

## 宁东发电捧得宁夏回族自治区“五一劳动奖状”

4月28日,从宁夏回族自治区五一劳动奖颁奖大会上传来喜讯,京能集团所属京能电力宁东发电有限责任公司荣获宁夏回族自治区“五一劳动奖状”荣誉称号。

2022年,面对异常严峻的煤电市场形势,宁东发电全体干

部职工坚决贯彻落实党的二十大精神,踔厉奋发、迎难而上,安全生产平稳有序,沉着应对煤电倒挂严峻考验,经营管理逆势突围,完成京能电力下达的利润指标,15万千瓦集中式光伏发电项目实现全容量并网。(宁东发电 张树成)

## 京能地质荣膺北京市“专精特新”中小企业

近日,京能地产平台京能地质公司通过北京市经济和信息化局北京市2022年第四季度“专精特新”中小企业评审,获评北京市“专精特新”中小企业。

本次获评北京市“专精特新”中小企业认定,是对京能地质在其所属领域取得的技术创新、方案研究、成果转化等成绩的充分肯定。近年来,京能地质不断在产业链供应链关键环节及关键领域“补短板”“锻长板”“填空白”,积极进行产业融合创新,以综合地质勘探服务为主业,致力打造工业“六基”领域先进基础工艺,数业兼备,助力企业向能源领域转型。

京能地质聚焦核心技术自主研发创新,不断以技术创新推动“三个京能”建设,在推进矿山采空区治理、高陡岩质边坡治理、大管径钢管桩调垂、砂卵石地层钻孔等方面成效显著。研发出采空区精准注浆充填、盖挖逆作桩柱一体化先插法高精度安装、高陡边坡超大直径锚索支护技术研制与智能监测、砂卵石地层中加强版长螺旋钻机成孔等多项技术,填补了国内空白及短板,先后获得北京市、中国有色金属协会等多项省部级荣誉,取得知识产权41项,其中自主研发一类知识产权2项,参编6项规范,其中3项发布实施。(京能地质 邵娜娜 鲁晓莉)

## 王影建获评“优秀援疆干部人才”



4月24日,京能党校(管理学院 科技学院)教师王影建被中共和田地委、和田地区行政公署授予“优秀援疆干部人才”荣誉称号。

王影建于2020年10月17日赴新疆和田技师学院参加支教工作,被聘任为

机电工程系副主任、焊接竞赛组组长、焊接实训室主任,负责焊接专业技能培训、参与当地师资培训、指导实训课程开发及实训室建设等工作。

在两年的支教时间里,王影建为当地30名焊接专业教师进行技能提升培训并全部通过考核,为当地农牧民扶贫班开展教学,与4名青年教师结成师徒传授北京的先进经验。此外,还总结编写了《和田地区中职院校教师培训实施方案》《教师提升培训计划》《兵团农牧民焊接技术培训方案》《焊接教学计划》等多项材料,为当地技能人才培养起到了积极作用,圆满完成了援疆支教工作,在援疆指挥部考核中获得“优秀”,被和田技师学院评为2022年度先进个人。(京能党校 杨康宁)

## 彰显国企品牌 为拉动京城假日消费注入新活力 集团在“京企直卖——国企消费季”上展销两旺

(上接第二版)

本次活动累计吸引5万人次观众现场打卡。在京企联动惠民促消费,线上线下商品及服务交易额达3亿元,为拉动京城假日消费注入了新活力。

集团文旅展区凸显特色,汇聚精品。京能房产租赁公司携“能+”系列品牌及多元化不动产租赁产品亮相登场,实现了“品牌推广、业务宣传、行业交流、促进成交”的参展预期。酒店旗下数字化营销平台“和风籍”共计直卖白银会员卡140余张,婚宴项目签订意向单5单,高尔夫项目销售体验券近500张。乐多港精心准备了乐多港万豪酒店和乐多港卡乐星球两业态的温泉票、门票等超特价票种。京煤总医院体检中心员工以“主动营销 真诚热情”的服务态度,展现出良好的精神面貌,提高了医院和体检中心的知名度。

集团地产展区共展示京能·西山印、京能·云璟壹号、京能丽墅、京能·城建樾园、京能·龙湖熙上及京能·雍清丽苑(天津)、京能海语城(天津)7个在售房地产项目,接待到访参观者上百人,派发宣传单页近7000张,形成准意向客户20余组。各项目通过展会和“五一”假期联动的方式,掀起销售新高潮:海语城认购10套、雍清丽苑认购9套,京能丽墅通过展会邀约6组客户前往售楼处看房,京能·西山印项目2组意向客户已实地看房,并进行购置洽谈。

