

长沙铁路人精细检修京广线关键道岔

3小时高温作业，守护铁路安全

长沙晚报6月11日讯(全媒体记者 黄启晴 通讯员 阳云志)6月的长沙，暑气蒸腾。下午3时40分，正是一天中气温最高的时段，京广线新开铺隧道北出口，热浪裹挟着钢轨的金属气息扑面而来。6月10日下午，长沙电务段黑石铺信号工区工长周晟带着3名工友，背着20多斤重的工具包，沿着滚烫的铁轨步行1.2公里，抵达了当天的作业点。这里是京广线进入长沙地区的“咽喉要塞”——北上的列车在此一分为二，一路驶入长沙站接送南来北往的旅客，一路开往长沙东站承担湘中地区货物运输重任。

平均每8分钟就有一趟列车经过

周晟和工友们养护的道岔，正是控制这一分流的“神经中枢”。每天有170多趟列车从这里呼啸而过，平均每8分钟就有一趟。一旦道岔出现故障，将直接导致京广线长沙段大面积列车晚点。

隧道口，初夏的阳光毫无遮拦地炙烤着钢轨，金属表面温度飙升至50多摄氏度，空气中混杂着机油、铁锈和泥土的味道。隧道深处吹来的风带着地下的潮气，与地面的热浪交织在一起，闷得人喘不过气。

周晟俯下身，单膝跪在道岔旁。尽管隔着厚厚的工作服，钢轨的灼热仍透过布料传导过来。他手持缺口尺，反复测量着道岔缺口，这个决定列车运行安全的关键指标，标准值仅为2毫米，允许偏差不得超过



周晟(右)和工友在烈日下作业。长沙晚报通讯员 阳云志 供图

0.5毫米。“转辙机缺口差一毫，列车安全就差一分。”这句话周晟天天挂在嘴边。干信号这行，差一点都不行。缺口偏了0.1毫米，道岔就可能转换不到位，轻则晃车，重则影响行车安全。

豆大的汗珠顺着他的安全帽檐滚落，后背的工作服早已被汗水浸透，紧紧贴在身上，印出一片深色的汗渍。在接下来的180分钟

里，他和工友们要完成10组道岔检查、22排接点擦拭、10处螺丝紧固、27处绝缘测试和30余根轨距杆校核的繁重任务。每完成一项工序，周晟都会拿起腰间的水壶猛灌几口。额头上的汗水擦了又流，顺着脖颈流进衣领里。“每次作业都得扛着1.5升的大水壶，几个小时下来喝得精光。连厕所都不跑，全顺着汗流走了。”一旁的工友陈鑫擦着脸上的汗

水笑着说。

工作服上结下白色的盐霜

黑石铺信号工区是一个有着36岁年龄跨度的“三代同堂”集体，从刚入路的22岁青年到即将退休的58岁老师傅，都在周晟的带领下并肩作战。

“小贺，钢轨绝缘是夏季高温期的薄弱环节，今天必须仔细排查。”“老唐，检修工具再核对一遍，千万别图省事少带一样。”作业现场，周晟的声音清晰有力，每一个指令都精准到位。

多年的现场摸爬滚打，让周晟练就了一双“火眼金睛”，也在他脑子里刻下了一本详尽的“设备病历本”。管内哪台设备有“季节病”，哪个区段是故障易发点，他都如数家珍。每次作业，他总能精准“对症下药”，把各类安全隐患消灭在萌芽状态。

三个小时的天窗作业顺利结束。周晟和工友们收拾好工具，沿着铁轨往工区走去。他们的脚步有些沉重，工作服上结着一层白色的盐霜，但没有人抱怨。对他们来说，这样的高温作业，整个夏天还要重复数百次。

一列客车从身后呼啸而过，带起一阵风。周晟回头望了一眼，抹了把脸上的汗。对这些铁路电务人来说，列车安全驶过的声音，就是最好的回答。



延安整风：一次深刻的马克思主义思想教育运动

● 新华社记者 王鹏 张斌

夏日的黄土高原晴空万里，革命圣地延安迎来一年中的美好时节。

枣园、杨家岭、王家坪……一处处革命旧址前，来自全国各地的参观者心懷憧憬，追忆峥嵘岁月，感悟共产党人的初心使命。

习近平总书记深刻指出，“延安革命旧址见证了我们党在延安时期领导中国革命、探索马克思主义中国化时代化的光辉历程，是一本永远读不完的书”。

翻开这本“读不完的书”，延安整风运动是其中的重要一篇。

全民族抗战爆发以来，中国共产党的组织得到了很大发展。与此同时，一道道严峻考题，同样摆在年轻的共产党人面前。

“党内思想一度很不统一。对共产国际神圣化、对马克思主义教条化，在当时的延安还很有市场。”陕西延安干部学院党史党建教研室副主任任学文说，我们党还没有把马克思主义与中国革命的具体实际很好地结合起来，需要进行一场思想政治上的自我教育和自我启蒙，以弄懂什么是真正的马克思主义。

