

为民办实事

小区“美容” 居民幸福感升级

本报讯(记者陈芳芳)日前,酒仙桥街道驼房营东里社区升级改造完成,从“面子”到“里子”得到优化,让居民生活品质迈上新台阶。

驼房营东里社区已建成多年,许多基础设施陈旧老化。为提升居民居住体验,打造安全宜居的生活环境,今年初,驼房营东里社区根据居民需求将社区门头美化、公共晾晒区升级、道路照明优化、休闲座椅更新等内容,纳入2025年社区层面党组织服务群众项目。

改造从社区门头开始。项目实施中,社区将驼西一号院、二号院的正门与西门进行了粉刷,并将社区专属的“久爱驼宝”卡通IP形象巧妙融入门头设计,让阳光可爱的造型通过精致工艺定格在门楣之上,成了居民进出小区时最亲切的“迎宾员”。

考虑到原有门头周边夜间照明不足,社区还特意在门头上加装了节能灯具。傍晚时分,暖黄色的灯光勾勒出“久爱驼宝”的活泼轮廓,不仅照亮了居民回家的路,也让改造后的门头成为社区最暖心的“打卡点”。

这次改造“扮靓”的不只是社区门头,居民生活的“里子”也愈发舒适:8组更新的公共晾衣架解决了居民衣物晾晒不足、原有晾晒设施老旧问题;2套新增的休闲座椅错落分布在楼栋间,成了邻里聊天、休息的好去处;行人往来频繁区域新装了2组太阳能灯,保障了夜间出行安全。

项目推进过程中,驼房营东里社区充分发挥党建引领作用,通过居民议事会、实地走访调研等方式广泛听取民意,联合施工单位、物业等多方力量协同推进,确保每一项改造都精准对接居民需求。升级后的公共空间兼顾功能性与美观性,真正做到“改”在居民心坎上。

老小区改造扮靓家园,照亮了居民的幸福日常。驼房营东里社区相关负责人表示,下一步,社区将继续聚焦居民身边的关键小事,推进更多惠民项目,以细致服务托起居民“稳稳的幸福”,让辖区居民切实感受到“家门口”的幸福变化。

凉亭焕新 小空间汇聚人气

本报讯(记者陈芳芳)近日,东坝地区福源第三社区一处老化破损的休闲凉亭完成升级改造,不仅颜值在线,独具匠心的设计更是获得居民点赞。

这座休闲凉亭位于华瀚福源D区,曾是小区的活力中心。然而岁月流转,凉亭逐渐褪去了昔日光彩,承重柱底部出现腐坏开裂情况,多处结构衔接处产生了裂缝,凉亭座椅表面也开始起皮、开裂,不仅“颜值”不再,影响居民的使用体验,安全隐患也令人忧心。

今年上半年,福源第三社区工作人员在走访中了解这一情况后,立即开展实地核查,广泛征集民意,并与专业团队深入探讨改造可行性方案。经过综合研判,在保证视觉美感的前提下,社区决定对凉亭进行全方位升级:将原木质易腐朽的木质结构整体替换为更耐久、抗腐蚀的金属结构;增建顶棚,为居民遮阳挡雨;在凉亭内部巧妙嵌入柔和灯带,点亮夜晚的休憩空间;更贴心的是,增设无障碍坡道,让不同群体都能到此休息。

7月初动工后,社区通过微信群及时发布工程进度,督促施工单位在确保工程质量的前提下,采取分段作业方式,严格控制噪音分贝,把对居民生活的影响降到最小。工程竣工后,社区党委还邀请擅长园艺的居民志愿者在凉亭周边栽下200株月季。抬眼望去,凉亭匾额上醒目的“邻语”二字与四周鲜艳的月季相映成趣,更添了几分雅致与闲适。

改造后的新凉亭一经亮相,便迅速成为社区里的“人气担当”。“现在街坊邻居买菜回来或者晚饭后,都喜欢到这里休息一下,天天满座!”居民赵阿姨说。

如今,这里不仅是居民日常消遣娱乐、休闲社交的好去处,更成为了社区事务民主协商的重要议事平台。在怡人的环境里,居民们畅所欲言,思想火花在交流中不断闪烁碰撞,不少治理良策就此萌芽。现在,这座凉亭也被大家亲切地称为“邻语议事亭”,成为凝聚邻里情、汇聚治理智慧的暖心空间。

三间房“错时共享”破解停车难题

本报讯(记者戴佳阳)“现在下班回家再也不用绕着小区转圈找车位了,省时省力,方便多了!”近日,三间房乡平安建设办公室与邻近的懋隆产业园合作,夜间向周边居民开放170个车位,以错时共享实现居民“有位可停、有序停车”。

