



第一书记带货 村歌唱响田埂

中国农民丰收节 门头沟区专场活动在军庄镇启幕

北京日报客户端讯 9月20日,2026年中国农民丰收节暨第37届北京农民艺术节“乡村大舞台”门头沟区专场展演在军庄镇启幕。最先抓住观众眼球的,是一段AI创意短片。屏幕里,一封“邀请函”飞过田间、院落和山路,把村民、文艺创作者、青年学子、产业从业者“请”到会场。随后,AI数字短片《丰收喜报》把门头沟特色种养、农产品加工、品牌培育等成果铺开,京白梨、黄芩茶、杂粮等土特产在数字画面里换了新模样。现场还发布了门头沟农产品美食地图。

活动中,“村村有歌”原创村歌项目发布首批作品,有的写古村典故,有的唱民俗记忆,有的把返乡青年的心事写进旋律。村民和青年同台,乡音没变,编曲新了。台下有

人跟着哼,有人举起手机录。“村有好礼”伴手礼创意设计大赛向全社会招募,要让农产品从“土产”变为“潮礼”;“村有好剧”乡村短剧项目也集体登台,编剧、导演和村民代表站在一起,故事就从田埂上长出来。

旁边的秋日乡集,烟火气直往上冒。京白梨、清水豆腐、黄芩茶、雁翅杂粮摆满摊位,非遗手作和农创产品挨在一起。助农直播矩阵同步上线,本土村播和青年农人主播对着镜头吆喝,线上线下一起推介山乡好物。

各村第一书记化身推介员,把村里的好货搬到现场“带货”。丰收圆桌上,红豆饭、黄米炸糕冒着热气;农事体验区里,推石磨磨豆腐、草帽彩绘排起小队,游客手上沾着豆香,也沾了丰收的喜气。

补衣老人22年便民服务不涨价

本报讯 薛建英,女,1957年10月生,江苏省无锡市惠山区阳山镇普照村村民。薛建英自幼身患小儿麻痹症,“靠自己站起来”成了她人生路上努力生活、认真工作的动力。结婚后没多久,薛建英的丈夫患脑膜炎导致精神状态不稳定,只能打打零工,日子过得并不宽裕。此外,二人还有一个女儿需要照顾,一家人的重担基本上都是薛建英一个人担着。

2003年,因村办服装厂效益不好,薛建英遭遇下岗失去了工作和收入,一家人的生活顿时陷入了困境。“我腿不好,但是还有一双灵巧的双手”,薛建英靠自己的一技之长支起修补摊。小小的修补摊最初的服务对象是周边的邻居和村民,考虑到当时农村的收入水平还不高,薛建英就定下了“大修3元、小修2元”的手工费标准,如果需要更换拉链、纽扣这些物料,她也全部按照成本价收取,不多收一分钱。价格公道、手艺精湛,修补摊的名气很快就传开了,乡邻们也钦佩她的毅力和勇气,都愿意帮衬一把,慢慢地修补摊的生意有了起色。都说做生意得随行就市,乡邻们跟她打趣道“建英啊,你家姑娘大了,也得为以后做准备啦,铺子该涨涨价了吧!”薛建英则掷地有声地跟乡邻们承诺,“铺子生意全靠大伙照顾,只要大家相信我的手艺,我这个铺子就不涨价!”

说到就要做到,这是薛建英为人做事的一条准则。有一年的大雪天,顾客葛阿姨上午买条时把衣服放在薛建英的小摊修补,并约定好下午去拿。可是,眼见着傍晚收摊时间到了,薛建英还是迟迟没见到顾客的身影。因为没留联络方式,薛建英担心她拿不到衣服心里着急,于是冒着风雪专门等候。一直等到晚上9点,葛阿姨才想起来火急火燎赶到摊位,此时已是夜色沉沉,薛建英还在风雪中等着她,摊位已经被厚厚的积雪所覆盖。葛阿姨被深深打动了,从此她补衣服就认准了薛建英的摊位,逢人都夸:“建英是个实在人!”时代在变迁,不变的是薛建英童叟无欺的诚信服务。

村委工作人员考虑她家庭困难,数次上门想要为她和她丈夫办理残疾人补助、低保等一系列符合条件的政府补助,都被薛建英婉拒了。她说,要把党的好政策给更需要的人,自己有一门手艺,可以凭本事吃饭。虽然生活条件艰苦,但薛建英仍然坚持用自己的方式回馈乡邻的厚爱。22年来,修补摊“大修3元、小修2元”的收费标准一直没涨,对外来务工人员、困难群众和拄着拐棍来修补旧衣物的老人,薛建英总是坚持免费服务、不收分文。对生活有困难