集团康养展区组织旗下“颐寿轩”“老年福”“北康养e家”三个养老服务品牌、百余个康养项目产品和十余种适老商品参与了本次活动。现场展示了适老功能休闲鞋、智能床垫、助行器、轮椅、拐杖等居家适老功能辅具,吸引了大批消费者咨询、体验和购买。(集团党委宣传部新闻中心综合报道)

## 我心中的工矿文旅

京煤物业 张远妮

时隔多年,当我再次踏上了去往京西煤矿的旅程时,已是京西各大煤矿关停的多年后。借工作之便,我先后来京煤物业所属各大工矿厂区,在尘封多年后亟待开启的工矿遗存中,感受沧桑蜕变,曾经的记忆也渐渐被唤醒。

初来京时已是12年前了,当时的京西煤矿正是一片喧嚣、蓬勃的景象,彼时的我是矿山的一页,对隐藏在京西的大片煤海是难以置信的,谁能想到,北京这座繁华的都市深处,竟然有一片炙热的“太阳石”默默地照耀着京都。而来自五湖四海的煤矿工人,是我对矿山最深的记忆,他们朴实无华、吃苦耐劳,他们总是很容易满足,却热情不减。在矿山工作的几年间,我不自觉地融入其中。面对生活时,也不自觉地有了矿山人特质,那就是不抱怨、肯吃苦、有热情。

记得2015年冬天的那场暴雪,通往矿区的输电电缆彻底中断了,由于中断线路在冰天雪地的高山顶,为了抢修,三百余名矿工兄弟冒着刺骨的寒风爬了近3个小时的山路才到达抢修地点。在寒风暴雪中,他们忍着寒冷与饥饿整整忙碌了一天,由于中断的高压电缆上千米,大家排起长长的人墙,拖拽中,他们忽略了被树枝划伤的双手和早已冻伤的双耳,为的就是让矿区尽快恢复生产。

“宁肯苦干、不要苦熬”。这是矿山几代人信守的最朴实、最实用的信条,如今依然令人记忆犹新,时时回想。在千军台矿区,墙上雕刻的“太阳石雕塑”依稀可见,那份炙热仿佛可以流转千年,润达心田;大安山煤矿那“安全第一”四个醒目大字,仿佛从未褪色,那排队入井,手持“班中餐”的矿工兄弟好像依然在有序交接班;在京煤化工的生产区,依稀可见的“安全为天”,仿佛我们又看到工人们忙碌的身影……

这些是工矿遗存曾经的样子,如今的工矿遗存将牢牢把握集团文旅转型发展契机,迎来属于它们的新生。结合企业文旅转型发展,实现工矿遗存的二次开发,因地制宜,推进工矿遗存资源的盘活利用,让这些具有时代印记的工矿遗存在沉睡中再

次觉醒,重生中再创辉煌。

我们的工矿遗存有生命力的,它们的生命力来自于深厚的文化底蕴、来自于企业团队生生不息的传承和精神积淀。基于浓墨重彩的历史文化底色,未来的工矿文旅转型发展将别具特色。试想,曾经的矿山变成煤矿文化博物馆如何?共同奋斗过的“战友”也许能够在这里再一次相聚,诉说经年的愁绪与喜乐;亦或想,在远离喧嚣的矿山露营、休闲,亲近自然,聆听星辰,是否别有一番滋味?“一站式”文旅休闲综合度假能否让你从繁杂的工作中解脱?恣意生活,无关奋斗。也许有一天,我们可以带着孩子,再次走进曾经的化工厂,在亲子互动间畅谈父辈在这里奋斗过的足迹……

我心中的工矿文旅是有温度的,有情怀的,更是有无限可能的。在集团文旅转型推动下,相信,未来的工矿遗存,定会以全新的姿态呈现在我们面前,给我们带来别样的文旅体验,让你我,对美好新生活的畅想变为现实!



## 健康科普

### 花粉来袭,您过敏了吗?

五月,正是踏青、欣赏美景的好时节,而很多人却饱受“过敏”的折磨。随着社会经济发展和生活环境的变化,过敏性疾病的患病率迅速增长,已经成为世界卫生组织公布的全球第六大慢性疾病,严重影响人体健康和生活质量。

什么是过敏?过敏是由什么原因导致的呢?我们该如何分辨过敏性鼻炎和感冒?