在懋隆产业园周边,有外运仓库家属院和体育用品仓库家属院两个小区,受限于早年规划设计,车位严重不足。每至傍晚停车高峰期,稍晚回来一些就找不到车位,小区周边的三间房东路等道路两侧更是见缝插针停满了私家车。“之前经常得把车开出去很远找车位,挺闹心的。”回忆起以往停车经历,家住外运仓库家属院的陈先生十分无奈。

违规无序停放的车辆不仅对道路交通造成堵塞,还肆意占用消防通道,存在较大安全隐患。据了解,工作人员曾采取过劝离违停车辆、张贴警示告知单和增设隔离带等措施,但在巨大的停车位缺口面前,仍显力不从心。

今年3月,三间房乡平安建设办公室成立了专项工作组,在深入调查周边车位情况与居民所需停车位高峰时段后,发现相邻的懋隆产业园内夜间停车位闲置率较高,决定与其合作,共同研究错时共享停车方案。双方携手对园区内停车位进行重新规划,优化停车布局,进一步提高空间利用率,还对计费系统进行了升级。据介绍,每日18时至次日8时,共有170个共享停车位可供周边居民使用,居民只需在指定时段开车前往,即可享受与商户同标准的停车服务,并于次日清晨驾车离场时完成缴费。

“共享车位实施后,周边道路夜间违停现象大幅减少,既缓解了居民停车难题,也有效改善了道路交通秩序,居民出行更加安全、畅通。”三间房乡平安建设办公室工作人员说道。

奥运村北苑路小型消防站启用

3分钟即可投入救援

本报讯(记者王佳)近日,奥运村街道北苑路小型消防站建成启用,将充分发挥“救早、救小、救初期”的作用,全面提升辖区自救自救能力,消除安全隐患。

北苑路小型消防站救援范围可覆盖奥运村街道大羊坊南、大羊坊等8个社区,接火情报警后,消防站消防员可在3分钟内抵达现场,10分钟内,其他消防救援力量也将抵达现场,共同处置火情。

解常见家庭安全隐患、消防器材使用知识、火灾自救措施等,倡导居民开展家庭自查,定期检查用火、用电、用气等方面存在的安全问题。

“小型消防站作为城市消防力量的延伸,在初期火灾中发挥着至关重要的作用,因此,街道办事处积极联系朝阳区消防救援支队共同推动消防站建设工作。北苑路小型消防站建成后,将充分发挥专业等优势,扎实做好常态化执勤备战、防火巡查和消防安全宣传等基础工作,提高地区防灾减灾救灾能力。”北苑路小型消防站相关负责人表示。

据了解,目前,奥运村地区共有奥林匹克公园特勤站、奥运村消防救援站和两座小型消防站(奥森小型站、北苑路小型站),实现了消防救援力量全覆盖。

黑庄户老旧线路升级居民用电安心

本报讯(记者张雪迎)“以前用电总担心会突然停电,现在好了,换了新的电线,心里踏实多了!”近日,黑庄户乡怡景城社区景西公寓11栋居民楼的老旧线路完成更换,困扰居民许久的用电难题得到了彻底解决。

景西公寓建成于30多年前,有11栋居民楼,由于建筑年代较早,线路老化、容量不足等问题逐渐凸显。每到用电高峰期,频繁断电成了常态,严重影响居民正常生活。

为保障居民用电安全,社区启动景西公寓用电改造项目。社区工作人员深入居民家中走访,收集居民的用电问题与线路改造建议,多次举办居民沟通会和现场协调会,广泛倾听居民代表、施工单位、物业等多方意见,最终确定了线路更换方案。

施工期间,居委会、物业、施工单位建立三方联动机制,全方位保障施工作业高效推进。施工过程中,为防止施工产生的停电对居民生活造成影响,社区积极协调施工方,先行搭建临时线路,待施工完成后再将线路接回,保障居民正常使用。

经过紧锣密鼓的施工,原计划两个半月的工期仅用一个月就顺利完成,共更换3132米电缆线、2800米电线,完成17个配电箱的升级改造,并安装了180个应急灯。

崭新的线路投入使用后,居民用电安全性大幅提升。“现在开空调、用电饭煲再也不用担心跳闸了,用电顺畅又安心,社区真是为我们办了件大实事!”居民李大爷说。

袋头街道“袋宝消费季”启幕

“一社一品”主题市集激发消费新活力

本报讯(记者陈芳芳)近日,2025年袋头街道“袋宝消费季”启动仪式在合聚荟举行。“袋宝消费季”以“活力新袋头 惠享新生活”为主题,将持续到2025年底,通过“一社一品”主题市集等丰富的商业活动培育特色社区消费新场景,激发消费新活力。