的乡邻,薛建英也总是施以援手。这么多年,薛建英还养成了另外一个习惯,经常在摊位前准备点雨伞和矿泉水,还免费提供充电服务以及雨伞借用服务,以备顾客和路过的村民不时之需。镇上的环卫工、快递员歇下来的时候,都愿意到她摊位前喝口水、聊聊天、拉拉家常。薛建英赖以生存的小摊成了村里的便民服务摊。为老人做麦饼、发放传单、缝补衣物……参加村里的文明实践服务是她唯一放下“修补摊”的理由。虽然走路一瘸一拐,但只要镇、村活动有需要,她总是主动参与、一喊就到。

家庭的艰辛往往更能磨炼人的意志,婆婆离世前把照顾精神失常小叔子的责任交到了薛建英的手上。为了履行在婆婆临终前立下的诺言,她十几年如一日坚持扛起家庭的重担,从没有过一句怨言。其间,邻里们看薛建英辛苦经常劝她不要管小叔子了,但薛建英每次都是说:“小叔子是我的家人!照顾家人不是天经地义的事情嘛!”薛建英用十几年的坚持,履行对长辈的承诺,更是把照顾家人变成了一种义不容辞的责任,左邻右舍也都一致夸她孝顺、懂得感恩。

薛建英总说,工作不分大小,做事要有良心,“大修3元、小修2元”的标准一直不会变,这个小摊也会永远向乡亲们敞开。

来源:中国文明网



党建引领解民忧 治理管网惠民生

本报讯 东辛房街道石门营新区四区为棚改回迁社区,辖区污水管网投入使用时间长、老化淤积严重,长期存在管道堵塞、污水满冒、异味扰民等问题,严重影响居民日常生活,群众诉求高发,是社区基层治理的重点民生顽疾。为此,社区聚焦急难愁盼,开展污水管网专项治理行动。

社区坚持党建引领、问题导向,统筹多方资源、细化攻坚举措,全力推进污水管网治理工作。一是精准摸排问需,夯实治理基础。通过入户走访、居民座谈、梳理接诉即办诉求,收集群众意见80余条,聚焦根治管道堵塞、建立长效管护两大核心诉求。同步对管网、污水井、低层易返水区域开展全覆盖排查,精准摸清隐患底数。二是众智协商共议,明晰治理路径。依托社区协商议事平台,召开3场专题议事会,联动党员、居民代表、物业共商对策、厘清权责、落实资金,确定“社区牵头、物业主责、居民参与、标本兼治”的治理方案,细化施工标准与推进流程,保障工作有序落地。三是全域精细整治,彻底根除顽疾。成立专项监督小组,全程严把施工质量与进度,公开整治情况、接受群众监督。专

业队伍全域施工,累计疏通管网3000余米、清掏污水井86座、维修管网隐患13处。落实错时施工、增设警示标识等便民举措,有效化解施工扰民问题。四是健全长效机制,巩固治理成效。构建“定期清掏+应急处置+常态巡查”三维管护模式,常态化开展春秋季节管网深度养护。开通24小时报修热线,落实专人值守、接报即处。建立专项台账,实行全流程闭环管理,推动管网治理从被动抢修向主动预防转变。

本次污水管网治理成效显著、亮点鲜明。社区以党建为核心统领,整合多方治理力量、明晰权责体系,搭建起共建共治共享的基层治理格局。依托民主协商机制汇聚民智、精准对接民生需求,充分激活居民自治活力。坚持标本兼治,通过专业化全域整治彻底解决管网多年淤积堵塞顽疾,同时,建立常态化巡查养护、应急处置、闭环管护长效机制,从源头杜绝问题反弹。治理过程兼顾实效与民生温度,柔性化解施工扰民等矛盾,切实将整改工程打造为暖心民心工程,有效提升了居民的获得感、幸福感、安全感。

区城市管理指挥中心/供稿

大台街道 法典落地见实效 常态巡查护生态



本报讯(记者 王子睿)近日,大台街道综合行政执法队依法查处辖区首例适用《中华人民共和国生态环境法典》的运输车辆环境违法案件,并以此为契机,强化道路遗撒执法检查,维护地区良好环境。

首例案件查处后,大台街道综合行政执法队加大了日常巡查力度。记者在辖区一处重点路段看到,执法人员示意一辆途经的货车靠边停车并上前检查。

执法人员绕车查看密闭措施,现场测试机械式覆盖装置能否正常启用、运行是否平稳、操作是否顺畅、有无破损情况,并提醒驾驶员发车前注意检查车身,防止货物遗撒。检查中,执法人员还结合首例案件,向司机说