1938年10月，毛泽东同志在党的扩大的六届六中全会上，明确提出“马克思主义中国化”的号召；在此之后，接连发表《中国革命和中国共产党》《新民主主义论》等重要理论著作，从思想上武装了中国共产党人。

20世纪40年代初，着眼于提高广大党员干部的思想理论水平，增强党的凝聚力和战斗力，中国共产党以延安为中心，在全党范围内开展了一次深刻的马克思主义思想教育运动——延安整风运动。

延安整风运动的主要内容是反对主观主义、宗派主义、党八股以树立马克思主义的作风。整风运动贯彻“惩前毖后，治病救人”的方针，借以达到既要弄清思想又要团结同志的目的。毛泽东同志先后作了《改造我们的学习》的报告，以及《整顿党的作风》《反对党八股》的讲演，推动整风运动在全党普遍展开。

从1943年9月起，中央领导层的整风进入到深入讨论党的历史问题阶段。在深入总结历史经验基础上，中共中央在延安召开扩大的六届七中全会，原则通过了《关于若干历史问题的决议》，对若干重大历史问题作出了结论，使全党对中国革命基本问题的认识达到一致。

至此，延安整风运动胜利结束。

对于延安整风运动的重要意义，习近平总书记有着深邃思考：“延安整风就是集中行动，使全党端正了思想路线和政治路线，破除了主观主义、宗派主义、党八股，明确了今后努力方向，对夺取抗日战争和解放战争胜利产生了巨大推动作用。”

这是我们党历史上第一次大规模的整风运动，它坚持马克思主义同中国实际相结合的正确方向，使实事求是的马克思主义思想路线在全党范围内深入人心。

从延安整风运动的思想洗礼，到真理标准问题大讨论带来的思想大解放，再到坚持和发展中国特色社会主义的伟大探索……我们党波澜壮阔的百年奋斗史，就是一部以思想建党、理论强党不断增进党内团结、凝聚全党意志的历史。

进入新时代，从党的群众路线教育实践活动、“三严三实”专题教育、“两学一做”学习教育，到“不忘初心、牢记使命”主题教育、党史学习教育，再到学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育、党纪学习教育，深入贯彻中央八项规定精神学习教育，树立和践行正确政绩观学习教育……历次党内集中教育都以思想教育打头，层层递进持续深化理论武装，打牢思想理论基础，吹响凝心聚力的奋进号角。

宝塔光辉，映照未来。

阔步新征程，新时代的中国共产党人始终把思想建设作为党的基础性建设，坚持用党的创新理论统一思想、统一意志、统一行动，共同把党锻造成一块攻无不克、战无不胜的坚硬钢铁，不断奔赴充满光荣和梦想的远征。

新华社北京6月11日电

伟大征程

悉心守护脑瘫儿子17年

“乐观妈妈”央视舞台展芳华



陈霞(左一)登上了央视舞台。受访者供图



扫码看辣视频 坚强母亲展芳华

● 长沙晚报全媒体记者 周小华

6月9日晚，央视综艺频道，一群来自湖南湘江新区的“辣妈”自信起舞。其中一位舞者笑容灿烂，动作有力，丝毫不看出她背后承受着常人难以承担的生活重担。她叫陈霞，是一位悉心照料脑瘫儿子17年的母亲。节目播出后，她的故事迅速刷屏网络，感动了无数人。

登上央视展舞姿

“我们唯一不变的，是对美好生活的追求。”6月11日上午，面对记者，陈霞回忆起登上央视舞台的那一刻，眼里依然闪着光。

今年5月底，在湖南湘江新区东方红街道和华盛社区的支持下，陈霞和社区其他辣妈们一起奔赴北京，站上央视舞台。这支由普通社区居民组成的舞蹈队，凭借自信昂扬的风貌和整齐优美的爵士舞《像你这样的朋友》，赢得了现场观众和评委的热烈掌声。节目于6月9日晚播出后，陈霞的故事迅速在网络引发强烈反响，网友们纷纷为她点赞：“这才是真正的乘风破浪！”“泪目了，妈妈的力量无限大。”

然而，很多人不知道的是，在这灿烂笑容的背后，陈霞已经默默坚持了17年。

守护脑瘫儿子17年

陈霞今年38岁，邵阳人。2008年，儿子松松(化名)出生。4个月后，一家人欢喜的日子被一纸诊断书打破——松松被确诊为脑瘫。

“他做过脊椎神经阻断手术，差不多一个月身上插满了管子，不能翻身，不能动。”陈霞回忆道，声音里带着心疼，也带着骄傲，“但是他很坚强，没有

哭也没有喊痛。”

