



勇攀高峰 共筑辉煌

——四川美丰职工趣味登山活动侧记

金秋时节,丹桂飘香。10月29日,公司工会在什邡红枫岭开展“凝心聚力·勇攀高峰”职工趣味登山活动,党委书记、董事长、总裁王勇参加活动,鼓励大家用坚韧不拔的毅力、团队协作的精神,奋力冲刺四季度,全面打好年度收官战。活动设置6公里登山走和趣味拓展两个环节,来自各单位120余名干部职工分成6个小组参赛,董事会秘书王东为各参赛队授旗,共同开启一段与大自然亲密对话的美好时光,活动锻炼了身体、放松了心情、增强了凝聚力,进一步激发了干部职工奋勇争先的拼搏精神。

激情出发 奋勇攀登

秋日红枫岭,山峦起伏,景色宜人。带着些许期待与兴奋,120余名美丰人精神抖擞集合在此。随着一声清脆的哨响,登山活动正式拉开帷幕。

尽善尽美队、美不胜收队、美美与共队、丰已达人队、五谷丰登队、丰标不凡队共6个队沿着蜿蜒的山路阔步前行,一路欢声笑语,不忘欣赏沿途风光。

山势逐渐陡峭,攀登难度增加,反而激发了大家的斗志,按指定路线图勇往直前。

在攀登过程中,团队协作的精神体现得淋漓尽致。有的员工体力充沛,一路领先,成为队伍的先鋒;有的员工则步伐稳健,欣赏着沿途的风景,享受着登山的过程,体力较好的员工主动帮助体力稍弱的同事,大家互相搀扶、互相鼓励。

在“枫云池”和“森林休闲区”补给站点,大家一起分享着水和食物,畅聊工作中的经验和生活中的趣事,欢声笑语回荡在山间。“参加此次登山活动,放松了身心,感受了大自然之美。”科技公司新工王冬说道。

登上山顶,连绵的山脉尽收眼底。那一刻,所有的疲惫都化为喜悦,大家为自己的坚持和努力感到骄傲,也为团队的力量感到自豪。高分子公司新工赵欣影说:“这次活动,挑战了自我,超越了自我,在今后的工作中,将以更加饱满的热情和勇气面对各种挑战。”

欢乐竞技 活力绽放

为增加活动的趣味性和互动性,活动

还设置“趣味投壶”“正话反做”“不倒森林”“智慧拼图”三个游戏项目和一个团队项目,旨在提升员工们的目标力、专注力、协作力、团队力。

大家积极参与,现场气氛热烈。最精彩的团队活动当属“智慧拼图”,各队队员们摩拳擦掌,跃跃欲试。以贯穿公司企业文化为主线,将一幅大型拼图分割成多个小块,随机分配给各队。各队需在规定时间内完成拼图,并解读拼图背后的寓意或故事。

整个拼图过程,考验团队协作能力,各队凭借着快速的反应和准确的拼图能力,共同完成“美好在于奋斗,丰收源自耕耘”拼图,赢得阵阵掌声。

“趣味投壶”游戏中,当有箭支准确无误地落入壶中时,现场观众顿时响起一阵热烈的欢呼声和掌声。“正话反做”游戏是根据主持人的口令,做出相反的动作。“尽

善尽美”队伍反应迅速,动作正确,赢得了现场观众的阵阵喝彩。“不倒森林”游戏,考验的是团队成员之间的配合和信任,通过互相交流、摸索、练习,尽最大努力完成游戏。

企业活力尽情绽放,团队精神熠熠生辉。科技公司女工代表万小丽表示,“通过这次趣味游戏活动,深刻体会到了团队合作的重要性。”

勇攀高峰,是一种精神,更是一种态度。在这个金秋时节,美丰人用脚步诠释了这种精神和态度。大家在活动中收获了友谊、挑战了自我,相信在全体员工的共同努力下,我们的美丰必将如同攀登的山峰一样,不断迈向新的高度,实现更加宏伟的目标。

(代明珠)



宣传也是生产力

——公司2024年度通讯员培训侧记

文字是新闻要素的凝练,图片是新闻现场的时间切片,视频镜头是新闻事实的生动呈现。金秋学习季,赋能正当时,10月17日至18日,公司2024年度通讯员培训先后在德阳、绵阳以及成都片区开展,线上线下140余名学员齐聚课堂,集中“充电蓄能”。

宣传也是生产力,新闻也能创造价值。此次通讯员培训分片区开展,安排在“冲刺四季度、决胜收官战”的关键时刻,就是让更多基层通讯员参与,引导大家用眼睛去发现、用初心去感受、用慧笔去描绘,切实增强脚力、眼力、脑力、笔力,讲述美丰好故事,奏响冲刺最强音,用实际行动彰显新闻宣传“出精品、出人才、出效益”的职责使命。

老师倾囊:学到没?

