

总第 1148 期

内部资料 免费交流

2009年11月17日 星期二 农历己丑年十月初一

山西省连续性内部资料 准印证第 B172 号

总编辑 孙建康

铝

本报讯 (记者 曹小刚) 11 月 14 日,山西分公司召开了设备管理改革暨 结构调整调研会,对分公司设备管理改 革和结构调整进行了讨论。山西分公司 总经理马达卡、副总经理裴卫东以及装 备能源部、人力资源部、企业文化部有关 负责人,各二级单位主管设备厂长及设 备管理相关人员参加会议。

会上,氧化铝一、二、三、四分厂,80 万吨氧化铝厂、热电分厂、水电分厂、检 修分厂、石灰石矿、煤气分厂、运输部、计

控室、技术开发部、装备能源部分别对本 单位本部门设备管理现状进行了分析, 重点介绍了各自的经验和做法,提出了 目前在设备管理方面存在的问题,就如 何调动员工积极性,如何推进设备管理 改革和结构调整提出了意见和建议。

马达卡肯定了各单位的讨论发言,希 望加强沟通交流, 互相借鉴好的经验做 法,提出促进分公司设备管理改革及结构 调整的意见和建议。他强调,推进分公司 设备管理改革和结构调整, 职责必须明

确,要看到目前存在的问题,通过管理改 革加以解决,达到提高工作效率的目的; 在企业生产经营中,每个人都要发挥自身 优势,成为不可替代的"主力";要增强对 "人治"和"法治"的理解,通过不断完善管 理制度,依靠制度实现企业管理;要充 分调动员工的积极性,通过正确的方 式方法增强员工的主观能动性, 使每 个员工都成为"能人",最大程度的发 挥每个员工的工作能力,全面推进分

本报讯 10 月 27 日至 11 月 9 日, 山西分公司以贯 彻落实中铝公司企业管理经验交流会和氧化铝、电解铝 结构调整专题会精神为契机,广泛开展了企业管理调研。 旨在把全体员工的思想和行动统一到两个会议的重要精 神上来,把智慧和力量凝聚到企业结构调整、管理改革的 中心任务上来,集思广益寻找企业在生产经营管理工作 中的短板,探求解决问题的思路、方法和措施。

为确保调研效果, 山西分公司成立了企业管理调 研组,分成5个小组,先后与所有中层干部、科级干部 和每个车间、科室的员工代表进行座谈,共召开座谈会 105 场,参加人员总计 1591 人次。

调研会上,与会人员以企业提高竞争力、降低完全 成本为中心议题,围绕企业管理改革、结构调整、强化

> 管理、机构人员设置等问题展 开热烈讨论,并进行了深入剖 析,对如何解决问题提出了各 自的意见和建议。通过企业管 理调研,广大干部员工对中铝 公司广西分公司会议精神有 了深刻的理解,对实现结构调 整和管理改革的重要性、紧迫 性有了充分的认识,进一步理 清了结构调整思路,凝聚了广 大干部职工的智慧和力量。

(本报报道)

## 实施结构调整 推进管理创新

体推进,逐步达标。

# 东兴西旺提前供热温暖千家

个别供热不足问题正在紧急处理中

日,记者从东兴、西旺两个物业部了 解到,由于天气寒冷,两个物业部从 11月10日开始对生活区进行供暖。 经过几天来的查漏堵漏和升温调试, 目前企业所有生活区的集中供热系 统保持平稳运行,大部分住户室内温 度达到20度左右,由于管道堵塞等 情况个别住户出现供暖不足,物业部 正全力组织人员进行处理。在整个供 暖期间,两个物业部将随时处理出现 的供暖问题,确保供暖系统稳定运 行,确保供暖工作取得良好效果。

今年供暖,东兴、西旺物业部做 到了及早动手,提前一个月召开保供

本报讯(记者 曹小刚)11月16 暖动员会,安排布置今年的供暖工 作。目前供暖面临的主要困难是由于 生活区供暖管道老化出现漏点多、爆 管多的问题。为此,东兴物业部采取 了"统一指挥、加强巡检、堵漏查漏、 协调配合、严格考核"的措施,以调度 为龙头,维修中心、机动科成立保镖 队,各管委会加强配合,电、钳、焊工 协同作战,分片包干,责任到人,在以 太华交换站为主的生活区打响了"歼 灭战",确保无漏点,对以朝霞交换站 为主的辖区供热管网进行地毯式的 排查,打响了"巷道战",以确

保供热暖流流向千家万户。由 于辖区住户多,供热管道压力

相应增大,从开始供暖以 来,西旺物业部已处理室 外爆管 11 起、室内爆管 37 起,陆续接到辖区居民的 报修活 60 余件,已处理完 成70%,其余的30%正在

公司管理改革创新及结构调整工作。

处理当中。维修中心成立了抢修队, 实行全员不休息,干部24小时值班制 度,要求处理问题昼夜不间断。目前, 供热管道压力基本保持正常。

记者在采访中还了解到,由于个 别住户在装修房屋时私自改动了供 暖管道,影响到整个楼门的正常供 暖,还有因管道堵塞,需对住户家中 管道或对一楼住户的进户管进行排 查,住户不愿拆掉房屋装修以致影响 到对供暖不足问题的及时处理,部分 类似的问题正在协调解决当中。

本报讯 (记者 芦莲莲) 为进一步推进交警大队执法规 范化建设,引导广大民警牢固树立法制意识、责任意识和理 性、平和、文明、规范执法的理念,提升交警队伍的执法水平, 11月14日下午,运城市公安局禹门分局交警大队举办法律 法规知识竞赛活动。通过竞赛活动,旨在检验大队民警对常 用法律法规知识"一口清"熟练掌握及学习情况,同时为参加 运城市交警系统知识竞赛打好基础。

本次竞赛活动采用必答题、共答题、抢答题和风险题四 种题型,来自大队秩序科、事故科、一中队、二中队的12名队 员,围绕《中华人民共和国道路交通安全法》、《中华人民共和 国交通安全法实施条例》、《山西省实施 < 中华人民共和国道 路交通安全法 > 办法》等内容展开了激烈的竞赛。活动充分 展示了禹门分局交警大队民警认真学法、正确用法、规范执 法的风采。

