

用学习武装自己

人的一生是在学习和竞争中走过的。在漫长的人生岁月中,学习是一个人成长的首要任务,只有学习你才不会掉队,只有学习你才能融入社会,只有学习你才会实现自我价值,只有学习你才会站得更高,走得更远。

孩提时代的学习是为了将来能上一所好学校,因为这样才能实现父母的愿望,也能体现自己的优秀,在精神上得到满足。步入社会后,更会觉得学习无处不在,社会大学要学的知识太多了。一要学习待人接物,

二要学习业务知识,三要学习自我成长,在学习中锻炼自己,促使自己成长,同时也实现自我价值。上了一些年纪后还要学习,要学习自己年轻时没有时间学习的东西,增加自己的兴趣爱好,丰富自己的业余生活。不管怎么说人的一生就是学习的一生,在学习中生存、在学习中进步、在学习中走完一生。

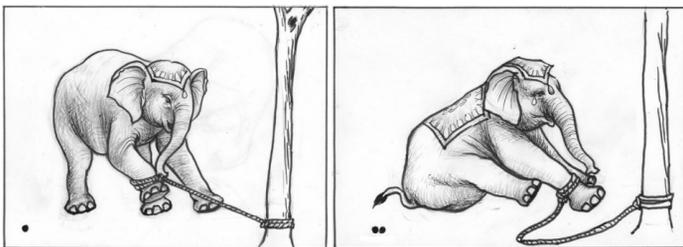
当今社会充满竞争,为了在竞争中立于不败之地,就要加强学习来充实自己。因为要竞争,你才会发现自己的不足

之处,才会看重学习,才会加大学习的力度,只有这样在竞争中才会有无往不利的保障,才会在竞争中取得胜利。

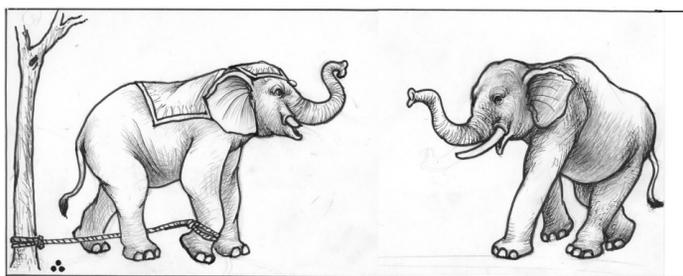
在工作中,日新月异的新工艺新方法都在等待着我们去掌握去驾驭,为了更好地体现自身的价值,在工作中做出成绩,适应社会存在的竞争,我们自身必须具备良好的心理素质,认真掌握专业知识,取长补短,不断学习,才会被淘汰。我们只有用学习来武装自己,才能在竞争中立于不败之地!

(李静霞)

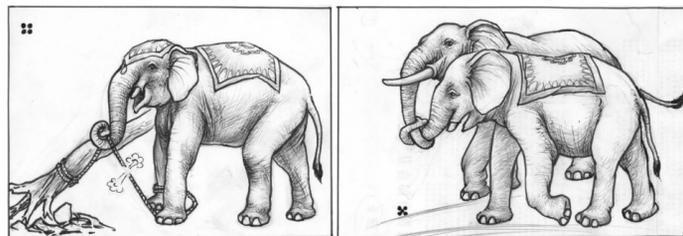
被束缚的小象



1.小象被人从野外捉来训练马戏节目,为防止它逃跑,训练了便将它拴在一棵小树上。 2.小象不甘心这样的生活,拼命挣扎,怎么也挣脱不掉,日子久了便也习惯了。



3.直到几年后的一天,它的哥哥找到了它,要带它走。



4.可小象说:“我被拴住了,没办法挣脱。”哥哥说:“这么细的绳子,你一使劲,它就折了。”果然,小象用力拉了一下,绳子就断了。

启示:小象被自己思维的“绳索”羁绊,人何尝不是!人们在获得知识和经验的同时,也获得了枷锁,在学会思维的惯性,随之便形成了习惯的思维定势,就会习惯地顺着定势

的思维思考问题,不愿也不会换个方向、换个角度,总是习惯用老眼光看新问题,用曾经被反复证明有效的旧概念去解释新现象,这其实是我们人类思维深处的一种保守力量——惰性思维。一个人走不

出思维定势,那他就走不出宿命般的可悲结局;而一旦走出了思维定势,也许可以看到许多别样的人生风景,甚至可以创造新的奇迹。

(高健/文 李彦兴/图)

工作改变了我

进入公司以来,谈不上尝尽工作中的甜酸苦辣,但也算得上是五味杂陈,因为在工程二公司的这几年来,我不再那么娇弱,不再是个只会窝在家中的宅女,不再是没有奋斗方向的迷路小孩。

当初,我向师傅们不累吗?师傅说累呀,但愁眉苦脸也是过一天,高高兴兴也是一天,你愿意怎么过这一天呢?师傅的一席话使我豁然开朗,他们的敬业精神和乐观的工作态度深深地打动了我。我不再有别的想法,疲惫和辛苦也烟消云散。不知不觉中,我的饭量也增加,身体也更结实了,再也不贪睡了,每天都精神十足,斗志昂扬。“坚持就是胜利,年轻人吃点苦是好事,是一生的财富。”我开始明白长辈们的这些唠叨。

工作态度的改变不仅激发

了我的工作热情,提高了工作效率,也改变了我的生活态度。我变得乐观了、开朗了,更愿意和家人、同事、朋友去沟通,不再是天天守在电脑前的宅女。

我相信以积极良好的工作态度和用心做好工作的决心,在新的一年里我会学到更多的专业技术知识,把自己的本职工作做得更好。机会是留给有准备的人!

(张晓霞)

培训中心学习氛围浓郁

运行培训班自2015年12月1日开班以来,在公司各级领导的关怀下,学员们都在努力学习各学科知识。到目前为止,已学习了地表水处理工艺、部分常用设备的构造和基本原理、电工基础等内容。在学习过程中,不仅老师为学员细心准备了各学科学习教材,培训中心还为学员精心准备了关于电工基础、设备拆装与维修、常用低压电器的接线、各种阀门和水泵等设备的实物组装及故障排除的光盘。公司为培训班提供

了如此好的学习环境,大家都非常珍惜,利用自习课及业余时间通过观看光盘自行学习,详细的图解和演示使大家对老师所讲的内容有了更加深刻的理解,对所学内容也产生了浓厚的兴趣,利用课间互相讨论学过的内容来加深印象。通过这段时间的学习,大家都深深地体会到了公司领导对培训班的重视,表示一定会加倍努力学习,不断提升自己的业务水平,不辜负领导的希望。

(王玲娟)

和工作谈一场“永不分手的恋爱”

你对自己的工作是怎样的感觉呢?我对待工作的感觉,就好比在谈一场恋爱。偶尔的工作不顺心也只是像恋爱中的一点小摩擦而已,不会影响钟爱程度。工作中自己就仿佛处于“热恋”的状态,甚至会有一种忘我的,不求回报的投入对工作的那份热爱,而我也相信它终究也会回应我这份热爱,给予我肯定。因为我觉得这个样子,可以时刻激发我对工作和生活的一种永不褪色的激情。

有句口号说得好:不爱岗就会下岗,不敬业就会失业。在竞争如此激烈的现实社会中,可以谋得一岗位是一件实属不易的事情。所以我很庆幸自己能成为公司里的一员,也更加

珍惜领导给予我目前的工作岗位。虽然以前从未接触过污水运行工作,但是我知道凡事都有第一次,凡事只要肯学肯用心,就没有胜任不了的工作,战胜不了困难。不积跬步,无以致千里,不善小事,何以成大器。一个人的价值取向决定人生的奋斗目标,也是人生进步的动力所在,我不想讲空泛的理论,也没有过高的奢望。我的价值观其实很简单:把一点一滴的小事做好,把一分一秒的时间抓紧。诚心诚意,尽职尽责,干好一件件份外之事,即使在平凡的岗位,也能干出属于自己的漂亮成绩。站一岗,爱一岗,和我的工作谈一场“永不分手的恋爱”!