今年的通讯员培训,有一个显著的特点——授课老师均来自公司内部,紧密结合公司宣传工作和基层通讯员实际,围绕写作、摄影、摄像以及运营等主题展开讲解,从不同视角、不同专业,为大家打开一扇又一扇宣传技能之窗,为宣传工作注入活力与魅力。

碰撞思想、相互启发,接地气,赋能力。课堂正式开始前,大家早早地在会议室等候,拿着笔和本子,准备聆听这一场充满乐趣和探索性的课堂。

“期待大家能在培训中有所收获,更期待能见到大家更多优秀作品!”党群工作部中级主管、宣传编辑吴家勋诚恳表达,调动学员们兴趣。

“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。”吴春香结合自身写作实践,深入浅出的讲解,令人醍醐灌顶、茅塞顿开。“新闻稿件撰写要‘上接天线,下接地气’,要抓星光一点而不是火光一片,要善于从‘小故事’里挖掘出‘大道理’。”吴春香在结尾分享道,作为基层通讯员,要多读优秀作品、多找自身问题,少写“口水话”,文章短小精炼、

上下文承接紧密。

视频、文字、图片等元素如同形形色色的拼图块,只有在统筹安排下,才能严丝合缝地拼在一起。培训中,科技公司宣传编辑、骨干通讯员唐有结合2024年装置检修,分享科技公司坚持“早、新、快、多”,围绕“树典型提士气、鼓干劲激斗志,强作风展风采”开展检修宣传的生动案例,助力检修工作焕发新活力。

一句句“干货”分享,一段段视频教学,一遍遍现场示范……让基层通讯员从不同维度、多层次了解全媒体采编技巧和方法。大家纷纷表示,将用一篇篇“沾泥土、带露珠、冒热气”的新闻作品,以专业的视角和笔触,齐心协力书写公司高质量发展的崭新篇章。

学员直呼:学到了!

“内容丰富,干货满满!”“更有灵感了,更有想法了,对今后宣传工作也更有信心了……”有限时间,收获无限,丰富的培训套餐、诚挚的交流分享,学员们直呼:“学到了!”

“讲解深入浅出,生动精彩,受益匪浅,在今后工作中多看、多记、多写,磨炼新闻敏感。”化肥分公司

青工、通讯员张智感慨道,参加此次培训,不仅深入了解了短视频制作与运营,还扩展了在新闻采写及宣传活动中的视野和能力,将用细致的观察观察美丰人,用勤劳的笔记录美丰事,创作出更多有价值、有温度的好稿件、好图片、好视频。

参加培训的学员中,像张智一样的年轻人还有很多,他们对于相对集中系统的宣传业务学习充满好奇。科技公司企业管理部青工王善民表示,共同记录、共同见证、共同努力,培训让宣传思路更加开阔,为通讯员更好传播真善美打下基础。

“理论与实践相结合,做好短视频拍摄,最重要的还是在于走出去,到实践中去,勤动手才能学到真功夫。”科技公司青工张波表达着自己的培训感悟。

相较于往年图文为主的培训内容,今年的通讯员培训将重点放在了新媒体,落脚点放在了短视频。阆中双瑞职工张涣清对新媒体传播表现出浓厚兴趣,表示培训内容实用性强,不仅提高了宣传技能水平,还拓宽了宣传视野,将把所学运用到实际工作中。

坚持创作10余载,深耕基层车

间宣传工作的化肥分公司骨干通讯员韩辉也谈到,通过这次培训,明白了创新和创意在短视频制作和内容运营中的重要性,也深刻体会到一线是素材的源泉。在未来工作中,将把所学知识和技能运用到实践中,更加注重创新和创意的融入,不断提升写作水平和短视频制作水平,努力创作出更多富有感染力和传播力的作品。

大家你一言我一语,心得交流意犹未尽。聆听课程内容后,实业公司青工祝苑铭感慨道,“这次培训中视频剪辑、照片拍摄内容多、干货多,培训方式新颖,解说生动形象且符合年轻人审美,自己掌握了更多的写、拍、摄专业技能。”

聚是一团火,散是满天星。参加本次培训的不仅有活跃于公司“报网刊微视音”等宣传平台中“只闻其名久不见其人”的基层骨干通讯员,还有正为宣传工作付出努力的青工、营销人员……大家在轻松愉快的氛围中,完成一场独特的技能交流,将继续用眼睛去发现美,用心灵去感悟美,用笔尖去记录美,讲述好美丰故事,传播好美丰声音。

(代明珠)

获“百亿杯”羽毛球赛团体季军

10月26日至27日,2024年中石化西南油气分公司德阳片区“百亿杯”羽毛球联赛成功举办,公司派出代表队参赛,经过多轮角逐比拼,荣获团体季军。

本次羽毛球联赛,共有8家单位参赛,公司羽毛球代表队是经四川美丰职工兴趣社团选拔的一批热爱羽毛球运动、具备较高技术水平的员工组成。比赛现场,选手们从单打打到双打,再到混合团体赛,始终保持高昂斗志,凭借着出色技艺和默契合作,最终夺得团体季军,充分展示了美丰人勇往直前的精神风貌。(李丽)

