

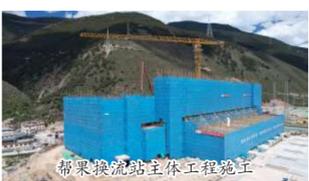
服务特高压 建功新时代

记2024年度先进单位——电力分公司（下）

（上接1版）
在绿色施工方面，项目团队实施“六级防尘”体系，设置防尘围挡、喷淋降尘系统和湿度监测报警装置，确保GIS设备安装环境洁净度达到百万级，助力耐压试验一次性通过。累计投入环保资金1200万元，种植高原植被5万余平方米，实现了工程建设与生态保护的和谐统一。

协同攻坚：打造特高压建设命运共同体

在业主项目部(国网特高压公司)的统一协调下，电力分公司与监理、设计、设备厂家等单位建立“大党建+大协同”工作机制。针对交叉作业难题，项目团队与电气安装单位联合制定15版施工方案，优化建议187条，确保土建安装与设备安装无缝衔接。在冬季施工期间，业主项目部协调物资部门开辟“绿色通道”，保障1.2万吨钢材、3万立方米混凝土等物资及时供应。



帮果换流站主体工程施

匠心创优：向鲁班奖发起冲刺
目前，帮果换流站土建A包已完成主控楼、阀厅等主体结构施工，进入扫尾消缺阶段。项目团队组建了由12名技术骨干组成的“创优攻坚小组”，对照鲁班奖“安全、适用、美观”等5大维度36项指标，开展“质量飞检”专项行动，累计整改细节问题216处。

在科技创新方面，项目已形成10项专利、2项科技进步奖、6项工法成果，其中《复杂环境地区换流站地灾治理及自动监测措施研究与应用》达到国际先进水平。为确保工程耐久性，团队采用氟碳漆防腐、自愈混凝土等新材料，使建筑物设计寿命延长至70年。

站在海拔2980米的建设现场，建设者们以“功成不必在我，功成必定有我”的担当，在世界屋脊竖起了特高压建设的新标杆。这座承载着绿色发展使命的

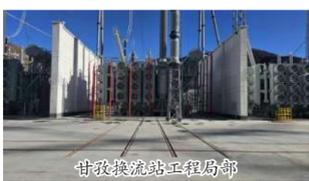


施工中的甘孜换流站工程

“电力天路”，不仅是技术创新的高地，更是新时代基建精神的丰碑。随着2025年6月投运节点的临近，六建人正以精益求精的匠心，为工程创优冲刺，让“中国建造”的旗帜在雪域高原高高飘扬。

三、甘孜1000千伏变电站新建工程
甘孜1000千伏变电站是世界首座电压等级最高的高原特高压变电站，其建设一方面是为保障川西甘孜水电送出，本工程建成后，能够分别提高甘孜和断面输电能力约440万千瓦，满足甘孜地区水电安全高效送出需要，同时“十四五”期间，川渝用电需求快速增长，建设本工程可以将川西清洁水电输送至川渝负荷中心，改善潮流分部，控制短路电流，解决局部电网架重载问题，保障川渝双城经济圈用电需求；支撑川渝地区用电安全稳定运行。

在川西高原的凛冽寒风中，一座银白色的电力丰碑正拔地而起。由电力分

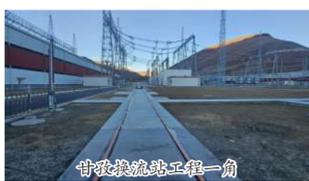


甘孜换流站工程局部

公司承建的甘孜1000千伏变电站，作为国家“川藏电力联网”工程的“心脏”枢纽，正以平均海拔3450米、昼夜温差25℃的极限环境，见证着一支铁军队伍用热血征服“电力珠峰”的传奇。面对“高原反应、昼夜温差大、冻土施工、物资运输、生态保护”四重考验，他们抢抓有限的施工时间，工期紧、任务重，现场施工人员都是起早贪黑，同志们冒严寒、顶风雪、战缺氧、斗冰霜。以惊人的毅力和勇气战胜各种施工中的困难，展现出风暴骤意志更强，海拔高追求更高的信念。

在远赴川西的六建人的努力下，项目团队交出了一份硬核答卷，项目安全、质量、进度等方面取得的成绩得到了业主单位的一致好评，过程中获得三项实用新型专利、两项中电建协QC成果，并获得国家电网2023年度标杆工地荣誉，目前，项目已顺利完成了带电投运工作。

（电力分公司）



甘孜换流站工程一角

集团公司发布《2025年“安全生产月”暨“安康杯”竞赛活动方案》

（上接1版）
活动主题 “安全生产月”活动主题：人人讲安全、个个会应急——查找身边安全隐患。“安康杯”竞赛活动主题：人人讲安全、个个会应急。
活动时间 2025年6月1日—6月30日。