(朱强)



2016年政府工作报告十大关键词 释放今年发展新信号

【关键词1】经济增长预期6.5%-7%

报告看点:保持经济增长运行在合理区间,考虑了结构性改革的需要,也有利于稳定和引导市场预期,实现比较充分的就业。

【关键词2】供给侧结构性改革

报告看点:减少无效和低端供给,扩大有效和中高端供给,增加公共产品和公共服务供给,使供给和需求协同促进经济发展。

【关键词3】新经济

报告看点:推动新技术、新产业、新业态加快发展,以体制机制创新促进分享经济发展;运用信息网络等现代技术,推动生产、管理和营销模式变革,重塑产业链、供应链、价值链,改造提升传统动能。

【关键词4】扶贫攻坚

报告看点:完成1000万以上农村贫困人口脱贫任务;扶贫脱贫是硬任务,各级政府已经立下军令状,必须按时保质保量完成。

【关键词5】政府自身建设

报告看点:建设人民满意的法治政府、创新政府、廉洁政府和服务型政府;推动简政放权;健全督察问责机制,坚决整肃庸政懒政怠政行为,决不允许占着位子不干事。健全激励机制和容错纠错机制,给改革创新者撑腰鼓劲。

【关键词6】反腐倡廉

报告看点:认真落实党风廉政建设主体责任,严厉整治各种顶风违纪行为。加强行政监察,推进审计全覆盖。以减权限权、创新监管等举措减少寻租空间,铲除滋生腐败土壤。

【关键词7】重拳治污

报告看点:加大环境治理力度,推动绿色发展取得新突破;下决心走出一条经济发展与环境改善双赢之路;重拳治理大气雾霾和水污染;大力发展节能环保产业;加强生态安全屏障建设;为建设美丽中国贡献力量。

【关键词8】新型城镇化

报告看点:加快农业转移人口市民化;建立健全“人地钱”挂钩政策;推进城镇保障性安居工程建设和房地产市场平稳健康发展;加强城市规划建设管理。

【关键词9】民生改善

报告看点:着力扩大就业创业;发展更高质量更加公平的教育;协调推进医疗、医保、医药联动改革;织密织牢社会保障安全网。

【关键词10】对外开放

报告看点:扎实推进“一带一路”建设;扩大国际产能合作;促进外贸创新发展;提高利用外资水平;加快实施自由贸易区战略。

(来源:新华社)



Yuan quan

源泉

准印证号:JL01-0398 2016年3月21日 第六期

石家庄高新技术产业开发区供水排水公司 主办

内部资料 免费交流 总第353期

公司召开2015年度生产经营分析会

已经过去的2015年是不平凡的一年,公司在国内经济调整结构、去产能、增效益的宏观政策下,在传统行业普遍增长乏力的环境下,积极采取应对措施,提升管理,深挖潜力,收入大幅增加,人均利润显著提高。为找出差异,扬长避短,为2016年度的生产经营工作指明目标和方向,3月11日上午,公司在职工之家召开了2015年度生产经营分析会。会议的主要内容有:计统处、财务处对2015年度各项主要经营指标完成情况进行分析总结,常务副总经理武晋强对各承包单位指标完成情况进行总结并与相关生产经营部门签订2016年经济指标承包责任书。公司领导班子成员及各部



因的会议现场王卿/摄

门、各单位负责人参加了会议。会议由总经济师李军主持。计统处、财务处在分析汇报中指出:2015年,公司财务处严格按照国家预算法执行公司各项财务制度,根据预算收入控制成本费用的支出。2015年公司加大了生产性支出,由于控制严格,非生产性支出相对减少,费用预算执行情况良好,收入和成本费用相比,略有盈余。

随后,李军总经济师对各承包单位2015年生产经营目标协议书的主要生产经营指标进行了解读,其后由林自强总经理授权常务副总经理武晋强与各承包单位现场签订生产经营协议书。

最后,林自强总经理就今年的各项工作做了重要讲话,他要求:

一是要由内而外提升员工素质。“依靠学习,走向未来”是公司未来发展基石,全体员工要深刻领会习近平总书记提出的

实现中国梦,创造全体人民更加美好的生活,任重而道远,需要我们每一个人继续付出辛勤劳动和艰苦努力。

——摘自习近平同志在十二届全国人民代表大会第一次会议上的讲话

公司办公环境综合整治提升工作启动

3月18日,公司在机关党支部活动室召开了办公环境综合整治提升工作安排会议,会议由副总经理周明主持,总经理林自强,常务副总经理武晋强,供水厂、污水处理厂及相关管理部门负责人参加了会议。

首先,副总经理周明对办公环境综合整治提升工作进行了部署;园林处做好公司园林绿化总体规划并制定相关的标准和要求,后勤处及两厂后勤按照要求严格执行;综合办姚成负责制定办公环境清理提升统一标准及更衣室设置配备工作,不留死角,限期完成;各部门要以此次环境提升为契机,做好

三是要提高员工责任心。2016年继续加强问责制,“学习、执行”是贯穿公司管理指导思想的核心内容。培养员工主动思考问题、解决问题的能力,使其成为勤奋、自食其力、有理想的人。(刘衡)

重温革命历史 坚定理想信念

革命岁月,波澜壮阔,流传佳话;革命精神,穿越历史,历久弥新;革命信念,辉映未来,激励后人。

近期,为加强党员干部党性观念、提高政治思想意识,通过重温党在艰苦卓绝的条件下开辟革命根据地、建设红军队伍的光辉历程,重新学习古田会议“思想建党、政治建军”的理论精髓,公司党总支组织各党支部书记在党总支副书记王敏学的带领下赴红色教育基地参观学习,缅怀革命先烈,传承红色精神。

临行前,党总支书记林自强提出:这次党总支组织“红色之行”教育活动,为的是让大家真正感悟我们党的光荣历史,弘扬党的优良传统,坚定我们的理想信念,坚信共产主义,克服小农意识,树立大局观念,使每个党员干部净化心灵、升华境界、提振精神,并将其运用到支部建设中去,起到

引领和带动作用,用坚定的信念践行我们企业的价值观。红色之行的首站是素有“将军县”之称的湖北红安县。红安县是黄麻起义的策源地和鄂豫皖革命根据地的摇篮,先后诞生了董必武、李先念两任共和国主席,韩先楚、陈锡联、秦基伟等200多位将军,是闻名中外的“中国第一将军县”。在长征街这条老街上,革命遗址随处可见,七里坪工会、中国工农红军第四方面军指挥部、鄂豫皖特区第一个苏维埃经济公社等,这些遗址群是国家重点文物保护单位,街道两边房屋的青砖黑瓦、木格窗形成浓郁的革命年代气息,驻足浏览之间,仿佛又回到了那个战争的年代,深受熏陶。

随后,参观人员一行来到了“八一南昌起义纪念馆”。这里是中国共产党历史上的重大转折,武装反抗国民党反动派的第一枪就是在这里打响,揭开了中国共产党独立领导武装斗争和创建革命军队的序幕。追随着先烈的足迹,他们又踏上了红色故土——瑞金。这里,记录着中国革命的艰苦与悲壮,更孕育着革命政权的重生。站在当年召开中华苏维埃第一次全国代表大会也就是“一苏大”的会址前,感慨颇多。红军烈士纪念馆前的大字“踏着先烈血迹前进”,更成为激励我们前进的动力。

伴随着淅淅沥沥的小雨,参观人员一路风尘地赶到了一次重要会议就是在这里召开的。旧址虽然不大,只是当地的一家祠堂,但从这里孕育的决议却从根本上解决了如何从加强党的思想建设着手,保持党的无产阶级先锋队性质和建设新型人民军队的问题。会议总结了南昌起义以来建军建党的经验,确立了人民军队建设的基本原则,核心内容是党指

挥枪,不是枪指挥党,重申了党对红军实行绝对领导,规定了红军的性质、宗旨和任务等事关党的事业兴衰成败的根本性问题。古田会议确实是中国共产党和人民军队历史上的重要里程碑。历史也证明,只有加强党的领导,使党始终保持先进性和纯洁性,才是我国经济社会快速稳定发展的基础和保证。

“侵华日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆”是此次红色之行的最后一站。进入纪念馆内,一种沉痛之情油然而生,一組组生动形象的雕塑,一幅幅触目惊心的图片,一行行醒目的数字,只能用“惨绝人寰”来形容此情此景,深深感到中国革命的胜利和新中国的成立是无数革命先烈用生命和鲜血换来的,是来之不易的,我们要倍加珍惜,深刻缅怀革命先烈遗志、铭记革命历史、继承革命传统。通过这次红色之旅,大家

接受了一次深刻的革命传统教育,政治思想觉悟有了更进一步提升。回想当年工农红军、革命先烈面对种种艰难困苦,依然坚守着无比执着的坚定信念,依然迸发出豪迈雄壮的革命激情,我们还有什么理由去计较个人得失,还有什么理由不努力工作?我们一定要认真学习先烈革命传统,学习他们不怕困难、不畏牺牲的革命精神,坚决克服散漫松懈情绪,对每个人要坚持高标准,严要求,树立高度的责任感和敬业精神,尽心尽力把工作做好。坚持一切以党和人民利益为出发点,努力学习,不断提高自己的思想觉悟,提高自身的政治素质。面对当前复杂的新形势,对待机遇,我们要紧紧抓住;对待挑战,我们要迎难而上。坚定信念,加强纪律,不断学习,提高执行力,切实做好自己的本职工作,为企业可持续发展做出贡献!(郭维)

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善 ——社会主义核心价值观

展风采 讲奉献 共发展

公司召开庆“三·八”女工座谈会

3月7日下午,公司党团活动中心暖意融融,洋溢着喜庆的节日气氛。工会女工委组织了20多名来自不同岗位的女工代表,在这里召开了“展风采、讲奉献、共发展”的庆“三·八”女工座谈会。常务副总经理武晋强、工会主席李庚奎、党总支部书记王敏学出席座谈会并讲话。