#### 什么是过敏?

正常的情况下,外界物质进入人体后会出现两种不同的结果:  
**机体识别其为有用或无害物质:**这类的外界物质不会引起人体的免疫反应,最后被吸收、利用或排出体外。

**机体识别其为有害物质:**这些有害物质进入人体后,机体会迅速发生免疫应答反应,消灭有害物质。

这是人体正常的免疫应答反应,也是健康的重要保障。但是如果无害物质进入人体后,机体也发生免疫应答反应以攻击无害物质,这就是变态反应,即过敏反应。

发生过敏反应的时候,免疫系统制造一系列免疫反应从而产生众多炎症介质攻击无害物质,同时也会损伤人体正常组织,导致过敏性疾病的发生。

#### 哪些因素诱发过敏性疾病?

##### 1、环境因素

随着全球气温升高、气候变化、经济发展、生活方式的改变所引起的可吸入颗粒物、氮氧化物、臭氧、香烟等大气污染物逐渐增多,这些物质已经成为危害人体健康的主要环境因素。

##### 2、遗传倾向

研究发现:支气管哮喘、花粉症等过敏性疾病有着强烈的遗传倾向,但并不是百分百遗传给下一代。

##### 3、个体差异(过敏体质)

个体差异也就是特异质,也可以理解为过敏体质。

##### 4、免疫功能紊乱

在某些过敏原的作用下,免疫系统不能有效地进行自我防御,或过强攻击外来无害物质,或过弱无法防御有害物,这就叫免疫功能紊乱(障碍)。正常情况下,外来物质进入人体后,免疫系统对外来物质进行识别,主要起到保护机体的作用。当免疫系统功能紊乱的时候,免疫系统非但不会表现出保护反应,反而会对机体产生损伤性反应,也就导致了过敏性疾病的发生。

#### 为什么春季过敏性疾病频发?

春季容易发生过敏性疾病,春季气温波动较大,再加上空气中的花粉、尘螨及细菌等一些常见过敏原浓度骤然升高,过敏性疾病的患病率也会明显升高。大部分人对春季过敏并不陌生,一提到过敏人们首先想到的就是过敏性鼻炎、花粉过敏等。但其实常见的春季过敏性疾病主要包括:过敏性鼻炎、支气管哮喘、皮肤过敏、花粉症、过敏性结膜炎等。

#### 如何区分自己是过敏还是感冒了?

**1、从持续时间上来讲:**就拿病毒性感冒来说,如果没有肺炎、中耳炎等并发症的发生,病毒性感冒在7天左右即可痊愈。但是,如果是过敏性鼻炎、花粉症等疾病,即使是最短的病程,也要持续1个月左右,严重者持续时间可达6个月甚至1年。

**2、识别特殊症状:**过敏性鼻炎、花粉症具有鼻痒这个特殊的症状。通常情况下,感冒会出现流鼻涕、打喷嚏、鼻塞等症状,但不会出现鼻痒。

**3、是否存在伴随症状:**过敏性鼻炎、花粉症等过敏性疾病患者的症状只局限于鼻部、眼部等,通常不会引起全身症状。但是,感冒除了会引起流鼻涕、打喷嚏、鼻塞等呼吸道症状外,还会引起全身症状,如发热、乏力、头疼、头晕、食欲差等表现。

#### 如何预防过敏?

如果确定是过敏,最好到正规医疗机构进行过敏原检测。明确致敏因素,进行针对性地预防。

##### 1、远离过敏原

尽量避免接触过敏原,如花粉、灰尘、螨虫、动物毛发等。外出时做好防晒戴口罩,必要时可佩戴护目镜。勤通风,每天开窗半小时,保持室内空气流通。外出回家后要及及时洗手、洗脸。另外,过敏性鼻炎、哮喘、花粉症患者一定要戒烟。

##### 2、规律作息、劳逸结合

有研究表明:熬夜的青少年更容易患哮喘和过敏性疾病。经常熬夜的青少年患哮喘的几率是保持正常作息青少年的3倍。晚睡者患过敏性鼻炎的风险是早睡者的2倍。原因在于熬夜容易引起免疫系统紊乱,免疫功能失调导致过敏性疾病发病率增加。同时,熬夜会导致褪黑素分泌异常,在一定程度上增加了哮喘的发生几率。因此,预防过敏性疾病,一定要注意规律作息、劳逸结合,尽量减少熬夜。

##### 3、注意保暖

温度变化与过敏性疾病的发生密切相关,春季气温变化幅度较大,一定要注意适时增减衣物。平时注意佩戴口罩,减少冷空气对鼻黏膜的刺激。

##### 4、适量运动

适量的运动可以增强机体免疫力,增强对外界过敏原的抵抗力,降低过敏性疾病的发生率。运动后全身血液循环加快,在一定程度上可以缓解鼻黏膜水肿,减轻过敏性鼻炎造成的鼻塞症状。但要注意运动适量,过量运动也是导致出现过敏性疾病的主要因素;还要注意避开早晚时段,选择过敏原少的场地,每天以半小时为宜。

#### 过敏原检查

一旦发生过敏反应,应及时到医院进行过敏原检查,根据过敏原阳性结果及早进行抗过敏治疗,甚至可以行皮下免疫治疗(俗称脱敏治疗),可以帮助过敏的患者减少用药,减轻春季花粉过敏症状,提高生活质量,更好地享受春光美景!(京煤总医院 刘敏)

健康京能