

# 昆仑之巅捣固急 精修细护保通途

□ 记者 张金凤 通讯员 蒙文平

3月30日10时许,海拔4765米的青藏铁路格拉段昆仑山站雪后初霁,寒风裹挟残雪掠过轨面,昆仑群峰在天际间巍然矗立。防护栅栏外,2台大机捣固车整齐列阵、蓄势待发,36名铁路作业人员精神饱满、严阵以待,一场为期180分钟的道岔捣固施工正式拉开序幕。

“本次天窗时间仅有180分钟,时间紧、任务重、标准高,大家要严守安全规程,坚持标准化作业,确保线路捣固质量万无一失。”施工前,格尔木工务段望昆线路车间党支部书记许炜对作业人员进行安全交底和动员部署。

为全面提升线路设备质量,夯实春季设备检修基础,增强高原铁路设备稳定性,自3月20日起,格尔木工务段在管内格拉段全面开启“奋战模式”,集中开展大机捣固专项施工。施工前,该车间联合段线路信息技术科及专业技术人员,对施工现场进行实地勘查、精准测量,召开专题会议细化施工组织、安全卡控、作业流程、应急处置等环节,制定科学严谨、贴合高原实际的施工方案。

11时18分,天窗命令正式下达,两台大机捣固车平稳驶入岔区。作业人员按照分工分成两组迅速就位,各司其



施工现场。

通讯员 许炜 摄

职、协同配合,施工现场顿时机器轰鸣、紧张有序。

大型捣固车精准落臂,捣镐有力插入道床,对轨枕下石砟进行夯实整平。“下插、捣固、提升、转移”连贯衔接,石砟经高频振动愈发密实,道床整体稳定性显著提升。现场各小组分工协作、紧密衔接:测量组手持道尺严控轨面标高,实时

监测轨距与线路高低;维修组精细开展线路精调精改;捣固组对清筛线路进行补强捣固;质量监督组全程巡检把控施工质量,各道工序环环相扣、一气呵成。

“雪后路滑,大家注意脚下安全。”安全盯控人员姬成苍全程巡查防护,不时跪在冰冷的石砟上,俯身紧贴钢轨,细致检查轨面平顺度与标高,不放过任

何一处细节隐患。

今年以来,格尔木工务段不断优化施工组织模式,针对高原施工项目多、人员分散、环境复杂等特点,严格落实“挂图作战”要求,提前摸排线路病害、道床状态、缺砟量及作业环境,推行“一岔一案”精准施策,全面把控施工准备、现场管控、线路开通及阶梯提速等关键节点,做到底数清、情况明、数据准,为施工安全高效推进提供有力支撑。

13时30分,“距离天窗结束还有50分钟,立即开展质量回检!”许炜俯身核查线路状态,各作业组同步对轨距、高低、水平等几何尺寸逐项复核,确保线路完全符合开通标准。

面对格拉段高寒缺氧、风雪频繁、温差悬殊等恶劣自然条件,该段提前对线路状态、地质条件、石砟储量、零配件完好情况等全面摸底,成立技术、扣件、测量、捣固、捣窝回填五个专项小组,压实各环节责任,逐项销号整治线路病害,全力保障大机捣固作业高质量完成。

14时许,施工天窗顺利收官,最后一镐捣固作业完成,经检测线路几何尺寸全部达标,人员、机具有序撤离现场。皑皑白雪上留下的串串足迹,正是高原铁路人坚守天路、精修细养、守护畅通的生动写照。

## 老年健身添活力 健康生活暖人心

本报讯(记者 朱玲玲)为丰富辖区老年人精神文化生活,提升老年群体健康素养与生活品质,园艺社区依托残疾人康复服务中心,常态化开展老年人趣味健身活动,把专业康复及健身服务送到老人家门口,用暖心服务点亮辖区老人的幸福晚年。

近日,园艺社区残疾人康复服务中心内暖意融融,不少社区老人结伴来到这里,在专业器材的辅助下舒展筋骨、乐享运动,用活力满满的姿态展现新时代老年人的健康风采。活动现场,老人们在社区工作人员的引导下,有序使用康复健身器材。有的老人手持哑铃进行上肢力量训练,随着节奏稳稳举起、落下,动作虽缓慢却充满力量;有的老人借助康复设备进行关节活动与平衡训练,在循序渐进的锻炼中增强身体机能。