李庚奎主席首先向到会的女职工们表示了节日的良好祝愿,并代表公司对全体女职工为公司建设发展付出的辛勤努力表示衷心地感谢。公司发展历程中,每一页都铭刻着巾帼不让须眉的壮丽诗篇。公司由成立时的9个人逐步发展到现在440多人,其中女工近200人,占职工总人数的44%,无论在生产一线还是管理岗位,她们都在各自的岗位上积极进取,为公司的稳定发展发挥了不可低估的作用。

在随后座谈中,大家畅所欲言,分享着自己的工作经验和生活感悟。预算处庾翠琴说:

“在社会飞跃发展、知识更新迅速的今天,不学习就会被淘汰。‘活到老,学到老’,只有不断地学习才能跟上时代的步伐,将学习融入到日常工作中去,学以致用。”宣传部的佟冬大姐,

在发言中表示:女性应尽职尽责扮演好在家庭、社会中的角色,做一个好妻子,好母亲,好员工。水质处韩娜提醒姐妹们,在热爱工作和忙于照顾家庭的同时,要关爱自己的身体健康。工程二公司张海芝在发言中道出了大家的心声:“在这里,有亲如兄弟姐妹的同事,有关心、照顾和指导我成长的师傅和领导,有温暖、有鼓励,她就像我的另一个家。工作不仅提高了我的业务技能,还让自己得到了充分的锻炼和发展,同时也懂得了团结的力量。”安全处郝子超也在座谈中谈了自己的看法:“作为女性,我们要充分认识到自己的优势,时代赋予我们女性得天独厚的条件:政治上肯定我们的地位,法律上保障我们的权益,生活上给予我们更多的关心和爱护。从物质到精神,我们都具备了充分的条件来实现女性的价值,利用好天时、地利、人和,展现女性的风采。”

精彩的发言使整个会场气氛温馨而活泼,充满着欢乐、感动和幸福。

她们纷纷表示,感谢公司为大家提供实现自身价值的平台,创造了良好的工作生活环境。在今后的工作中将更加

饱满的热情、敬业的精神、乐观的心态投入到工作中去,与公司同呼吸,共发展。

座谈会上,王敏学副书记强调,公司的发展需要大家的共同参与,新的发展时期带来了新的机遇和挑战,我们更应该抓住机遇,加强学习,提高执行力,主动适应公司发展新要求,脚踏实地做好本职工作,充分发挥女工“半边天”的作用,更好地承担工作责任、家庭责任和社会责任。同时,他还指出女工委的工作要紧紧围绕公司发展目标,结合女工特点和需要,为女工提升素质、岗位建功建平台,增强企业的凝聚力,为公司可持续发展营造积极向上的良好氛围。

最后,常务副总经理武晋强代表公司领导班子作了重要讲话,他肯定了公司广大女职工巾帼不让须眉,以自尊、自爱、自强、自立的精神风貌展示着自己的聪明才智,对推动公司发展作出了积极贡献。希望全体女职工在今后的工作中,继续立足本职、爱岗敬业、加强学习,与时俱进,开拓创新,并祝各位女工节日快乐,身体健康,工作顺利,在各自的工作岗位上再创佳绩!

(张玉卿)

污水处理厂完成工业固体废物申报工作

为切实加强工业固体废物环境监管,进一步摸清各行业工业固体废物现状,推动一般工业固体废物、危险废物全面环境监管体系的建设,石家庄市环保局决定于2015年12月15日起正式实施工业固体废物申报登记制度。

2016年2月18日,污水处理厂接到《高新区环保局关于工业固体废物申报通知》后,立即根据通知文件要求,依据环评文

件、污水处理厂基础信息资料、2015年污水处理厂生产运行台账、2016年经营计划等材料,完成了《企业基本情况》《2015年工业固体废物产生情况表》《2015年工业危险废物产生情况表》《2016年工业固体废物申报表》《2016年工业危险废物申报表》《产品信息》《辅料信息》以及厂区平面图、生产工艺流程图等材料的申报工作。

因申报材料涉及2016年污

水处理厂污泥、栅渣等固废排放情况,在完成相关数据材料上报工作后,污水处理厂积极关注申报状态,每日登录石家庄市工业固废管理信息系统查看审核状态。2016年2月25日,我公司污水处理厂固废情况申报材料已通过石家庄市环保局相关部门审核,2016年污水处理厂污泥、栅渣等固体废物也将严格依据本次申报情况执行排放。(王聪)

工程监理处组织召开2016年度工程质量管理会议

2月25日,工程监理处组织工程一公司、二公司、三公司及自动化部门负责人在公司综合楼3楼会议室召开了2016年度工程质量管理会议。会上,监理处处长王仕兴作了2016年工程质量管理形式做了介绍,并表示今年工程监理处

要改变以往的检查方式,下大力气,严把施工质量关。在检查中发现质量问题时,除要求施工人员进行整改外,还要增加对部门负责人经济处罚;对于经常出现的质量通病,工程公司要组织集中学习,不能让老问题重复出现;要教育员工

(上接第一版)机,做好公司绿化及垃圾分类处理等工作,打造优美文明的办公环境,树立良好的公司形象。之后提出几点要求:一是统一思想,提高认识;二是标准要高,行动要快;三是责任到人;四是要加大督查问责力度。

常务副总经理武晋强强调,按照公司“标准、执行、问责、坚持”的工作总要求,增强责任心,提高执行力。每位员工

都要严格按照岗位职责和标准做好本职工作,各部门负责人更要切实承担责任,发挥好先锋模范作用。该管的要坚决管好,工作中要有新思路和新方法,不换思想就换人,真正做到想干事、敢干事、会干事、干成事。同时还提出了环境整治要坚持不懈地抓、抓实、抓出成效。

最后,总经理林自强作了重要讲话。他指出,必须充分认

增强质量意识,做到齐抓共管,真正明白质量红线不可逾越。最后,各工程公司负责人表示工作中要严格遵守质量管理体系,严把质量关,对于监理人员现场提出的质量问题,保证对问题不姑息、不懈怠,及时整改,确保施工质量。(王仕兴)

识此次环境整治提升的现实意义和战略意图。整治环境、卫生,看似简单,实则是一场员工观念上的革命,需要在员工头脑中刮起一场风暴,给思想来一次彻底革命,坚决剔除旧的理念和思维定势,改造、提升工作习惯,树立起新的观念,紧跟时代发展,做到理想信念坚定,养成良好作风,营造风清气正的工作环境。(张玉卿)

注重实做能力 变革考核形式

2月29日下午,污水厂组织运行人员进行了春节后首次月度考核。此次考核的内容和形式与以往有所不同,不仅对每个参考人员的成绩进行评定和记录,而且更加侧重运行人员的实际操作能力及故障的预测和处理能力。考核采用“一对一问答”形式,内容涉及污水运行的工艺原理、设备运行的参数指标、对设备出现异常现象的分析等方面。同时,主考人员还针对每个运行工提出了今

后技能提升要求。此次考试形式的变革,是在总结2015年度培训考核经验的基础上进行的改进,避免了以往考核中出现的高分低能和高能低分两个极端的现象,对运行人员的实际操作能力和水平有了更高的要求。

自污水处理厂实行月考制以来,有效激发了运行人员学习的积极性和主动性,提高了理论和实际操作水平。

(孙丽玲)

工程管理处着手准备春节后工程项目开工工作

2月16日,工程管理处主任薛飞处长主持下,召开了节后首次工作安排部署会。会上,薛处长对今年的工程情况做了简要说明,并对各处人员的工作安排进行了部署。他强调,地表水厂的建设是省重点项目,要坚决克服建设中遇到的各种困难,全力以赴,确保按照上级要求安全、保质保量的完成,区内

外的其他工程项目也不能放松,同样要抓紧,组织好施工工作,保质保量按规范完成。

现阶段地表水厂项目正在紧锣密鼓地做着开工前的准备工作,区内的各项工程施工也逐步铺开,工程管理处全体人员有信心争取2016年各项工作更上一层楼。

(赵中强)

工程二公司更衣室改造工程完工

为改善员工的工作和休息环境,工程二公司将污水处理厂膜设备间的富裕空间改建为更衣室,建筑面积约170平方米。该工程施工前,监理处配合设计处、工程管理处、工程二公司进行了图纸会审,提出了技术建议。2016年元旦后开始施

工,施工过程中,监理处储会刚每日到施工现场进行巡查,并结合自己的施工经验,对施工中遇到的问题进行技术指导,针对性提出了冬季施工要求,既保证了施工进度,又确保了施工质量。

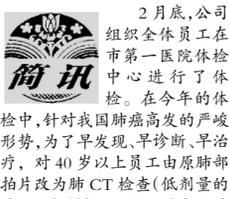
(储会刚)



3月10日,一场由中国环境健康与安全促进会河北分会的田冠峰老师进行的职业健康教育宣讲活动在公司职工之家举办。



来自公司各单位、各部门的班组长、安全员、部门骨干共计40余人参加了此次活动。(朱小红/文 伍广丽/图)



