

2025年12月11日,宁夏医科大学总医院采集室内,血细胞分离机在规律地低鸣。

病床上,宁夏煤业煤制油分公司动力厂职工袁姣姣目光平静,看着鲜红的血液在分离机的管道里缓缓流动。历经5个多小时的造血干细胞采集,这袋温暖的“生命种子”被小心封装,即刻启程,送往远方一位素不相识的患者体内。

“不过是寻常的爱心之举,没什么特别。”袁姣姣淡定的话语背后,是一场寂静而炽热的生命接力,在寒冬中为另一个家庭点亮了重生的曙光。

此次捐献,是中国造血干细胞捐献者资料库第21711例、宁夏回族自治区第167例,更是宁夏煤业的第九例。令人动容的是,在十万分之一的非血缘配型概率面前,这家在册员工不足自治区人口0.6%的企业,用七年时间创造了宁夏企业捐献造血干细胞人数最多的奇迹,每一例都是善举大爱。

一人向善,满城春风;一群人向善,便成企业风骨。七年间,从李剑到袁姣姣,宁夏煤业8位员工完成9例造血干细胞捐献,用接续不断的善举,为“宁煤现象”写下温暖注解,不仅是爱心的集体奔赴,更是企业崇德向善品格的鲜活样板。

袁姣姣的爱心之路,始于2020年煤制油公司组织的一次无偿献血活

髓缘接力 为爱奔赴

宁夏煤业「八人九例」捐献造血干细胞的感人故事

■ 本报通讯员 陈其芳 李文秀

从李剑到袁姣姣,七年间,宁夏煤业8位员工完成9例造血干细胞捐献,以爱心接力的善行,为“宁煤现象”落下一枚温暖的注脚,点亮企业精神中至善的星火。

动。听闻造血干细胞捐献的意义与稀缺性,她深受触动,当即留下血样,成为一名造血干细胞捐献志愿者。去年9月,袁姣姣接到银川市红十字会的电话,得知自己的造血干细胞与一位血液病患者的配型初步匹配。当工作人员询问她是否愿意捐献时,袁姣姣毫不犹豫地答应下来。

现实的难题随之而来,丈夫在吴忠市工作早出晚归,年幼的女儿需要照料。临行前夜,她搂着女儿温柔解释:“妈妈要去帮一位生病的阿姨‘打怪兽’,你乖乖在家等我。”懂事的孩子睁大亮晶晶的眼睛点头:“妈妈,我在学校讲了你要去救人的事,老师说妈妈是英雄,我等妈妈平安回家。”

为了达到捐



袁姣姣完成造血干细胞捐献后与红十字会工作人员合影。通讯员 欧阳辰妮 摄

献标准,袁姣姣严格调整饮食作息,坚持锻炼,最终各项指标均达标,郑重签下了捐献同意书。得益于宁夏本地采集/移植医院揭牌,她无需跨省奔波,在家门口便完成了这场爱心接力,沿着七位同事的足迹,让生命的火种顺利传递。

回溯宁夏煤业造血干细胞捐献历程,每一步都充满着感动与力量。

2019年1月16日,双马煤矿员工李剑成功捐献250毫升造血干细胞,成为宁夏煤业首例非血缘造血干细胞捐献者。他说,自己深感病人家属急迫而焦灼的心情,留住生命就是留住家庭的希望,自己非常乐意点亮这束光,让病人重获新生。

没想到,当年6月12日,银川红十字会再一次联系到他,因受捐者病情反复,急需二次捐献。从接到红十字会的电话,到6月27日在北京完成淋巴细胞采集,短短两周时间,李剑毫不迟疑再次奔赴生命之约。

爱心从不独行。从此,宁夏煤业拉开了一场跨越七载的集体奔赴。

2019年8月28日,红石湾煤矿年近五旬的老党员官常东,踏上前往西安捐献造血干细胞的行程,成为公司第3例捐献者。一线煤矿工作的磨砺,让他更懂生命的可贵,毅然为患者送去新生希望。同年10月9日,煤制油公司电气管理中心员工盛彦文奔赴爱心之约,面对“是否担忧恐惧”的提问,他腼腆一笑:“不怕,想到有个生命在等我拯救,更多的是荣幸,这是难忘的经历。”这份纯粹的热忱,定格了宁煤人的温暖模样。2019年12月31日,羊场湾煤矿员工王玉均以一场爱心捐献为全年收尾,成为公司第5例捐献者。“我只是做了力所能及的小事,谁碰上都会这么做。”看似平淡的话语,藏着最动人的善良,四人接力让温暖贯穿全年。

时光流转,爱意不息。2020年5月8日,红柳煤矿员工杨斌将这份善意接续传递,成为第6例捐献者。“作为父

亲,我想给孩子做榜样,教他常怀感恩之心。”次年5月12日,枣泉煤矿员工滕仁崇赴西安捐献,让公司捐献造血干细胞数据再次刷新。他用行动诠释了名字中“仁崇”二字的深意,以仁者爱人、崇德向善的初心,为身边人树立了榜样。2023年12月5日,清水营煤矿员工景成山在中国人民解放军空军军医大学第二附属医院完成捐献,成为第8例捐献者。去年底,袁姣姣让爱心接力在寒冬中温暖延续,为这场“长跑”注入新的力量。