次历史纪录。目前,水泥厂正按照达标达产目标整

兴企战略,不断提高企业抗风险能力。2007年9月、 2009年元月经过省经委、省国税局、省地税局、省环

保局、省质监局和山西省建材行业专家的审定,山西 铝厂水泥厂生产的硅酸盐水泥熟料产品技术指标符

合国家标准,产品质量达到国内同类产品先进水平,

废渣掺兑量达到财政部、国家税务总局关于资源综

合利用符合免去增值税的要求, 从 2007 年 12 月份

起,山西铝厂生产的水泥产品全部免税,成为山西省

一家水泥

产品全部免

税的企业;从

2009 年元月

起,山西铝厂

水泥厂的熟

料也全部免

税。2008年,

水泥厂充分利用国家免税政策,大力实施名牌



本报讯 (记者 曹小刚) 晋铝建设有限公司积极 克服人冬后第一场雪对翠溪区住宅工程建设造成的影 响,在下雪的两天时间里,翠溪南北区两个项目部主抓 了包括施工资料的整理、冬季施工物资的准备等工作, 同时积极采取措施, 拉来渣石铺垫施工现场泥泞的道 路,保证运输车辆顺利通行;购买了草帘子、毛毡、彩 条布等覆盖物,同时燃起煤炉,保护混凝土构件不受 冻;对所有施工人员进行冬季安全施工培训教育,保持 施工人员思想稳定;每天3次测量大气温度,根据气温 变化及时调整施工作业方案; 组织人员及时清扫作业 面上的积雪,为加快施工进度创造条件。在具备了施工 条件后,翠溪区工程建设开始了全面抢进度。

11月16日,记者从施工现场了解到,大约1200名 施工人员分布在南北两区各个作业面上。由于气温降 低,所有工程均采用冬季施工方案,混凝土砂浆全部添 加防冻剂,以确保工程建设质量。晋正监理公司的监理 人员实行24小时跟踪服务制度,强化施工过程验收, 跟踪检查施工作业,做好相关服务工作,确保翠溪区住 宅建设这项企业领导关注、广大职工期盼的民心工程 质量不减,进度不缓。

山西铝厂水泥厂是山西铝厂的重点支柱产业 之一,目前是河津市境内规模最大的新型干法水泥 生产企业,拥有一条日产 1500 吨熟料年产 60 万吨 水泥的生产线,总投资约1.4亿元,于2003年6月 建成投产

建厂6年来,在总厂领导的亲切关怀和部门的 大力支持下,水泥厂由小到大,由弱变强。坚持以调 度为中心的生产组织指挥,实行运行检修良性互动 管理,建立生产销售不间断联系制度,严格执行最低 台产考核管理办法,积极开展"产量争第一,指标创 新高"活动,不断提高设备运转率,确保完成产量任 务目标。

耗和熟料消耗上下功夫,组织全厂员工对建厂以来

堆积的熟料和原煤进行了全面彻底的清理, 共清理

沉积物料千余吨,全部返回生产流程重新利用,开展

了"节约一滴水、一度电、一张纸"活动。长期以来,水

泥厂坚持"应修必修,修必修好"和"不该花的坚决不

花"的费用从紧政策,严格控制费用,节约开支,使节

能降耗观念深入人心,把节能降耗目标落到了实处。

力,2009年,水泥厂对预均化堆场和熟料窑系统进

行了扩容改造。改造后年熟料生产能力由过去的40

万吨增加到 50 万吨,熟料强度达 56Mpa 以上。改造 结束后,为尽快达标达产,山西铝厂和水泥厂相继

召开了达标达产、扭亏增盈动员会,要求从8月份

起达标达产,年底实现扭亏为盈。为此,水泥厂狠抓

各项管理,坚持每天两次碰头会制度,重点通报产

量、质量完成情况及消耗情况。主体车间每天检查 各班作业条件及效果,每周召开一次窑操交流会,

对影响产量指标完成的单位严格考核。同时,加强

了劳动纪律、工艺纪律抽查,每周检查不少于6次。

经过全厂员工的共同努力,技改试车以来共刷新 15

为了适应市场的发展需要,不断提高自身竞争

2008 年 面对全球性 的金融危机, 水泥厂立足 自身,深挖潜 力,努力降低 成本费用,在 降低煤耗、电

# 诚信为本 创新求强

-山西铝厂水泥厂发展侧记

● 薛国刚

晋铝水泥一举成为山西省名牌产品。

水泥厂党总支紧密结合生产经营实际,发挥政 治工作优势,围绕中心选题目,融入中心做文章。-抓思想,促队伍稳定;二抓作风,促形象转变;三抓活 动,促士气提升。通过"三抓三促",加强党的建设,开 展适合生产特点的各项活动,为生产经营保驾护航,

促进了达标达产目标的实现。 6年来,山西铝厂水泥厂坚持"诚信为本、质量第 客户至上"的经营理念,严把原料进厂质量关,实 行分类进厂、分堆存放、分别入库、按比例配料等科学 合理的办法,保证了生料质量,稳定了熟料质量,确保 出厂水泥合格率达 100%。在认真贯彻各级质量标准 的同时,还与陕西秦岭水泥有限公司及武汉理工大建 立了常年的技术合作关系,产品目前已通过 ISO9000 产品质量认证,2004年水泥厂被山西省运城市建材 产品质量监督站评为"2004年度质量检验合格单位", 2005 年获"运城市用户满意产品"荣誉,2006 年、2007

年被评为省 改革发展中的晋铝 建材行业优 秀企业。

PDF 文件使用 "pdfFactory Pro" 试用版本创建 www.fineprint.com.cn



晋铝安装公司成立 于 1999 年 6 月,隶属山 西铝厂,拥有冶炼工程 施工总承包贰级、钢结 构工程承包贰级、防腐 保温工程专业承包贰 级、起重设备安装工程 专业承包贰级、炉窑工

标准接轨。

程专业承包贰级、房屋建筑总承包叁级 企业等多项施工资质。公司还拥有特种 设备锅炉安装、压力容器制造、压力管道 制作、起重机械安装与维修等专业资质。 经过多年的冶炼工程总承包和房屋建筑 施工的磨砺,锻炼出一批优秀的施工队 伍和管理团队。1999年通过了 ISO9001 国际质量管理体系认证,2004年通过了 "质量、职业健康安全、环境"三位一体化 国际管理体系认证,实现了管理与国际

## 生产经营稳步提高

今年以来,晋铝安装公司在山西铝厂 的正确领导下,按照《厂长工作报告》安排 部署,围绕年初职代会确定的目标与任 务,坚持学习实践科学发展观,深入挖潜 增效,提升内部管理,加大市场开拓,先后 完成了氧化铝五蒸发一组改造、蒸发系统 循环水改造、单套管预热器改造、水泥厂 1400吨/日熟料生产线技改工程、介休产 业基地等工程建设。

## 新业务拓展初露锋芒

巩固老阵地,进军新领域,拓展新业 务,占领新市场。

-制造安装华丽生产线。在一无图 二无制造经验的情况下, 晋铝安装公

# 涛 头 挺 立 弄 潮 儿

## 晋铝安装公司生产经营创佳绩

●焓熵

司大胆承接晋铝华丽新增生产线制安项目, 自己测绘、自已制作,实现了一次试车成功, 不仅为晋铝华丽节约了投资,而且为公司开 拓了新的利润增长点。在此基础上,晋铝安 装公司又在天津港口建设一条新的华丽生 产线,目前已完成制安,投入生产。

