

## ■十万张笑脸

### 为避免一场事故而笑

公交客五分公司第六车队司机 张浩



近日，因遇到紧急情况，预判合理，从而避免了一场事故的张浩获得了车队的表彰。原来，在今年7月30日下午3点多，张浩开车由西向北方向行至北京站前街时，遇社会车辆快速行驶，从公交车右侧强行超车并线。当时，车前不远处有一位行人正由南向北通过机动车道。看到这一情况，张浩判断社会车辆在超车并线时极有可能刚倒行人，便提前刹车避让，从而避免了一起人身伤亡的交通事故。“我停好车下去一看，那个被刚倒的行人，头部就在车轮边上。如果我没有提前刹车，他就可能没命了。真险呐！”事后，行人的亲属专程赶到车队，为张浩送来了锦旗。

□本报记者 崔欣文/摄

## ■约求对手

### 诚邀对手与我们较量

公交客八分公司足球队



北京公共交通控股有限公司第八客运分公司足球队于今年3月份成立，共有队员22人，坚持每月训练三到四次。平均年龄在35岁以下，队员是凭借着对足球运动的喜爱聚在一起。队伍成立后，今年参加了公交集团内部举办的足球比赛，获得季军，在不久前大屯街道总工会主办的第二届足球邀请赛中获得冠军。

□本报记者 刘欣欣 文 陈艺 摄

本版热线电话：63523314

本版E-mail: ldzm2013@126.com

## ■影视推荐

触摸时代的温度，聆听历史的回响  
体验不同寻常的观剧享受

# 史上最长的“电影”就在北京卫视《北平无战事》

□本报记者 高铭

正在北京卫视热播的电视剧《北平无战事》汇集了刘烨、陈宝国、廖凡等六大影帝视帝，“飞天奖”、“金鹰奖”双料最佳编剧刘和平继《雍正王朝》、《大明王朝1566》后又一巅峰巨献。该剧投资高达1.5亿元，被业内誉为代表当今中国最高水平的电视剧。

电影中，宽银幕的左右跨度所呈现的画面效果，其实是为尽力模仿我们平时看周围事物的效果，此番《北平无战事》也独具野心突破电视剧的框架，为客厅里的老百姓精心还原一个昨日的世界。《北平无战事》中有一幕：大视野下的无垠飞机坪上，空

军上校方孟敖（刘烨 饰）与革命战友崔忠石（祖峰 饰）倚靠在车后座上，上空是如血残阳冲破云霄，高视点下，静默的两人凝刻出一番无言的壮志凌云。一面是广袤空旷的大全景、一面是延伸到人内心的特写镜头，令人心驰的双重视野，足以带着观众跟随方孟敖“起飞”。

相比电影千变万化的剪辑，以讲故事为主的电视剧剪辑往往显得线性而平实。在《北平无战事》中，通过创新式的剪辑凸显出了导演的高度风格化，通过节奏的把控不遗余力的推



动剧情。剧中的人物身份都较复杂，国民党党内的私密决策性对话，竟能通过镜头切换跳脱出来，转接到另一个组织的大胆对抗抗议。而不同时空的对话放到一块儿，让观众来守住这些不能说的秘密，成为看剧人的另一种特殊体验。

## ■秋季养生

# 秋天，用水果保护您的火气

秋季气候干燥，我们常常会感到鼻、咽干燥不适。秋天吃什么水果去火呢？这吃水果可大有讲究，吃的水果要根据自身的体况选食。

**梨** 又被称作快果、玉乳，因鲜嫩多汁被称为“天然矿泉水”。具有清热解渴、生津润燥、清心降火的作用。对肺、支气管及上呼吸道有相当好的滋润功效，还可帮助消化，并有良好的解热利尿作用。每天吃上一到两个梨可有效缓解秋燥。



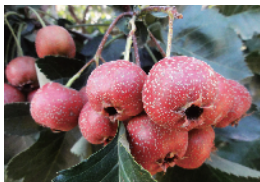
**大枣** 新鲜的大枣中含有丰富的维生素，尤其是大量的维生素C，能够促进体内多余的胆固醇转变为胆汁酸。大枣味甘性温，还是补中益气，养血安神的佳品哦！不过枣皮不易消化，最好不要食用。



**苹果** 又被称为萍婆，其性味甘凉，具有补脾气、养胃阴、生津解渴、润肺悦心的功效，被称为心血管的健康保护神。多食用可以改善呼吸系统及肺的功能。工作紧张之余闻闻苹果的清香，还能提神醒脑、缓解紧张的情绪！



**山楂** 也就是我们经常说的山里红。山楂中丰富的黄酮类及大量的维生素，能够有效的阻止自由基的生成，增强身体免疫力。山楂甘酸微温，是开胃消食，增强消化功能的良药。



## ■赛事推荐

布鲁克林篮网 VS 萨特勒门托国王  
10月15日 19:00  
北京 万事达中心

### NBA中国赛再次起航 篮网国王上演激情对决

距离NBA开赛还不到20天的时间，来自NBA的两支球队篮网和国王将再次来到北京，为球迷呈现出一场原汁原味的NBA大餐。

篮网队阵容中有15届NBA全明星凯文·加内特、七届NBA全明星乔·约翰逊以及三次入选NBA全明星的德隆·威廉姆斯。而国王队则由德马库斯·考辛斯、鲁迪·盖伊和本·麦克勒莫领衔，他们更加年轻并且才华横溢，不逊于篮网的一干老将。尽管两队的实力并非超级强队，但球员的实力相当，更能够提升比赛的激烈程度，相信节奏肯定不逊于任何一场NBA常规赛。

两队在新赛季的比赛中，都将是季后赛的热门球队，与此同时，国王和篮网同样是第二次来中国，对于中国观众的需求，他们了解的更深入，两队在北京的对抗，将会精彩异常。

## 登山健身 礼佛拜祖 民俗体验 35元门票 = 美景 + 美食 来怀柔圣泉山 您旅游 我管饭

北京圣泉山旅游风景区位于怀柔区，是国家3A级景区，景区占地5平方公里，东临红螺寺，西接慕田峪，背靠燕山，宏阔壮美，前拥怀沙河，风光旖旎。景区现有景点佛教文化苑、智慧园、日月潭、农具展、三星洞、钟鼓楼、千年古刹观音寺等30余处，已形成一个集登山健身、礼佛拜祖、休闲观光、民俗体验、节庆活动于一体的京

郊文化名山。

为使更多市民体验民俗旅游的乐趣，圣泉山景区常年推出“35元=美景+美食”活动，即购35元门票，就可游园观光、免费吃农家饭（十六道菜、八种主食）。

不仅如此，景区还推出多项旅游产品，其中包括极具民俗特色的“35元门票=美景+美食”、“分时度假小院”“参观学习交流游”及“感悟参与佛教的奥妙”“植树种绿”“乡下有我一分田，我到地

头来休闲”活动，欢迎大家前来观光游览。

景区全年推出17项大型特色旅游活动，已成为圣泉山特有品牌，比如新春庙会、清明文化节、端午节、



天贶节、七夕节、中秋节等，让游客在饱览秀美山川的同时，能够体味民俗，感受传统文化魅力，享受生态休闲的美好。

行车路线：沿京承高速至北  
台路出口（即13号出口），向桥  
梓镇方向，沿路标直达圣泉山  
景区。

联系电话：60637288

60637289

客服QQ：758810980

网址：www.bjshengqs.com