

我们,每周四与您见面!

今日双井

2025年2月20日

星期四 正月廿三
第696期

本期8版

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/>

SHUANGJINGTODAY

邮箱: jrsjyx@126.com 电话: 87759538



文明微光汇聚 点亮双井每个角落

吸烟、乱丢垃圾----- 向不文明行为说：“不！”

亲爱的居民朋友们:文明,是一座城市最温暖的底色,整洁,也是一张动人的名片。在我们共同生活的双井街道,文明的微光正汇聚成炬,照亮我们前行的道路。然而,文明的旅程从未结束,它需要我们每一个人用心去呵护、用行动去践行。

在日常生活中,我们或许会看到一些不文明的行为:公共场所大声喧哗、乱扔垃圾、随地吐痰、随意践踏草坪……这些行为虽小,却如同城市画卷上的污点,破坏了我们共同的家园。而禁烟,也是文明行为的重要一环。吸烟不仅危害自身健康,更会通过二手烟影响他人,尤其在电梯、走廊、公园等公共区域吸

烟,更是对他人的不尊重。

文明,是一种习惯,更是一种修养。它体现在我们生活的每一个细节中。在双井街道,我们倡导文明出行,遵守交通规则,不闯红灯,不乱穿马路;我们倡导文明用语,友善待人,让微笑成为我们最美的名片;我们倡导爱护环境,不乱扔垃圾,不随地吐痰,共同守护我们的绿色家园。同时,我们呼吁大家在公共场所自觉禁烟,为自己和他人创造一个健康、清新的环境。

文明的传递,需要我们每一个人的力量。当你看到有人乱扔垃圾时,不妨主动捡起;当你发现有人在公共场合吸烟时,可以礼貌地提醒;

当你遇到需要帮助的人时,伸出援手,传递温暖。这些看似微不足道的举动,却能汇聚成强大的文明力量,让双井街道更加美好。

双井街道是我们共同的家,文明的家园需要我们共同守护。让我们携手行动起来,从自己做起,从身边的小事做起,避免不文明行为,践行文明礼仪。让我们用文明的言行,为双井街道增添一抹亮色;用文明的行动,为我们的家园注入一份温暖。

文明,是双井街道最美的风景。让我们共同努力,让文明之花在双井街道处处绽放,让文明的微光照亮我们生活的每一个角落。

■详见5版



21天戒烟打卡挑战

如果您21天戒烟打卡成功,欢迎致电本报编辑部或扫码关注《掌上双井》公众号,和我们分享您的“成功戒烟”小故事。

每天少吸一根烟 相信你,可以的!

第1天 成功 <input type="checkbox"/>	第7天 成功 <input type="checkbox"/>	第13天 成功 <input type="checkbox"/>
第2天 成功 <input type="checkbox"/>	第8天 成功 <input type="checkbox"/>	第14天 成功 <input type="checkbox"/>
第3天 成功 <input type="checkbox"/>	第9天 成功 <input type="checkbox"/>	第15天 成功 <input type="checkbox"/>
第4天 成功 <input type="checkbox"/>	第10天 成功 <input type="checkbox"/>	第16天 成功 <input type="checkbox"/>
第5天 成功 <input type="checkbox"/>	第11天 成功 <input type="checkbox"/>	第17天 成功 <input type="checkbox"/>
第6天 成功 <input type="checkbox"/>	第12天 成功 <input type="checkbox"/>	第18天 成功 <input type="checkbox"/>



第19天 成功 <input type="checkbox"/>
第20天 成功 <input type="checkbox"/>
第21天 成功 <input type="checkbox"/>



扫码关注
“掌上双井”留言

未定期检查出租房屋使用情况 两名出租人被行政处罚

春节前后,双井派出所持续开展出租房屋安全隐患清查整治,对出租房屋过程中不履行管理责任的业主或经营者处以大额罚款行政处罚。

近日,双井派出所民警在日常工作中发现,双井街道一小区内的出租房屋被违法犯罪嫌疑人用作落脚点。经查,房主王某将房屋出租给李某居住后,长期

与出租房屋分离,未按规定申报登记承租人身份信息,未定期检查该出租房屋使用情况,未履行安全管理责任,承租人李某近期因从事违法活动被公安机关打击处理。公安机关依法对王某予以罚款3000元的行政处罚。

双井派出所民警工作中还发现,双井街道另一小区的一出租房屋

被违法犯罪嫌疑人落脚居住。经查,房主冯某将房屋出租给林某某居住后,未按规定申报登记承租人身份信息,未定期检查该出租房屋使用情况,后承租人林某某因从事违法活动被公安机关打击处理。公安机关依法对冯某予以罚款3000元行政处罚。

下一步,双井街道将继续保持高压态势,

紧密配合公安机关等相关部门,不断强化对辖区出租房屋的管理,保障辖区居民的生命财产安全。在此也提醒广大房屋出租人,务必严格遵守相关法律法规,切实履行出租房屋的管理责任,按规定申报登记承租人身份信息,定期检查房屋使用情况,共同维护良好的社会治安秩序。 ■文/何向蕊



民警检查出租屋情况

干字当头 奋勇争先

双井街道走访地区职能部门

近日,双井街道办事处主任张久红、副主任刘伟到综合行政执法队、双井市场所、安全生产检查队开展走访并召开会议,为新一年的工作开展指明方向、增添动力。

会上,办事处主任张久红听取综合行政执法队、双井市场所2025年度工作计划汇报,对过去一年大家的辛勤付出和取得的工作成效表示肯定。他表示,新的一年要打好开局之战,以新姿态踏上新征程,推动城管执法工作再上新台阶。