为了让儿子得到更好的治疗，2012年，陈霞举家搬至湘江新区东方红街道华盛社区。从那时起，陈霞的生活便围绕着重子的康复治疗展开。如今，她每天下班回家，第一件事就是把比自己还高大壮实的松松抱进洗手间，帮他洗澡、换衣服。“可以说是一把屎一把尿把他拉扯大。”陈霞说得轻描淡写，背后的艰辛却令人动容。

为了给松松做康复，陈霞带着他辗转多家医院，光是在一家康复医院就待了五六年。每次去康复医院，往返车费就要近百元，对原本拮据的家庭来说是一笔沉重的负担。更不用说，她还要同时照顾家里的双胞胎女儿。

“有好几次，我刚下班回到家，松松因为跟不上速度，大小便拉在了身上。我放下包的第一时间就要把他弄到洗手间去。”陈霞说，这样的事在她家再正常不过。尽管如此，她从未来抱怨过命运的不公，而是选择用乐观和坚韧扛起一切。

社区的邻居和工作人员看在眼里，深受感触。华盛社区党总支书记易浩说：“陈霞是一个非常乐观、励志的妈妈。她家里有脑瘫的儿子，还有一对双胞胎女儿，家庭情况比较困难，但她始终积极向上，还能感染身边的居民。”

助人与被助的双向奔赴

2024年底，社区在常态化走访中了解到陈霞家每天往返康复医院的交通负担后，立即启动“吹哨”机制，联系辖区内的爱心企业。这一“哨声”，很快得到了响亮的回应。

喜行约车，这家从湘江新区成长起来的网约车平台企业，在接到社区

的求助后，总经理邓星强当即安排团队实地走访。“看到他们每天为孩子康复奔波，我们很受触动。”邓星强说。

经过周密筹划，喜行约车为陈霞家定制了一套帮扶方案：每月发放专属打车券，完全覆盖往返康复医院的交通费用。考虑到孩子的治疗不能耽误，企业没有固定安排某个司机，而是通过技术手段实现灵活派单，确保每天都有车准时停在陈霞家楼下。这一帮，就是一年多，从未间断。

“如果没有喜行约车的帮助，我们真的很难坚持每天带松松去做康复。”陈霞握着企业负责人的手，眼含热泪。如今，松松的身体状况有了明显改善，这让陈霞感到无比欣慰。

但她没有忘记回馈。尽管自己的生活并不宽裕，陈霞却总是力所能及地帮助身边的人。在社区的兴趣班里，她主动开导那些同样有特殊儿童却不敢开口的家长，“你一个人想不开，晚上睡不着，那有什么用呢？”她用自己的经历告诉大家，说出来，心里就舒坦了，大家会相互帮助。

在陈霞的影响下，社区里原本不愿对外说家里有孤独症儿童、有智力障碍孩子的家长，也慢慢敞开了心扉。大家从彼此陌生到成为朋友，从独自承担到相互扶持，整个社区的邻里氛围变得更加温暖融洽。

“霞姐很乐观，她带给大家的就是一种积极向上、很阳光的心态。”华盛社区党总支副书记彭曲说，“她还能去开导别人，大家深受她的感染。”

如今，陈霞除了打理自己的生意，依然在社区的舞蹈室里和姐妹们一起跳舞、一起笑。她说：“我会继续照顾好我的家人，也要活出自己的风采。”陈霞用行动告诉所有人：生活以痛吻我，我却报之以歌。

2026年天心区健康夜市系列活动拉开帷幕 三甲医院专家“摆摊”便民

长沙晚报6月11日讯(全媒体记者 洪虹 通讯员 张婷玉)11日晚，长沙东怡外国广场灯火璀璨，人头攒动。随着一声清脆的“金锣”敲响，2026年天心区“国潮养生 活力夜FUN”健康夜市系列活动正式拉开帷幕。

养生夜市可逛可玩可学

恰逢端午佳节前夕，活动巧妙地将“国潮养生”与传统“卫生节”习俗深度融合。在“杏林国潮馆”，推拿、拔罐、艾灸等中医适宜技术体验摊位前人头攒动，艾草养生、香囊制作、节气食疗科普同样吸引了众多市民驻足。

“哎呀，舒服多了！王医生这一手真厉害。”杨阿姨在医生王穗芳的巧手松解下，原本僵硬的肩颈明显轻松了许多。她一边转动着

一本“健康护照”串联“全周期守护”