活动形式 司属各单位要深入各施工现场，面向广大员工，结合实际，线上线下创新开展“安全生产月”启动、“安全宣传咨询日”主题宣讲、“全员查找身边隐患”、“班前会”、“动火作业风险我知道”、“以案为鉴、以案促改”、“以案普法”事故警示教育、安全知识培训考试、安全生产微课堂、安全生产月图片展览、观摩学习、事故应急演练、组织开展安全生产主题读书活动，办好“全员安全公开课”等各具特色的宣传教育活动。

工作目标 通过“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动的开展，牢固树立“人人讲安全、个个会应急——查找身边安全隐患”的安全生产理念，促进安全生产责任进一步落实，使员工安全意识明显增强、安全管理水平明显提高、事故隐患整治取得明显成效。

组织机构 集团公司成立“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动领导小组，下设活动办公室，负责组织、指导、协调各单位及各施工现场开展“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动。

活动内容及措施 “安全生产月”及“安康杯”竞赛活动将于6月1日至30日在全公司范围内开展，司属各单位要采取多种形式启动开展，要充分认识到开展“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动的重要性，切实加强组织领导，大力宣传安全生产对于保障员工生命财产安全的重大意义，营造安全生产氛围，落实各级安全生产责任制。

（一）开展“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动启动仪式及标准化观摩会。6月初集团公司将举办“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动启动仪式，继续开展安全生产文明施工标准化、事故案例图片展等活动。做好“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动宣传筹备工作，负责制作、悬挂安全宣传条(横)幅，在建工程项目可结合现场实际，组织项目全体管理人员及一线作业人员适时开展项目级“安全生产月”启动仪式。

（二）开展“安全生产月”主题宣讲、展览活动。自6月1日起司属各单位、项目部要围绕

“人人讲安全、个个会应急——查找身边安全隐患”主题，积极组织开展“安全宣传咨询日”宣讲会，同时开展习近平总书记关于安全生产重要论述宣讲活动，集中宣传安全生产方针政策、法律法规，以及安全生产岗位职责、安全知识和查找隐患技能等知识。在办公地点、工程项目施工现场等醒目部位挂设大型宣传条(横)幅，制作有关安全生产法律、法规宣传版画；设置宣传板报或宣传专栏；各施工现场要挂设大型宣传条(横)幅，宣传标语，宣传版画等。

（三）开展“安全隐患排查行动”活动。结合《洛阳市住房和城乡建设局关于印发洛阳市住建领域安全生产“大排查”三年行动(2025—2027)2025年度工作方案的安排部署，集团公司要求各单位、项目部全面开展事故隐患排查整治活动。贯彻落实“无惩罚自愿报告制度”，鼓励全员主动查找身边的安全隐患，开展人人都是“吹哨人”活动，利用全员力量，确保施工安全。

（四）开展“隐患辨识科普行动”。针对重大事故隐患判定标准和员工身边常见的安全隐患，司属各单位要集中开展“早发现、早报告、早处置”宣传活动，组织参加“安全隐患随手拍”新媒体作品征集、测测你的“安全力”应急科普课堂、“安全隐患我查找”网络知识答题等活动，创作短视频、微电影、互动海报、等科普作品。结合现场实际组织开展安全知识专题培训、考试或竞赛活动。培训内容包含：国家安全生产法律法规、重大事故隐患判定标准、公司安全规章制度、安全操作规程和注意事项、岗位危险因素、各类突发事件应急救援、紧急情况处理、消防器材、劳保用品使用维护，特别是对“查找身边安全隐患”相关科普知识的专项培训，学习掌握重大事故隐患判定标准，开展针对性的应急演练，并做好培训记录。

（五）开展“以案为鉴、以案促改”“以案普法”警示教育活动。各单位要认真组织施工一线管理人员、作业人员观看《安全生产责任在肩》警示教育片、事故警示教育片、典型案例解析片，全面开展典型违法案例专题警示教育提升，切实用事故教训达到警示、警醒效果，全面提升事故防范能力，有效防范和遏制事故发生。**（下转3版）**

郑州分公司熙水苑项目部举办2025年「安全生产月」启动活动



熙水苑项目部举行安全生产月启动仪式

全国第24个安全生产月之际，郑州分公司教育港湾熙水苑项目于6月3日举行了以“人人讲安全、个个会应急——查找身边安全隐患”为主题的安全生产月启动仪式。活动旨在强化全体人员的安全意识，提升应急处置能力，为项目的顺利推进筑牢安全防线。