会议对未来工作提出三个目标:一是压实责任,安全有序推进拆违工作。二是耐心细致



综合行政执法队、双井市场所作2025年度工作计划汇报

开展腾退工作,合力推进综改项目。三是加强联动,充分发挥执法平台作用,提升城市治理质效。

会议要求:一是各

队伍要尽快收心归位,进入工作状态,维护好街区环境、营商环境,助推地区经济回升。二是要加大培训力度,业务技能、看家本领要扎牢

压实,适应高质量发展要求。三是城市治理要精细化,切实解决好地区居民诉求,将城市治理、安全生产与日常工作结合好。 ■文/何健聪

校园响起“平安铃” 点亮双井开学安全季



学生回答安全相关问题



学生学习校园安全知识

护航学子新征程,双井“平安课堂”开讲啦!为进一步增强辖区学生的安全意识和防护能力,2月18日,双井街道办事处联合朝阳公安分局法制支队、双井派出所再次走进北京第二实验小学朝阳学校,共同开展“校园安全专题培训”活动,为广大莘莘学子讲授一堂安全教育“必修课”。

活动现场,双井派出所副所长刘洋带来了一场干货满满的校园安全培训。此次培训内容涵盖广泛,重点围绕防范电信诈骗、远离毒品危害、人身安全防范及拒绝校园欺凌四个维度展开讲解。刘洋采用理论讲解、案例分析、视频演示等丰富多样的方式,全方位覆盖同学们日常学习生活中的安全要点,生动且透彻地将安全知识和技能传授给同学们。

透过一个个真实鲜活的案例,让同学们深刻且直观地认识到预防校园欺凌的紧迫性,亟待引起所有人的重视。

与此同时,朝阳公安分局法制支队孙警官通过知识讲解、案例分享、经验交流相结合的方式,为同学们深入浅出地讲解预防校园霸凌相关内容,力求安全知识真正入脑入心,切实增强学生们的安全防范意识与应对风险能力。

同学们全神贯注聆听讲解,积极踊跃与讲师互动交流。同学们纷纷表示,此次安全培训让他们对校园安全有了更为全面、深入的认识,自我保护意识显著增强,安全防范能力也得到有效提升。

接下来,平安建设办公室、双井派出所、北京第二实验小学朝阳学校将携手启动“反诈小卫士”“禁毒小卫士”“安全防范小卫士”“校园安全小卫士”四小卫士评选活动。 ■文/杨旸

双井街道召开禁燃禁放工作部署会 暨鳏寡孤独消防重点工作部署会

为汲取近期火灾事故教训,进一步加强辖区内鳏寡孤独等群体抵御火灾风险能力,双井街道召开禁燃禁放工作部署会暨鳏寡孤独消防重点工作部署会。办事处副主任李荣、建国门消防大队,平安建设办公室、城市管理办公室、综合行政执法队,派出所及社区相关工作人员参加。

会上,街道办事处副主任李荣对近期涉及鳏寡孤独群体的火情进行了通报,并结合辖区实际,对各项安全工作展开重点部署。全面推进可燃物清理工作,杜



会议现场部署各项安全工作

绝火灾隐患滋生,切实落实重点关爱人群帮扶措施,为鳏寡孤独群体提供消防安全保障,深入开展重点行业领域安全隐患排查整治,全力维护辖区安全稳定。

会议强调,各社区

要认清当前消防安全形势,一是精准聚焦重点人群。针对消防安全重点群体,全面梳理,精准定位薄弱环节。二是压实责任强化落实。强化责任意识,坚决落实主体责任,对消防“四件

套”及“一键呼”的发放与安装情况,进行详细摸排。三是持续推进隐患排查清理。持续开展可燃物清理行动,尤其是阳台、疏散通道等火灾易发的重点区域,必须加大清理力度,防患于未“燃”。四是深化消防宣传教育。全面增强居民的消防安全意识,自防自救能力,构建起全方位、无死角的消防安全防线。

下一步,双井街道将持续摸排、动态管理,集中力量严抓隐患,以“时时放心不下”的责任感,持之以恒地落实消防安全责任。 ■文/杨旸

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,将接诉即办工作作为与居民之间的连心桥,进一步提高为民服务效率,提升办件水平,不断推动接诉即办向主动治理、未诉先办转化。双井街道始终用初心和使命践行着以人民为中心的发展思想,切实筑牢地区安全网,强化责任落实,一大批群众“急忧愁盼”之事相继解决。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/张雨蒙 何向蕊

办好居民烦心事 解决诉求有温度

壹 ▶ 水管冻裂后:一场社区与冰“赛跑”的暖心接力

前几日,寒风瑟瑟,大风吹到处,水一不小心就会结成冰。一个寻常的冬日午后,光华东小区里,一位热心居民正悠闲地带着爱犬在院子里散步。不经意间,他发现小区院门的地面有些异样——一片湿漉漉的水迹格外显眼,正有水流缓缓地向外蔓延。这位热心肠的居民不敢耽搁,立刻将这一情况告知了自己所在光环社区的包片工作人员。



社区协助工人检查漏水原因

光环社区书记、站长带领工作人员迅速行动起来,第一时间赶到了现场,仔细查看漏水状况。此次漏水点位于小区出入口的地面,情况十分紧急。倘若不能在入夜气温降至摄氏度以下之前修好,路面一旦结冰,宛如给道路铺上了一层危险的“玻璃”,将严重影响小区居民的正常出行。而且,光华东小区是一个老小区,居住的老年人居多,保障居民们的出行安全迫在眉睫。

光环社区工作人员在社区书记现场的协调

工人到现场后,社区工作人员细致地介绍了漏水情况,并协助工人刨开地面,露出破裂的管道,开始进行维修焊接工作。冬季的白昼

总是格外短暂,太阳落山后,显得小区门口的照明设施昏黄暗淡,虽然能满足居民日常生活所需,但是对于当时工人师傅们的维修工作却不太够用。见此情况,社区工作人员纷纷掏出手机,用手机手电筒的灯光为维修工人照亮操作区域。那一束束晃动的微光,在寒冷的夜风中显得格外温暖。