2025年，天心区首创“健康夜市”模式，全区15个街道轮番登场，20余场活动服务超3万人次，真正做到了“每周有活动，街街有特色”。

今年，天心卫健人不满足于“全面开花”，而是追求“品牌跃升”。

为了让健康服务不随夜幕散去而终止，此次活动创新推出了“健康护照”。市民手持护照打卡集章，不仅能现场兑换茶饮、文创好礼，还可在活动结束后凭此前往社区卫生服务中心享受免费中

医理疗或洁牙服务。现场工作人员介绍，“健康护照”的推出标志着天心区的健康管理从“一次性活动”转向“全周期守护”。

据介绍，接下来，天心区各街道社区卫生服务中心将结合辖区特色接力举办，让“国潮养生”的风吹遍天心的每一个角落，为“健康长沙”建设贡献更多可复制、可推广的基层经验。



扫码看辣视频 潮玩养生新体验

聚焦六大高风险领域，排查2143处隐患 长沙消防大排查大整治行动扎实推进

长沙晚报6月11日讯(全媒体记者 周小华 通讯员 冯运文)为深刻汲取近期省内外重大火灾事故教训，长沙市消防救援局自今年5月起，在全市范围内全面启动消防安全风险隐患大排查大整治工作。目前，大排查大整治行动扎实、有效推进。

据了解，此次行动聚焦六大高风险重点行业领域，包括高层建筑及大型综合体、人员密集及特殊场所、养老及餐饮场所、电动自行车及“生命通道”安全隐患全链条整治、建筑保温及动火作业、“多合一”场所及老旧小区。行动将始终坚持“零容忍、严执法、重惩戒”的原则，依法从严查处消防违法行为。对严重威胁公共安全的行为，行动将依法采取临时查封、责令停产停业、移送公安机关拘留等强制措施。对涉嫌犯罪的，强化行刑衔接，依法移送司法机关追究刑事责任。

行动开展以来，全市消防

救援部门坚持排查与整治并重，取得阶段性成效。截至目前，共检查单位1983家，发现火灾隐患2143处，督促整改火灾隐患1930处，立案查处176家，临时查封18家，责令“三停”3家，重大火灾隐患立案59家，排查发现并录入“全国安全生产治本攻坚三年行动”系统重大风险隐患86家，提级挂牌督办重大火灾隐患12家，曝光重大火灾隐患单位10家，形成了有力震慑。

长沙市消防救援局负责人表示，当前正值安全生产工作的关键时期，必须坚决扛起防范化解重大安全风险的政责任，切实筑牢消防安全防线。同时，长沙消防呼吁社会各界积极参与隐患自查整改，从身边做起，共同维护消防安全，携手守护人民群众生命财产安全。

应急管理 看长沙
安全生产隐患大排查大整治

“别怕，抓紧我，马上上岸！”

应急队员半小时极速驰援落水少年

长沙晚报6月11日讯(全媒体记者 舒元臻 通讯员 张珊 文利)“北山镇北山村一水塘有人落水，情况十分危急！”9日18时59分，急促的警铃声在长沙县应急管理局消防救援大队北山站响起。北山站闻令即动，立即出动1车5人，携带救生圈、救生衣、水面漂浮绳等全套水域救援装备，火速赶赴现场。

抵达现场后，救援人员发现落水者是一名少年，正在水塘中央苦苦挣扎，体力明显不支，身体时浮时沉。经初步了解，该少年因故落入水中。

时间就是生命，现场指挥员当机立断，下达下水救援指

令。一名水性精湛的救援队员迅速穿好救生衣，腰系安全绳，抓起救生圈便纵身跃入水中，奋力向落水少年游去。岸上队员紧密配合，牢牢牵引保护绳，随时做好接应准备。

“别怕，抓紧我，马上上岸！”水中救援队员靠近后，从背后稳稳托住少年头部，将救生圈套在其腋下，同时沉稳地安抚着少年。随后，岸边与水中心力量协同发力，仅用短短数分钟，便成功将少年营救至岸边。

19时30分，落水少年被安全转移上岸。经现场检查，少年意识清醒，身体未受伤，生命体征平稳。从接警出动到成功救援上岸，全程仅用时30分钟。

上接1版

重点防范强降雨引发的山洪地质灾害、城市暴雨积涝、中小河流洪水，紧盯病险工程、尾矿库、在建涉水工程、边坡建房区域、城市易涝点位等风险区域，同步做好交通、设施农业、高空作业安全管控。密切关注短时强降雨、雷雨大风等强对流天气对城市运行、水陆交通、户外活动、临时建筑及“龙超”选拔赛的不利影响，强化涉山涉水景区、水上游乐场所、人员密集区域防汛管理，广泛开展防灾减灾宣传，切实保障人民群众生命财产安全。