明密闭运输的法定标准,引导驾驶员自觉守法。

今年以来,大台街道持续深化道路运输环境专项整治,紧盯未密闭运输、带泥上路、沿途遗撒等突出问题,常态化巡查管控、从严执法纠违,不断提升辖区基层生态治理法治化、规范化水平。

大台街道综合行政执法队副队长夏桐峥表示:“下一步,我们将重点做好三件事,一是学好法典,吃透领会法典精神;二是用好法典,坚持抓好执法规范化工作,细化执法标准,压实监管责任,对破坏生态环境的违法行为进行坚决的打击;三是讲好法典,加大普法宣传力度,边普法边执法。”

邻里情,暖人心

赵微林

邻居家串门,大家就像一家人一样亲切。后来我们搬家了,住进了楼房,本以为邻里之间会变得陌生,可没想到,温暖的互助依然在身边悄悄发生。我比隔壁家的小朋友大一岁,每当学期结束,妈妈都会把整理好的教辅资料、练习册和课外书认真包好,主动送给妹妹,希望能帮到他们的学习。邻居奶奶也特别热心,总是笑着对妈妈说,如果下班晚来不及接孩子,尽管告诉她,她可以顺路一起接回来。每次听了,我都心里暖暖的。我们住在一楼,门口的落叶、灰尘和垃圾常常被风吹进楼道,妈妈看到了总会拿起

扫帚,细心地把楼道打扫得干干净净,为大家创造整洁的环境。有时候我们出门不在家,快递送到了没人签收,放在门口又挡路,邻居奶奶总会热情地帮我们代收保管,等我们回家再送过来。

这些看似平常的小事,就像一缕缕阳光,照亮了我们的生活。从古时的一碗热粥,到如今的邻里相助,变的是居住的环境,不变的是人与人之间真诚相待、守望相助的温情。邻里之间多一份关心,多一份帮助,我们的生活就会更加温暖、更加和谐。

来源:文明门头沟微信公众号

健康门头沟

本报讯(记者 李蕊)当前青少年的心理健康问题,已成为一个普遍且严峻的公共健康议题,需要家庭、学校和社会共同关注与应对,本报特邀龙泉医院副院长尚正君,为大家科普守护青少年心理健康的相关知识。

记者:很多家长都能感受到,现在青少年的心理健康问题越来越普遍。请您为大家科普一下,我国青少年精神心理问题的整体患病现状是怎样的?是否呈现高发、低龄化的特点?

尚正君:2026年5月18日《中国中小学生心理健康状况调查报告(2025)》在北京正式发布。这项覆盖全国31个省市区、112840名中小学生的调研显示,心理健康良好占比48.7%;心理健康一般占比40.3%;心理健康较差及以下,需关注与干预占比11.0%。另外,还有研究数据显示报告:6-16岁儿童青少年精神心理疾病总患病率达17.5%(高于成人16.6%)。

全国青少年抑郁检出率24.6%,小学生抑郁检出率达10%,且呈现低龄趋势。

记者:很多家长也很疑惑,感觉自己小时候的成长压力也不小,但很少出现这类心理问题,为什么现在青少年的心理问题会比以往多发、高发呢?

尚正君:引起青少年精神心理问题多发的因素很多,可以归纳以下几点:除遗传因素以外,后天的因素是主要因素。比如:

家庭因素,例如:家长过度关注学业成

守护青少年心理健康 共筑青春成长防线

绩,忽视情感需求,导致亲子关系紧张。留守儿童、单亲家庭等结构性问题加剧心理脆弱性。

社会及网络影响,例如:社会价值观窄化为“成功=高分+名校”,加剧青少年焦虑。网络信息泛滥,青少年易受不良内容影响,社交能力退化。

青少年身心发展不平衡,例如:生理成熟提前(较20年前早1.5—2年),但心理成熟延后(至25岁左右),导致心理适应能力不足。正常情况下:心理成熟应与生理成熟协同发展。

记者:请您科普一下,青少年常见的心理问题和精神障碍主要有哪些?

尚正君:青少年常见的精神心理问题,一个是心理问题,另一个是精神疾病。

一、青少年常见的心理问题有:焦虑和过度压力;抑郁和持续低落;社交焦虑和人际关系困扰;身份认同和自我价值困惑;愤怒和情绪调节困难等。

二、青少年常见的精神障碍包含:双相情感障碍;破坏性、冲动控制及品行障碍;注意缺陷多动障碍;抽动障碍;抑郁障碍;焦虑障碍;睡眠障碍;强迫及相关障碍;精神分裂症谱系障碍;创伤及应激相关障碍等。

记者:日常生活中,我们该如何精准辨别,孩子只是一般心理问题,还是已经出现了精神障碍,需要及时就医?

