍:We+健身中心是由残奥会冠军、资深健身教练共同发起建立,并荣获首届北京残疾青年融合创业大赛一等奖。
- 2021年北京市残疾人福利基金会又动员北京华贸公益基金会、长江商学院北京校友会等爱心组织捐资支持扩建,现为双井地区最大的综合健身中心。
- 其拥有宽敞宜人的健身空间、一流的健身器械、经验丰富的教练团队,同时经营模式为健身+公益的社会企业新模式,助力推动残疾人创业就业,因此十分热衷于公益,在这里可以播下您的企业公益的种子。

### 购建材

精选品类每满3000元  
最高立减  
**500元**

### 签装修

签约包清工整装购建材  
额外再减**5%**  
签约一口价全屋整装  
最高可享**3万贴息**

## 百安居环保家装大行动

百安居“到家服务体验馆”征集

体验服务项目:环保检测和基础检测

检测项目	检测标准	检测仪器	检测项目	检测标准	检测仪器
光	《建筑采光设计标准》GB9003-2013	照度计	甲醛	《室内空气质量标准》GB3095-2012	甲醛检测仪
声	《民用建筑隔声设计规范》GB50118-2010	声级计	氨	《室内空气质量标准》GB3095-2012	氨检测仪
水	《生活饮用水卫生标准》GB5749-2006	水质检测仪	苯	《室内空气质量标准》GB3095-2012	苯检测仪
气	《民用建筑室内环境污染物浓度限值》GB50325-2020	甲醛、TVOC检测仪	甲苯+二甲苯	《室内空气质量标准》GB3095-2012	甲苯+二甲苯检测仪

## 一、环保家装金标准

全程环保=环保量房+环保设计+环保材料+环保施工+环保检测+环保承诺

- ◎ 环保量房  
科学仪器环保量房
- ◎ 环保设计  
科技赋能,自研 BIM 科学计算,防止材料污染叠加
- ◎ 环保材料  
严格的产品准入体制,杜绝污染材料
- ◎ 环保施工  
环保工艺,36项环境管控,24次动态监测
- ◎ 环保检测  
3次环保检测,层层把关
- ◎ 环保承诺  
环保不达标全额退款

## 二、双11钜惠提前抢

全程环保=环保量房+环保设计+环保材料+环保施工+环保检测+环保承诺

- ◎ 购建材  
精选品类每满3000元,最高立减500元
- ◎ 签装修  
签约包清工整装购建材  
指定主材额外再享95折
- ◎ 签一口全屋整装  
享农行贴息贷最高3万贴息

## 三、百安居环保家装大行动

百安居“到家服务体验馆”征集

## 四、环保周年庆家装六大优惠特权

- 1.量房礼 赠送公牛排插
- 2.定单礼 红包抽不停
- 3.签约礼 砸金蛋送好物
- 4.定制礼 赠送全屋定制方案
- 5.延保礼 水电额外延长三年
- 6.额外礼 “预见未来”全屋漫游效果图

## 五、周年庆环保大礼包

- ◎ 1.赠送霍尼韦尔空气净化器(KJ190F-W02)一台
- ◎ 2.环保施工合同一份(环保检测+环保治理)
- ◎ 3.竣工绿植(龟背竹、散尾葵、万年青各一盆)

## 六、环保局部翻新装

- ◎ 1.签约局装送1000元环保基金
- ◎ 2.资深局装设计师一对一服务,环保量房
- ◎ 3.厨卫改造满额送防水
- ◎ 4.额外赠送改造区域漫游效果图
- ◎ 5.厨卫改造水电额外延长3年
- ◎ 6.全屋定制收纳改造赠送免费全屋设计

## 七、23年超千万用户选择

- ◎ 23年老品牌
- ◎ 服务用户千万+
- ◎ 40多个城市150家店
- ◎ 自有供应链,全网敢比价

● 地址:北京市朝阳区广渠路31号(双井桥往东1公里家乐福超市旁)

● 联系电话:010-87768152

● 装潢咨询:010-87768060

● 乘车路线:地铁7号线14号线九龙山站A口前行200米,300双井站下车向东1000米即到、715、23、348、35、988、985、486、30、11、973、513、605珠江帝景或九龙山下车即到。



## ● 商户福利:

### ◎ 活动一:

双11期间办卡特惠价,身份证后六位带“1”的顾客有优惠有惊喜

### ◎ 活动二:

飞镖投掷有豪礼,扎的越多折扣越多

### 活动三:

私教课程年中优惠套购,丰富多彩的课包,全年最优的价格

● 活动主题:We+健身中心双11感恩钜惠

● 活动时间:11.8-11.11

● 地址:双井优士阁A座b1

● 联系电话:13381105873

## @ 双井老年人,好消息! 11月1日起实施

@ 双井老年朋友,北京通养老助残卡传来惠民好消息。2022年11月1日起,卡片制卡周期缩短至20天,申请办理养老助残卡,不用再等一个月了!老年朋友将可以更快领到用到这张卡!