-紧抓山西铝厂多元化发展机遇, 积极承接新型环保建材节能建筑推广项 目。公司承担的节能建筑环保建材产业基 地办公楼,运城、新绛住宅楼,下化学校等 项目,工程质量、服务形象等均得到了监 理方和业主的好评。

——抓住铝行业技术革新、优化流程、 节能降耗的行业机遇,发挥公司专业化施 工优势,积极争揽行业内部电解槽节能、 节电技术改造推广项目。目前晋铝安装已 承接华圣公司电解槽改造任务, 年内将完 成5台电解槽新技术改造工程。

-试制宏泰砖厂模具。目前公司正 在对所选用材料进行分析、比较,对其加 工工艺进行试验,试验成功后,将会为宏 泰粉煤灰砖的产业扩张提供技术保障。

## 科学发展前景广阔

实践出真知,磨砺试锋芒。随着成长 壮大,晋铝安装将不断加强自身建设,努 力提升管理水平,适时提高资质等级,向 人员精干高效、管理资源 齐备、项目管理能力强、 流动资金雄厚的管理型

一做好建筑安装 主业。攻固现有市场,实 施"走出去"战略,在做好 风险评估的同时,跨行

业、跨地区承揽工程项目。

——发展制造业,拓宽修理业。充分 利用现有资源,积极承揽各类非标设备制 作、备品备件加工及修理任务,特别是铝 行业新技术开发、新工艺推广和节能建筑 环保建材产业方面的设备制作维修任务。

-建立介休、兴县两大施工基地。 按照"基础建设一更新改造一设备制造维 修一后续服务"的市场占有模式,干一项 工程,占一块市场,树一座丰碑。

回顾过去, 晋铝安装公司所承担工 程项目先后 16 次荣获部优工程奖、3 次 荣获国优工程银质奖。展望未来,晋铝安 装公司如同一颗冉冉升起的新星,成为 山西铝厂建设工程的主力军和新的经济 增长点。在山西铝厂的正确领导下,晋铝 安装贯彻落实科学发展观, 积极实施低 成本领先战略,沿着"保证质量、优化服 务、提升档次、做响品牌"的新思路,攻坚 克难,再创辉煌。



本报讯 近日,晋铝 现代A座住宅楼民用煤 气一次性输送成功,为居 民早日乔迁新居创造了 有利条件。

东兴物业部为晋铝 🌙 现代A座住宅楼煤气输 送作了充分的准备工作。 小区管委会提前将室内 🥕 门窗打开, 疏散群众,保 障煤气输送安全可靠。民 用煤气车间工作人员认 人名 气 按照"安全第一、规范作 业、谨慎工作"置换原 则,经过复压、送气、置 真检查,精心操作,严格 换、点火等工序,最终将 / 送 民用煤气成功输送成 🔀 功。至此,晋铝现代高层 住宅小区水、电、暖、气、 宽带、闭路等配套工程 全部安装完毕,标志着 山西铝厂首个高层住宅 🗲 🗷 小区全面建成, 具备整 体入住条件。(王中生)

 $\triangleright$ 座

M

反定

本报讯 为进一步加强成本控制,在 绿化用苗方面做到自产自销,近日,园林 绿化工程有限公司利用冬季育苗的大好 时机,克服人员少、天气寒冷等困难,组织

全体员工利用节假日在苗圃开挖育苗床, 扦插了黄杨、小叶女贞、金叶女贞、月季等 四个品种约四万棵苗木,为今后绿化工程 用苗自产自销做好了充足准备。

(李 敏)



11月10日,氧化铝四分厂18名员工冒雨卸碱,经过2小时的紧张 劳动,共卸纯碱70吨。自10月下旬以来,四分厂共组织人工卸矿、卸碱 1440吨。图为卸碱现场。 摄影 李亚峰

从蹒跚学步开始, 我们离 开母亲的怀抱,摇摇晃晃地开 始了自己人生道路上的行走。 生命历程中不难发现,正是凭 借"安全"这个拐杖,我们才拥 有充满阳光的生活。

大家都知道,企业 正在争创一流,一流的 企业要求有一流的管 理、一流的设备、一流 的技术、一流的队伍、 一流的效益, 而诸多 "一流"的前提是安全 第一,没有安全就没有 一切。和企业员工一 样,我也接受过安全知 识教育,学习过安全规 章制度。但发生在身边 的安全事故让我震撼, 血的教训就存在于你 我的周围。那一刻起我 知道了,安全不应只写 在纸上的,而是应该写 在心中的。

安全是对他人、企业负责, 更是对自己负责。安全事故的发 生,究其根本原因是由于责任人 没有从根本上树立"安全第一" 的意识,没有将安全真正放在心 的心中。

上,安全教育没有真正触及到他 们的灵魂。要杜绝此类事故的 发生,就需要职工从思想上真 正认识到消除不安全因素的重 要性,认识到安全与生命财产

息息相关的道理,从"要 我注意安全"转化到"我 要注意安全"

生命对于每个人来 说只有一次, 我们没有 理由不珍爱生命。我们 应牢固树立"安全第一、 预防为主"的思想,杜绝 "三违"现象的发生,提 高安全意识, 增强安全 责任心,时刻绷紧"安 全"这根弦。没有安全, 谈不上个人的生存;没 有安全,就没有企业的 发展;没有安全,我们的 幸福更无从谈起。为了 你,为了我,为了我们企 业美好的明天, 让我们

安全, 关爱 生命, 把安 全真正写在 我们每个人



# 氧化铝三分厂

# 新建 220 吨节能型蒸发器即将投用

本报讯 近日, 氧化铝三分厂 新建 220 吨节能型蒸发器进入联 动试车阶段,即将投入生产。新建 蒸发器包括 1 组蒸水能力为 220 吨 / 小时的 6 效管式降膜蒸发器 加1效强制效排盐蒸发器,以及独 立的循环水系统, 热利用率高, 汽 耗有了大幅度降低,投产后每年能 节约4万8千吨标准煤,节能降耗 效果显著。

自 4 月份开丁建设

以来,三分厂积极配合施工单 位,精心组织、合理安排、抢抓工 期,经过6个多月的连续奋战, 新建蒸发器工程顺利完工。为了 保证蒸发器一次试车成功,确保 11 月底前全面投入生产,分厂成 立专门投料试车技术小组,全面 展开单体试车、联动试车、复核 试验和各项准备工作。在保证生

产稳定的前提下,分厂同施工单 位密切配合,克服天气寒冷等困 难,昼夜奋战。针对单体设备试 车过程中暴露出的工艺、设备等 问题,技术小组坚持小问题不过 夜、大问题不等待的原则,顺利 完成单体设备试车,为蒸发器迅 速投入生产创造有利条件。