启动仪式现场,为首批特约合作商家授牌,同步开设市集,中国工商银行、北控国际会都、华氢时代(北京)生物科技有限公司等企业通过商品展销、展板展示等形式,为居民提供餐饮、文创、旅游等多元消费场景及优惠。

启动仪式还设立两个分会场。在京客隆超市袋头店门口举行的专场促销,聚焦民生刚需,吸引周边居民积极参与;燕保北焦商业片区联动星芸餐厅、肆拾叁台球俱乐部、高尔其CS战术俱乐部、神秘地下城等优质商户,推出餐饮满减、娱乐折扣、文化夏令营体验等多重优惠,构建室内外联动、上下街区呼应的立体促销网络,让居民享受“逛吃游购娱”一站式福利。

据介绍,“袋宝消费季”着力打造“以场景创新激活消费潜力、以数字赋能培育新型消费、以品质提升传递民生温度”三大亮点,让更多居民享受消费福利。

本次消费季期间,21个社区将持续打造“一社一品”主题市集,市集融入文化体验与便民服务,让消费场景走进居民“家门口”。有的社区聚焦“老味道”,邀请辖区老字号小吃店、手作糕点铺等入驻,唤醒邻里共同的味蕾记忆。有的社区主打“亲子牌”,联合母婴店、儿童乐园等推出亲子DIY、绘本共读等活动,同步设置童装特卖区,满足家庭客群需求。

消费季将实实在在的优惠送到居民身边。街道数智平台上线消费优惠专区,居民可在线领取团购券、消费券,实现“线上领券—线下核销”闭环服务。社区志愿者积分兑换机制同步启动,参与志愿服务的居民凭积分可兑换消费券或商家优惠,让“奉献”与“收获”双向奔赴。

“袋头街道将与广大商户、居民携手,把‘袋宝消费季’打造成展示街道形象的新窗口、激发商业活力的新引擎、增进民生福祉的新平台。”袋头街道办事处相关负责人表示,未来,街道将继续以“商圈+社区”联动、“线上+线下”融合为抓手,持续优化消费环境、创新消费场景,为区域经济高质量发展注入持久活力。

为朝阳区经济高质量发展贡献袋头力量。

记者 张正晔摄



“袋宝消费季”着力打造“以场景创新激活消费潜力、以数字赋能培育新型消费、以品质提升传递民生温度”三大亮点,让更多居民享受消费福利。

十年助盲跑 点亮生命之光

记者 陈芳芳



8月16日清晨6点半,奥林匹克公园的晨光中,“一束光助盲跑”培训中心创始人宋海峰和志愿者们陪着视障跑者进行10公里跑训练。这道每周六都会出现的风景线,已持续10年——10年间,他们用牵引绳拉起600位盲友的手,让奔跑的光芒照亮了曾经黯淡的生活。

宋海峰自己就是跑步运动的受益者。2013年,被失眠困扰的宋海峰靠跑步重获新生。几年后,一次偶然机会,他加入了助盲跑志愿者队伍,从此与视障跑者结下不解之缘。

每个周末的清晨,奥林匹克公园总有他们的身影,宋海峰和志愿者们用牵引绳拉着视障跑者的手,从1公里、3公里跑开始,慢慢增加到5公里、半马,再到全程马拉松。训练中,宋海峰和志愿者们耐心纠正视障跑者的动作,而跑者们的改变同样动人:有人告别熬夜酗酒,生活回归规律;有人甩掉自卑,在汗水中重拾自信。

“参加助盲跑前,我的活动范围就在方寸之间,血压、血糖都高得吓人,参加助盲跑后,不仅‘三高’降下来了,睡眠也变好了,整个人都轻快了好多。”一位盲友说道。另一位盲友则感慨:“以前总觉得自己是别人的负担,特别怕别人用怜悯的眼光看我。参加助盲跑后,很多人都说在我身上汲取到了生活的动力,这在以前想都不敢想。”

2016年北京马拉松,宋海峰陪同视障跑者何亚君以4小时30分完赛,这样的成绩不仅震撼跑者,更让无数视障者看到希望。如今,何亚君的马拉松成绩已达3小时22分,超越多数普通跑者。

而2022年北京通州“副马”上,身体欠佳的视障跑者刘海军在志愿者陪伴下创造个人最佳成绩,更定下挑战铁人三项的目标。这个决定让宋海峰深受感染,“本以为是他在激励我,其实是他激励我不断向前。”宋海峰说道,这种相互唤醒的力量,正是助盲跑中“双向托举”的温暖。