2月底,公司组织全体员工在市第一医院体检中心进行了体检。在今年的体检中,针对我国肺癌高发的严峻形势,为了早发现、早诊断、早治疗,对40岁以上员工由原肺部拍片改为肺CT检查(低剂量的肺CT扫描),以便及时发现健康隐患。

待体检结果出来后,卫生处也将有针对性地编写一些疾病的诊疗、防治方法供员工参考。(刘文波)

3月3日,消防处对公司、供水厂、污水处理厂,工程一、二、三公司,园林处,物资仓库,二号井等地,针对消防栓的维护与保养、消防通道是否畅通等方面,开展了消防安全专项检查。(张斌)

春季饮食健康小知识



春天来了,天气逐渐变暖,在饮食上也要相应有一些改变,让人体机能适应季节变化。

中医有“春日宜省酸,增甘,以养脾气”的说法,意思是当春天来临之时,人们要少吃点酸味的食品,多吃些甜味的饮食。春天肝气当令,肝气偏旺可伤及脾胃,影响脾胃的消化功能。而酸味入肝,甘味入脾,少酸多甜,既避免肝气过旺,又有益于脾气。适当多吃些富含优质蛋白质、糖类、脂肪、维生素、禽蛋、大枣、蜂蜜、水果等。

春天阳气生发,在饮食上宜适当多吃些能温阳的食物(如韭、葱、姜等),以助长、充实人体的阳气,增强抵抗力,抵御外邪的侵袭。多喝香气浓郁的花茶,也有助于散发寒邪,促进阳气生发。

春季多风,易出现口干、唇裂、咽痛等症。因此,宜多吃些能补充人体津液的食物。适量饮水可增加循环血容量,有利于养肝和代谢废物的排泄,可降低毒物对肝的损害。

人们经过冬季之后,会出现多种维生素、无机盐及微量元素摄取不足的情况,常发口腔溃疡、口臭和某些皮肤病等。因此,人们一定要多吃点应季新鲜蔬菜,以便营养均衡,身体健康。(战加文)



中国自主研发全自动无人驾驶地铁列车下线

2月26日,中国自主研发的全自主化、自动化等级最高的全自动无人驾驶地铁列车在中车青岛四方机车车辆股份有限公司(简称“中车四方股份公司”)下线。

据了解,该地铁列车是世界上自动化等级最高的地铁列车,它的最大特点就是具备“无人驾驶”功能,车辆从唤醒到自检、出库、停放、开关门、发车、回库、休眠、洗车等全过程由控制中心自动控制,无需司机参与,实现全自动运行,避免了人为操作失误导致的运营故障,也不会因司机疲劳、突发疾病或其他情况对列车运行造成影响,因此运行效率高,安全可靠。常规地铁的平均晚点故障周期在3000小时左右,而全自动驾驶地铁可达到4500小时,延长了一半。同时,几乎完全避免了人工操作,节约了人工成本。

(来源:中新社)

专业能力与学习能力

随着经济社会的快速发展,市场竞争日趋增强,市政施工市场尤为惨烈,拥有高水准的专业能力和持之以恒的学习能力,是我们在激烈的竞争中取得立足之地的重要途径。

一、专业能力决定生存力。专业能力是员工的一项软实力,一个专业能力强、业务素养高的员工,他会在工作的每一个环节都精益求精;而一个专业能力差、工作懈怠的员工,只求工作“过得去”,不求“过得硬”,这样的员工也不求“过得硬”,这样的员工也必将被淘汰。决定工程质量的关键就是专业能力,要提高员工的专业能力,我们应该从两方面入手:一是向同行学习。要想不被社会和时间淘汰,我们就必须有长远的目光,既要审视自己又要放眼世界,要能够看到别人的优势和自身的不足,始终保持理念与技术的常新,只有这样我们才能拥有更广阔的发展空间,才能知道自己将要向何处去。二是向老师傅学习。老师傅们工作多年,他们有着优秀的品质、扎实的功底和丰富的经验。不仅要学习他们顾全大局无私奉献的精神,脚踏实地的工作作风以及吃苦耐劳的优良品德,他们的工作方法和技巧更是一笔宝贵的财富,虚心向老师傅学习可以使年轻人迅速提高自己的实际操作能力,尽快地在工作中独当一面。三是向书本学习。许多人认为书本的知识太枯燥死板,与实际工作出入较大,喜欢在实践中学。其实不然,只有学深、学透书本知识,才能在实际工作中举一反三,如鱼得水。去年,我们工程二公司创建了“周二学习日”制度,利用每周二下班后的两小时,集中学习业务知识,相互探讨,答疑解惑,极大地激发了大家的学习热情,为

提高工作效率和提升工程质量起到了积极作用。这项制度要坚持下去,坚持数年必有好处。

二、学习能力决定竞争力。在工程公司,员工工作累是现实情况,有些人就能很快适应,融入角色,有些人望而却步,选择转行。怕苦、怕累纵然是一个原因,但我认为主要还是不愿意学习、不善于学习,导致技术不熟、业务不懂,选择放弃,最终败给处在同样岗位上学习能力强的员工。因此,员工的学习能力也极为重要。那么如何提高自身的学习能力呢?一要会学习。学习不是死啃书本,死背教条,而是要会学、巧学、学用结合,将书本上的知识灵活的运用到工程中,在实践中灵活运用,举一反三。二要持之以恒。学习不是一朝一夕的事情,不是今天学、明天扔,学习贵在坚持,贵在常态化,只有把学习作为一种生活习惯,才能出效果、出成绩。因此,我们

以严谨的态度对待工作

求成,敷衍了事,不投入精力。尽管能够完成任务或上级指示,却从不思考,也不去进取。安于现状,胸中无沟壑,只图安逸,从不考虑的那一点会给自己、给公司带来什么损失和害处。

也许他们认为,平时工作中都是一些琐碎的小事,干得“差不多”就行了。殊不知“千里之堤毁于蚁穴”,事情虽有大小之分,但态度却不能有高低之差。因此,无论对待大事还是小事我们都要做到科学严谨,一丝不苟,克服“差不多”思想,尽心尽力去做好每一件事。

那么,何谓认真呢?首先是用心。用心是情感的倾注和精力的投入,就是要爱岗敬业,忠于职守,牢固树立工作无小事的意识,坚决杜绝“无所谓”“差

不多”的顽疾,做到“始终把心放在工作上,把工作放在心上”;其次是精心。精心是一种精神,就是要一丝不苟,不厌其烦,精益求精,牢固树立“细节决定成败”的意识,善于思考和谋划,未雨绸缪,设想可能出现的各种情况,做到“精细、精准”。再次是虚心。虚心是一种修养,就是要克服夜郎自大的思想,放低姿态,牢固树立“学无止境”的意识,要勇于批评和自我批评,虚心接受别人的意见和建议。

那么,何谓尽责呢?尽力就是要做到“五勤”。做事严谨细致,是我们每一个人应该养成的良好习惯,这就需要我们不断在“勤”字上下功夫。具体要做到“五勤”。即:嘴勤、眼勤、腿勤、手动、腿勤。“嘴勤”就是要

充分利用组织创造的学习环境,不论工作多忙、多累、工期多紧,也要把“周二学习日”制度坚持下去。三要善于思考。在工作中遇到不懂、不会的,首先自己要多分析、多想办法、多向别人请教。不能一有问题就问别人,不经大脑思考、不主动分析,导致下次遇到类似问题照样不知道如何处理,长此以往影响自我提高的速度;工作一段时间后,要多总结自己的不足和收获,多想想自己工作中的薄弱环节,分析在哪些方面需要着重加强,提出可行方案,迎头赶上,只有这样,才能真正提高学习能力,才能出色完成领导交付的每一项工作任务。

今后,我们要把提高员工专业能力和学习能力作为重中之重,切实提高本单位人员素质和专业化水平,力争打造一支业务水平高、专业技术过硬的优秀团队,为公司未来的发展贡献一份力量。(孙焕龙)

假如企业是一个大木桶,那么我们各个部门就是一个一个小木桶,每一个员工就是一个更小的木桶。我们每个人身上都具有这样的两块木板,即“长板”与“短板”。如果我们在充分发挥自己长板的同时,又能正确认识自己的短板,经过自身努力,取长补短,那么每个职工的小木桶就会装更多的水,部门木桶的水自然也会变多。

作为一家企业的员工,如何才能发挥自己的长板效应呢?我认为,应该结合自己过去的学习和工作经历,挖掘自己的长处,不要抱怨自己的工作岗位,不要怀疑自己的能力不如他人。静下心来,踏踏实实工作,干好身边的每一件小事,在不知不觉中,你的长板就会被他人发现并得到认可。供水排水公司是一个重视知识、提倡学习的单位,每个职工都有发挥自我能力的空间,在供水厂和污水处理厂的建设过程中,公司为我们提供了很好学习与实践的机会,我们需要做的就是,努力学习,不断提高自己,尤其是尽快补足自己的“短板”。(周田强)