从下午到晚上,社区工作人员始终坚守在现场,目光紧紧地盯着维修进度,一刻也不敢放松,仿佛他们的坚守能为维修工作注入更多

的力量。经过社区的积极联系沟通,漏水居民也在夜里提前赶了回来,配合维修水管。

“在我们排查漏水点和维修的过程中,社区邻里之间的情谊如同温暖的火苗,在寒冷的冬日里熊熊燃烧。小区的邻居和底商商户纷纷伸出援手,党员、居民、商户志愿者们更是自觉自愿地加入到帮助社区解决难题的队伍中来,每个人都贡献出自己的一份力量。这就是向上的力量,向善的力量,它让这个寒冷的冬天变得格外温暖,让光环社区这个大家庭更加团结、更加温馨。”光环社区工作人员感动地说道。

经过数小时争分夺秒的紧急抢修,小区院门口的地面终于恢复了干爽,又变回了往日熟悉的模样。光环社区表示,会继续在双井街道的带领下,将“未诉先办”作为工作重点,把群众的一桩桩“身边小事”当作社区发展的“头等大事”,以高效贴心的服务提升居民的满意度。

叁 ▶ 社区治理“三十六计”之让居民储值款“完璧归赵”



社区现场和商户协调

“太感谢社区帮忙协调了,我卡内的余额超市已经退给我了。”

“没想到社区居然先人一步替我们想到了这个事,真是太感谢了!”

近日,百子园社区内洋溢着一片和谐温暖的氛围,居民们对社区的贴心行动纷纷竖起大拇指,赞不绝口。

事情还得从不久前说起,当时百子园社区工作人员在日常走访中了解到,后现代城小区内的综合超市即将撤店。这看似平常的店铺变动,背后却隐藏着居民们的潜在困扰——经社区初步统计,辖区居民在该超市储值的剩余金额约达8万元。

为了避免居民们遭受财产损失,百子园社区迅速行动起来,第一时间联系了辖区民警、超市负责人、店铺房东以及小区物业,一同召开协商会。在会上,社区工作人员言辞恳切地强调了居民储值款的重要性,各方代表也纷纷发表意见,共同寻找妥善的解决办法。

经过两次协商会,以及双井街道纪工委书记王婷、办事处副主任李荣的协调,在多方共同努力和耐心沟通下,超市负责人最终同意将居民储值卡里的余额全部退还。

目前,超市已经顺利搬离了后现代城小区。此次事件的圆满解决,离不开百子园社区的细心与贴心,社区积极为居民着想,主动作为,提前研判可能出现的问题,在整个过程中不辞辛劳,展现出了高度的责任感和使命感,赢得了辖区居民的一致认可。

工作人员巡查超市

贰 ▶ 地下车库“变形记”:社区出手,脏乱拜拜

近日,庆丰社区接到居民反映,百子湾苹果社区北区地下三层小桔充电桩附近卫生状况令人担忧,居民表示:“这地下车库的地面不仅散落着各种垃圾,还黏糊糊的,每次给车充电都得小心翼翼,生怕踩上去弄脏了鞋子,社区可得管管啊!”



社区联合物业清理车库

社区工作人员得知这一情况后,迅速反应,第一时间赶到了现场。看到现场垃圾堆积、地面污渍斑斑的状况,工作人员立刻用手机拍照记录,以便后续跟进处理。随后,他们找到了停车场工作人员,指出了卫生问题的严重性以及对生活造成的不良影响。

为了尽快解决问题,社区工作人员联合小区物业展开了一场

“地下车库大清洁”行动。大家分工明确,有的拿着扫帚清扫地面垃圾,有的提着水桶擦拭墙壁和充电桩,还有的负责清理角落里的杂物。经过几个小时的努力,地下车库焕然一新,地面干净整洁,充电桩也变得亮堂堂的。

清理工作完成后,

社区工作人员还贴心地在显眼位置张贴了温馨提示,提醒居民们爱护公共环境卫生。不仅如此,社区工作人员还与物业公司及停车处管理人员进行了深入沟通,制定了长期处理办法,建立了长效的卫生管理机制,加大现场巡防及视频监控力度,至少早

中晚三次对地下车库进行巡查,确保环境卫生问题能够得到及时发现和解决。

此次针对北区地下车库环境脏乱差问题的处理,庆丰社区工作人员的迅速响应和有效解决,得到了居民们的一致认可。居民们表示:“社区反应真快,这么短时间就把车库打扫得这么干净,还给我们贴了提示,以后我们也会更加注意的。”

这次行动不仅解决了当下的卫生问题,更为小区环境卫生治理与预防取得了实质性突破,为打造和谐美丽的社区奠定了坚实基础。下一步,庆丰社区将继续秉持为居民服务的宗旨,不断优化地区环境,为辖区居民提供更加舒适、整洁的生活环境。

寒假大放送

论精彩还得是双井少年的假期！

当孩子们的想象力遇上创意的火花,当传统韵味碰撞现代智慧,双井少年的假期注定不平凡!双井街道近期举办了“废物改造”“消防安全教育”“写福字”等一系列青少年活动,为孩子们成长搭建了丰富多彩的平台。

■文/张雨蒙

福字墨韵飘香
笔尖上的传承

为弘扬传统文化,丰富青少年的假期生活,街道特别举办了一场“写春联 送福字”活动,邀请书法名家与地区青少年共同感受书法的魅力,传承春节的传统习俗。

活动伊始,工作人员以深入浅出的方式为大家讲述了中国的传统习俗,春联的起源以及春联的类别等知识。从古至今,春联一直是春节不可或缺的文化符号,它承载着人们对新年的美好祝愿和对生活的热爱。工作人员的讲解让青少年们对春联背后的文化内涵有了更深刻的理解,也让大家对接下来的书写环节充满期待。

随后,工作人员通过示范,向青少年们展示了书写春联和福字的技巧。他强调了书法的笔画顺序、结构布局以及书写时的运笔力度,让孩子们在实践中感受书法的韵味。在工作人员的指导下,青少年们纷纷拿起毛笔,认真书写春联和福字。虽然他们的笔法略显稚嫩,但每一个字都充满了对传统文化的热爱和对新年的美好期许。