10年间,宋海峰和众多助盲跑志愿者们共陪伴过600多位视障跑者,也探索总结出一套科学的助盲跑方法:让志愿者戴眼罩体验盲跑,理解视障者的恐惧与依赖;坚持“恰到好处”的帮助。宋海峰说,“他们不是弱者,而是被唤醒的强者。”

为了让更多视障跑者受益,宋海峰创立“一束光助盲跑”培训中心,已培育助盲跑志愿者2000余名,足迹遍布11个省份。

此外,宋海峰还通过文章、直播、短视频讲述视障跑者故事,单条视频全网播放量超百万,让更多人看见了这份奔跑的力量。

如今,宋海峰正在推进“陪青少年盲童跑步”计划,在社区发展专业志愿者。“全国有很多视障者,我们做得还太少。”宋海峰说,这束助盲跑的光,还将继续照亮更多人奔跑的路。

为我在激励他,其实是他激励我不断向前。”宋海峰说道,这种相互唤醒的力量,正是助盲跑中“双向托举”的温暖。

10年间,宋海峰和众多助盲跑志愿者们共陪伴过600多位视障跑者,也探索总结出一套科学的助盲跑方法:让志愿者戴眼罩体验盲跑,理解视障者的恐惧与依赖;坚持“恰到好处”的帮助。宋海峰说,“他们不是弱者,而是被唤醒的强者。”

为了让更多视障跑者受益,宋海峰创立“一束光助盲跑”培训中心,已培育助盲跑志愿者2000余名,足迹遍布11个省份。

此外,宋海峰还通过文章、直播、短视频讲述视障跑者故事,单条视频全网播放量超百万,让更多人看见了这份奔跑的力量。

如今,宋海峰正在推进“陪青少年盲童跑步”计划,在社区发展专业志愿者。“全国有很多视障者,我们做得还太少。”宋海峰说,这束助盲跑的光,还将继续照亮更多人奔跑的路。

志愿讲解薪火 村史馆里焕“新声” 高碑店有了一支文化志愿服务队

近日,高碑店地区半壁店村史博物馆内,一抹活跃的“志愿红”成为传递乡愁的温暖“桥梁”。一支由文化志愿者组成的讲解队伍在此开展志愿讲解服务,为前来参观的村民和访客打开尘封的历史画卷,让半壁店村的根脉记忆在娓娓道来中重焕生机。

这些文化志愿者来自不同背景,既有深谙本地风情的退休教师,也有怀抱热情的返乡大学生。他们以村史馆丰富的展陈为蓝本,将半壁店村从农耕岁月到今日新貌的变迁轨迹,化作一个个鲜活的故事。面对斑驳的老照片,他们讲述祖辈奋斗的艰辛;面对陈列的旧物件,他们解读旧日时光的厚重;面对村容村貌的变迁图景,他们描绘乡村振兴的壮阔图景。在这里,讲解不再是知识的单向传递,而是情感的共鸣与历史的对话。白发老

者在一张张熟悉的面孔前驻足凝思,年轻一代则在先辈的足迹中寻得归属的认同。

“以前只知道村子变样了,今天听志愿者这么一讲,才真正明白咱们村了不起的过往,特别是知道原来村里出过那么多能人善事,心里特别自豪!”一位村民在听完讲解后感慨道,志愿者的服务,如同沉睡的村史注入了汩汩活水,让“根”的记忆变得可亲可感,极大地提升了村民对自身文化的认同感与归属感。

据悉,此次志愿讲解活动是高碑店地区深化基层文化建设、活化利用村史馆资源的重要举措。未来,高碑店地区将继续壮大文化志愿者队伍,将此类志愿讲解服务常态化、规范化,并计划融入更多互动体验形式,为乡村文化振兴注入源头活水,让乡愁在代代相传中历久弥新。(马宇晗)



北京桑科草花粉逐渐进入散粉高峰期 做好健康防护

立秋之后,夏季致敏花粉浓度逐渐升高。桑科草花粉是北京夏季三大致敏花粉之一,目前逐渐进入散粉高峰期。秋季花粉致敏性强,敏感人群务必做好健康防护。

- 上午10点到下午5点花粉浓度较高,外出容易引发过敏,敏感人群尽量避开这段时间出门。
- 花粉季内,敏感人群外出可“看天”进行防护。明显降雨和4级以上风力有助于花粉浓度下降。
- 花粉易过敏人群外出最好佩戴口罩,太阳镜;如果接触到较多过敏原,回家后进行鼻腔清洗。
- 如过敏性症状较为严重,可使用“鼻用过滤器”,也可在医生的指导下进行药物治疗。(来源:北京朝阳APP)