高潜水设备机组效率和可用系数,效益约占效益总额的30-50%;提高潜水设备机组能力,效益约占效益总额的10-30%;延长设备使用寿命,效益约占效益总额的10-15%;降低检修费用,效益约占效益总额的30-50%。在潜水设备检修管理、设备状态检修工作方法、设备状态检测及分析技术、人员技术素质及设备状态检修的经济效益等方面进行考察和论证,既要符合国情,又要符合公司发展需要。潜水设备状态检修工作全国基本同步,目前仅处于起步阶段。科学、经济的配置潜水设备状态检修系统是最基本的方案。(李敬魁)

潜水设备实行全过程管理

潜水设备状态检修是一项复杂的系统工程,要搞好这项工作,必须从设计选型、制造安装、运行管理等各个环节,积极为潜水设备检修创造条件。在设计选型时,应选择质量好、可靠性高、便于监测、易于检修的设备。在制造安装时,应考虑设备的诊断措施,配备相应的监测设备。在运行管理时,应加强设备维护,加强设备点检,保证设备完好性,定期进行设备运行状态分析,注意纵向、横向比较和发展趋势走向,加强运行资料的保存、整理。同时,应加强状态检修的科学研究,在理论上、实现方法上、诊断设备的研制上积极探索,积极进行潜水设备检修工作的技术交流。

一、应制定相应的技术标准和管理制度。潜水设备的好坏既影响生产的安全经济运行,又决定机组的检修时机和设备完好率,如何正确判断潜

水设备的运行状态,更大程度地使其正常运行,充分发挥机组的运行能力,防止盲目停机检修,又做到应停即停,该修必修。修理项目明确,是潜水设备检修首先需要解决的问题。对潜水设备而言,就是必须明确表征潜水设备的量有哪些?这些量的临界状态是什么?即这些量在什么情况下不正常?在什么情况下不正常?应该采取什么措施?在什么情况下必须进行大修、小修或临修?修理哪些项目等等。制定符合我国国情、有关法规、条例的公司检修技术标准,使设备检修有据可依。

潜水设备检修工作如果缺乏动力和有效的管理制度,那么,这项工作也很难正常开展下去。以大修为例,由于公司年度计划费用限制,如果检修一次,在经济上和责任上都有损失,设备检修工作势必受到影响,所以,潜水设备检修工作尚处于探索阶段。从管理制度上,营造营造良好的外部环境,消除潜水设备检修的后顾之忧,要对现有的检修管理制度、安全管理制度的完善。

二、应充分利用计算机监控参数系统资源。潜水设备都进行了计算机监控系统改造,都能够对运行中的潜水设备进行状态检修诊断。积极利用和经过一定的转换引用其监测资源,节省投资,避免布线 and 布置设备拥挤或重复,在建设监控

系统时,要考虑为诊断系统留有接口。加强技术人员培训和资料整理,积极为潜水设备状态检修作好“软件”准备。

三、目前,国外在潜水设备检修技术与实践应用方面都取得了较多的成功经验,比较突出的有美国、德国、日本、法国等国家,他们已将多种诊断和检修系统运用于潜水设备、锅炉、汽轮机、发电机、辅机以及输变电网站上,成功地地为美国国内外60多家大型公司提供了设备状态检修服务。国外统计资料表明,设备状态检修可使设备大修周期从3-5年延长到6-8年,甚至10年,一般1.5-2年即可收回实施设备状态检修所增加的投资,其效益主要有以下几个方面:提

小举动,大影响

干净、明亮的食堂,崭新的餐桌,美味可口的饭菜。水厂食堂的新变化,大家有目共睹。我们的企业又在提高员工的生活水平上迈进了一步,真真切切,实实在在。

然而,还有一个不太明显的变化。那就是在食堂的每一个餐桌上都放着一个空空的小碟子,知道它是做什么用的吗?相信经常在水厂就餐的同事们都知道它的用途——对啦!它是用来盛“饭菜垃圾”的。在吃饭的同时,顺手将“饭菜垃圾”



“免费”的核桃

晚饭后,我和婆婆一起遛弯儿,路过楼下的超市时,看到门口戳着一个很大的牌子上面写着:“促销核桃,白送!”几个醒目的大字吸引着我们的眼球。婆婆说:“走,进去看看,天下竟然有掉馅饼的事,白送核桃?”

进了超市,果然看到最显眼的货柜上堆了两大堆核桃,标价牌上写着:每斤18元。婆婆对我说:“的确便宜,集市上都卖二十几呢。”

婆婆在卖核桃那儿排队过

称,我去别的地方逛。大约过了

十几分钟,婆婆跟我在水果区会合,我一看婆婆手里除了拎着一袋子核桃外,还拿着个核桃夹子。我问婆婆:“买夹子干嘛,咱家有。”婆婆说:“售货员说买一个夹子才赠一斤核桃,25元一把,我就买了。”我说:“买夹子就是浪费,家里又不是没有。”婆婆说:“今天买核桃的都买夹子了,25元一个夹子,可白给一斤18块钱的核桃,便宜。”

进了家门,婆婆就开始坐在沙发上夹核桃,如同小孩刚

天山大街与裕华路交口南侧的大江山小区门口的水表井更换水表。水表的固定螺栓都锈死了,拿扳子根本无法拆卸,只能用切割锯进行拆卸。由于井内空间很小,操作很不方便。为了不影响到操作,我们不顾寒冷,脱掉棉衣,筒装上阵。一人在井内切割,另一人在上面监护,在井里施工的人一蹲就是近半个小时,感觉腿脚发麻时就弯着腰

站一会(井内不够高,只能弯腰站着),然后蹲下接着干。当水表卸下来时,由于阀门老化,密封不严,出现喷水,溅了一脸。这时不能停,停的时间越长井内的积水就会越多,更不利于施工,所以,只能冒着冰冷的水尽快更换新水表,等更换完水表,我们从井内出来时,身上已是一层冰了,手和脸冻得麻木,嘴唇冻得发紫。但仍然开玩笑

站一会(井内不够高,只能弯腰站着),然后蹲下接着干。当水表卸下来时,由于阀门老化,密封不严,出现喷水,溅了一脸。这时不能停,停的时间越长井内的积水就会越多,更不利于施工,所以,只能冒着冰冷的水尽快更换新水表,等更换完水表,我们从井内出来时,身上已是一层冰了,手和脸冻得麻木,嘴唇冻得发紫。但仍然开玩笑

一节车厢里寻找座位,这个办法听上去似乎并不高明,却很管用。只要是没买到座票,他都会从第一节车厢开始,一节一节往后走,直到找到座位。幸运的是他还从来没有遇到过没有空位的情况。其实这也不是幸运,因为像他这样锲而不舍找座位的乘客实在不多,经常是在他落座的车厢里尚有很多空座位,而在其他车厢的过道和车厢接头处,居然人满为患。究其原因,无非是大多数乘客一

众议



记得有句话叫做“爱厂如家”,我们员工的行为正是对这句话内涵的一种诠释。家,是一种眷顾,一种依恋,一种责任,一种信任。我们的企业时刻为职工着想,俨然就是一个家。我们的企业有着浓厚的企业文化,在这样的环境下工作,有家的感觉。企业像家,职工怎会不

爱?没有惊天动地、豪言壮语的举动,有的只是从身边事做起,从小事做起的行动。小举动,大影响。让我们一起从点滴做起,一起去建设和装扮我们这个共同的家。相信她一定会越来越美丽!

(李翠霞)

得到手的心爱的玩具,我们在旁边看着。可能是经常夹坚果的原因,婆婆的动作蛮内行的,嘴里还念念有词地说:“工欲善其事,必先利其器。”一家人看着她煞有介事地样子开怀大笑。

不料,核桃的质量令人很不满意,10个有9个都是空的,婆婆很是气愤。第二天一大早,她就拎着一袋子剥开的和没有剥的核桃去了超市。结果人家超市工作人员说:“没有促销了,厂家走了,退不了。”

回家后,婆婆气乎乎地说:“我才明白,他们促销核桃是幌子,卖夹子才是真的。”我说:“人家那就是一种销售手段,谁也不做亏本的买卖。”婆婆这才恍然大悟。

其实,人往往就是这样,自以为占了大便宜,其实都是吃了大亏。遇到“掉馅饼”的事要多想想,不要让自己吃了大亏才后悔莫及,毕竟天下没有免费的午餐。

(任菲菲)

说:“就当冬天里洗个凉水澡,锻炼身体了。”

这就是工程公司普普通通的一个工作场面,每一名员工身上永远体现着供排水人敬业、拼搏、奉献的工作精神。就是这样的工作精神,这样的工作作风,铸就了我们企业今天的辉煌,更坚定了我们明天会更好的理想信念!