活动现场,孩子们沉浸在书法的世界里,一笔一划地书写着对联和福字。有的孩子在书写过程中遇到困难,工作人员便耐心地给予指导,鼓励他们大胆尝试。不一会儿,一副副春联和福字便展现在大家眼前。孩子们互相欣赏着彼此的作品,脸上洋溢着自豪的笑容。

双井街道的“写春联 送福字”活动,不仅让青少年们在实践中学习了书法技巧,更让他们深刻体会到了传统文化的魅力。

通过此次活动,青少年们不仅提升了自身的文化素养,还增强了对传统文化的认同感和自豪感。双井街道表示,未来将继续开展此类文化活动,让传统文化在青少年心中生根发芽,代代相传。

废旧物品改造
点亮创意之光

春天的双井街道,一场别开生面的青少年活动正在如火如荼地进行着。这是一场以“变废为宝”为主题的创意工作坊,吸引了众多青少年的热情参与。他们带着家中闲置的废旧物品来到这里,用双手和智慧,赋予这些物品新的生命。

活动现场,孩子们的脸上洋溢着兴奋与期待。他们带来的废旧物品五花八门:废弃的塑料瓶、旧衣物、破旧的玩具、过时的电子产品……这些在日常生活中看似无用的物品,在孩子们眼中却充满了无限的可能。工作坊的老师耐心指导着,从基础知识讲解到实际操作技巧,孩子们一步步学习如何将废旧物品改造成实用或装饰性的物品。

在创意的海洋里,孩子们尽情遨游,他们在画框里制作属于自己的独特的“大树”,孩子们把手中的开心果壳用彩色的笔涂成各种自己喜欢的颜色,晾干后再粘到画上,这样原本要被丢弃的果壳就摇身一变成了可爱的树叶和果子,既环保又时尚,让人眼前一亮。每一个作品都凝聚着孩子们的智慧与心血,也展现了他们丰富的想象力和创造力。

“我以前总觉得这些废旧物品就是垃圾,没想到经过改造后,它们能变得这么有用。”一位参与活动的青少年兴奋地说。通过这次活动,孩子们不仅学会了如何将废旧物品变废为宝,更深刻地理解了环保的重要性。他们意识到,生活中有许多看似无用的东西,只要用心去发现、去创造,就能发挥出巨大的价值。

双井街道的这场青少年活动,不仅是一次简单的手工制作,更是一堂生动的环保教育课。它激发了青少年的创造力和环保意识,让他们在实践中体会到“变废为宝”的乐趣。

未来,双井街道将继续举办更多类似的活动,引导青少年关注环保、热爱创新,为建设美丽家园贡献自己的力量。



消防员来了! 假期安全“童”行

为了增强青少年的安全意识和应急能力,同时也为辖区营造一个平安祥和的氛围,双井街道特别举办了一场别具意义的青少年安全教育活动。

活动伊始,地区消防员受邀来到现场,为青少年们带来了一场生动实用的安全知识培训。消防员结合实际案例,详细讲解了火灾逃生、溺水自救、灭火器使用、地震避险等安全常识,让孩子们对日常生活中可能遇到的安全隐患有了清晰的认识。

随后,消防员进行了现场演示,展示了如何正确使用灭火器扑灭初期火灾,如何在火灾中用湿毛巾捂住口鼻低姿逃生,以及如何在溺水时进行自救等实用技能。

孩子们聚精会神地观看演示,并在消防员的指导下亲自尝试操作,进一步加深学习体验,现场气氛热烈而有序。

除了安全常识的讲解和演示,活动还特别增加了心肺复苏等应急技能的培训。消防员们利用模拟

人,详细讲解了心肺复苏的操作步骤和注意事项,并手把手指导青少年进行实操练习。

参加活动的孩子们纷纷表示,通过这次培训,他们不仅学会了在紧急情况下如何保护自己,还掌握了救助他人的基本技能,收获颇丰。

工作人员鼓励孩子们在培训结束后,化身“安全小使者”,在社区内开展了安全宣传活动。向居民们耐心讲解节日安全注意事项,提醒大家燃放烟花爆竹、用电用气等方面要格外小心。青少年们开心地和小伙伴们分享自己今天学到的知识,以及各种突发状况的应对方法,并表示要和更多的同学分享学习。

双井街道的这次青少年安全教育活动,不仅让孩子们在实践中提升了安全意识和应急能力,还通过他们的宣传,将安全知识传递到社区的每一个角落。双井街道表示,未来将继续开展此类活动,为青少年的成长保驾护航,同时也为社区的和谐稳定贡献力量。

文明不止是口头的呼吁，双井街道通过各种活动宣传，将文明之风“吹”进每个居民心中，让文明宣传成为日常。文明的家园需要我们共同守护，让我们携手共进，从自己做起，从身边的小事做起，共同为创建文明城市、共建美好家园而努力！

文/张雨蒙



@ 双井人，

一起挑战从“小文明”到“美家园”



文明“不迷路”，共筑和谐家园

为进一步提升辖区居民的文明素质，2月17日，双井街道新时代文明实践站开展了一场主题为《“讲文明 树新风”文明新风尚 从你我做起》的文明教育主题活动。此次活动旨在通过宣传教育，引导居民从身边小事做起，践行文明行为，共同营造和谐美好的社区环境。

活动中，工作人员首先强调了文明的重要性，指出文明是旅游出行最美的风景。在旅行中，我们常常看到一些不文明行为，比如在景区乱扔垃圾、在博物馆大声喧哗、随意践踏草坪等。这些行为不仅破坏了环境，也影响了他人的体验。然而，做一个文明的旅游者其实并不难。比如，不在公共场所随地吐痰、不乱扔垃圾、在博物馆和剧场保持安静；当遇到不文明现象时，勇敢地挺身而出，礼貌地劝阻，成为文明的维护者；在出发前，多做一点功课，了解不同地方的风俗禁忌，尊重当地的文化和传统。这些看似微不足道的细节，却能展现出一个人



