

### 地铁6号线西延 石景山段进场施工

本报讯(记者刘金梅)记者从石景山区交通委获悉,地铁6号线西延工程石景山段进场施工,工程由苹果园南路站主体建设开始,根据规划方案,该工程计划2015年12月全线洞通,2016年12月试运营,届时将大大缓解京西地面交通压力,为百姓出行提供便利。

地铁6号线位于1号线北侧,是一条与1号线几乎平行设置的地铁线路,满足北京东西向流动的客流需求。6号线共分三期建设,目前,一期工程从海淀的五路居到朝阳区的草房站,已于2012年底开通运行;二期工程即6号线西延工程,西起石景山区的金安桥站,向东与6号线一期相接,全长10.556公里,由西向东共设金安桥、苹果园、苹果园南路、西黄村、廖公庄、田村6站,石景山段长5.126公里,设4站3区间。

此次进场施工的苹果园南路站,位于石景山区杨庄大街与苹果园南路交叉路口东南侧,设计为岛式车站,双层拱形结构,站台有效宽度为14米。

6号线西延工程完工后,将与京西的另外一条轨道交通S1线进行接轨,为增强M6线与S1线的换乘效率,减轻苹果园枢纽站的换乘压力,两线将参考1号线与八通线的换乘方式,分别在金安桥站和苹果园交通枢纽2站实现换乘,届时乘客可选择在苹果园交通枢纽换乘1号线、M6线和S1线,也可选择在金安桥站换乘M6线、S1线、规划M11线。

# 石景山种植10万株地锦打造美丽“绿墙”

本报讯(记者宋光镇)植树、栽花、种草……说起绿化,大家首先想到的就是这些,如今,石景山把绿化目标放到墙上。近日,石景山区对边角地、护坡、护栏、建筑外立面等符合垂直绿化条件的地方种植10万余株中国地锦,打造美丽“绿墙”。

“咔咔咔……”挖出一铁锹深的坑,把地锦带原土栽植,踩实后浇水,在石景山区鲁谷社区重兴嘉园的围墙边,物业公司的工作人员正在忙碌着。“我们领了3000多株的地锦,准备在重兴园和重兴嘉园小区的围墙种植。”

石景山区绿化办负责人介绍说,全区在2月份开始对区内具备垂直绿化条件的地点进行摸底。“根据摸底情况,我们准备在社区、学校等适宜地点种植10万余株中国地锦,并请北京市园林科研所专家传授科学种植技巧和经验。”据了解,这些地锦将累计完成垂直绿化22000延米。

中国地锦俗称爬山虎,是垂直绿化的优选植物,它依靠吸盘沿着墙壁往上爬,密集的绿叶覆盖了建筑物的外墙,就像穿上了绿装。同时还具有降温、隔热、防尘、净化空气、调节湿

度等功效。负责人说,“垂直绿化不仅使绿化有了立体的美感,与以往的种树种草相比,种植地锦还更节水。”随着季节的变化,爬山虎的颜色也由绿变成浅黄、橙黄,使建筑物的色彩富于变化。

“爬山虎的叶子绿得那样新鲜,叶尖一顺儿朝下,在墙上铺得那样均匀,没有重叠起来的,也不留一点儿空隙,一阵风吹过,一墙的叶子就漾起波纹,好看得很。”这是著名作家叶圣陶对爬山虎的描述。将来,石景山区居民将在家门口看到一片片美丽的“绿墙”。

## 关注疾病预防 专家进社区



为贯彻群众路线教育实践活动,切实关心群众生活,依翠园北居委会在“世界卫生日”到来之际,邀请了妇幼保健院的专科医生开展了以“病媒传播的疾病”为主题的健康宣传教育工作。活动中,医生们一一回答了居民提出的各种问题,使居民们对“病媒”和“病媒传播的疾病”有了进一步的了解。

范洪琳/图文

## “春风送暖”见真情 广宁干群献爱心

本报讯(通讯员薛文)春季的清晨仍透着丝丝凉意,但在广宁地区的许多地方,却都涌动着浓浓的暖意。一场主题为“春风送暖”的主题捐助活动,正在街道的机关、社区如火如荼地进行着。

此次募捐活动以捐款为主,募集的善款以援助我市对口支援的内蒙、江西、新疆、西藏、四川、青海等灾区和西部贫困地区,以及本市救灾、救济、助困、助老、助残等公益项目。

在广宁街道机关楼内,许多干部早早就来到了捐赠现场,自觉排起了队。在广宁街道的各个社区,许多党员和社区居民也都是自发地来到居委会,进行募捐。这其中有步履蹒跚的老党员,也有正在上学的青少年。还有来办事的居民,了解到捐款活动后,也纷纷慷慨解囊。

### 区残联

#### 区残联召开学习交流会

本报讯(通讯员刘会生)4月16日,石景山区残联举办党的群众路线教育实践活动学习体会交流会。区委常委、组织部长庞微出席交流会并讲话,区第六督导组副组长阮起良和全体成员出席交流会,区残联理事长成员、科级干部和全体党员参加了交流会。

在听取区残联汇报后,庞微对区残联结合实际做好规定动作,在做好自选动作上下功夫表示肯定,特别是对区残联机关共产党员与困难残疾人结对子的做法表示赞赏。她指出:下

一步,区残联党的群众路线教育实践活动要在真、严、实上下功夫,做到七要。一是学习要进一步深入,二是问题导向要突出;三是结合实际要进一步紧密;四是服务弱势群体残疾人要动真感情;五是规定动作要不折不扣地完成;六是征求意见要真心;七是加强基层服务型党组织建设。残疾人工作重要而光荣,救助一个残疾人就能带动一个家庭脱贫,体现了党和政府对弱势群体的关怀。因而要做实做细,真正让残疾人受益。