(安晓世)

乘客与生活中一些安于现状、不思进取而又害怕失败的人是一样的,永远只能滞留在没有成功的原点上。他们只能在上车时最初的落脚之处一直站到下车。路易·锤斯说过:那些尝试去做某事却失败的,比那些什么也不尝试去做成功的人,不知好上多少。

人生之路也是这样,固步自封,庸庸碌碌,定然一事无成。倘若我们走出那一步,尝试了,即使失败了也并不可怕。无数成功人士的故事告诉我们:做任何事都不要前顾后顾,只需为之付出行动,主动一些,努力一点,再坚持一下,也许就成功了,因为成功就存在于这一次次的失败之中。

(纪丽艳)

2016年中国科技不容错过的八件大事

决胜“十三五”靠什么?靠创新发展。其中,科技创新是第一动力。2016年中国科技看什么?

事件1:4月发射太空中的临时实验室“实践十号”

由中国航天科技集团公司五院总体部抓总研制的我国首颗微重力科学实验卫星——“实践十号”计划4月发射。“这颗卫星将成为专门用于微重力科学和生命科学的实验平台,为我国空间微重力研究提供新的技术手段。”卫星副总设计师李春华说。“实践十号”是一颗返回式卫星,返回舱将把实验样品带回地球。

事件2:中国航天60周年

今年是中国航天创建60周年。全国政协委员、航天科技集团中国运载火箭技术研究院原党委书记梁小虹在2009年全国两会上提交了关于设立中国航天日的提案,得到数十名两院院士联名支持。提案提交以来,得到高度重视,国家有关部门认真研究、积极推进。

此外,60周年纪念大会、中国航天60年大事评选、中国航天助力“一带一路”发展论坛……精彩活动正在准备中。

事件3:长征火箭“三代同堂”齐登场

今年,新一代大、中型和固体运载火箭——长征五号、长征七号、长征十一号火箭将先后亮相,“老前辈”长征二号丙火箭以及步入“青壮年”的长征三号甲系列、长征二号F火箭也将集体登场。今年中国运载火箭技术研究院所有在研、在役的6个型号火箭预计将执行14次发射任务,可谓“三代同堂”齐登场。这在我国航天史上尚属首次。

事件4:天宫二号、神舟十一号下半年发射

中国载人航天工程办公室宣布:今年年中至明年上半年,实施载人航天工程空间实验室任务,验证未来空间站关键技术。今年第三季度发射天宫二号。神舟十一号飞船将乘载两名航天员,与天宫二号完成对接,并在太空驻留30天。今年的载人航天任务将进入应用发展新阶段,在天宫二号上进行多项实验。

按照计划,我国将于2020年左右实施空间站的建造,中国载人航天工程将进入全新发展阶段。

(下转六、七版报端)

我的电动自行车

电动自行车因其方便快捷的优点,成为许多人出行的代步工具。

2005年3月,当时我还在污水处理厂上班,由于二环内禁止骑摩托车,班里的同事们都买了电动自行车,为了和同事们一起上下班,我也买了一辆。

这是我的第一辆电动自行车,自从买了这辆电动车大大方便了我的出行,无论上下班还是接送孩子,或是走亲访友,风雨中它都载着我安全到达目的地。

这辆电动车为我立下了汗马功劳,我对它也关爱有加。然而再好的电动自行车也会随着岁月的流逝慢慢老化,出现故障。10年来更换了3块电瓶,6条内外胎,1个碳刷还有3个后闸线,这都是自然磨损。就在前几天,它又一次罢工了,给不上电,经检查是右闸线断了,电刷磨损严重也该更换了。看着伤痕累累的电动车,我决定不修了,换一辆新的。

在挑选新车的过程中,看了许多牌子的车,但总是感觉不那么中意,大概是旧车质量过硬,最终还是买了一辆富士达电动自行车,一是出于对该品牌的信任;二是对旧电动自行车的眷恋。

虽然买了新电动自行车,但心里还是充满了对旧车的依依不舍。10年了,跟了我10年的电动自行车,现在我要弃之而去,心里有说不出的滋味,但也无奈,因为家里没有多余的地方停放它,就在我置换新电动车之前对旧电动自行车进行最后的擦拭,邻居对我说:“别擦了,擦得再干净也不会多给你钱。”但我还是仔细擦拭了一番,因为它毕竟陪伴了我10年,为我立下了汗马功劳,它已融入了我的生活,成了我生活中必不可少的一部分。

有时候我甚至觉得我的电动车就和人一样通情达理,我对它好,它就会更好地为我服务,这如同家里的电器和厂里的设备一样,只要你保养到位并合理使用,它就会给你更好的服务。

旧电动自行车虽然置换了,但我会永远想念它,想念它跟随我的日日夜夜、风风雨雨,它会永远留在我心中!

(韩磊)



心声

常备不懈是管乐团持续成长的保障

准备了近半年的德国国际军乐巡演,终于在观众们的掌声中、队员们的欢呼声中落下了帷幕。一直悬着的那颗心,终于落回了肚里。如今,再回头咀嚼其中的种种味道,有甜亦有苦,有收获亦有反思。

今年的出国演出之所以成功,离不开公司领导 and 各部门同事们的支持与鼓励,也离不开团员们和国旗队队员们几个月来的辛勤付出和努力。他们在巡演中,用饱满的热情,精湛的演技和高水平的发挥,为此次巡演画上了一个圆满的句号。

虽然此次出国演出收获颇丰,但也暴露出了一些不足:一是有些同志思想上有所懈怠,觉得出过两次国,对国外的“风土人情”已经非常了解,对演出程序也非常熟悉,因此思想上有所放松,对外界也放松了警惕,结果发生了一些不该发生的事情……为什么前两年出国没有发生这样的事?为什么在今年的演出中却接二连三发生?归根结底,就是大家思想上

新年新起点

呢?如果真的要重复这样的日子,我想我应该会拒绝。

来年即是今年,由于管乐团的发展需要,我和其他几位团员调整了声部,我从木管声部调整到了铜管声部,开始学习吹奏次中音号,这对我来说是一个十分艰难的挑战,毕竟学习了6年的黑管,猛然放下心中十分不舍,但是,为了公司乐团的整体发展,我们都无任何怨言地服从了团里调配。这几天的学习,让我真切地感到吹奏铜管是一件很困难的事情,你需要把原来学木管时的冲破苍穹的孩子终于长大,明白了生活的不易,拥有了一颗平淡的心。所以,尽管充实,却似乎并没有取得太大进步,娱乐颇多,学习颇浅。那么来年

执着

今年的德国巡演,最令我振奋的是《难忘的旋律》军歌连奏,曲中包括了《人民军队忠于党》《毛委员和我们在一起》《弹起我心爱的土琵琶》《大刀进行曲》《我是一个兵》《打靶归来》《当兵的人》等歌曲的旋律片段。

相比另一首《金蛇狂舞》来说,我对这首《难忘的旋律》情有独钟,它虽不如《金蛇狂舞》带有浓郁的中国传统特色,但它是我心中永远难忘的旋律。这几首军歌串联起来就是我们中华民族抗争史、奋斗史,每当军歌旋律奏响的时候,我都会觉得浑身充满了力量,催人奋进。

我们要演奏的就是曲中所表达的一种精神,一种力量。也许在演奏的时候,我们技术方

放松了!这么多年来,我们从省、市各级演出、比赛,到连续6年参加上海音乐节展演,再到连续两次参加德国国际军乐巡演,许多团员伴随着管乐团演出的脚步,走过了全国十几个城市,甚至踏上了欧洲的舞台。就因为有了丰富的演出经验,所以很多人觉得自己已经见过“大世面”的人了,任何环境都可以适应,任何突发事件都可以应对,所以放松了对自己的要求,降低了对外界的警惕性,以至于发生了许多不该发生的事情,甚至差点耽误了行程。

战国著名思想家韩非子在他的《韩非子·六反》中说道:“不蹶于山,而蹶于垤”,其大意是不被大山绊倒,却被小土堆绊倒。管乐团从成立到现在,经历了无数的挫折才取得了今天的成就。还记得乐队刚刚成立时那种艰辛和苦涩:2004年冬,天在市民会馆演出,由于吹得被别人嗤之以鼻;2010年第一次参加上海音乐节获得铜牌时那深深的失落。我想很多老

(李振强)

千里之堤溃于蚁穴。不管什么时候,都要严格要求自己,任何时候思想上都不能放松,否则,小小的疏忽会带来巨大的损失和灾难。

虽然感觉很苦,但是在次中音声部队友们的帮助下,还是很很快进入了状态,通过认真、努力地练习已经可以吹出音节了。

新年伊始,所谓一年之计在于春,2016年的春天我注定要在紧张地工作和乐团练习中度过,我很庆幸和期待这个开端。未来一年我也会为工作和乐团演出而忙碌,或许在外人看来2016年对我而言压力很大,但我却无比快活,因为这是我想要的生活,我不想错过享受这样的幸福。希望2016年我可以有一个全新的进步,至少是可以说服自己的进步,希望人生若只如初见——2016。

(王晓菁)

段话:不积跬步,无以至千里;不积小流,无以成江海。骎骎一跃,不能十步;弩马十驾,功在不舍。锲而不舍,朽木可折;锲而不舍,金石可镂。蚓无爪牙之利,筋骨之强,上食埃土,下饮黄泉,用心一也。蟹六跪而二螯,非蛇鳝之穴无可寄托者,用心躁也。

