

间隔30分钟一班车 从石景山到机场约需1小时

# 首都机场巴士石景山专线正式开通

本报讯(记者杜雷)2月10日,“机场巴士石景山至首都机场客运专线”正式开通。机场巴士石景山专线的开通,能更好的方便石景山及京西地区旅客往返首都机场,实现空地旅客运输“无缝”衔接,扩大机场巴士运营网络覆盖区域,填补目前运营线路空白。

专线开通后,将以石景山万商花园酒店停车场为始发站,线路途经万达嘉华酒店、远洋山水3个上客站后直达首都机场T2航站楼→T1航站楼→T3航站楼,运营时间

段为早5:30~晚20:00;首都机场至石景山方向从T3航站楼出发,依次经过T2航站楼、T1航站楼,之后直达石景山区远洋山水、万达嘉华酒店以及石景山万商花园酒店3个市区落客站点,运营时间段为早7:30~晚22:00。该专线投入运营车辆为新购置的宇通豪华中巴车,往返每半小时一班。预计全程交通畅通情况下用时1小时左右,票价30元。

自去年开始,石景山区旅游委便与区旅游协会共同精心筹备,与机场巴士洽谈,经过一年多的协

商,最终确定了“机场巴士石景山区专线”的运营方案。

区旅游委负责人表示:西部地区到机场的交通一直是困扰西部地区商旅人群的一个难题,石景山区地处京西,连接着丰台、门头沟、海淀、大兴几个北京西部区域,具备得天独厚的地理优势。为给整个北京西部地区的商旅人群提供便利服务,提升完善区域旅游服务公共体系。

首都机场至石景山专线(16号线)  
1、石景山至首都机场方向

运行时间:早5:30~晚20:00  
发车间隔:30分钟

站名:石景山(万商花园酒店)、万达嘉华酒店、鲁谷(远洋山水)、T2-T1-T3。

2、首都机场至石景山方向  
运行时间:早7:30~晚22:00  
发车间隔:30分钟

站名:T3-T2-T1、鲁谷(远洋山水)、万达嘉华酒店、石景山(万商花园酒店)。

3、为更好的服务旅客,在“春运”期间发车间隔为客满随时发车。

## 国资委三措并举加强 干部人才队伍建设

本报讯(通讯员胡蓓)在深化改革和产业发展的关键时期,面对国企改革发展的新形势、新任务,国资委党委立足“用一流干部建设一流企业”的思路,大力培养和造就一支高素质干部队伍。

落实好选拔任用干部制度,着力打造一支“政治强、作风好、懂企业、会监管”的干部队伍。定期对企事业单位领导班子和领导人员进行综合考察、评价,建立领导班子信息库。按照现代企业制度要求,根据市场经济发展的需要,加强董事会、监事会、经营管理人才队伍的建设,明确职责,加强管理。

组织选任和市场选聘相结合,提高干部选任工作满意度。在系统内部公开选拔国有企业副总经理工作,开展面向社会公开招聘工作。对年青干部重点培养使用,放在关键岗位、艰苦岗位上锻炼,使其尽快成才,为实现企业创新发展和完成干部新老交替储备人才。

将系统干部人才培训工作纳入2013~2017年全区干部教育培训规划中,全年参训60人次。另一方面,发挥重点企业的资源优势做好系统培训工作。由重点企业牵头聘请知名专家、学者面向系统开展专题培训2期,参训人员共120余人次,提高企业领导人员和系统后备干部的政治理论和专业知识,提升企业干部队伍整体素质,努力建设和一支政治业务素质高、经营管理能力强、干部职工信得过的企业管理人才队伍。

综合新闻投稿邮箱:  
nakuzai@126.com

## 弘扬中华优秀传统文化 文化惠民活动热闹迎新

本报讯(通讯员张譔)区文化委以中华优秀传统文化为主题开展迎春文化惠民活动。依托优秀文化资源,举办了“中国煤矿文工团《军民一家亲》子弟兵专场慰问演出、著名小提琴演奏家盛中华携手北京竹乐团《中华竹韵》新春音乐会、东方国艺红色样板戏专场、中国广播艺术团《越来越好》公安干警专场慰问演出、北京都市歌舞团慰问来京务工人员专场演出及文化馆馆办艺术团队的公益专场演出等一系列惠民演出。以文化阵地为平台,开展各具特色的迎春文化惠民活动。区文化馆举办“正月十五唱大戏”活动,区图书馆和少儿图书馆开展“假期一起读新书”、“书写精彩童年”、“优秀贺岁影片展播”、“元旦灯谜有奖竞猜”等活动,充分发挥阵地优势,特色活动得到群众欢迎。以中华优秀传统文化为主题,为群众送去有内涵的文化大餐。区图书馆举办2015年弘扬传统文化系列讲座。邀请首都师范大学中国书法文化研究院教授张同印举办书法概论专题讲座,受到了书法爱好者的欢迎。



本报讯2月9日,区委老干部局、区老年书画研究会举办“欢庆新年春联展为老干部祝福增寿”活动,书写春联400余副,“福”字500幅、“寿”字数十幅,表达对老干部的新春祝愿。区委老干部局把春联和“福”字送到不便参加活动的老干部家中。