锻炼间隙,老人们围坐在一起,互相交流健身感受,分享生活日常,现场氛



老人们正在进行锻炼。

图片由社区提供

围既温馨又热闹。一位参与活动的老人笑着说:“以前在家没事干,现在来社区健身,既能活动身子骨,又能和老伙计们聊聊天,日子过得更有滋味了!”朴实的话语道出了老人们的共同心声。

此次老年趣味健身活动,是园艺社区聚焦老年群体“想健身、难健身”

需求,深化“为民办实事”实践的具体举措。下一步,园艺社区将持续聚焦老年群体服务需求,常态化开展形式多样的老年健身、健康讲座等活动,不断完善社区养老服务体系,让更多老年人享受到便捷、优质的健康服务,真正实现“老有所乐、老有所健”。

(上接一版)显功,绝不等于华而不实的“表面文章”、故作噱头的“政绩工程”。现实中,一些地方热衷于造亮点、堆盆景,忽视基层治理、产业培育、生态保护、人才培养等基础性工作,看似有声有色,实则根基不牢、难以持续。

习近平总书记强调,“多做打基础、利长远的事情”“不计较个人功名,追求人民群众的好口碑、历史沉淀之后真正的评价”……这些重要论述,深刻揭示了潜功的核心要义。

潜功,是根基所在、长远所系,关乎“长久兴”的根本问题。

新时代以来,从长江大保护共促一江碧水东流,到北斗组网、嫦娥探月等重大科技成果持续攻坚的突破,再到文化遗产等基础性工作的持续推进,一项项长远发展的成就,都是潜功的生动体现。

回顾习近平同志地方从政实践,对潜功的重视一以贯之。在宁德,提出“弱鸟先飞”理念,倡导“滴水穿石”精神,下决心带领闽东百姓摆脱贫困;在福州,保护三坊七巷,避免大拆大建,为城市留住文化根脉;在浙江,启动“千万工程”,以久久为功精神改善农村人居环境……

“对当务之急,要立说立行、紧抓快办,不能慢慢吞吞、拖拖拉拉。对长期任务,要保持战略定力和耐心,坚持一张蓝图绘到底,滴水穿石,久久为功。”

显功,重在破解难题;潜功,贵在筑牢根基。奋进“十五五”新征程,显功与潜功的辩证统一,是推动事业行稳致远的必然要求。唯有涵养“功成不必在我”的境界和“功成必定有我”的担当,脚踏实地、接续奋斗,才能在二者的有机融合中,推动党和国家事业不断取得新突破。

新华社北京3月20日电

本报讯(记者 夏静)3月26日,昆仑路街道博爱巷社区组织开展“崇德尚廉守初心 家风家训传文明”道德讲堂廉洁教育活动。

活动中,社区工作人员结合古今廉洁典范与身边好人、清廉家庭事迹,生动讲述廉洁修身、廉洁齐家的感人故事,用身边事教育身边人,让大家真切感受到优良家风与廉洁自律的紧密联系,引发在场人员深深共鸣。社区工作人员还与居民共同诵读《朱子家训》等经典家风家训篇目,细细品读中华优秀传统文化中蕴含的道德准则与廉洁智慧,深刻领会家风建设对个人成长、家庭和睦、社会和谐的重要意义。同时,大家结合自身情况,畅谈如何坚守初心、廉洁履职,分享自家家风传承故事,表态要以好家风涵养好作风,带动邻里共同践行文明新风,现场氛围热烈。

此次活动既丰富了社区居民的精神文化生活,又进一步强化了社区党员干部的廉洁自律意识,让崇德尚廉、文明向善的理念在社区落地生根。下一步,博爱巷社区将持续开展家风家训、道德文明等主题活动,不断丰富活动形式与内容,着力营造风清气正、邻里和睦、文明和谐的社区氛围,以优良家风助推清廉社区建设走深走实。



## 博爱巷社区开展道德讲堂廉洁教育活动