项目全体管理人员、各施工班组负责人、甲分包全体班组及一线施工人员齐聚活动现场。安全员陈凯旋、李亮分别讲解了安全生产对于项目建设的重要性；安全生产不仅关系到每一位员工的生命财产安全，更是项目成功交付的基石。在施工过程中，必须时刻保持警惕，严格遵守安全操作规程，将安全理念贯穿于每一个环节。

随后，大家依次在印有活动主题的横幅上郑重签下自己的名字，承诺将严格遵守安全规定，确保施工安全。当天下午，项目部、建设单位、监理单位及甲分包单位负责人一起开展“安全隐患排查行动”活动，重点检查：现场起重机械、高处作业、吊篮施工、临时用电、消防等方面，根据排查情况进行隐患排查整治销项，认真贯彻落实“无惩罚自愿报告制度”，鼓励全员主动查找身边的安全隐患，人人都是“吹哨人”，确保施工安全。

项目部还围绕“人人讲安全、个个会应急——查找身边安全隐患”主题，组织开展“安全宣传咨询日”宣讲会，同时开展习近平总书记关于安全生产重要论述宣讲活动，集中宣传安全生产方针政策、法律法规，以及安全生产岗位职责、安全知识和查找隐患技能等知识。



安全签名

提醒：缺乏蛋白质时，身体会出现这些迹象，不同人群对照一下
蛋白质不光是用来练肌肉的，它是身体里“盖房子”的砖头、头发、指甲、皮肤、器官、免疫系统，全靠它撑着。想知道自己蛋白质够不够，有几个非专业但靠谱的观察法：一是伤口好得慢，二是容易感冒，三是肌肉无力，四是头发发黄发干，五是指甲容易断裂。

这些不是绝对标准，但可以作为参考。补蛋白质，不是让你猛吃肉，而是要“科学搭配”。豆腐、鸡蛋、瘦肉、鱼、牛奶、酸奶、豆浆，轮番来吃，既丰富又均衡。

植物蛋白加动物蛋白，像拼图一样，才能拼出完整的氨基酸谱。蛋白质还跟水分代谢有关。它在血浆里维持“胶体渗透压”，简单说就是防止水分乱跑。

蛋白质少了，水就容易跑出血管，造成浮肿。所以有的人明明吃得清淡，还是水肿，可能不是盐的问题，是蛋白质不够。

缺蛋白质还会影响肝脏功能。肝脏是蛋白质合成工厂，原料不够，工厂也得罢工。肝功能不好的人，更要注意蛋白质的质量和数量，不能过多也不能不足，得稳准精。

说到底，蛋白质不是可有可无的“补品”，而是每天都得“按量进货”的基础建材。如果把身体比作一台机器，蛋白质就是润滑油、螺丝钉、零部件，哪一样缺了都不行。

不是只有健身的人要吃蛋白质，普通人更要吃对蛋白质。尤其是三类人：老人、孩子、病后恢复者，必须得吃够，吃对，吃得均衡。不然，问题就不是“吃不胖”，而是“吃不动”。

别再拿“吃得饱”当“吃得好”，别再忽略蛋白质的存在感。它不像糖那样立刻让你兴奋，也不像脂肪那样马上显形，它是默默无闻的“幕后英雄”。但一旦少了，它带来的影响，是全局性的。

蛋白质不能靠“补一顿”就解决，得“天天有货”。就像水电煤气不能断，身体的“建材厂”也得天天开工。别等到身体出大问题，才想起来“哦，我不是蛋白质没吃够”。

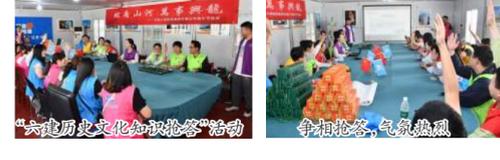
要蛋白质不是加分项，是必修课。每天吃得对，吃得齐，吃得巧，才是真正的健康投资。**（安全部）**

集团公司端午节活动圆满举行

“端午临中夏，时清日复长。”在这粽香四溢、艾草摇曳的仲夏时节，集团公司团委、工会5月28日上午在八分公司珑樾小区项目部举办了“粽看山河 万事兴龍”端午节主题活动。来自集团各部门及分公司的30余名职工齐聚一堂，共庆佳节，在传统民俗与团队协作中，感受浓厚的节日氛围与企业凝聚力。

活动现场，党委副书记常康延致辞，他向坚守在施工一线的全体同仁送上了最真挚的节日问候与衷心感谢。常书记强调，建筑施工行业肩负着重大社会责任，安全与质量始终是企业发展的生命线。他特别叮嘱，即便在节日期间，全体人员也绝不能放松警惕，必须严格遵守操作规程，扎实落实各项安全防护措施。常书记鼓励大家在生活中互帮互助，充分彰显建筑人吃苦耐劳、团结协作的精神风貌，让这份精神成为企业前行的坚实力量。