(黄艳玲 樊海啸)

★ 11月16日,检修 分厂全面开展冬季五防 专项检查。检查面向所有 施工现场,逐区域、逐项 进行检查,确保冬季安全 (张安泽)



★ 近日,氧化铝一分 厂检修车间按照专人更 换、专人确认、专人回收的 换油方案, 在规定时间内 完成季节性润滑油更换工 作,做到废油全部回收。

(杨俊廷 王颖)

★ 近日,氧化铝二分 厂对 15 名负责基础管理的 科级干部和管理员进行闭 卷考试,旨在提高学习积极 性,促进管理水平提升,夯 实管理基础。 ( 孙 英 )



★ 针对冬季天寒雪 多等气候特点,运输部车 务段对调车组人员进行安 全生产《行规》、《安规》培 训, 牢固树立安全运输无 小事思想,确保冬季安全 生产无事故。(柴徐吉)

# 热电分厂多项措施保供汽

本报讯 进入冬季采暖期,热电分厂以山西 分公司结构调整和管理改革创新为契机,严格生 产调度指令,及早动手、周密部署,确保生产生活 的汽电供应

作为蒸汽供应的主力分厂,热电分厂加强节 能降耗工作,平衡炉机负荷、经济运行,坚绝杜绝 跑、冒、滴、漏现象,确保生产经营各项指标任务 的完成。同时加强岗位劳动纪律检查,将计算机 管理检查纳入劳动纪律检查内容,促使员工出满 勤、干满点,为企业改革创新献计献策。针对当前 调整结构特殊时期,分厂班子成员深入车间、班 组,走进职工群众,进行正面引导,作好职工的思 想政治工作,确保生产安全。 (吕建杰)

我们如何才能补强安全生产中的"短板"? 笔者认

一只木桶能装多少水,不是取决于木桶最长的那 块木板,而是取决于最短的哪块木板,这就是"短板效 应"。同样,对于生产企业来说,要想确保安全生产无事

故,关键在于找 准其中最短的那 块木板,那么安 全生产最短的木 板在哪里? 短板 就在于职工的安 全意识不强。

# "短板效应"与安全管理

● 刘德存

思想意识决定人的行为,往往事故的发生大多是 "差不多"造成的。许多职工在工作时表现出习惯性违 章,一种"干惯了"的思想早已根深蒂固。正是因为这 种麻痹大意的思想,最终酿成了事故。如果每个职工 都能够再认真一点、再多看一眼、再多检查一遍,事故 自然会远离我们。

为,首先应加大培训力度,让生产一线的职工懂得"安 全无小事"、"事故无偶然"的道理,现场安全管理人员 要在作业标准化

和现场管理上求 实、较真,查出生 产过程中的危险 源,加大对现场 作业过程中危险 源管理力度。与

此同时,管理者还要正确教育、引导职工认清安全形 势,牢固树立安全第一的理念,时 时刻刻绷紧安全这根弦,这样,安 全生产才能得到保障,才能确保 "短板"变成"长板",从而促进企业 持续健康地发展。



管理茶座



# 降本增盈的排头兵

-记热电分厂生产调度科共产党员杨书庆

在深入学习实践科学发展观活动期间, 热电分厂生产调度科主任杨书庆坚持学习 理论知识和专业技术知识,努力践行科学发 展观,不断提高自身的政治理论水平和业务 能力,不断增强党性修养,钻研技术,在企业 挖潜增效、控亏增盈攻坚战中献计献策,扎 实工作,做出了积极贡献。

主动请缨,制定经济运行方案。在山西 分公司实行弹性生产组织期间,热电分厂如 何组织实施方案,以"挖潜增效、控亏增盈" 为中心的主体设备技术经济评价首当其冲。 作为生产调度科主任和锅炉专家,杨书庆主 动请缨,承担了此项任务。经过周密细致的 统计分析和计算,得出了锅炉和汽轮机的运 行效率,在翔实的数据基础上,他大胆提出 了首选二期锅炉运行,全部利用热效率最高 的背压发电机组运行、凝汽式发电机组退出 运行的生产调度方案,被分厂决策采纳;在 此基础上,他制定了氧化铝各种运行方式下 的汽电平衡优化方案,有力保证了在氧化铝 "113"、"202"和全面复产阶段,热电从容应 对,始终保持适应氧化铝生产的热电最佳运 行模式

深入现场,不断优化运行方式。在氧化 铝"113"方案实施初期,杨书庆带领生产调 度科对各项消耗进行班班核算、天天通报。 随着 4号、5号锅炉脱硫改造的结束,他及时 提出了热电集约化生产的建议。他主持制定 并组织实施了锅炉"040"、汽机"030"运行方 式,大幅减少了公用系统设备运行台数,柴 油、动力煤和用电量大幅降低,取得了显著 的经济效益。

在控亏增盈攻坚战中,他着眼全局,大 胆创新,积极寻找重点突破口,从回水系统、

化学水处理系统、热网系统、压缩空气系统 等环节入手,提出了多项改造建议,并被分 厂采纳实施。通过对新老系统化学水处理工 艺差异的比较核算,他提出全停新系统水处 理的运行方案,大胆改造工艺系统缺陷,利 用废旧管路,仅花费1.1万元,实现了回水高 效利用的更新改造。措施实施后,日节约新 水 3000 多吨, 节约用电 200 kwh

技术改革,取得良好的经济效益。为了 进一步降低生产成本,他打破常规,率先提 出了再增加一条供汽通道的运行方案,得到 了分厂的高度重视,受到分公司、总部的认 可。供汽通道实施成功投入运行后,热电分 "110"运行方式转化为集约化生产的 "020"方案,用电量消耗和产汽电耗大幅度 降低,经济效益明显提高。

为了进一步降低产汽煤耗,他坚持每天 不少于两次到煤场督导,组织科学储煤、合 理配煤。他结合弹性生产实际,主持制定了 新系统锅炉次高压运行方案,尽最大可能降 低消耗。方案实施后,新系统锅炉产汽煤耗 降低了 34kg/T- 汽; 产汽电耗降低了 0.6kwh/T- 汽,每天节约原煤约 190 吨,节约 用电量约 2500kwh

一份耕耘一份收获。杨书庆以他技术过 硬、勤于思考、勇于创新、吃苦耐劳的工作作 风,在员工中树立了良好的共产党员形象, 多次受到表彰。



骑看鸵鸟闽四方

-记退休职工邵长法和他的鸵鸟养殖业

本报记者 曹小刚

今年以来, 东兴物业部党总支紧密 联系物业工作实际,认真选题立项,把 "融入中心开展'三创两保一促'主题实 践活动"作为重点课题深入研究,做到支 部有任务,党员有指标,影响带动好,工

