

高校研究生比拼职业规划“硬实力”

□本报记者 任洁

“我希望成为扎根祖国西部的油气开发绿色转型攻坚者，在双碳目标中践行石油人的时代使命”“我想为国家攻克卡脖子技术，所以努力打造自己的‘六边形’能力”……在近日举行的第二届全国大学生职业规划大赛北京市赛总决赛赛道（高教研究生组）现场，15名来自北京各大高校的研究生依次上台，展示了自己的职业规划意识和过人竞争力，做人的实力让专业评委惊喜不已，纷纷在现场给出“offer”。

就业赛道首次按学历层次分设组别

北京市教委于2024年11月启动第二届全国大学生职业规划大赛北京市赛，90余所在京高校的16.8万名大学生报名参赛，与首届相比参与人数实现翻倍。本次大赛不仅成为大学生职业规划的竞技平台，更是提升高校就业指导队伍专业化水平的重要契机。

本次市赛采用初赛、决赛、总决赛三级赛制，设置成长赛道和就业赛道，其中成长赛道设高教组和职教组，主要面向本、专科中低年级学生；就业赛道设高教本科组、高教研究生组和职教组，面向本、专科高年级计划求职学生和研究生。今年的就业赛道首次将高教本科组和研究生组分开设置，让各学历层次的选手充分、均衡地展现职业胜任力。

今年共有710人进入市赛，其中成长赛道355人，就业赛道355

人，评选出市级金奖110项、银奖169项、铜奖347项，并评选出优秀组织单位和优秀指导教师奖。总决赛后择优推荐参加全国比赛。

参赛学生“赴基层、入主流”意识明显

本届参赛学生体现出较强的职业规划意识和综合能力素养，他们把个人理想融入国家发展，结合党和国家战略需要规划职业方向，“赴基层、入主流”意识明显。比如清华大学硕士生刘童以自动驾驶为职业方向，通过参加学科竞赛、车企实习、科研项目等多个方式增加竞争力，选择投身无人物流行业，致力于解决“最后一公里”配送难题；北京科技大学博士生孙海桐以为国家攻克卡脖子技术为就业目标，深耕行业、扎实科研，打造自己的“六边形”能力；中国石油大学（北京）石油与天然气工程专业博士李昕桐以能源报国为志，梦想成为扎根西部的油气开发绿色转型攻坚者。

同时，本届参赛学生结合当前社会发展，充分利用课程学习与实习实践扎实走好每一步，显现出较强的职业竞争力。比如北京劳动保障职业学院人工智能专业宋佳航结合自身专业技能与学校特色，聚焦首都急需的民生养老行业，立志成为一名养老服务机器人开发工程师；首都医科大学博士生彭晓东立志成为心血管内科医生，依托北京安贞医院的平台优势，接受了每周2个全天

门诊、3个手术日90多个小时的高强度诊疗和科研训练；北京信息科技大学王靖斌积极参与北京中轴线档案系统与大数据项目，完成3754张彩画修复，让文物“活”起来。

中国科学院大学博士生何欣恒分享了职业规划心得：“不管什么时候都要坚持努力，要关注祖国的需求以及人民的需求，把专业和实践相结合，将研究成果用于解决重要的科研问题。”

借助大赛推进全周期生涯教育

近年来，北京市教委不断完善就业指导平台，遴选出48个市级就业指导名师工作室、52门就业指导金课。同时，强化就业指导帮扶，依托“宏志助航计划”为就业困难大学生提供帮助。北京高校大学生就业创业指导中心在赛事同期开展生涯教育和就业指导相关活动，为大赛工作提供重点保障。为充分发挥大赛辐射作用，今年的总决赛还邀请部分高中生现场观赛，进一步深化中学——大学生涯教育一体化项目，借助大赛推进全周期生涯教育。

北京市教委相关负责人表示，将以本次大赛为契机，进一步做好生涯教育及就业工作，引导学生到祖国需要的地方建功立业。组织北京大学生职业规划成长训练营，进行系统化、专业化的生涯辅导，并树立生涯规划典型，影响带动更多大学生增强规划意识，提升核心竞争力。

密云区去年累计处理消费维权纠纷5.4万余件

□本报记者 王路曼

近日，记者从密云区“促进诚信经营 共筑满意消费”宣传活动现场获悉，过去的一年，密云区在消费维权领域累计处理5.4万余件消费维权纠纷，帮助消费者挽回经济损失400余万元。其中，密云区市场监管局共受理12345、12315、信访等各渠道投诉举报3万余件，交出了护航消费安全的亮眼答卷，得到了广大消费者和社会各界的广泛好评。

活动现场，密云区消费者协会向区域内经营者发出“促进诚信经营 共筑满意消费”倡议，号召每一位市场参与者秉持诚信经营理念，共同打造健康、公正、透明的市场环境。北京永顺金海粮油贸易有限公司相关负责人代表区域企业作出郑重承诺，表示未来将继续以诚信为基石，守法规范经营，为消费者提供更加个性化、差异化的产品和服务，以及安全、可靠、满意的消费体验。

随后的普法宣传活动中，执法人员积极向消费者宣讲《中华人民共和国消费者权益保

护法》等法律法规，普及维权知识，发放宣传材料，耐心解答消费者的各类疑问，力求让消费者听得懂、学得会、用得上。

活动现场，“铁拳行动成果展示”区域陈列着6类市场监管执法中查封的常见假冒侵权商品，执法人员化身“打假专家”，细致讲解从包装材质到产品质地的辨别技巧，提醒消费者选择正规渠道购物、留存凭证，依法维权。“你点我检”区域同样人气满满，消费者通过扫码踊跃参与食品安全民意征集，实现“食品安全检什么，群众说了算”。