其实不管是公司还是管乐团,正是有了这段话所说的坚忍不拔、百折不挠的精神,才能在这些年里不断进步,完成了一个又一个看似遥不可及的目标,一步步地走向更大的舞台。在鲜花和掌声的背后,支撑我们走下去的,就是这份执着。我相信,只要我们带着这份执着,公司这个大家庭一定会越来越兴旺。(刘梦)



今年已经是第3次赴德演出了,每次去都带给我不一样的感受:第一年出国,不同地域文化造就的异域风俗,使我们什么事情都感觉到新鲜和好奇。第二年出国演出的时候,因为已经有过一次出国的经历,使我在演出的同时,会用发现的眼睛去留心以前没有注意过的事物。例如,德国人的工作状态以及值得我们学习和借鉴的地方。今年,是我们第3次赴德演出,德国人彬彬有礼的国民素质,认真敬业的工作态度,干净整洁的城市环境,无不给我留下了深刻的印象,使我在音乐方面交流的同时,还在思想认识、工作态度等方面得到了更多的收获。

学习德国人“固执”的工作态度

演出期间,为了不耽误彩排,我们经常比其他队伍提早赶到体育场,有时候剧场的工作人员还没来,打不开休息室的门,我们就只能在走廊等着。这时候,我就会看着那些组委会的工作人员布置后台。其实我挺佩服他们的,几天的演出下来,有时候一天一场,有时候一天两场,频繁的演出使我们每个人都疲劳不堪。他们和我们一样,每场演出都是提前到,最后走,演出中还在不停地忙碌着。可是在我还没有出发的脸上却看不到疲惫,他们穿着统一的T恤,安静地忙着自己的工作。当我看到一个40多岁的工作人员准备一个人搬架子的时候,我想上去帮一把,他赶忙摇摇手,阻止了我的行为。通过手语交流,我明白了他的意思,他说这是他的工作,不需要帮忙,这是他可以完成,并感谢了我的好意。看着他哼着我听不懂的歌曲,快乐地忙着自己的工作,我打心眼里敬佩他的这种工作态度。他并没有因为别人的帮助而生出偷懒的想法,也没有因为枯燥无味的工作而心生怨念,依然快乐地做着自己分内的工作。我想,这就是我们应该学习的工作态度,不懈怠、不消极,以积极乐观的心态认真做好自己的本职工作,就像这名“固执”的德国人那样,用最饱满的热情做好自己的工作。

许多可能不理解,为什么管乐团连续3年出国演出,每年都是这些内容,能有什么收获呢?其实,对于出国演出我们应该这样认识:出国演出不光是为了和其他国家的队伍同台竞技,取长补短,提高自己的演奏水平和音乐素养,更重要的是获得那些演出之外的收获,如眼界、视野、认识、思维方式甚至外语能力,这些都是我们受益一生的收获。

(刘中)



节约用水 人人有责

2月15日,中央一台播报了一篇关于缺水的报道。报道中提到,今年中国的可用水量还不及去年的一半,今年的大旱可能刚刚开始,在厄尔尼诺现象的影响下,可能会夏秋连旱。

3月22日是世界水日。每到这一天,各国都会宣传爱惜水资源,保护生命之水。其实不只在这一天,在生命中的每一天,我们都应该珍惜每一滴水,用实际行动珍爱生命之水。

“水是生命之源,我们要保护每一滴水。”这句话说得没错。如果没有了水,地球就没有了生机活力;如果没有了水,我们这个美丽的世界将不复存在。我们要珍惜每一滴水,珍惜地球母亲的每一滴甘泉。

长期以来,人们普遍认为水是取之不尽,用之不竭的。事实上,中国的水资源十分紧缺,人均占有水资源总量只有2000立方米左右,相当于世界平均水平的1/4。水资源的短缺使得我国节约用水意义突显。

节约用水就要从我做起,从身边的小事做起,改掉用水中的不良习惯。如:用抽水马桶冲掉纸屑或细碎的废物;在水龙头下接水,大家都会和我一样感慨颇多。节约用水不仅仅是一句口号,更应该从一点一滴做起,牢固树立“节约用水光荣,浪费水源可耻”的观念,时

频道,却不关水龙头;洗手、刷牙、洗脸时水流过大甚至是不关水龙头等。据统计一个中等城市每年浪费的水相当于一个洞庭湖的水量,可见浪费水的现象是多么的严重!据专家分析,只要改掉这些不良用水习惯,就能减少70%左右的用水量。这不仅是为了自己省了钱,也是为社会节约了水资源。此外随着工业的发展,水污染成了一个严重且亟待解决的问题,很多工业废水未经处理就排放到自然环境中,直接污染了环境和地下水饮用水资源。想象一下,我们的子孙后代喝的可能是混浊的散发着刺鼻气味的饮用水,这将是多么可怕的一幕啊!

电视上经常播放的一则公益广告,每次看到我的内心都久久不能平静。画面中的那个水龙头,此时正在艰难地往外滴水,滴水的速度愈来愈慢,最终慢慢枯竭了。随之出现的是这样一句话:“如果人类不珍惜水,那么我们能看到的最后一滴水将是我们自己的眼泪。”相信看完这则广告后,大家都会和我一样感慨颇多。节约用水不仅仅是一句口号,更应该从一点一滴做起,牢固树立“节约用水光荣,浪费水源可耻”的观念,时

时刻刻注意节约用水。为了节约用水,我制订了以下家庭节水计划,努力做到一水多用:

1.洗脸用水后可以洗脚,然后冲厕所;家中应预备一个收集废水的大桶,将洗衣等生活废水收集起来,以应对不备之需,如此,一个三口之家每月可节水1吨左右。

2.用洗米水、煮面水洗碗筷,可节省生活用水以及减少洗洁精对餐具的污染。

3.用洗涤剂清洗瓜果蔬菜,需用清水冲洗几次,才敢放心吃,如果改用盐浸泡消毒,只冲洗一遍就够了。

水是生命的摇篮,假如没有水,那么地球母亲就不能孕育出我们人类的子孙万代!水,是生命的源泉,维持着我们的生活。没有水,万物就会消亡;没有水,人类将无法生存;没有水,就不会有秀美的湖光山色……因为有了水,我们的地球才有了无限的生机与活力。我们怎能不将节约用水践行下去呢?

行动起来吧!莫让生命之水,变成悔恨的泪水!用你我的双手让我们的天更蓝,水更绿,花更香,人更美!

(李晚倩)

为了我们人类的生存,节约用水吧

2016年3月22日是第二十四届“世界水日”,3月22-28日是第二十九届“中国水周”。联合国确定2016年“世界水日”的宣传主题是“水与就业”(Water and Jobs)。而我国纪念今年“世界水日”和“中国水周”活动的宣传主题为“落实五大发展理念,推进最严格水资源管理”。其实,不管哪一届世界水日,主题如何变化,最终目的是警示人们不浪费水,珍惜水!

由此可见,水资源对于生活在地球上的我们是多么的重要,我们作为地球的一名生存者,要自觉行动起来,珍惜水资源。有人做过统计,要是我们每人每天节约一滴水,就是80亿滴水,也就是8000升水,那么一年可以节约2920000升水,它可以让一片荒原变成绿地。多么令人震惊的一个数字啊,我们怎能任意地浪费每一滴水?保护环境,人人有责。其实,“节约用水”并不只是一句口号,我们应该从一点一滴做起,比如:我们可以用淘米水浇菜。这样不仅能节约水,还能清除蔬菜上的农药残留;还可以用淘米水、煮过面条的水洗碗,去油又节水,一举两得;在夏天给室外地面洒水降温时,可用洗衣服之后的洗衣水,尽量少用清水;洗车时不用水冲,而改用湿布擦;选用节水喷头淋浴,学会调节温度,不要将喷头的水自始至终地开着,更不应敞开着……只要你对水心存敬畏、感恩,那么“节约用水”就会化作你的自觉行动。

为了我们人类的生存,节约用水吧!如果我们人类从现在开始节约水源,保护环境,人类看到的最后一滴水将是自己的眼泪。而我国更是一个严重缺水的国家!虽然我国水资源总量位居世界第6,但人均占有量居于世界第110位,接近中度缺水水平。我国目前年均水资源量为28000亿立方米,按14亿人口计算,人均占有水量为2000立方米左右,只占世界平均水量的1/4,不到加拿大的1/50,俄罗斯的1/7。美国的1/5。况且,我国的淡水资源并没有都能够得到有效的开发与利用,能够被利用的水资源仅为11000亿立方米左右,而随着我国的经济发达,水资源的供给将会面临更大压力且开发难度也会继续加大。水利部

(孙彦博)



2、应根据水箱(池)的材质选择相应的消毒剂,不得采用单纯依靠投放消毒剂的清洗消毒方式;

3、水箱(池)清洗消毒后应对水质进行检测,检测结果应符合现行国家标准《生活饮用水卫生标准》GB 5749的规定;