作完成好,增强了党组织的凝 聚力和战斗力,真正达到了"促 经营"的目标。1至10月份,东 兴物业部整体收入比去年同期 提高 59.36%, 可控费用比去年 同期降低 46.15%。

如何充分发挥党组织的战 斗堡垒作用、党员的先锋模范 作用, 东兴物业部党总支进行 认真思考后,确定开展"融入中 心开展'三创两保一促'主题实 践活动"。为确保活动效果,制 定了实施方案及推进计划,明 确了课题研究阶段。该课题共 分三个阶段:第一阶段:制定方 案,明确主题。针对总厂今年对 物业管理机制由考"服务"变为 考"利润"的转变,东兴物业部 把 2009 年确定为"经营管理 年"。部党总支在"两保"的基础 上,把原来的"促服务"效果修 订为"促经营"效果,在全体党 员中进行观念转变,树立"以经 营意识抓管理,以成本意识搞 服务"的新理念;第二阶段:落 实活动,加强指导。各单位根据 实际情况和活动推进计划,确 定年度大主题, 唱响每月小主 题;第三阶段:交流座谈,整改 提高。组织各支部、各单位年底 前对"三创两保一促"主题实践

活动开展情况进行"回头看",针对薄弱 环节和不足之处,加以整改。

"融入中心开展'三创两保一促'主 题实践活动"开展以来,东兴物业部党总

支坚持在每月的政工例会上,结合阶段 工作重心,推荐"三创两保一促"活动的 阶段主题,做到了"一月一主题,月月有 活动"。元月份,针对春节前夕民工返乡、 金融危机等严峻形势,深入开展了"2008

申

心

发

激

物

业

部

融

心

开

展

创

两

保

主

实

践

活

动

侧

殷

国

东兴冬季百日平安"和"因为我 是党员"活动;2月份,结合两级 "双代会"和党建会的召开,开 展了"立足辖区抓管理,优质服 务迎三会"活动;3月份,围绕行 政中心工作,在各党支部组织 开展了"亮身份,作表率,树形 象"活动,全体党员积极投身到 控亏增盈改革发展的中心工作 中。4至6月份,结合全面铺开 的深入学习实践科学发展观活 动,确定了"解放经营思想,实 践科学发展"活动主题;9月份, 及时开展了"安全稳定,服务满 意,节目精彩,喜迎建国六十周 年"主题活动;10 月份又以"发 挥表率作用,搞好入冬准备"为 主题融入中心扎实开展了各项 活动。一份耕耘,一份收获。活 动的开展收到明显效果。党员 们的组织性和纪律性进一步强 化,每个党员都意识到,一项活 动的出色开展,需要团队成员 的团结、协作,自己不仅仅是个 体,更是团队的一分子,需要对 自己有所约束,需要遵守党组 织的纪律要求。同时增强了党 员的荣誉感、责任感,提高了党 员的影响力、带动力。目前,在 党员中主动工作、积极奉献的 现象比比皆是,"融入中心开展

'三创两保一促'主题实践活动"激发了 党建工作的无限活力,各支部之间创新 工作、亮点工作层出不穷,呈现出你追我 赶的竞赛局面。

邵长法是中铝山西企业一名退休职 工。1999年,年近花甲的他回到家乡万荣 县荣河镇北辛庄村,利用村里依山傍水有 着广袤滩地资源的自然优势,自筹资金发 展鸵鸟养殖业。2007年,在

国家相关农村政策的引导 下, 邵长法整合周边村 50 多个农户成立了万荣县宏 业鸵鸟养殖专业合作社并 亲自担任理事长,带领乡 邻共同致富。几年来,人们 对他百折不回,执着发展 鸵鸟养殖业所表现出的 "四气"赞叹不已

## "朝气"邵长法:吃苦 耐劳,蓬勃进取,事业心不亚于年轻人

北辛庄濒临黄、汾两河交界处,离山西 铝厂有 100 里之遥, 距万荣县城也有 70 里 远。这里土地肥沃,水源丰富,是个风景秀 丽、适宜发展养殖业的好地方。

创业初期为了联系业务, 邵长法总是 骑着他那辆破烂不堪的摩托车四处奔波, 数九寒冬、三伏酷暑, 风天雪地、披星戴 月,在去万荣、回铝厂的路上不知留下了他 多少奔波的身影。如今,10年过去了,邵长 法骑摩托行程近6万公里,他的鸵鸟养殖 业也不断发展,从最初2只鸵鸟到现在的 存栏量保持在五、六百只,每年鸵鸟出栏量 达千只左右,合作社拥有固定资产600余 万元,解决就业岗位30多个,一跃成为山 西省集养殖、出口、肉食加工为一体的最大 的民营鸵鸟养殖基地。



用邵长法朋友的话说,"以他现在的经 济实力,完全可以买辆'小车'代步",然而 邵长法一心发展鸵鸟养殖业,一心要把合 作社做强做大,一心要带领乡民创造更多 的效益奔小康,所以,至今他仍一直与摩托 车"相依为伴"

## "争气"邵长法:坚定执着,敢为人先, 以敏锐眼光捕捉商机

万荣人的"争气"天下闻名,荣河镇便 是"争气"的发源地。邵长法是土生土长的 荣河人,身上也积聚了浓厚的万荣"争

在进行鸵鸟养殖的第三年,由于全国 鸵鸟养殖业发展过剩,遭遇了行业冰点,许 多养殖户支撑不住纷纷倒下, 而邵长法凭 着对鸵鸟养殖业的理性认识、长期规划和 善于经营运作,在降低成本上做文章,使他 的鸵鸟养殖业渡过了寒冬,迎来了起飞的 春天。2005年,全国鸵鸟养殖业复苏,他的 鸵鸟养殖也得到生息发展,广州、上海等多

家公司慕名而来,与他进行业务合 作。他所在的宏业鸵鸟养殖专业合作 社将鸵鸟皮出口到新加坡、日本、韩 国、台湾等亚太国家和地区,甚至远 销到世界"时尚之都"意大利,鸵鸟毛 用于表演用的面具、道具加工制作, 鸵鸟蛋供不应求,蛋液加工成美味食 品,蛋壳被加工成精美的蛋雕艺术 品,为广大艺术爱好者所收藏。

2008年,金融危机对鸵鸟养殖业 造成一定影响,许多养殖户"紧缩银 根",邵长法却审时度势,在原有电脑 孵化设备的基础上,筹集资金引进了

肉食真空包装机、盐水注射机、真空滚揉 机、制冷压缩机等设备,同时引进台湾阿里 山地区肉食加工配方, 使鸵鸟肉食加工业 取得长足发展。目前,鸵鸟肉这一肉中精品 已陆续在山西省各市区肉食行业中打开销 路,成为老百姓餐桌上的新宠。