“下一步，密云区市场监管局将根据群众‘点单’情况组织抽检，并在密云区政府网站公示检测结果，保障消费者知情权。同时，对检测不合格的食品追溯溯源，依法严肃处置，保障消费者‘舌尖上的安全’。”密云区市场监管局相关负责人表示，今年，密云区将紧扣“共筑满意消费”目标，持续发力，推动高品质消费、高质量维权、高水平共治，切实提升消费者满意度与幸福感。

拆窗破网整治 打通生命通道

□本报记者 陈曦 通讯员 常玉涛

半地下空间逃生窗被防盗窗封死，曾被视为安全保障的铁栅栏竟成了阻碍逃生的“牢笼”？为畅通“生命通道”，西城区展览路街道打响“拆窗破网”攻坚战，创新实施“三维筛查+靶向施策+闭环管控”治理模式，实现138处隐患100%完成整改，为半地下空间居民织就安全防护网。

该街道建立“消防+公安+社区”三维筛查机制，精准定位防盗网、铁栅栏等“生命通道杀手”；创新建立三类动态台账，实行分类动态管理——经营场所应拆尽拆、出租房屋攻坚拆除、普通住户综合施策；同时紧密联系物业及产权单位，制定“一户一方案”整改计划。

对于区域内5家半地下经营场所存在的外窗铁栅栏问题，采取“约谈预警+限期整改”方式，要求在规定时间内完成整改，消除消防安全隐患。同时，采取“现场教学+柔性执法”的办法，打造西直门南大街23号楼等两处整治“样板间”，组织物业公司、产权单位进行现场学习。对于居民担心的拆除防盗窗不安全问题，

展览路街道联合消防部门上门进行答疑。“现在市面上常见的防盗网，普通锯子就能轻松锯开，更别说专业破拆设备了，防盗网更多的是心理安慰。要是不放心，可以改成可开式防护网。”听完专业科普，居民们渐渐打消顾虑，不少人主动进行改造。该街道还成立了“拆窗帮帮团”，物业主责推进，科室协同发力，为100多户独居老人、残障人士提供免费拆除服务。“师傅们连窗框都帮着打磨得平平整整，太贴心了。”细致贴心的服务令居民张奶奶赞不绝口。

为确保整改效果，展览路街道创新构建“双查双验”监管闭环，组建3个专项督导组，挨栋进行扫楼复查，通过“现场核验+图片上传”的方式进行双重确认。“以前看那些火灾警示案例，心里总不踏实，怕出事，现在防盗网拆了，我们住得安心多了。”复查时，半地下室租户张先生指着打通的防盗网说道。

下一步，展览路街道将动态更新点位台账，不断推动消防安全工作走深走实，以实际行动守护居民生命财产安全。

北京铁路警方深入田间地头开展春季安全宣传

警民携手共护高铁沿线“天空安全”

□本报记者 宗晓畅 通讯员 王海蛟

进入3月以来，铁路沿线居民开始在农田里忙碌起来，除草、收拾庄稼秸秆，为犁地春耕做好准备。针对铁路沿线春季特点，近日，中国铁路集团北京铁路公安处组织警力深入管内铁路沿线的田间地头、蔬菜大棚，开展法制教育和安全宣传。

“北方的春季干燥多风。进入3月，天气转暖，铁路沿线的居民开始清理农田里的荒草和干枯的庄稼秸秆。蔬菜大棚里的村民也在更换使用过的地膜和覆盖大棚的塑料薄膜。”北京铁路公安处治安支队相关负责人介绍，结合管内特点，该支队积极

组织京张、京哈高铁，京包客专和怀兴城际铁路沿线的铁路派出所深入管内田间地头、蔬菜大棚，提醒村民整理农田时不要焚烧荒草和庄稼秸秆，防止产生的浓烟被风吹向铁路，影响高铁列车司机视线；管理好蔬菜大棚废旧的地膜等轻飘物，防止被风吹到铁路上方的高压线上，导致高压线断电影响高铁列车安全运行。

在京哈高铁沿线，密云站派出所组织民警深入高铁沿线的密云区平头村开展安全宣传活动。在村民张女士的蔬菜大棚前，民警提醒她保管好使用过的废旧地

膜，并及时清理。同时，结合铁路发生的典型案例，向村民普及相关法律法规。

春风渐暖，在京张高铁沿线，放风筝的市民明显增多。张家口站派出所组织民警深入高铁沿线开展安全宣传，提醒放风筝的群众要远离铁路，防止风筝线缠绕在高铁上方的接触网，或轻飘物被风刮到接触网上，影响列车正常运行。

截至目前，北京铁路警方已组织警力在高铁沿线开展法制宣传和爱路护路宣传活动17次，受教育群众2万余人，发放宣传材料1.6万余份。



我的色彩我做主

近日，北京城建安装集团有限公司组织开展手工口红制作活动。活动现场，在专业老师的指导下，该公司百余名女职工充分发挥自己的创意，亲手调制口红基底，挑选色彩，制作出属于自己的独一无二的口红。

本报记者 刘欣欣 通讯员 孙鹏 摄影报道



垡头又添一处热门打卡地

特色快餐、大型商超、亲子活动……北京建工地产公司首个自持商业项目合憬荟近日迎来开业一周年，凭借精准的定位、丰富的业态和优质的服务，这里已成为朝阳区垡头区域的品质生活地标，以及居民日常生活的热门打卡地。 本报记者 边磊 于佳 摄影报道