官庆培/图文

## 我区举办首次“爱美丽石景山 展百家社区风采”摄影活动

本报讯(记者岳星)作为2015年石景山区文联系列文化艺术活动之一的“爱美丽石景山、展百家社区风采”主题摄影活动2月10日在八角北里社区启动。本次活动由区委宣传部、区文学艺术界联合会、区委社会工委主办,石景山区摄影协会、各街道办事处承办,主题摄影活动将一直持续到2016年1月份。

据主办方介绍,此次活动旨在以摄影的形式全方位展现石景山区150多个社区的人文、地理、环境、建设以及社区居民精神面貌等不同特色,集中表现全区在“全面深度转型、高端绿色发展”中的新变化、新气象,突出体现石景山人民为实现“中国梦”而奋斗的价值追求,进一步增强全区人民建设“高端普惠的文化生活体系”、热爱石景山、建设石景山的积极性和创造力,并通过举办这次摄影活动,为石景山区留下宝贵的影像历史资料。

利用区摄影协会这个平台,发动广大会员积极参与拍摄活动,同时也欢迎全区广大

摄影爱好者踊跃参加。参赛作品要紧紧围绕“石景山社区”这个主题进行创作。力求生动反映石景山区各社区的办公场所、服务百姓、人文景观、一年四季的生态环境、丰富多彩的群众文化活动和邻里之间、敬老爱幼、文明礼貌等相关内容,体现石景山区居民文化生活、精神风貌,表现和谐社会、人文环境和城市发展新貌。

要求参赛作品主题鲜明、题材新颖,具有思想性和较强的艺术感染力。参赛作品形式、风格不限,彩色、黑白均可。照片格式必须为JPEG/JPG。电子版文件不小于2MB(单幅、组照不限(组照不得超过4幅))。参赛作品可发至电子邮箱:sjswenlian@sohu.com。

据了解,作品征集结束后,主办单位将聘请摄影专家组成评选委员会,对所有作品进行初评、终评,结果将在《石景山报》等区属媒体公布。对获奖个人将给予一定的物质奖励。

### 安全提示:燃放烟花爆竹时远离城市下水道

为保证市民安全欢度佳节,石景山区水务局协调下水道设施运营单位对管道进行通风排气作业,同时提醒广大市民燃放烟花爆竹时远离城市下水道设施。排水管道是城市污水收集、输配设施,易产生有毒有害易燃易爆气体。在燃放烟花爆竹时,务必远离城市雨水井盖、污水井盖、雨水篦子、化粪池和其

他下水道设施;不要向排水管网排放易燃易爆物质、不要在水下设施周围从事其它明火作业等活动,以免引燃、引爆排水管道中残留的易燃、易爆气体,造成人身伤害和财产损失。居民住宅区和各单位房屋物业管理部门在设置集中燃放点时,务必远离下水道设施,并做好燃放烟花爆竹的安全保障措施。

### 预防煤气中毒小知识

房内生火取暖,一定要安装排烟设备(如烟筒、烟道),并经常检查有无堵塞和漏洞,出现排烟不通畅或漏烟,要立即修理。烟筒伸到室外的部分,最好安一个弯头,防止呛风倒烟。室内门窗不要关得太严,门窗上安一风斗,既可防止煤气中毒,又能流通空气。有人

说,在火炉上放一壶水可防煤气,这是没有科学根据的错误做法。用煤气或液化气做饭烧水,也应严防煤气中毒,办法是注意管道有无漏气;不用火时,应关紧阀门。如有条件,最好安装燃气报警器,并经常留意指示灯是否工作正常。

## 诱发骨质增生的5个元凶

骨质增生是老年人常见的一种疾病,不仅影响了身体的健康,还给我们生活带来了极大的不便,那么是哪些因素导致骨质增生的发生呢?今天北京长庚医院的骨科医生就为大家揪出了诱发骨质增生的五大幕后黑手!

### 1、增龄

增龄是骨关节炎发病最强的危险因素。据资料显示,从20岁开始约5%的人骨关节就有退行性改变;40岁时,几乎90%的负重关节都有或多或少的骨质增生改变。

### 2、性别

在50岁以前女性比男性的发病率高2倍,但50岁以后两性之间基本相等。

### 3、职业

骨质增生与职业有关。长期反复使用某些关节,可增加这些关节的患病率。如铸造工的肘、肩关节;矿工的脊柱和膝关节;装卸工的膝踝关

节;驾驶员的肩关节;芭蕾舞演员的跖趾关节;长期从事刺绣、打字、伏案工作者的颈椎关节等。以上这些部位会因长期反复做某一个动作,使该关节受到磨损而引起骨质增生。

### 4、体质因素

体重增加使本来已遭磨损、退化的关节再负重,当然就更容易破坏,所以骨质增生多发生于负重较大的髌、膝、跟骨、腰椎等部位。另外,由于关节疼痛,患者不自觉地限制了活动而使体重增加,相互影响又加重了关节病变。

### 5、姿势不良

长期伏案工作者、睡眠姿势不良、枕头不合适者颈椎骨质增生的发病率特别高。这是由于椎旁肌肉韧带及关节的平衡失调,张力大的一侧易造成不同程度的劳损。同时,由于颈椎的部分肌肉呈持续紧张状态,久之这些肌肉发生静力性损伤,进而使颈椎发生退行性改变,引起骨质增生。

北京长庚医院健康教育知识普及  
健康热线:010-88296363