尚正君:我们可以从五个方面来观察:

一、持续时间方面:一般心理问题是短

暂、情境性的,通常随压力源消失而缓解;而精神障碍是持续、长期的(通常持续2周以上),超出正常预期。

二、严重程度方面:情绪反应与触发事件相称;而精神障碍的情绪反应与情境严重程度不符,极度强烈。

三、功能影响方面:一般心理问题不影响日常学习、社交和生活基本能力;而精神障碍出现显著损害社会功能(如拒绝上学、回避社交)。

四、可控方面:一般心理问题通过自我调节或他人支持可以缓解;而精神障碍自我调节几乎失效,常规支持效果有限。

五、行为表现方面:一般心理问题保持相对正常的行为模式;而精神障碍可能伴随危险行为(自伤、物质滥用)或极端退缩等。

记者:掌握这几个方面,家长就能及时发现孩子的问题,当发现孩子出现心理情绪问题时,家长该如何科学应对?

尚正君:面对青少年的心理问题我们也要分两个层面来应对。

一、情绪问题的应对

1.倾听与验证:提供不加评判的倾听,确认他们的感受。

2.鼓励健康习惯:保障睡眠、均衡饮食、规律运动,这些是情绪稳定的基础。

3.教授调节技巧:深呼吸、正念、写日记、艺术表达等。

4.保持支持性家庭关系:维持稳定的陪伴和支持。

二、怀疑情绪障碍时的应对

1.温和表达关切。

2.建议专业评估。

3.提供支持:陪伴前往咨询、帮助寻找资源(学校心理老师、12355青少年服务热线、12356心理热线、精神专科医院等)。

4.确保安全:如有自伤或自杀风险,立即寻求专业帮助,不要承诺保密。

记者:科学应对、及时干预才能帮孩子走出心理困境。从长远来看,我们该如何从根本上促进青少年心理健康,帮孩子筑牢心理防线?

尚正君:青少年的心理健康受多维度的因素影响,如:遗传+环境,其中,环境有涉及到家庭环境、学校环境、社会环境等等。除遗传因素外,重点是后天环境因素的影响。在后天因素当中,最重要的也是影响人格基础形成最关键的环境因素是家庭环境。

人格形成的关键期是13岁以前,特别是7岁以前对孩子人格形成至关重要,而7岁以前,大多数孩子基本上都是受家庭影响最重要。影响家庭因素的主要原因是家庭关系,家庭关系的核心是父母的认知水平。

一、首先我们要明确培养孩子核心目标。由于传统养育观念和社会发展众多因素的影响,使父母在对待培养孩子方向方面感觉很迷茫,总是用学习唯一的标准来衡量孩子。学习好就是好孩子,学习达不到自己满意就是有问题。总拿自己孩子跟

别人的孩子比较。实际上,做为培育者,要清楚的认识,孩子培养的终极目标是成为一个能够独立自主的社会人,做为一个合格的社会属性的自然人,除学习能力外,重要的是孩子的心理韧性、挫折抵抗、同理心、爱心、创造力、自信心、团队意识、情绪管理、责任心(情商能力)等等。这些能力才是孩子将来独立走向社会的应对各种人和事的能力。

二、父母要清晰地认识到,每个孩子都是独立的生命个体,要按着孩子自身的个性特点来培养,而不是盲目跟风。

三、父母和孩子的家庭关系对孩子的影响至关重要。在生活中,要尊重孩子、耐心倾听孩子的心声,孩子遇到问题时采用积极方式处理,让孩子感受到家庭的温暖。

四、面对孩子发展,健康永远是第一性。在我们日常接诊当中,当孩子出现精神和心理问题时,有的家长才醒悟,孩子只要健康就是最重要的。

记者:家庭教育的认知和方式,直接决定孩子的心理健康状态。除了提升家长认知之外,日常家庭教育中,家长还有哪些细节需要格外注意?

尚正君:除了提升父母的认知以外,我们还应注意以下几方面的因素:尽量保持家庭结构的稳定;夫妻之间用合适的方式处理家庭矛盾;用健康的行为影响孩子;创造和谐的家庭氛围;家庭成员之间彼此尊重;控制自己的情绪;成长的陪伴;给孩子自我表达的空间。