活动现场，各项精彩项目轮番上演。在包粽子环节，项目部的大厨为大家详细讲解并示范包粽子的技巧。大家摩拳擦掌、跃跃欲试，然而真正动手时，却有人无奈感叹“眼睛看会



“六建历史文化知识抢答”活动



争相抢答，气氛热烈

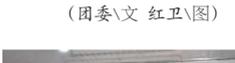
了，手还没学会”，现场笑声不断，充满欢乐。“六建历史文化知识抢答”环节将活动氛围推向小高潮。面对主持人提出的问题，选手们个个精神抖擞、反应敏捷，争相举手抢答，在一问一答间，不仅展现了对企业历史文化的深入了解，更体现出积极向上的进取精神。

“射五毒游戏”则为活动增添了些许趣味性与挑战性。“端午赛龙舟绘画活动”更是将团队协作精神体现得淋漓尽致。正如赛龙舟需要众人齐心协力一样，在往后的工作中，全体职工也要心往一处想，劲往一处使，凭借团结一心的强大力量，攻克任何艰难险阻。

活动在欢声笑语中落下帷幕。此次端午节主题活动，不仅让职工们在繁忙的工作之余，感受到传统节日的独特魅力，更增强了团队的凝聚力与向心力。值此端午佳节，衷心祝愿全体职工端午安康，也祝愿集团公司如活动主题“粽看山河，万事兴龍”所言，项目纵贯天南海北，事业蒸蒸日上，万事兴隆！**（团委\文 红卫\图）**



进行“端午赛龙舟绘画活动”



“射五毒游戏”趣味十足



公司举办“粽看山河 万事兴龍”端午节主题活动



党委副书记常康延在活动中讲话



大家一起包粽子



展示“作品”共祝端午安康

传承文化砥砺前行 凝心聚力共筑未来 二分公司开展企业文化宣讲活动

为进一步加强企业文化建设，充分发挥企业文化引领凝聚作用，近日，二分公司深入项目一线，扎实开展企业文化宣讲活动，推进企业文化理念从认知层面的“知”，到认同层面的“信”，再到践行层面的“行”，推动企业文化与员工工作深度融合。

分公司为积极响应集团公司“传承文化砥砺前行，凝心聚力共筑未来”的文化建设活动，前期安排综合办人员前往集团公司荣誉室，全面了解了公司历史、荣誉室展品等，并通过阅读《河南六建公司志》，总结并制作宣讲内容，希望通过宣讲、学习，可以让员工更深入地了解集团的光辉历史，以及先辈们栉风沐雨、图强奋进的足迹，激发员工在工作岗位锐意进取、发奋图强。

5月上旬，综合办公室在分公司开展了企业文化宣讲会，通过宣讲资料，职工更加深刻地理解了企业文化的历史渊源与传承意义，更加清晰地认识到企业文化对于个人成长与企业发展的重要意义。5月下旬，综合办主任李红琴带领办公室人员赴项目部进行宣讲，将企业文化的精髓传递给每一名员工，鼓励员工从自己做起，从身边事做起，将价值理念内化为员工的自觉行动，外化为公司的品牌形象，以企业文化为引领，共绘公司发展蓝图！

下一步，分公司将根据企业文化宣讲计划，精心策划一系列丰富多彩的活动，加深员工对企业文化的认



开展企业文化宣讲活动



深入项目一线进行企业文化宣讲

知与认同，坚持“文化强企”战略，以文化为引领，号召员工将企业文化内化于心、外化于行，为公司的可持续发展蓄势赋能。**（二分公司）**

2025年“安全生产月”暨“安康杯”竞赛活动宣传标语

- 人人讲安全、个个会应急——查找身边安全隐患
- 生命至上，安全第一
- 排查重大隐患，开展应急演练
- 树牢安全发展理念，守住安全生产底线
- 筑牢安全防线，守住安全底线
- 强化红线意识，促进安全发展
- 广泛深入开展2025年“安全生产月”及“安康杯”竞赛活动
- 生命只有一次，安全从我做起
- 关爱生命，安全发展
- 安全生产，警钟长鸣
- 安全是生命之本，违章是事故之源
- 安全第一，预防为主，综合治理
- 查患到违从我做起，行为安全时刻牢记
- 安全人人抓，幸福千万家
- 以“时时放心不下”的责任感抓好安全生产工作
- 深化安全生产专项整治，实现安全生产长治久安
- 安全生产必须警钟长鸣，常抓不懈
- 生产必须安全，安全促进生产
- 事故是最大的成本，安全是最大的效益
- 安全生产勿侥幸，违章违规要人命
- 增强应急管理意识，提高自救互救能力
- 救援通道无阻碍，生命安全有保障
- 排查治理安全隐患，共促安全健康发展