的文明素养，也能让旅行更加美好。

现场工作人员还分享了一些文明旅游的小贴士。比如，在乘坐公共交通工具时，主动为有需要的人让座；在景区排队时，保持秩序，不插队；在参观古迹时，不随意触摸文物，保护历史遗产。通过这些生动的案例和实用的建议，居民们纷纷表示受益匪浅，并承

诺从自己做起，从点滴小事做起，做一个文明旅游的践行者和传播者。

此次活动不仅提高了居民对文明旅游的认识，还通过互动交流，增强了大家参与文明城市创建的积极性。社区工作人员呼吁辖区居民共同参与文明城市创建活动，从身边的小事做起，为共建文明和谐家园贡献自己的力量。



“烟”雾散去，健康同行

为了提高辖区居民对吸烟危害健康的认识，普及健康知识，倡导文明生活方式，营造清洁、无烟的生活环境，近日，双井街道新时代文明实践站开展了以“禁止吸烟 珍爱生命”为主题的市民教育活动。此次活动旨在通过科学的讲解和生动的案例，让居民们深刻认识到吸烟对个人健康和公共环境的双重危害，从而推动文明生活方式的普及。

活动现场，社区工作人员通过讲座的形式，为辖区居民们详细讲解了吸烟对健康的危害。他们指出，吸烟不仅会导致肺癌、心血管疾病等多种严重疾病，还会对呼吸系统造成不可逆的损伤。同时，工作人员还强调了戒烟的益处，例如改善呼吸功能、降低患病风险、提升生活质量等。为了帮助居民更好地戒烟，工作人员还分享了一些实用的戒烟方法，比如控制烟瘾、寻找替代品、增加运动量等。

讲座中，工作人员特别提到，吸烟不仅危害吸烟者自



身，二手烟更是对家人和周围人群的健康构成严重威胁。在公共场所吸烟不仅是一种不文明行为，也可能对他人造成极大的健康风险。因此，他们呼吁居民从自己做起，从身边的小事做起，做到不吸烟、不吸二手烟、不在公共场所吸烟。此外，工作人员还倡导居民积极参与全民健身活动，通过健康的生活方式提升自身

免疫力，同时为创建文明城市贡献力量。

此次禁烟活动得到了辖区居民的积极响应。许多居民表示，通过这次讲座，他们对吸烟的危害有了更深刻的认识，并决心从自身做起，拒绝烟草，守护健康。通过这次活动不仅有效提升了居民的控烟防护意识，还营造了浓厚的健康生活氛围。



公共场所禁烟，您做到了吗？

吸烟不仅对于自己的身体百害而无一利，也对别人的健康造成威胁，甚至还会引发火灾，后果不堪设想！烟头虽小，火患无穷。一次次的禁烟宣传，只为了让您多一点点警惕。

《今日双井》温馨倡议：1、自觉做到公共场所不吸烟、不敬烟；2、主动劝阻他人不在楼道内、楼梯间、电梯内、消防通道、地下车库等公共空间吸烟。

◇ 禁烟三问

一、为什么不能在电梯内吸烟？

电梯轿厢属于相对封闭空间，通风效果不好，气味散播慢，如若吸烟将严重影响后续的乘梯人。电梯属于公用空间，在电梯内抽烟是不文明的表现。

● 请不要在电梯内吸烟，很容易导致电梯内空气不清新。

● 请考虑一下电梯内其他的乘客，其中可能有咽炎、鼻炎、感冒患者，很容易伤及他人。

● 电梯是一个密封的环境，很容易导致他人被吸二手烟，大家都知道二手烟比吸烟的人吸入的毒素更多。

● 电梯在高速上升的时候，有很多磨擦产生，如果烟的火花落到电梯上容易引起火灾，引发安全事故。

二、为什么不能在楼栋大堂内吸烟？

在大堂内吸烟，除了会影响空气质量，制造的“烟头”会造成安全隐患，有什么隐患呢？如果没有及时熄灭烟头，可能会引起火灾，如果在大楼内部起火，后果将不堪设想。

三、为什么不能在地下车库吸烟？

地下车库属于公共场所的室内区域，且空气不流通，吸烟会影响居民身体健康和车库安全，会导致火灾等危险事情的发生，汽车、汽车库一旦发生火灾，扑救困难，造成的后果也相当严重。

◇ 吸烟的危害

吸烟有危害，不仅仅危害人体健康，还会对社会产生不良的影响。

任何有组织生物体只要还有生命迹象就必须呼吸，呼出体内的二氧化碳，吸入空气中的氧气，进行新陈代谢，以维持正常的生命活动。

不吸烟的人，每天都能吸入大量的新鲜空气；而经常吸烟的人，却享受不到大自然的恩惠，吸入的不是新鲜空气，而是被烟雾污染的有毒气体。

● 烟叶里含有毒质烟碱，也叫尼古丁。有实验测试1克重的烟碱能毒死300只兔或500只老鼠，人常年吸入这些尼古丁，会对身体带来非常大的伤害。

● 吸烟对呼吸道的危害最大，很容易引起喉头炎、气管炎、肺气肿等疾病。人在吸烟的时候烟从口入，经过喉咙、气管、支气管、进入血液里。

● 吸烟会让男性丢失Y染色体，增加患癌风险。

地址：东三环中路18号甲2号楼底商
东柏街社区全时驿站



“驿”路生花 东柏街社区 构建绿色全时驿站

近年来,新业态的蓬勃发展,催生了快递员、外卖员、网约车司机等一批新就业群体,他们每日穿梭于城市的大街小巷,犹如城市的毛细血管,为城市的正常运转输送着源源不断的活力,已然成为城市发展过程中不容忽视的重要力量。双井街道依托这一股“新”生力量,凝“新”聚力,向“新”而行,同“新”共治,在基层治理的画卷上添上了浓墨重彩的一笔。 ■文/杨昶