为进一步方便和惠及老年人,市委社会工委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。■来源:北京日报



京剧是中华民族国粹之一,也是中国影响最大的戏曲剧种,其分布地以北京为中心,遍及全国各地。在双井街道百子园社区有这样一位居民,数十年如一日坚持练习唱腔,在她的指导下,有越来越多的居民从“爱听”变成了“会唱”。接下来,就让我们一起走进刘天真的“戏迷”生活。

■文/高敬怡

## 十三岁起自学京剧 扎根社区弘扬国粹



【人物名片】

刘天真

年龄:69岁

社区:百子园社区



刘天真(左四)

### >> 痴迷戏曲 56年 每天坚持练习

“样板戏刚刚兴起的时候,我还很小,只有十三岁。”回想起自己和京剧的“缘分”,刘天真说道,那时候家里只有收音机,每当播放样板戏,她总是接着收音机不撒手。“有好几次我母亲拿着小棍过来敲我,问我还要不要吃饭了!”

上班之后,刘天真空闲的时间变得越来越少,但她依然没有放弃自己热爱的京剧,挤时间也要唱上几句练练嗓子。俗话说,一天不练自己知道,两天不练对手知道,三天不练

观众就知道。刘天真始终坚持,嗓子是越练越好的,喜欢就要一直唱下去。

有了学唱样板戏的基础,学起传统戏曲也变得相对容易。“传统戏我也学了将近十三年,都是跟着手机、电脑自学的,每天多听多练习。”说起自己对京剧的痴迷,刘天真的说,自己时常听着听着就入迷了,别人和自己说话也没注意。

直到2008年,刘天真正式退休。退休之后,刘天真每天坚持至少唱两个小时,“孩子

们白天都去上班、上学,我一个人在家的时候能唱上好几个小时,有的时候去参加活动,就是唱上半天也没问题。”刘天真说。

说起自己喜欢的唱段,刘天真更是如数家珍。样板戏里的《杜鹃山》、《沙家浜》,传统戏曲的《状元媒》、《龙凤呈祥》……在听戏的过程中,刘天真还会结合自己的角色、嗓音有针对性的去听、去学习。“现在听的角色多以青衣、花旦为主,而且我自己的嗓音比较适合张派的唱法,所

以平时也会多听听张派的代表作。”

说起多年来唱京剧给生活带来的改变,刘天真是这样说的:每次唱京剧的时候都会觉得心情特别好,而且唱京剧也在一种锻炼。“比如说我们要唱一个大拖腔,这个需要很大的肺活量的。我们上了年纪之后,很多人都唱不了。”为了更好的演绎自己喜欢的唱段,只有通过不断的练习才能保证自己的气息,长此以往,肺活量上去了,整个人也都显得更加有精气神。

### >> 加入社区京剧班 弘扬国粹风采

八年前,刘天真加入了百子园社区的京剧班,成为了京剧班的一位老师。“刚开始的时候,京剧班有二十几人,大家经常聚在一起唱京剧、演出,特别开心。”刘天真说。

唱京剧一旦入了门就会上瘾,“刚开始的时候,大家都有些不自信,很少有人敢开口唱。”刘天真常常鼓励大家,希望大家能够大胆唱出来,而且还要尽量多的上台演出。

最近这几年受疫

情影响,京剧班的线下活动少了很多,大家见面也比较少。即便如此,京剧班的学习却没有停止。“我们有一个微信群,大家每周三都会在群里发一些自己最近新学的唱段,陈老师和我都会抽时间给大家点评、演示。”

刘天真说,京剧和其他才艺不一样。京剧里包含了人文、历史等方面内容,艺术性极高,“有的时候学一首流行歌曲一天就能学完,但是你要学好

一段京剧,唱腔、气息都需要反复练习揣摩。”

