

# 奋进新征程 建功新时代·北京劳动者之歌

## 辐射监测战线上的“巾帼卫士”

——记北京市核与辐射安全中心电离环境室高级工程师刘陆

□本报记者 孙艳

在北京的核与辐射安全领域，有这样一位“巾帼卫士”——刘陆。她扎根北京市核与辐射安全工作岗位12年，攻坚克难、淬炼本领，始终保持严谨细致科学的态度，确保每一个监测数据准确、可靠。2024年，在第三届全国生态环境监测专业技术人员大比武的舞台上，刘陆凭借扎实的专业功底、过硬的业务素养以及对工作的执着坚守，获得辐射监测专项比武全国二等奖，充分展现了生态环保铁军的风采。

### 严谨细致 用数据说话

刘陆总是穿着一身简单的“实验服”，头发整齐地束在脑后，举手投足间散发着一种沉稳的气质。她性格温和，笑起来眼睛微微弯成月牙，闪烁着自信和坚定的光芒。

自2013年入职北京市核与辐射安全中心以来，她已从一名辐射环境监测人员成长为能独当一面的专业技术骨干。专注于放射化学分析工作的她，一直身处辐射环境监测工作的第一线，负责排查各种安全隐患，零失误完成了近万个放射性样品以及上千家辐射场所的监督监测，为北京的辐射监测工作提供坚强技术支撑。

在工作中，刘陆主要负责监测水、土壤、生物、气溶胶、降尘等环境介质中的放射性核素。放射性核素监测对精准度和细致度要求极高，为此刘陆始终保持严谨细致科学的态度，确保每一个数据的准确和可靠。

每天，她都要面对一瓶瓶样品，重复着一系列繁琐的实验步骤。“我们的工作看似平凡，但意义重大。核与辐射安全是生态环境安全的底线，通过监测环境



介质中的放射性核素水平，我们可以及时发现潜在的辐射风险，为公众健康和环境安全提供保障。”刘陆说，由于这项工作的特殊性，不可避免要经常面对核辐射照射的风险，这就要求工作人员不仅要克服自身恐惧、科学开展工作，更要具备默默无闻、勇于奉献的责任担当。

放射化学实验是一项操作流程特别长、实验步骤特别多的工作，平时一项实验就需要两天时间完成。对样品进行预处理、沉淀、过滤、溶解、萃取分离纯化后，当一整套模拟监测实验来到最终的测量分析环节时，刘陆的防护服内早已积满汗水。为了在

保证数据准确度的前提下，简化实验步骤、节约操作时间，刘陆在大量的实验操作训练中提升了熟练度，把实验时间压缩到10小时以内。

### 破浪前行 从挫败中成长

全国生态环境监测专业技术人员大比武（以下简称“全国大比武”）每五年举办一届，是生态环境领域重要的专业技术竞赛，被喻为生态环境监测的“奥运会”。

2019年，刚刚在北京市的比赛中斩获第一名的刘陆，怀揣着满满的信心和期待，第一

次站上了全国大比武的舞台。然而，现实却给了她一个下马威，面对来自各地的顶尖高手，她未能发挥出最佳水平，最终与奖项失之交臂。

回忆起那段经历，刘陆坦言：“当时真的很挫败，觉得自己辜负了团队的期望。”比赛结束后，她有些失落，但并没有被失败击垮。她仔细复盘了比赛的每一个环节，发现自己在实验操作的细节处理、突发状况的应对以及心理调节能力上存在短板。“失败并不可怕，可怕的是没有从失败中学到东西。”她这样告诫自己。

从哪里跌倒，就从哪里爬起

来。刘陆开始有针对性地加强技能和心理素质训练。2024年备赛期间，她把自主练习和模拟比赛当作实战，不仅注重实操技能的提升，更是把强化心理素质训练当作备赛的重点。她埋头实验室，有时一待就是十几个小时，甚至顾不上吃饭。“那段时间真的很累，但也很充实。”刘陆回忆说。