贴心服务 爱满「骑」途

在党建引领下,东柏街社区传递出广泛而深切的社会关怀。辖区乐成中心白山云科技党支部心怀热忱,主动慷慨捐赠驿站物资。东柏街社区深知,全时驿站不仅是“美井骑士”们的休憩之所,更是连接居民与新就业群体的重要纽带。因此,社区全力以赴做好驿站的服务保障工作,以更高的标准、更贴心的服务,为居民与新就业群体打造一个温馨、舒适的交流空间。

由于社区空间资源的限制,共享单车停放区域常常出现无序堆积的状况。原本规划有序、整洁美观的街巷,瞬间变得杂乱无章,像是被划上了一道道“伤痕”,不仅影响了街巷的整体美观,更给居民的日常出行带来诸多不便。为此,骑手在每日忙碌的配送工作间隙,主动作为,积极投身于社区治理工作,以实际行动诠释着对社区的热爱。

希望这一系列暖心举措,能让“美井骑士”在东柏街社区真正找到家的感觉,实现“进得来、留得住”的美好愿景。通过增强他们的归属感与认同感,让全时驿站成为激活新就业群体党建工作新动能的“加油站”,源源不断地为社区发展注入生机与活力。



下一步,东柏街社区将以党群服务阵地为依托,深度挖掘与整合全时驿站的资源项目,构筑立体化、多层次的服务关爱体系,让服务触角延伸至新就业群体工作与生活的各个角落。

便会来到全时驿站。有的骑手径直走向座椅,疲惫落座,长长舒一口气,而后拿起水杯,畅快地喝上几口水,滋润干渴的喉咙;有的骑手则与一同前来休息的骑友谈天说地,分享送餐时的趣事,交流抢单的小窍门。

“美井骑士”们无论何时,都能欣然回到这个温馨的“家”。在这里,大家彼此交流,欢声笑语此起彼伏,仿佛有一种神奇的魔力,所有的疲惫在这一刻都瞬间烟消云散。大家纷纷竖起大拇指,由衷称赞:这里,就是我们的避风港湾。

递及时送到广大居民的手中,给居民们的日常生活带来便捷。为了给忙碌的“美井骑士”增添更多温馨氛围与互动体验,东柏街社区精心筹备了色彩缤纷的新年便签,这些便签纸仿佛成了传递美好与希望的纽带,社区希望每一位“美井骑士”都能通过小小便签纸,传递内心的声音。

在全时驿站这个温馨港湾,“美井骑士”们暂别一路奔波,放缓匆匆脚步。他们轻轻拿起节日便签,眼神专注而虔诚,笔尖似承载万千思绪。平日里无暇诉说的心声,此刻如涓涓细流,在便签上缓缓流淌。

一位骑手眼中闪烁着思念,静静写下:“希望爸妈身体健康,祝我平平安安,明年可以过年回家团圆!加油!”还有一位快递小哥,思索片刻,郑重写下:“愿2025,国泰民安,我的小家更加幸福!”骑手们的愿望,质朴而真挚,他们写下的祝福,简单却温暖人心,在这小小的全时驿站里,汇聚成一股动人的暖流。

绿色,是生命不息的明证,于喧嚣尘世中予人安宁。踏入东柏街社区全时驿站,绿色的背景墙,宛如一股精神“氧气”扑面而来。这一刻,全时驿站仿佛在喧嚣都市中辟出一方宁静绿洲,成为“美井骑士”奔波间隙的理想港湾。这个小小空间,是社区专为新就业群体打造的休息区,布置得舒适而温馨。

在此处,空调送出宜人温度,热水传递暖心关怀,微波炉随时待命加热食物,充电器为设备“续航”,应急药品守护健康,各类配套设施完备周全。结束繁忙工作之余,“美井骑士”



新就业群体如同不知疲倦的城市使者,在双井大街小巷间穿梭往返。即便遇到极端天气,他们始终坚守岗位,将一份份外卖、快

东柏街社区全时驿站

逐「绿」前行 镌刻美好「新」意满满



■人物名片
姓名:赵秉谦
年龄:64岁
社区:百子园南

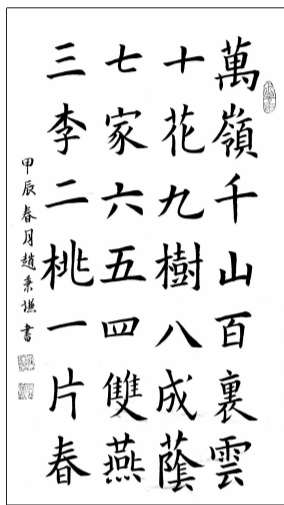
在快节奏的日常里,大家的休闲时光各有姿彩。有人以歌舞为生活添彩,有人用相机定格瞬间,有人借笔墨书写生活。而赵秉谦,无论事务多么繁忙,始终会为书法留出一方天地。儿时,家中长辈挥毫写就的对联,对尚不知笔墨用法的他来说,满是新奇乐趣。那未干的墨迹中,隐隐散发的清香,如影随形,萦绕在他的生活里。时光流转,他的手从细嫩柔软变得坚定有力,再到爬满皱纹,唯一不变的,是手中紧握的笔,和笔下那端庄秀美、透着静谧深邃韵味的字迹。 ■文/何向蕊

作无言之诗 绘无图之画 64年家风翰墨飘香

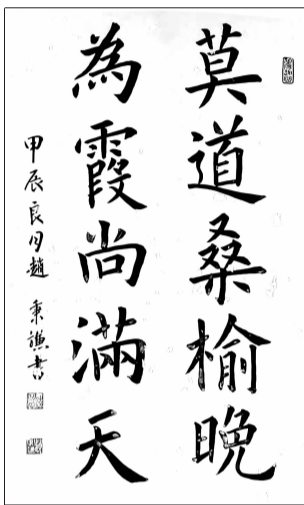
>>>以趣为种 追逐成长

每至年关将近,赵秉谦伯伯家总是热闹非凡。邻里乡亲们手持红红的宣纸,围聚一堂,请伯伯为自家书写一副对联,好贴在家门口增添喜气。彼时,尚不及桌子高的赵秉谦,总爱跟在伯伯身旁,好奇地来回转悠。只见伯伯手执细长毛笔,在纸上潇洒挥毫泼墨。每落下一个字,围观的人便情不自禁地发出阵阵夸赞。赵秉谦虽尚不解笔墨之妙,却也跟着凑热闹,兴奋地拍手叫好。那灵动的笔墨、热烈的氛围,在年幼的他心中种下了一颗名为“书法”的种子。