八年的时间里,社区的京剧班来了很多新成员,也有几位老成员虽然陆续不在北京,但是每周群里的线上活动,却从未缺席。

刘天真说,到了他们这个年纪,老人们都是随着孩子走。但是无论大家在哪里,只要大家有关于京剧方面的问题,在群里还是一呼百应的。“有的姐姐在成都,有的去了重

庆,还有的在天津,大家虽然不在一起了,可热爱京剧的心却从来都没变过。”

从零基础到戏迷,京剧不仅丰富了大家的业余生活,也让京剧班这个团体变得更加具有凝聚力。

“和姐妹们一起唱京剧,不仅仅是教会她们,对我自己也有很多帮助。”刘天真说,希望今后能够有越来越多的人热爱京剧,不断将京剧传承下去并且发扬光大。

## 哪些场景须佩戴口罩? 如何科学佩戴?

疫情期间,戴口罩、勤洗手、保持社交距离等个人防护措施对于降低传播风险、保持身体健康有着重要的意义。市民什么时候需要佩戴口罩?该如何科学佩戴口罩?对此,北京市疾控中心流行病学首席专家王全意给出了权威解答。

### 1.市民在什么情景下需要佩戴口罩?

王全意:我们进入公共场所,不论是小区、单位、商场、超市,都要佩戴口罩。在乘坐地铁、公交车等公共交通工具时要全程佩戴口罩。在乘坐电梯、进入地下车库等密闭环境时,要规范佩戴口罩。日常生活中,我们要提高警惕,出门遛弯,到楼下超市买菜,到小区门口拿快递,都需要注意戴好口罩。保持良好的生活习惯,可以大大降低我们暴露于病毒的机会。

我们总结出了降低感染风险的3个重要因素:戴口罩、勤洗手和保持社交距离。如果能同时做到这3点,感染病毒风险会显著降低。

### 2.何科学佩戴口罩,有什么需要重点提示的?

王全意:对于市民而言,如果没有特殊的职业需求,在一般的生活、工作场景下,医用外科口罩就能够起到较好的防护作用。

佩戴口罩前,应保持手卫生。佩戴时,要通过颜色深浅、皱褶朝向、金属条位置分清内外上下。佩戴后,上下将皱褶拉开,保证口罩能够遮住口鼻和下巴。双手摁紧金属条,让口罩与面部更好地贴合,保持密闭性。

我们要坚持科学佩戴口罩。有些人佩戴时有把口罩拉下来,露出鼻部的习惯,这会影响口罩的防护效果。有些人喜欢把口罩挂在胳膊上,这还有可能造成口罩内面的污染。

### 3.众日常佩戴口罩,应该多久一换?

王全意:市民在佩戴口罩时,如果潮湿或脏污就要立刻更换。正常情况下,建议每个口罩累计佩戴时间不超过8小时,提醒大家要及时更换口罩。

### 4.是否有案例可以提示戴口罩等个人防护措施对于预防新冠肺炎有重要作用?

王全意:市疾控中心就曾在流调中发现,有些人在返京乘坐公共交通工具时,因与确诊病例座位相近或有交集,而被判定为密接,但因为全程规范佩戴N95口罩、不进食、少走动、不聊天,全程做好个人防护,最终没有被感染。

### 5.除了规范佩戴口罩外,还有哪些日常习惯对于预防新冠肺炎等呼吸道传染病十分重要?

王全意:作为一种呼吸道传染病,新冠肺炎除了通过飞沫传播,还可以通过接触传播,因此我们在日常生活中应注意手卫生。外出回家后、触摸眼睛和口鼻前,要注意先洗手。

在照顾老人、儿童、病人前,也要做到先洗手,避免病毒通过接触传播给他人。

如果我们保持好戴口罩、勤洗手等良好日常行为习惯,可以大大降低感染病毒的风险。

来源:北京日报客户端

## ■时光杂货铺

一台照相机不单为我们带来一张张照片,它更像是充满着情感和回忆的载体,甚至帮助我们发现生活乐趣,培养生活态度。与其说它是一个工具,不如说它是一种生活方式。刘同生留存的和使用的照相机对他来说就像亲密伙伴,一同发现记录人生路上遇见的种种美好。

■文/何健聪



## 人物名片

姓名:刘同生  
年龄:65岁  
社区:光环

# 摄影近60年 听“发烧友” 讲述“影像人生”



刘同生个人照片



刘同生珍藏的海鸥牌相机

## 壹 从胶片到数码 见证技术迭代

参加工作后,刘同生花费185元买了属于自己的人生第一台照相机——长城135胶卷照相机。正式开启了他的摄影路。谈到摄影爱好,刘同生回想起刚接触照相机的时候,“小时候家庭条件比较艰苦,照相机对我来说可是个新鲜玩意儿。”