## "灵气"邵长法:勤学苦钻,全面发展, 终成养鸵鸟行家里手

邵长法从部队转业到企业,多年来从 事的职业与畜牧业、农业、商业、机电维修 业均不沾边,可以说,发展鸵鸟养殖业他没 有任何技术优势可言。然而,他的性格注定 了他的"不安分",也使得他的"灵气"在鸵 鸟养殖业中得到充分的展现。

养鸵鸟首先要解决饲料问题。通过不 断地学习,邵长法掌握了鸵鸟的生活习性, 并且结合不同岁龄的鸵鸟研制出相应的饲 料配方;他承包了村里300亩的滩地,种植

鸵鸟饲料作物;通过与鸵 鸟的接触,他研究"鸵鸟心 理学",摸清了鸵鸟脾气秉 性,在制服鸵鸟"火爆"脾 气、实施鸵鸟屠宰、进行肉 亲自参与养殖基地所有机 电设备的维护保养,掌握 了维修技术, 堪称机电专

在发展鸵鸟养殖业的 同时,他的知识面和学问 得到极大的扩充,他踏实 肯干的创业作风为人称 道,以至于乡党喊他"日能 虫",朋友叫他"多面手",领导称他"事业

## "人气"邵长法:以礼待人,诚信经营, 多方扶持促快速发展

随着邵长法鸵鸟养殖业越做越大,前 来参观考察、游玩观光的人群络绎不绝。无 论是商业伙伴还是竞争对手,不管是上级 领导还是乡民百姓,邵长法始终以"广交天 下朋、来人都是客"的心态真诚对待每一个 人,他的诚信纯朴也随着朋友圈子的不断 扩大而广为传播。

万荣县经营管理局是万荣养殖业的主 管部门,局长黄贵明在与他的交往中,被他 的人格魅力所折服,先后多次带领乡镇企 业家和来万荣投资的客商参观他的鸵鸟养 殖基地,在技术、资金、政策、宣传上给予大 力扶持。今年年初,邵长法所在的合作社被 万荣县委县政府授予"先进鸵鸟养殖专业 合作社",9 月份,被山西省农业厅确定为 '省级示范合作社",给予专项资金扶持。邵 长法的鸵鸟养殖业迎来了又一个春天。

从中铝山西企业退休到发展鸵鸟养殖 业,10年时间里,邵长法再次定位了自己 的人生。面对今后的发展, 邵长法雄心勃 勃,准备在现有基础上发展生态旅游业,创 建和谐环境,继续带领乡亲们在奔小康的 道路上阔步前进。

(压题图为邵长发信心满怀地给乡亲们 讲自己的致富目标。本文图片均由本报记者刘 峰提供。)



谢



为了我爱的那个男 人,便顺理成章地叫了那 呀,就像那善变的娃娃脸。

个和咱没有一点血缘关系 的女人一声"妈"。八年来, 同一个屋檐下住,同一张 饭桌上吃饭,我们的关系

从当初的磕磕绊绊,到如今的晴空万里。

新婚那阵,我常常以泪洗面,导火索 总是我那亲爱的婆婆大人。后来。战争转 入相持阶段,依然同一个屋檐住,却"分 道扬镳",各自开火做饭。可相持没多久, 我实在没能力驾驭锅碗瓢盆,只好放下身 架,拿出软磨硬泡的工夫,又和婆婆入了 伙。婚姻有一段磨合期,婆媳关系同样如 此,只要我们把她当亲妈,我就不信,她 能不拿咱当亲闺女?

### 嘴巴要甜

谁都喜欢听好话,我家经常都是婆 婆掌勺,她在厨房叮叮当当、烟熏火燎, 解决了咱的温饱问题,实乃全家最有功之 臣,有功劳咱就得表扬啊!"妈,你做的饭 真是太好吃了,现在我吃谁做的饭都吃不 惯!"我满脸微笑地说。

"今天的菜咸吗?"婆婆问。"不咸不 淡,只要是妈做的,都正好!"我谄媚道。

"怎么又吃大米啊?"老公不愿意了, 冲着婆婆抱怨道。婆婆有些愠怒,"想吃 啥自己去做!"

"吃大米怎么了,菜多、肉多,看你瘦 的,妈想让你多吃肉,快点胖起来!"我斜 一眼老公,他不说话了,下顿,婆婆除了 做米饭,还给做了面条。

婆婆对穿衣服不太讲究, 我知道她 那是没时间,天下哪个女人不爱美呢?于 是,我边认真地打理我那卷发,边无比真 诚地对婆婆说:"妈,真羡慕您这一头卷 发,天生的,漂亮还不用花钱。"婆婆要出 门,换上了一身干净衣服,我的甜言蜜语 马上飞过去:"妈,您穿这身衣服真好看, 显得特别有精神!"

# 回望八年婆媳路

● 李花花口述 刘德存整理

每到此时,婆婆都会害羞地说:"就你 爱逗我!"可脸上已经现出了甜蜜的笑容。 脸面给足

婆婆爱面子,家丑不可外扬,她从来 不在外人跟前揭我的短,我也就从不说她 的不好。婆婆们在一起谈论最多的无非就 是各家的儿媳妇,谁家的媳妇最贤惠孝顺 就是她们最可炫耀的谈资。别看我在家里 懒懒散散,干活拈轻怕重,可一旦跟婆婆 出去串亲戚,我可是相当的勤快,洗碗、 切菜、跑前跑后,和人打招呼、哄孩子,俨 然一个特别聪明懂事的儿媳,外人那个羡 慕啊! 纷纷向我婆婆取经:"怎么培养出 这么一个好媳妇?"婆婆笑嘻嘻地向众人 介绍着她的"教媳有道",那架势,比她拣 了个金元宝还开心。

## 礼物收买

说到礼物,婆婆看重的肯定不是东 西本身,她自己有钱,喜欢什么可以自己 买,只是礼物代表咱的心,光耍嘴皮子哪 行呢,还得来点实惠的。

记得婆婆生日的前两天, 我偷偷地 去商场给她买了一条裤子和一件羊毛衫, 也没花太多钱,在婆婆生日那天,恭恭敬 敬地送到她手里,撒娇似的让她换上,然 后咱再评头论足,最后赚了她好几滴幸福 的眼泪呢。

每到换季,我总喜欢给婆婆? 买些衣服,都不是特别贵的,因 为贵了她嫌咱浪费;婆婆不吃 鱼,我很少买,她喜欢吃排骨,我 便隔三差五地拎些回来。其实, 给老人买东西能花几个钱呢,况 且买来的食品还不是全家分享

啊?何乐而不为呢! 适当示弱

家有一老如有一宝, 人老了,更需要哄了。有 些问题不要非去争论谁 对谁错。一次,婆婆见我 炒菜都是快出锅时才放

盐,她连忙纠正我,说这样做是不容易入 味,书上网上可是明明白白写着我这样做 是对的,真想跟婆婆争论一番,可话到嘴 边又咽了回去,何必呢?婆婆做了一辈子 的饭自然形成了自己的一套做菜理论。于 是嘴上连连答应着婆婆的指示,可趁她不 注意,咱还依然我行我素。婆婆经验丰 富,指挥有道,她美了咱也开心哪!毕竟 咱也没改变自己的原则呀!