“一个企业有8位员工捐献成功,且无一人中途退却,实在难能可贵。”银川市红十字会工作人员这样说道。这份大爱并非偶然,而是宁夏煤业始终将企业发展与社会责任紧密结合的必然结果。

多年来,公司以多样公益载体传递温暖,开展“点亮微心愿”活动为245名困难青少年圆梦,捐助金额近10万元;联合银川市团委开展“天使的心跳”公益行活动,为有需要的员工子女提供义诊帮助;联合自治区团委开展慰问助学活动,用真情温暖社区与乡村。积极响应无偿献血号召,组织无偿献血活动,洗选中心员工白建利荣获“2022至2023年度全国无偿献血奉献终身荣誉奖”,石槽村煤矿荣获“2022至2023年度全国无偿献血促进奖特别奖”,为社会公益贡献国企力量。

从袁姣姣五载守候的从容,到李剑两度赴约的坚定;从老党员的初心如磐,到年轻一代的薪火相传,宁煤人的善举,本质上是企业文化的生动具象。当奉献、友爱、互助、进步的志愿精神融入企业血脉,当社会责任成为全员共识,便会凝聚起磅礴的向善力量。七载春秋,“髓”缘接力,善意成群,宁夏煤业以实际行动诠释着国企的使命担当,让大爱在传承中生生不息,用温暖与坚守,续写着生命与责任交织的动人篇章。

技能提升宝典

设备防寒防冻实操指南——源头防护 精准巡检 高效应急

■ 陶星然

冬季低温给电厂设备稳定运行带来严峻考验。雨雪冰冻等天气叠加来袭,设备更易受低温侵袭诱发安全隐患,若防护不到位,极易引发设备故障,甚至影响电力可靠供应。结合多年实践经验,笔者梳理了一套设备防寒防冻实操指南,从防护、巡检、应急三大核心维度发力,助力设备在冬季低温环境中平稳运行。

防护:重点做好“保温+伴热”双重保障。

对室外管道、阀门、仪表等关键部位,优先选用阻燃防水的岩棉、聚氨酯保温材料,外层包裹铁皮或防水布,杜绝雨雪侵蚀;针对细管、阀门等易冻裂部件,加装电伴热装置并定期测试,确保介质温度稳定,从源头规避冻结风险。

巡检:实行“高频次+重点查”模式。

冬季巡检频次加倍,聚焦保温层完整性、伴热系统运行状态,及时更换破损保温材料 and 故障伴热元件;在雨雪天气后第一时间清除设备表面积雪,防止融水结冰损坏密封或接线端子;同步核查仪表管路通畅性,避免冻堵导致测量失真。

应急:做好“物资+预案”双储备。

提前备足保温材料、电伴热元件等防寒物资,针对管道冻裂、设备卡塞、电气短路等突发情况,明确处置流程与责任人,确保快速响应、高效处置。

防寒防冻无小事,我们要立足防护、巡检、应急三大核心维度,把技能用在实处,把措施做在细处,让设备在低温中稳发稳供,筑牢冬季电力保供“温暖防线”。

(作者单位:辽宁沈西厂)

铁路货车下侧门更换实操流程——抓痛点 巧改造 优效能 显成效

■ 石小刚

下侧门更换是铁路货车破损车整治的核心环节,传统人力作业不仅劳动强度大、效率低,还易因身体晃动引发滑落、磕碰等安全隐患。基于多年操作车体整形机的液压实操经验,笔者牵头设计制作了一款下侧门装卸工具,以人机协同的小创新,精准破解现场作业的实际难题。

抓痛点:传统人力作业模式存在多重弊端,需多人配合,劳动强度大,作业效率低,且因身体晃动易引发滑落、人员磕碰等安全风险,成为现场检修的突出痛点。

巧改造:我依托车体整形机主框架弯头打造衔接结构,紧扣设备工装适配性设计,让工具可直接借助液压力能实现门体平稳移动,彻底替代纯人力作业,实现人机协同作业。

优效能:这款工具适配C64K、C70E等多车型检修需求,单人即可配合驾驶员完成下侧门装卸全流程,操作安全、便捷、省力,充分释放车体整形机的工装潜能。

显成效:工具投入使用后,一线职工劳动强度大幅降低,下侧门更换效率显著提升,更从源头上规避多人配合作业的安全风险,成为铁路货车车体检修中实打实的创新提效小妙招。

(作者单位:铁路装备榆林分公司)



袁姣姣在整理车间新员工培训资料。通讯员 欧阳辰妮 摄



袁姣姣的丈夫为爱人读受捐者家属的感谢信。通讯员 欧阳辰妮 摄

健康之家

羽毛球打出“活力满格”