### 淬炼成钢 铸巾帼华章

2024年10月，刘陆再次站上了全国大比武的舞台。这一次，她的目标不仅仅是参赛，更是要证明自己的成长。赛场上，面对熟悉的仪器和试剂，她变得更加从容和自信。比赛开始后，刘陆迅速进入状态。她熟练地操作着仪器，仔细记录每一个数据。然而，比赛并非一帆风顺，在操作过程中，仪器突然出现了故障。这次，她没有慌，而是冷静地检查仪器，迅速找到了问题所在，并在最短时间内完成了修复校正。最终，刘陆以出色的表现斩获了全国二等奖。“我在工作中遇到过类似的情况，平日的积累是我最大的底气。”她总结道。

刘陆的成长不仅体现在比赛中，也体现在日常工作中。她将比赛中学到的经验和技巧应用到实际监测任务中，大大提高了工作效率。她还主动分享自己的经验，帮助同事们解决工作中遇到的问题，带动了整个团队在实验操作、监测数据等方面的能力提升。

刘陆用实际行动诠释了“辐射安全卫士”的责任与担当，她的故事是无数生态环境监测工作者的生动缩影。他们以专业素养和无私奉献守护着生态环境监测数据的精准可靠，为建设美丽北京贡献着自己的力量。

北京公交集团客五分公司通学公交162路乘务员安海月：

## 护航通学路的“月亮姐姐”

□本报记者 盛丽 通讯员 王娟/文 通讯员 王喜宁/摄

每天清晨七点，北京公交集团客五分公司通学公交162路乘务员安海月都会准时出现在通州区华业东方玫瑰上车站点，微笑着迎接乘坐通学车的孩子们：“早上好呀，同学们上车系好安全带。”这条通学公交线路开通一年多来，她不仅对车厢内的安全服务细节烂熟于心，对孩子们的性格特点也了如指掌。一路上，她用细心、耐心与暖心，为孩子们的通学旅程保驾护航。

通学公交162路往返于通州区贡院小学与华业东方玫瑰社区之间。每天清晨，安海月都会早早来到车厢，认真做好各项清洁工作。在她看来，车厢要保持干净整洁，才能让孩子们拥有好心情。当学生们陆续上车时，她会温柔地提醒大家系好安全带，并弯下腰逐个检查安全带是否扣牢。早晚高峰时，校



园周边车流量大，她时刻将“安全”二字牢记心间。车辆转

弯时，她会举起自制的“谢谢礼让，你最棒”警示牌，提示来往

车辆注意避让，同时照看好车厢内的学生们。

“马上就要到通州博物馆了，这里存放着164件珍贵文物，它们讲述了通州漕运史……”安海月正向小乘客们介绍着通州博物馆的发展历史和教育意义。她认为，优秀的乘务员不仅要做好服务工作，还要成为孩子们的朋友。每当途经通州区博物馆和西海子公园时，她都会为大家详细介绍相关知识。为了让讲解更加生动，她精心雕琢每一个表情、每一个语调，对着镜子反复练习。面对孩子们的提问，她总是耐心解答。此外，她还常常与学生们分享生活中的趣事，让车厢内充满欢声笑语。久而久之，大家都亲切地称呼她为“月亮姐姐”。

擦拭车厢、照顾小乘客、帮助提拿书包……工作中，安海月

严格要求自己，健谈开朗的她把小乘客们当作自己的孩子一样照顾。为了让这段通学路更加充实，她自费购置了《二十四节气故事》等课外读物，打造了车厢“读书角”。学生们可以按照自己的喜好挑选心仪的书籍阅读，让通学车不再只是单纯的出行工具，而是一个移动的学习课堂。

一直以来，安海月凭借细心耐心的服务和出色精湛的业务，赢得了小乘客们及家长们的一致称赞。“一声声‘月亮姐姐’、一句句表扬称赞，这些来自乘客们的暖心举动，是信任、是肯定，更是一份沉甸甸的责任。”安海月表示，作为一名通学公交乘务员，她将继续用心服务好每一名乘客，保障他们的乘车安全，让这条通学路成为孩子们成长路上温暖的陪伴。