### 金顶街街道

#### 做好社区工作 力戒“四浮”实现“四真”

本报讯(通讯员王明宝)近日,金顶街街道办事处主任张玉国以“践行党的群众路线,力戒‘四浮’实现‘四真’,做好新形势下的社区工作”为题,为街道机关党员干部和社区工作者共110余人上了一堂党课。

张玉国从党的群众路线的形成发展过程、科学内涵、重大意义以及党的群众路线与新形势下社区工作的契合点四个方面进行了系统深入的讲解。张玉国说,开展教育实践活动,首先要沉下去,力戒“四浮”。一是力戒浮躁。走群众路线,不能只看表现不看实质;二是力戒浮躁。必须静下心来,脚踏实地,身子沉下去,作风硬起来,境界提上来,真正地重实

际、干实事、求实效;三是力戒浮华。要树立长期艰苦奋斗的思想,坚决向浮华、奢华之风开刀;四是力戒浮夸。在工作中必须坚持实事求是的态度,踏踏实实做好工作。其次要干出来,实现“四真”。一是态度上求真。树立“甘当小学生”、“拜人民为师”的意识,真正培养与人民群众坚定而朴素的感情基础;二是措施上求真。要学习焦裕禄精神,必须把老百姓当亲人,把老百姓的事儿记心上,要注重听取群众意见,采取切实贴近百姓心声的措施;三是作风上求真。要深入群众、亲民务实;四是效果上求真。干工作要以改善民生、造福百姓为衡量各项工作的最终标准。

### 广宁街道

#### 谈学习心得 论官德人品

本报讯(通讯员薛文)“我们要着力增进同群众的真感情,只有建立了真挚的情感,我们才会对群众的疾苦感同身受,才能扑下身子为群众解决最迫切的问题,才能切实融洽与群众的关系。”近日,广宁街道组织全体领导干部深入开展官德人品大讨论,大家结合各自工作进行了交流。

活动中,街道全体领导就前一阶段的教育实践活动的所学、所感、所悟进行了逐个发言,并对官德人品的理解认识谈了自己的感受。街道工委书记胡冀民说,作为在街道工作的同志,一定要和群众面对面、心贴心,俯下身子为

地区居民群众服务办事,才能得到群众的拥护和支持。街道办事处主任邵立文,也结合自己的学习心得谈了感想。他说,通过对“四风”问题的认真查找和梳理,发现了问题找到了不足,为下一步的学习实践活动指明了方向。结合官德人品的讨论,夯实了“官德人品为先、群众路线为本”的思想基础,好的人品是做好工作的前提,群众路线更是做好工作的根本,两者相辅相成,不可分割。随后,街道其他领导也都分别畅谈了自己的学习心得体会和感想。

教育实践活动进行时

## 颈椎病“熬一熬”小心变成慢性病

30多岁的青年依靠忍耐力,熬出慢性重症脊髓型颈椎病;40岁的老烟枪,每天2包烟“抽得”椎间盘病急性发作。专家表示,颈肩腰腿病在中青年群体中高发,不少人凭借“超强的忍耐力”,将急性发作的轻症疼痛熬成了慢性病,以至于就诊时就被确诊为重度损伤。

### 颈椎病“熬一熬”竟成慢性病

关节炎、肩周炎、颈椎肩痛病、坐骨神经痛、肌筋膜炎等颈肩腰腿疾病在中青年中高发已成热门话题,患者群体庞大,且低龄化趋势明显。

16岁的初中生颈椎坐成S形,21岁的大学生电脑“玩出”椎间盘突出。“过去这种疾病一度被确诊为老年病,如今临床上,中学生也不少。”专家透露,临床上,患颈椎病、腰椎间盘突出在中青年在不断增长,其中有较大比例的患者属于“熬出来的病”。根据临床上的接诊情况,很多年轻的病人直到忍无可忍才到医院就诊,这时,对于颈肩腰腿疼痛的疾病而言,已属于重症。

“年轻人总是把急性的疼痛熬成

慢性病,此举导致的后果是,治疗康复的时间将被无限期延长。”专家解释,以颈椎病为例,早期患者仅表现为颈部疼痛,随着病情恶化,可能逐渐转变成神经型、脊髓型,“脊髓型的病人非常多”。脊髓型颈椎病属于最严重的程度,伴随头晕的症状,有的人走路都出现了轻飘飘的感觉。同时,这些患者往往伴随脊髓的损伤。

### 不少重症椎间盘突出患者均吸烟

临床上发现,伏案、开车、吸烟成为中青年颈肩腰腿痛的三大杀手。中青年群体中高发的颈肩腰腿痛患者,多为办公室上班族、电脑一族、司机等,同时,“老烟枪”也属于高危、易中招的人群。

专家介绍,临床上发现,不少重症的椎间盘突出患者均有吸烟史,有的人甚至达到酗酒的程度。香烟中的大量尼古丁会刺激脊柱血管,使其产生收缩引起血流障碍,导致供血不足,这种影响随之而来的,则是血管、韧带发生改变,出现颈部酸胀、疼痛、僵硬、活动受限等症状。

北京长庚医院健康教育知识普及