在伯伯的熏陶下,上学后的赵秉谦练字极为刻苦。他的字清秀飘逸又不失工整,对老师而言,批阅他的作业无疑是一



种享受。少年时期的赵秉谦,也常因一手好字而倍感自豪。升入中专和大学后,赵秉谦依旧没有放下对书法的热爱。闲暇时,他会在学校里拿起毛笔,



作品展示

蘸上墨汁,认真练习。那时的他,总会模仿着伯伯写字时的模样,在纸上写下一行行虽还稍显稚嫩、不那么规范的楷书。每当笔尖触碰纸张,他的心便

会瞬间沉静下来,沉浸在书法的世界里。而完成一幅作品后,满心的喜悦更是难以言表。

然而,学校里练习毛笔字的机会毕竟有限。1983年,赵秉谦参加工作,忙碌的工作占据了他几乎全部的时间,书法练习不得不暂时搁置。但那颗在心中种下的书法种子,始终未曾被拔除,在心底默默生根发芽。1992年,赵秉谦的工作终于有了些许空闲。他毫不犹豫地报名参加了茂林书法学习班,开始系统地学习书法。篆隶楷行草,各种书法形式他都如饥似渴地学习。两年的时光匆匆而过,因工作变动,他的书法学习不得不中断。但这段学习经历,让他对楷体的钟爱愈发坚定。



赵秉谦教小孙子写毛笔字

>>>以字为媒 凝聚家风

在赵秉谦的影响下,他的儿子从小习得一手好字,十几岁时写的作品便已有模有样。2021年,退休后的赵秉谦来到北京和儿子一家一起居住。儿子平日工作忙碌,可一旦有了闲暇时光,便会和赵秉谦一起写上几个字,将生活中的繁杂事务纷纷挥去,沉浸在墨香当中。

赵秉谦也会带着孙子一起练字,他认为,一家人围坐在一起练习书法,不仅是艺术的传承,更是家庭情感的纽带,有助于家庭和睦,推动良好家风的形成。小孙子年仅5岁,认识的字还没有多少,但当他用那稚嫩的小手握住毛笔时,那副认真的模样让人忍俊不禁。尽管小手还不太灵活,可他努力地控制着毛笔,笔下的线条竟也能横平竖直,展现出一种别样的可爱与对书法的执着。孙女今年9岁,参加社区组织的书法活动时,不仅能把老师的字迹临摹个七八分相似来,而且从起势、顿笔都能看出是有过练习的。

书写毛笔字,看似简单,实则不然。手指、手腕、手臂乃至肩部等多个部位都需协同配合,正确的坐姿或站姿不可或缺,而平和的心态更是关键所在。赵秉谦常说:“写字可以让人平心静气,提高专注力,还能培养孩子们吃苦耐劳的品格。”而书法于他而言,是生活中绚丽的一抹亮色,让他以乐观积极的心态面对生活,锻炼了身心,也让退休生活充满了乐趣。

时光悠悠流逝,当年那个在伯伯桌前好奇张望的小娃娃,如今已年逾花甲,写得一手好字。每到过年,执笔之人换成了赵秉谦,依旧是邻居们带着红红的宣纸,笑意盈盈地请他帮忙写对联,“事业有成”“财源滚滚”“喜迎佳节”“金玉满堂”等美好祝福凝聚在他的笔尖,墨香弥漫了整个社区……

>>>以笔为友 墨香常伴



赵秉谦正在练习书法

2021年,赵秉谦正式退休,他终于可以全身心地投入到钟爱的书法练习中。为了营造更专注、更能让人沉静的书写氛围,赵秉谦精心挑选了品质上乘的笔墨纸砚。他认为,好的工具不仅能带来更好的书写体验,更能时刻提醒自己珍惜每一次落笔的机

会,尽量不写错笔画,避免浪费纸张,以认真严谨的态度对待每一次书写。

赵秉谦对欧阳询的楷体情有独钟,常常沉浸于临摹之中。欧楷字形端庄,笔存隶意,内紧外松,结体和章法虽然森严有度,但却方正险峻。临摹时,赵秉谦总是全神贯注,不敢有

丝毫懈怠。他常说:“每个字都要反反复复地练习,宁可一个字练上五十遍,也不要五十个字只练一遍。”此外,他还会研习王羲之的《圣教序》,力求在落款时,能够以行书的灵动巧妙地中和楷书的端庄,使作品更具韵味。

每当准备在挂屏书法

作品纸上落笔时,赵秉谦都会深思良久。从每个字的大小布局,到整幅作品的内容如何安排才能和谐美观,再到书写时的力道与角度,他都会在心中反复斟酌、演练无数遍后才敢下笔。“一幅优秀的书法作品就如同绘画一般,都需要先精心构思,心中有了完整的画面,才能真正动笔。”

不仅如此,赵秉谦在外出游玩时,只要看到写得精妙的字,都会立刻用手机拍下来。回到家后,他便会仔细查阅这些字的写法是否规范正确,然后认真研习,将其融入到自己的书写练习中,不断提升自己的书法水平。如今,赵秉谦依旧保持着每日练习书法的习惯。忙碌时,他便静下心来写上三五个字;闲暇时,他就尽情挥洒笔墨,多写一些。他始终坚信,只要持之以恒,坚持不懈地练习,自己的书法技艺定会不断进步,在书法之路上越走越远。