4、水箱(池)清洗消毒后的水质检测项目至少应包括:色度、浑浊度、臭和味、肉眼可见物、PH、总大肠菌群、菌落总数、余氯。

三、二次供水设施管理

为更好地进行二次供水管理还应做到以下要求:

1、管理制度、安全操作规程、五病调离制度要明确,且挂于墙上醒目位置;

2、严格执行五病调离制度,并有相关记录;

3、要做到设备运行有记录(包括电压、电流、水压、水量等),相关资料保存3年以上。

(李景森)

2016年中国科技不容错过的八件大事

(上接五、八版报道)

事件5:量子“魅力”爆发

全球首颗量子科学实验卫星已完成载荷、平台产品研发,正在对发射星集成测试;量子通信“京沪干线”已完成1554公里主干线光缆勘查和改造,将进行二期现场实施建设……由全国政协常委、中国科技大学常务副校长潘建伟团队担纲的两大量子项目进展顺利,将于今年建设完成。

“如果这两件事都做成了,意味着一个天地一体化的量子通信网络雏形形成,验证了技术上的可行性。”潘建伟说。

事件6:C919将翱翔蓝天

中国人的大飞机终于要展翅高飞了。全国政协委员、大型客机项目总设计师吴光耀说,为什么取名C919?C是中国China的首字母,也是中国商飞COMAC的首字母。第一个9指天长地久,19代表我国首型大型客机最大载客量为190座。

事件7:“高分”家族将添新丁

中国十六个重大科技专项中有一个“天眼工程”——高分辨率对地观测系统专项,简称“高分专项”。今年下半年,高分项目将再添新丁——具有1米分辨率,全天时、全天候对地观测能力的雷达遥感卫星高分三号。

据国防科工局局长、国家航天局局长许达哲介绍,我国力争到2020年形成具有时空协调、全天时、全天候、全球范围观测能力的高分辨率对地观测系统。

事件8:世界最大单口径射电望远镜“开眼”

贵州黔南布依族苗族自治州平塘县一个“大窝凼”里,世界最大单口径射电望远镜——500米口径球面射电望远镜(FAST)预计9月竣工,开始探索宇宙深处的奥秘。

中科院国家天文台副台长郑晓年表示,FAST突破了射电望远镜的百米极限,它拥有30个足球场大的接收面积,它将在未来20至30年保持世界一流设备的地位。

FAST可能搜寻到更多的奇异天体,用来观测脉冲星,探索宇宙起源和演化、暗物质暗能量、星系与银河系的演化等等,甚至可以探索星际通讯信号,开展对地外文明的探索。

(来源:新华社)

早春新意

农语说,春打六九头,七九河开八九燕来。现已进入七九了,天高气爽,艳阳高照,大地初绿。但个别的地方,春光乍泄欲暖还寒。一些地方,杨柳开始发芽,春风吹拂到脸上已没有寒意。人们传承着春捂秋冻的古训,依然穿着棉衣,候望着暖春过来卸去冬天的疲惫。

今年的早春与往年有些不同,天气一下子就转暖了,一连几个大晴天,贪婪地一点不剩地搜走了冬日里的冰雪严寒。料峭的晨风也没有了冬日那刺骨般的凛冽,天空也散去了冬日里的灰黄。地上的一切,仿佛等不及了似的,纷纷探出头来张望,看春天是不是真地来了?早春时节的春草之色是很娇贵的。“新年都未有芳华,二月初惊见草芽”。严冬方尽,余寒犹

厉,突然看到这美妙的草色,我心头不由得又惊喜。这一些些轻淡的绿,是现在大地唯一的装饰,可是到了晚春怕怕柳条儿绿得再好,人们也无心观赏,或许是因为那时人们已没有那一种新鲜感了吧!现在虽然柳枝还没有抽芽,但枯枝已泛青绿。经过前几天春雨的滋润,全然生命复活了的样子。

早春里的阴霾与湿冷,终抵不住节气的驱赶,悄然而去了。清晨,我们不再舍不得暖暖的背窝,不再用强迫的方式使自己起床。经过前几天春雨的滋润,天空格外的晴与蓝,那透过白云的阳光尤其的暖。在一张熬了一冬的孩子们,早已按耐不住对阳光的渴望,欢快地跑到了大街上。尽管,石家庄的春天还有点寒意,但也并不能防

幸福就在身边

记得小时候,把过年过节视为幸福的事,那时节谁家的日子都过得紧巴巴,也只有到了过年过节孩子们才有肉食可吃、新衣服可穿,这当然幸福了。当长大成人了,再问幸福是什么?怎样才称得上是幸福?你要是问一千个人来回答,那肯定就会有一千种乃至过千种的答案。可依我说,幸福是一种感觉,幸福是一种心境,幸福与不幸福取决于每个人的人生态度。正如法国18世纪伟大的启蒙思想家、哲学家、文学家卢梭所说:“真正的幸福是不能描述的,它只能体会,体会越深就越难以描写,因为真正的幸福不是一些事实的汇集,而是一种状态的持续。”

实际上,幸福不是给别人看的,人过的幸福与否也只有自己知道。我们生活在这个社会上,绝大多数人都是平凡的,每天都一样过着柴米油盐酱醋茶的生活,每天为了这种简单的生活而忙碌着。但是,很多人都觉得自己是幸福的,对他们来说每天下班后和家人其乐融融地吃顿饭、和家人朋友聊聊天工作中的开心或是不开心的事就是无比幸福的事。但凡人们都会觉得每每所获得的幸福感都是暂时的。因为,追求更高的人生幸福目标是所有人的天性。所以,要想获得持续的幸福感,就必须满足更多的渴求。当然追求幸福,必须建立符合自己实际的目标,不可好高骛远,不必为目标所累而患得患失,只要保持一种积极向上的心态就够了。其实,幸福的含义是由生活

积极的态度是做好工作的前提

态度决定一切。我们在生活中会遇到各种各样的问题,而解决这些问题的方式往往取决于我们抱以怎样的态度来对待。工作中也是如此,如果我们不能正确对待工作中的问题,就会影响到工作情绪,从而导致工作效率低下。

回想刚步入工作岗位的时候,一切对我来说都是全新的开始。工程公司的工作让我有时有些难以接受,心理上的落差也很大,每天的情绪都很低落。记得有一次,我跟着一些公司的师傅们去砌井,算这次干活对于当时的我来说,算是一次大活,因为之前都是去干一些刷池子、刷漆、画线这样的活。我负责小工的工作,给大工递砖

碍我们对春天的渴望与等待。为了不浪费这大好的蓝天与暖阳,只要一有空,我便和家人到小区花园里散步,贪婪地吸收早春的新鲜空气,爸妈悠闲地坐在小公园的藤椅上,懒洋洋地沐浴在阳光底下,我和老公带着宝宝在园子里嬉戏玩耍,那时不时传来的宝宝咯咯地笑声,让我顿时感到幸福满满的。快到中午的时候,园区里的人们渐渐多了起来,老人们带着孩子陆续出来了,老人们在亭子里安详地晒太阳,孩子们在草坪里疯狂地嬉戏打闹,真是一副快乐而祥和的画面。再看看来来往往的人儿,那张张大大小小的脸盘,全都洋溢着灿烂无比的笑容。孩童们的游嬉声,大人們的谈笑音,显得是如此协调,这感觉真好,

真想就这样一直下去。

早春来临,阳光绚烂,欢声笑语,这是美好季节的开始。人们把春天看作美丽的姑娘。早春时节,我们虽然还看不见春姑娘,但我们可以感觉到她的温柔无处不在,早春是万物的开始,饱含着暖意与幸福。虽然燕子还没有出来在阳光下飞舞剪刀,桃花还没有露出绯红的脸腮,田野里的麦苗还没有泛青,但春天的一切还会远吗?

早春,是充满朝气的季节,撒下希望的季节……早春就如人生的童年一般,是多姿多彩的。它流动着生命的旋律,吐纳着天地的气韵,孕育着希望的花苞,在不知不觉中,飘落到了人间,演绎出一个多姿多彩的诗一样的世界。

(高向楠)

感谢给我温暖的人,感谢批评我的人,感谢带给我失意的人,正是他们教会了我成长,教会了我感恩,磨练了我。

生活就是个寻寻觅觅的过程。每天早晨走在去公司的路上,我都会总结昨天工作中的不足之处,思考怎样做好今天的自己,也感恩工作中的不足,让我清楚认识到自身的缺点,并将之弥补。

感恩生活,正是因为生活的经历,让我更加珍惜现在的经历。在岁月的季节里绽放自身的美丽,诠释着新的含义。

怀揣一颗感恩之心,生活会更加美好。(马博)

(刘燕)

生活中的奇思妙想

枯木

秒针

枯木上生出了一大片木耳,可它依然什么都听不到。不是因为老朽,只是因为那些耳朵没有一只不是它自己的。

秒针在表盘上跳跃得最欢,它声称是自己带动了全局。可人们偶尔看它一眼,只是想知道——自己的表还走不走。

(张淑惠)



(孟雅雯)

感恩生活