## 难得糊涂

这四个字最能概括婆媳相处之道,凡 事不要太较真,"聪明的媳妇"最烦恼。不 要计算谁付出的多些,谁付出了却没有回 报,都是一家人,算得太清楚肯定最累。

近几年,婆婆有了收入就把钱交给 我们保管,等用时再向我们要,给了又 要,要了还给,我都不知道给了多少,要 了多少了;平时孩子上幼儿园跟着我,周 六、周日我希望婆婆帮忙带一下,可她总 是很忙,遇到雨雪天,宁可出去打麻将也 不愿意哄孩子,我并没有和她吵,孩子是 自己的,咱自己带吧。很多事情,都是争 论不出什么结果的,婆婆也应该有她的乐 趣。生活像一团麻,总有解不开的疙瘩, 越想越委屈,越争距离越远,干脆,糊涂 吧,你会发现,烦恼就这样没了。

当了十多年的幼儿教 师,曾经充满梦幻的少女如 今已是人到中年。树叶绿了 黄,黄了绿,幼儿园的孩子 们走了一茬又一茬。自己就 在这树叶的绿黄,孩子的来 去中,送走了青春,消磨了 年华。当初,嬉闹于眼前的 孩子们有的已经上大学,而 我这个当老师的还在重复

铝城不大,走到街上时 常能遇到过去带过的学生。 他们虽然长大了,但昔日的 模样依稀可辨,只是那双过 去对我亲热的眼睛变得陌 生又茫然——他们中的大 多数人已经不认识我了。

每当此时,我心中就会 有种很强烈的失落感,甚至

自怜自叹。有一句歌词是这样写的:"放飞的是 希望,守巢的总是你。"十分贴切地描绘出了我 的这种心情。我时常为自己这个"守巢人"感叹 甚至悲哀。

但是,一件事改变了我的这种心境。

有一回看电视,记者采访一位守山护林 50 多年的老农民。当记者让他谈谈这些年的 想法时,他摩挲着手中的小树苗,说了一段真 挚朴实的话:"我栽树 50 年,把这片荒山都种 满了。每天一睁眼,看见这片绿油油的山,心里 就有说不出的高兴! 我这辈子没有白活!

老农民质朴的话语中透着伟大,这伟大像 一束强光照出了我的狭隘与渺小,我为我的狭 隘与渺小而惭愧! 作为孩子们的启蒙老师,我 尽到了自己的一份责任,孩子们因此能顺利成 长,这就是我的人生价值,

有这些便足够了。 从此,我不再彷徨,不 再失落。面对天真、可爱的 孩子们时,我觉得自己很



眼睛

睁开眼睛 即使是两个 2.0 也看不了多少风景 平面的重叠 前后的遮掩 挡住了所有的光明

闭上眼睛 纵然近视远视 但远远近近都是荧屏 立体的画面 一览无余

美也看清 丑也看清

因为 它酿的往往是苦酒

美 丽 没有意识到时 最美丽 山明水秀 云白风绿 画是人的氛围 人是画的主题 思忖着 憧憬着 等待着

虽然从未拥有 但也从未失去 而一旦觉察到了 便不再尽心尽意 那一片散乱的意象

就淡化出真切清晰

对于固有的风雨 突来的肆虐 从来都是无怨无悔 坚信 只要描绘还在进行 那幅风景就一定会完美

小 路 狭窄的小路 再狭窄 也容人下足 它不是悬着的游丝

在风中飘忽 不是虚幻的影子 时断时续 时有时无 柔弱 但却实在 细小 但却坚固

# 拾穗人生路(

看 山 站在山下看山 山 很高很高 那发酵了的影子

在心头飘摇 无数的威慑 杂乱的喧嚣 站在山上看山 山 很小很小

浓缩了的感觉 在眼前构造 无声的白豪 矜持的骄傲

原以为没有星月 夜风一样温柔 原以为没有花草 春光一样锦绣 原以为没有森林 小鸟一样啁啾 原以为没有绿水 风景一样清幽 原以为热情似火 却常常冷水浇头 ● 韩长绵 原来 渴盼的竟是丑陋 失去的才是美丽

得意 把一切都罩上光环 于是 虚假在辉煌中升华 真实于昏昏然里遭贬 赤裸不再坦荡 粉饰反成景观 想寻一片纯净 却涌来许多麻烦 闹哄哄纠缠不休 麻木了正直 迟钝了敏感 是啊 无知一旦泛滥 良知就会被淹

风 景 脑海里总有风景

在不停地描绘 昨天比前天绚烂 今天比昨天光辉 也许还缺一种满意的色彩 那一片耀眼的辉煌 也许还少一个开心的结尾 不停地在岁月里浸染 人生还是少一些原以为吧 不断地从分秒中折桂

峭岩一旁提示警惕 荆棘多情伸手相扶 只要放宽自己的心境 脚下的小路也是坦途

不 要

不要悲观叹息 面对人生的课题 不要彷徨犹豫 迎接未来的风雨 昂起头颅大步向前 脚下自有广阔的天地 只要踏得坚实 只要走得仗义 一步一个脚印 不摇不摆不虚 一程一回反思 从难从严从细 这样 生命就有从容 从容得尊严大气 生活就富哲理 哲理出精彩绚丽

便属于你 文坛仍苑

南唐后主李煜身居帝王之位,仍然痴 迷于文工辞藻,以至于不恤政事,痛失三 煜,未免有所偏颇,实不乏"宋军兵临城下, 后主静心填词"之说。对于君王来说不能不 说是历史性的悲哀,却造就了李煜绝 代词人的美誉、一代词宗的英名。无 不让后人感慨: 为词而生的君王,原 本就注定了的悲哀和愁苦。

春花秋月何时了,往事知多少? 小楼昨夜又东风,故国不堪回首月明中! 雕栏玉砌应犹在,只是朱颜改。

问君能有几多愁?恰似一江春水向东流。 这首被称为"词帝"的《虞美 人》,就是李煜如泣如诉、感伤、愁苦 的千古绝唱。

"春花、秋月"本是人间最美好的 自然景物,李煜却用"何时了"发问。 这种背离常情常理的开篇之问,凝聚 了多少悲痛、深藏了多少愁苦?恐怕 只有难以承载、无以复加,才会如此 怨恨"春花、秋月"了。