■ 本报通讯员 闵梦帆

寒冬季节的傍晚,沉沉暮霭早已将阳光吞噬殆尽,湖南岳阳公司的职工活动中心却灯火通明。笔者跟随换上运动装的职工走进活动中心,只见羽毛球在空中划出一道道灵动弧线,清脆的击球声与爽朗的笑声交织成一片欢乐的海洋。

“打得漂亮!梁工这球太帅了!”场边观众的喝彩声此起彼伏。刚刚结束一天工作的锅炉职工梁经纬抹了把额头上的汗水,转身与搭档击掌相庆,满脸都是止不住的畅快笑容。

这是湖南岳阳公司工会每日下班后组织羽毛球比赛的鲜活场景,每周一、二、四的专业培训,更让这片球场成为职工锤炼体魄、舒缓身心的“健康乐园”。

“以前下班总爱窝在宿舍刷手机,久而久之颈椎不得劲,眼镜度数也噌噌地往上涨,巡检时注意力很难集中。”球场边热身的梁经纬一边活动着肩膀一边说。自从去年秋天公司工会推出羽毛

球健身计划后,他几乎场场不落。如今的他,腰围小了一圈,巡检时攀爬楼梯、排查设备隐患也更有劲头。“现在我总喊上班组的同事一起‘约球’,连以前不爱运动的老李,现在都成了‘球场常客’啦!”梁经纬感慨道,自从有了羽毛球培训,同事间的话题不再只是谈论工作进度、家长里短,交流击球技巧、分享健身心得成了最新热点,新鲜活力彻底冲刷掉工作后的单调重复。

作为火电企业,湖南岳阳公司一线职工长期面临高温、噪声、倒班带来的职业健康挑战,部分岗位还存在久坐、久站等问题,容易引发颈肩腰腿痛、失眠等亚健康状况。为了改善这一情况,该公司工会深入调研职工健康需求,精准聚焦羽毛球这一普及率高、锻炼效果好的运动项目,构建起“专业培训+日常赛事+健康保障”三维健身体系。工会特聘专业教练,为职工逐一制定个性化培训方案;对零基础的职工,重点讲解握

拍、发球等基础动作;对有一定基础的职工,强化步伐移动、战术配合等技能,让每位参与者都能在科学指导下稳步提升运动能力。

“考虑到一线职工倒班特点,我们特意将培训和比赛时间安排在下班后,还设置了‘弹性参与’机制。各班职工可以灵活选择参与时段,既能让热爱羽毛球的员工随时找到‘对手’,也方便新伙伴立刻加入。”该公司工会活动负责人介绍。

为了让活动更具吸引力,工会还为参训员工配备了羽毛球拍、运动护具等专业器材。如今,下班后的球场热火朝天,职工们“周一学技巧、周二练体能、周四磨战术、每日赛一场”,羽毛球运动风靡全厂,彻底改变了职工的生活方式。

除了锻炼身体,心理调适也是羽毛球运动的魅力点之一。厂内不少小伙儿从事着集控运行岗位,需要时刻关注机组参数变化,精神总处于高度紧张状态。如何改善睡眠、增强自身抵抗力、丰

富业余生活,成为公司领导心头放不下的一块疙瘩。没承想,羽毛球训练竟成了医好巡检员们的一剂良药。自从加入了羽毛球大军,每周三次的高强度运动彻底治好了部分一线职工的失眠症,只要在球场上全力奔跑、挥拍击球、高声呐喊,他们一沾枕头就能睡,第二天上班精神饱满,应对突发情况更加从容。

“有些心里话,和球友在场上聊聊,就能好上不少。这可比一个人闷在宿舍强多了!”巡检员刘权满脸笑意,称工会羽毛球培训不仅是他身体的“军训营”,还是他心理的“诊疗室”。羽毛球运动也提升了员工的合作意识。现在,大家在生产现场就像羽毛球搭档一样,一个眼神就能明白彼此的需求,工作效率大大提升。在不久前的机组检修中,小刘所在的班组默契配合,提前两天完成任务,实现零安全隐患。这种“赛场练默契、岗位促协作”的模式,让安全生产在健康运动中持续巩固。

员工信箱·心声回应

关于“体育为桥”传播企业良好形象的建议

当前,体育赛事凭借高关注度、强传播力与广泛参与度,成为企业连接公众、传递价值的重要平台。体育精神中的拼搏、协作与突破,与企业“服务社会、追求卓越”的核心价值观高度契合。

公司可邀请政府部门、相关企业、社区等联合开展体育赛事,增进沟通联系,向社会传递“为经济助力、为社会赋能”的央企担当。

在开展活动中,可在赛事现场设立互动体验区,运用VR/AR技术直观呈现风光储氢等绿色技术应用场景,普及低碳生活理念;探索为赛事提供智慧化、低碳化能源解决方案,将企业核心能力嵌入运营环节。

此举不仅能放大品牌声量,更能通过体育赛事助力体育强国建设,彰显央企情怀。同时,体育精神将内化为员工攻坚克难的动能,激发创新活力,反哺企业高质量发展。

(平庄煤业 刘井林)