赵秉谦为社区居民写春联



无尽冬后仍是无尽的春,我们的生命应是一万次的新生。春节刚过,已经开始期待春天了。午间的暖阳、草木的嫩芽,双井已显现出春天的痕迹。记得去年看到小区院里玉兰花开,喜鹊立枝头,庆丰公园梨花杏花初露,丁香紫藤梦幻唯美,紫梦挂云木、粉黛如绮霞,百子湾公园紫盖亭亭、翠羽层层,随暖风飘来的缕缕淡香,是春天欢迎我们的花事序曲。



春信将至,又是一年春和景明

一份双井赏春攻略请查收



繁华和宁静兼具 无界公园献给都市人葱郁生活

●庆丰公园

地址:庆丰闸前街34号

推荐观赏时间:3-4月

入园方式:免费

花种:红杏、迎春、玉兰、山桃等

粉薄红轻掩敛羞,花中占断得风流。灼灼杏花十里,取一朵放在心头。每年春天,我们都会在庆丰公园的十里杏林中闻到春天的味道。京畿秦淮、大通帆涌、惠水

春意、文槐忆故、新城绮望、庆丰古闸、叠水花溪、银枫幽谷,庆丰公园里这八个景点,收藏了双井的春暖花开。

杏花是春的使者,粉红的花瓣飘洒在蔚蓝的天空,成为一年里最初的动人色彩,花香弥漫在空气中,是别样的温柔。杏子梢头香蕾破,淡红褪白胭脂流。粉白的杏花明媚在枝头,一阵风起,花瓣纷纷掉落,似飞舞的蝶,又似飘落

的雪,美丽缠绵。春风一同吹醒的,还有玉兰花,和煦微风中渐绿的枝丫,托起清新的玉兰,晶莹的花瓣好像在莹雪中浸过,又好像用玉石雕刻出来一般,高雅圣洁。

庆丰公园历史韵味浓厚,漫步其中不禁让人想起元明清时期漕运粮船满载稻米的盛景。而今船闸遗迹犹在,望着河水缓缓东流,等红杏、玉兰争相绽放,来这里感受春的脚步,再合适不过了。



●百子湾公园

地址:后现代城C区南侧

推荐观赏时间:3-5月

入园方式:免费

花种:迎春、玉兰、海棠、牡丹等

竹外桃花三两枝,春江水暖鸭先知。待到春日,百子湾公园湖面上的鸭子悠然自得、欢快玩闹,传递着春日来信。在城市生活久了,我们习惯了车水马龙,看惯了钢铁森林。于是推门见绿

成为许多居民向往的生活。葱郁的树木、典雅的长廊、盛放的鲜花、清脆的鸟鸣……这不是京郊美景,这正是我们双井的百子湾公园。

百子湾公园由闲置化工厂改造为城市绿地,由昔日杂乱摇身一变成为展现城市活力、彰显地域文化的公园。春天的百子湾公园,处处花香馥郁,满眼绿意盎然。园内的建筑以传统中式造型与现代工艺相结合,保留古典风

韵之余,突出简约的城市风格。百子湾公园还将生态环境与健身需求相结合,设置了运动步道和林下健身场地,将审美和功能兼顾,满足多样化休闲需求。

走出家门口,就进公园门。沐浴清晨第一缕阳光,恣意吮吸着青草的芳香,感受露珠的灵动生机。以色入笔,以季为盼,春天的每一缕色彩都饱含着对生活的向往。春天真绝色,正因那缤纷正是生命本色。

浪漫与季节共享 生活转角遇见春日里满满惊喜

在接下来两个月的日子里,我们在下班路上、接娃途中、买菜间隙,或许会被一阵若有若无的香气绊住脚步,抬起头来望去,一株玉兰在相邻小区院墙里探出头来,洁白的花瓣在夜光中微微颤动,这时我们会突然惊觉,原来春天已经悄然而至。我们才慢慢放下脚步,细细打量这条走了无数遍的小路,墙角处不知何时冒出了几株嫩绿的草芽,砖缝里钻出了星星点点的蒲公英,一只花猫懒洋洋地卧在墙头,尾巴有一下没一下地摆动着,眯着眼睛享受着暖洋洋的阳光。

这时我们才想着,走出家门吧,在双井附近追寻一下春天的痕迹,我们专程来到庆丰公园旁

边看铁道蔷薇,这也是北京春天最浪漫的景色之一,已经停运的铁路轨道,可以很安全地在此散步拍照,淡淡的粉色蔷薇沿着铁道生长,绚烂的花枝与繁茂的树木相映衬,我们打卡拍下照片发表在朋友圈,向亲朋好友们分享这份春的喜悦。

我们路过东三环,站在富力广场过街天桥望着车水马龙、人来人往,这里的风不再像冬日一样萧瑟刺骨,这时的阳光也没有以前干涩刺眼,春风拂面,暖阳裹身,我们走到广和里中街,眼前的景象让我们屏住了呼吸,街道两旁的树都开了花,风吹落的花瓣落在地上,像一条花毯,我们经过树下,任凭花瓣落在街头,此刻仿佛空气

都是甜的。黄昏时我们回到垂杨柳南街,家家户户做饭的香气扑面而来,锅碗瓢盆铿锵碰撞的声音此起彼伏,这柴米油盐、一餐一饭的守候,我们更深切感受到了“慢品人间烟火色,闲观人间岁月长”的闲适。最美好的日子,总是在烟火气的深处,蜿蜒绵长。

四季的交替,看似是在兜兜转转,实则时光早已一去不复返,春夏秋冬的每一次轮回,都是一次生命的蜕变。春有花,夏有雨,秋有果,冬有雪,生命的旅程充满风景和精彩,照亮了寒夜,温暖了岁月,鼓励着每一个心中有光的人,要记住:春和景明将至,枯木逢春有时。愿我们在这个春天开始,把平凡的日子过得活色生香。

部分图片来源:美井公益摄影
曹来京、巩殿武、郑跃