"往事知多少?"即使春花、秋月没 完没了,往事又能知多少呢!李煜在感 叹中把"春花"和"秋月"拟人化地比喻,

巧妙地引出了下文。 "小楼昨夜又东风,故国不堪回 首月明中!"小楼,李煜被宋太祖囚禁 的栖身之处,"小"有狭隘、凄清、孤陋 之意;一个"又"字,真切地体现了李 煜内心怨恨、愁情、厌生、绝望交织的 痛楚;"东风"多喻为春风,就开篇"春 花、秋月"同时出现的两个时季而言, 无法确定"东风"的旨意,而对于词的 下句来说,李煜这里的"东风"显然不 是指"春风",而是风向的本位——东风,指 李煜失去的京都金陵位于被囚身的汴京而 : 言。可见李煜对失去大好河山的楚心之痛、 深切怀念之情。"故国不堪回首月明中"在 故有赐牵机药之事。"年仅四十二岁的南唐 事清、美好的秋月之夜,更加勾起对故国的 思念、贵为君王豪华生活的美好回忆、亡国 之囚的血泪巨痛,天壤之别、地府之差的人 生波澜,使李煜到了不堪回首、生不如死、 愁苦悲痛难以承载的地步。

"雕栏玉砌应犹在,只是朱颜改。"李煜

从怀念、回忆,继而想到那雕栏玉砌、富丽 堂皇的美丽宫殿,不由得问:应该依然还在 千里大好河山,成为亡国之囚。这样审视李 吧?只是"朱颜"已改。"朱颜"有本意和喻意 的多重内涵,就"雕栏玉砌"来说,应是美丽 的朱红色已经改变;明喻而言,后主想起宫

殿里那些娇媚的嫔妃,惋惜她们 红颜已退;暗喻为,亡国易主, 江山已失。

李 煜 《虞 美 川

怡

"问君能有几多愁?恰似一 江春水向东流"。词的最后两 句,前后呼应。把对开篇"春花 秋月"美好景物怨的原因,诠释 得淋漓尽致。"愁"似一江滚滚 东流的春水,汹涌澎湃、滔滔不 绝。这句词的艺术魅力还在于, 把只可意会不可言传的"愁"。 赋予了形象、具体化。这样的愁 苦,也只有失国之痛、亡国之 君、囚徒之苦于一身的君王,才 如此宏大而凶猛、奔腾不止;也 只有生为君王的词人李煜,才有 这千古"一愁"的名句。

这首词,以问开篇,连连发 问,每问必答。仿佛李煜已到了 精神崩溃的地步;以愁藏恨,字字 埋愁、句句流恨,那问中的痛、愁 中的苦、恨中的怨,非失国之痛不 可问、非亡国之君无此恨,非囚徒 之身无此怨。愁,亡国的君王忧 国忧民;恨,后主痛恨自己的无 能;怨,囚禁后的反醒、自责,不 该痴迷于文工词藻。这怨恨交 加、愁苦难熬的情绪,千古以来恐 怕只有被囚禁的君王李煜知晓!

《乐府纪闻》:"……其赋 《虞美人》有云:'问君能有几多愁,恰似一 江春水向东流'。旧臣闻之,有泣下者。七 夕,在赐第作乐。太宗闻之,怒。更得其词, 后主,被毒死。这首《虞美人》,成为李煜的

绝命词。 正如后人 诗云:做个词人 真绝代,可怜命 薄是君王。



通讯地址:山西省河津市山西铝厂党委宣传部办公楼3层 邮编: 043304 内部资料 免费交流 新闻热线:(0359)5044075 电子信箱:<u>5044075@163.com</u> 晋铝实业总公司印刷厂 承印

# 职场减压穴招

1.老板跟你 争执不休,你觉

2亲人去世, 你不知怎么办。

应对方法: 每周专门抽两天 出去转转,每次 至少10分钟。 过几个月,生活 过之是觉就去建筑力 房吧啡肽 会都你就 证

3.每天的日 程都满满当当, 让你压力倍增。

应对方法: 列出 10 条工作 让你感到满足或 感激的事情,看 着它们,你会从 中得到一种满足 感,就不会觉得 它是负担了。

4.你是团队 的核心,团队的 命运在你手中。

5.与别人约 会或谈判,让你 压力大。

应对方法: 试图深入对方的 生活,多了解他 们生活;中的。 好,这会让对方 与你敞开心扉, 你的压力也就释 然了。

6.孩子很焦虑,但不告诉你,你觉得压力很大。 应对方法: 带他兜风。兜风 是一种私密活动,除了谈心别无他

带他兜风。兜风 是一种私密活动,除了谈心别无他 事。开始随便聊, 最后谈到你在他 这么大时的困 扰,他可能会倾诉 自己的烦恼。

(李晓霞摘自《济南时报》)

# 偶然中的必然

1933年,-位 22 岁的年轻 人在国立交通大 学机械系读三年 级。一次水力学考 试,他发挥出色, 所有的试题都回 答圆满。班主任金 教授对这位学生 的表现相当满意, 在试卷上全都打 上钩,给出了满分 100分。但是,当 试卷发下来以后, 年轻人自己发现 了一个不起眼的 小错:在公式推导 的最后一步,将 "Ns"写成了"N"。于 是立即举手发言, 指出自己的错误, 主动要求扣分。金 教授一看,果然这 个小错被忽略了, 于是扣掉4分,给 了他96分。

当时, 因为 考试成绩要记入 每名学生的档案, 直接左右着每一 位学生未来的发 展。而主动要求扣 分的学生,在金教 授的印象中,这是 第一人。正因为如 此,全教授留下了 这份特殊的试卷, 打算将它当作教 材,教育那些刻意 要求加分的学生。 4年后,抗日战争 爆发,全教授一家 被迫逃难,那份试 卷却被当作一份 重要的行李保存 了下来,而且在身 边一存就是 40

多年。 时间一晃到 了新中国成立后 的 1980 年,那位 主动要求扣分的 学生重返母校,第 一件事就是拜会 当年的班主任金 教授,这时候的学 生,已经是举世闻 名的科学家。年过 耄耋的金教授取 出那份试卷,深情 地拉住得意门生 的手:"我知道会 有这么一天的,这 份试卷早就给了 我答案!"这位学 生,就是被誉为 "中国航天之父' 的钱学森。

金教授保存了50年的战桥,不为了60年的战桥,不为150年的战桥,不为150年的战场,不为150年,在和眼光。我分,我当时,我们上一个教师的公人,们甚至读到了钱产。在150年,我们甚至读到了钱产。在150年,我们甚至这个人们甚至这个人们甚至这个人们甚至这个人们甚至这个人们甚至这个人,更多偶然中的公外。

多偶然中的必然。 (吴丽红摘 自《中国人事报》)