夺得射洪市篮球比赛第四名

10月31日,射洪市2024年“工会杯”职工运动会篮球比赛落幕,四川美丰组队参赛,夺得比赛第四名。

在小组赛对决中,公司篮球队凭借出色的实力和默契的配合,取得三连胜战绩,并以小组第一名出线,晋级八强。在淘汰赛阶段,队员们顽强拼搏、坚定信念,面对各支强队毫不畏惧,成功闯入半决赛,最终以第四名的成绩为本次征程画上句号。(赵欣影)

科技公司 文体活动丰富多彩

为丰富广大职工的体育文化生活,充分调动职工积极性、主动性、创造性,近期,科技公司举办系列文体活动,激励大家以更加饱满的热情和斗志奋战四季度。

“棋”开得胜,“鏖”得精彩。10月30日,科技公司举办职工棋艺飞镖比赛,科技公司、实业公司、美丰梅塞尔、公共事务管理中心及物资采购中心驻绵工作人员等100余名职工参与。经过激烈角逐,秦虎夺得飞镖比赛冠军,赖长江夺得中国象棋比赛冠军,闵晓松夺得五子棋冠军。

展厅大舞台,能说你就来。10月25日,科技公司开展主题为“传播企业文化,讲好美丰故事”的展厅解说员选拔大赛,14名参赛选手模拟各级领导来访、参观交流、新入职培训等情景,结合来宾关心的问题有针对性讲解。经综合评比,朱旭、张敏、邓巧斩获前三名。

团结奋进,你我同行。10月10日,科技公司开展主题为“绿色健步走,畅享新生活”职工健步走活动。50余名职工齐聚芙蓉溪河畔,迈着矫健的步伐,行走在绿水青山间,一边交流工作生活,一边呼吸新鲜空气。活动还设置企业文化知识问答和趣味活动等。(唐有)

化肥分公司 举办健康徒步走活动

金秋十月,秋风凉爽,10月25日、29日,化肥分公司机关基层工会110余名干部职工,分两批开展“凝心聚力再出发 决战决胜四季度”健康徒步走活动,进一步激发员工的团队精神和拼搏意识。

上午9点半,干部职工集结在东湖山西门“月上东山”雕像前,迈出坚实步伐,踏上徒步之旅。在秋日暖阳的照耀下,大家一路欢声笑语。有人分享徒步的技巧和经验,有人主动帮助长者拎包。大家相互鼓励、相互扶持,每个人都展现出良好的团队协作精神。

“此次活动不仅锻炼了身体、放松了心情,还激发了面对困难与挑战时的勇气和决心。”大家表示,将坚定信念,积极工作,为决战决胜四季度贡献力量。(谭鑫一)

[特写]

方龙潇,成马展风采

美丰小伙奔跑,成马赛道展风采。10月27日,“乐跑公园城市 奋进创新之城”成都马拉松鸣枪,来自世界各地的25000名选手从金沙遗址出发,用脚步丈量42.195公里的全马路程。化肥分公司尿素一车间职工方龙潇以大众选手参赛,在短短3小时07分的时间里完成了这场世界田联金标赛事,排名第1597名,成绩大众一级。

“加油!加油……”赛场上围观群众的呐喊声几天后还时常在方龙潇耳边响起,“他们的热情也是让我坚持的动力。”这是方龙潇第三年参加成都马拉松,按照平时的训练水平,他原本给自己的预期是2小时50分—55分,在前半程也极其稳定地以1小时23分钟的成绩领先。

当日,成都的体感温度有27-28℃,方龙潇出现轻微中暑症状,到30公里处,双脚像灌了铅一样难受,只能走一公里跑两公里,速度明显降了下来。在此起彼伏的加油声中,在工作人员的关怀中,方龙潇拖着沉重的身体跑完了剩下的十几公里。

“没有达到预期,还需要加强训练。”去年参加成马用了4个多小时,今年3小时07分,这个令大家惊叹欢呼的成绩,方龙潇自己却并不满意。

原来,今年11月的南京马拉松和来年1月的厦门马拉松比赛,方龙潇也中了签,分别是精英标和白金标的赛事,这次参加成都马拉松便是为这两场比赛做实战训练,经此一战,他明确了需加强训练的方向。

“每一次实战都是经验的积累。”这个00后的小伙子身上有一股常人没有的意志力,也总能感染身边的人。10月29日,在公司举办的健步走活动中,方龙潇担任领航员,当天的什邡下雨,路面有些打滑,走起来有些吃力,队伍最前方的方龙潇每隔一段路就会大声喊着口号,给参加活动的干部职工加油打气,受他的影响,许多职工都使出了全身力气,完成了这次自我挑战。(吴春香 李强)