他小学时,借用亲戚家的黑白胶卷相机练习拍照,对于充满好奇心的刘同生来说,身边的一切都是他取景器中的景物,他在取景器中看小猫小狗,看花草草,看

蓝天白云,看过路人,看天安门广场,看景山公园……照相机成为促使他儿时接触世界、认识世界的工具。不过当时他也深知胶卷价格昂贵,虽然喜欢把美好的景物“框”在取景器中,但总不会随心所欲按下快门。中学后,刘同生自己学习冲洗胶卷,由于条件有限,胶卷不能见光,于是他在自己制作的暗袋中进行操作,之后再按照工序,给胶片上显影液和定影液,甚至天气、光照都有一定的要求和讲究。

1976年,中学毕业后,刘同生到当时北京顺义县张喜庄公社闫家营大队上山下乡,作为主要劳动力的他勤恳能干,“跟着当地老农扛粮食上垛这些重活累活我都主动抢着干,还多次被评为‘优秀知青’呢!”刘同生回忆道。

刘同生虽然每天平均工资3毛钱,生活、生产条件虽然艰苦,但乐观豁达的心态成为他上山下乡期间的动力。回想起那段日子,他说道:“我从小善于观察身边细微的美好的东西,所

以这乐观的心态也很大一部分受到儿时学习摄影的影响,在不同生活状态下总能找到乐趣。”

上山下乡两年零八个月结束后,刘同生被分配到国家铁道部参加工作,1999年,他来到经历改革开放后经济正在蓬勃发展的深圳,在TCL公司总部从事市场营销、经营管理相关工作,成立营销培训部中心,担任营销培训部经理,致力于企业“流程管理”和“缺陷管理”等课题,为自己积累了丰厚的经验。

## 贰 融入社区生活 回忆摄影初心

退休以后,2017年刘同生来到光环社区双花园南里居住,同时党组织关系转到南里一区第一新党支部,2019年刘同生被选举为党支部书记,在此期间,他同时担任物管会副主任,由于小区受停车难、停车乱、收费无明确标准等衍生问题困扰已久,在社区党委支持下,刘同生对接物业公司开了14次协调会,同时组织物管会

和物业联合起草制定改造方案,广泛征集小区车主停车需求并调整方案,最终将所有车位收回,将300余个车位进行了重新划分,整治了小区内停车乱象,受到居民一致好评。

刘同生说:“在社区管理党支部和以前管理企业如出一辙,以前在企业总结的许多理念方法如今都适用。”他担任党支部书记后,将支部的80余

名党员按照楼宇分为3个小组,同时由支委担任小组长,并建立各自的微信群,以提高管理效率。“因为支委对各自小组的党员情况都比较熟悉,所以社区的活动任务等通知我先告知3名支委,再由他们向小组中的党员们传达,反之党员们有什么需求和问题也是先找到支委解决,支委难以解决的再传达给我。”

工作后的繁忙让

刘同生不得不暂时将自己的摄影爱好搁置一旁,融入进社区生活以后,他才算把这一技之长再次捡起来。他为社区舞蹈队汇演拍摄、为老年模特队走秀拍摄,展现社区人文之美。从以前的长城135胶卷相机到国产海鸥单反相机再到如今的佳能5D单反相机,技术在迭代,设备在更新,刘同生“发现美、记录美”的摄影初心不变。



## 《新征颂》

——写在党的二十大胜利闭幕之际

社区:黄木厂  
齐结存



金色世纪光荣潮,圣会领航百年道。  
百姓山河呈伟略,璀璨东方分外娇。

锦程宏业乾坤鼎,守正创新理实铭。  
国政网略时代韵,千秋中华世纪峰。

大党百年风华茂,唯民革故创新潮。  
党政军民行统一,命运共同和谐桥。

启程新征大国纲,劈地开天党领航。  
问天问海问人生,中流砥柱更坚强。

宣言纲领中国化,民主民生冠天下。  
舵手稳航破浪行,兴邦强国雍奇葩。

## ■书法鉴赏

## 《高山流水洁有情 清风明月廉无价》

社区:光环  
崔兰凤



高山流水洁有情  
清风明月廉无价

