

三達简报

诚信敬业·以民为主

内部刊物 2016年5月（总第152期）



共建资源节约型和环境友好型社会

节约



请珍惜粮食
please Cherish food

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。
珍惜粮食，远逝浪费。
盛饭要适量，吃多少盛多少，做到不剩饭，不剩菜。

节约



请节约用电
please Save electricity

一寸“光”一寸金。
节约每一度电。
随手关闭电灯，空调温度要适当，节约用电齐参与。

节约



请节约用水
please Save water

水是生命之源，节水、爱水、节水，从点滴做起，从现在做起，从我做起，彻底杜绝长流水、浪费水的现象。

节约



请节约用纸
please Save paper

节约一张纸，少砍一棵树。
纸巾其实只用一张就好；
复印纸请双面使用，
绿色办公，低碳生活，
节约用纸从你我手中做起。

践行“两学一做”，追寻红色之旅
锡山三建五四青年节活动纪实
速捷架助力杭州G20峰会
我们建筑工人身上的正能量



地址:无锡市锡山区锡北镇锡港西路107号

电话:0510-83791637

传真:0510-83791637

E-mail:xssj@xs-sj.com

公司网址: www.xs-sj.com

邮编: 214144



无锡市锡山三建实业有限公司

XISHAN NO.3 CONSTRUCTION INDUSTRIAL CO.,LTD.WUXI

要闻时粹

- 2/践行“两学一做”，追寻红色之旅
- 3/公司党支部成功选举出席镇党代表大会代表
- 3/第一张增值税发票
- 4/激扬青春活力 共筑企业梦想
——锡山三建五四青年节活动纪实
- 5/第十二届锡山三建职工篮球赛圆满收官
- 5/公司青年团员积极参加锡北镇“中国梦 廉洁情”诗朗诵比赛
- 6/公司组织TTT与商务呈现培训

视点景象

- 7/速捷架助力杭州G20峰会
- 7/全力奋战，确保戴卡项目完成施工任务
- 8/坚持不懈抓管理，翔盛包装施工进度推进中
- 8/市政绿化公司组织参观第九届江苏省园艺博览会

企业文苑

- 9/青春乐跑
- 10/行政人事部小插曲
- 10/我们建筑工人身上的正能量



生日烛光



祝福六月生日的员工

吴强、仇渊、陈志清、安志芳、王益民、徐逸平、徐华丽、严婉红、张荣、何健、吴新龙、蒋筱、周永富、王刚、张余丰、程九会、郭晓、宋洁、龙文强、顾新锋、朱浩、费夏炎、糜余刚、惠圻、刘清、蒋建军、杨召木、王祖良、王柯强

公司董事长钱云皋、总经理钱新华携全体员工恭祝你们生日快乐，身体健康，阖家幸福，万事如意！

卷首

千百年来，孔子的儒家思想为世人称颂，求学的弟子在拜师之前都要先拜过孔子像，孔子所传承的道德思想也让后人娓娓道来。

社会是在不断进步，各种机械设备、物质经济都向前迈进，而同样社会需要呼唤正气、需要诚信，需要思想道德建设、需要更多的中国传统美德的传承。崇德文明大家都能积极响应，而以什么样的形式去继承和发扬呢？形式不是坏东西，而形式主义就只有一步之遥。形式不是目的，只是一种手段，无论是多样化还是单一化，只要达到目的就是好的形式。

讲到形式主义，就是思想僵化，无论什么时候思想不需要僵化。社会发展到今天，已不是做什么都要有宏观政策的支持，企业生存要靠自己。在微观层面，企业的光芒是洒在员工的身上，企业的前行就是员工的前行。有思想的员工，你可以从他们身上看到，他们有强烈的主体意识。是能动的面对挑战，而不是两手一摊，命运由天。不说扼住命运的喉咙，起码是敢跟困难摔上几跤的人，才会有壮阔的前景。

道理很简单，有着坚韧不拔意志的人和动辄消沉颓唐的人，谁在竞争中有优势？思想僵化会束缚人，有潜力的人离不开积极的去思考该做什么。要发展、求生存，这是个朴素的道理。断然的取舍并不能解决问题，如何抓住个人与企业的结合点，乘风而上，值得每个人研究。

践行“两学一做”，追寻红色之旅

■ 参观新四军黄桥战役纪念馆

■ 参观海军诞生地纪念馆

■ 参观梅兰芳纪念馆

5月14日，锡山三建党支部全体党员统一着装踏上前往泰兴的红色之旅。瞻仰先烈遗迹，重温烽火年代的革命故事，缅怀先烈丰功伟绩。

活动的第一站是作为全国爱国主义教育示范基地的“新四军黄桥战役纪念馆”，通过聆听讲解员的详细介绍，追忆当年苏中“七战七捷”的革命历史。展览馆里，看到了当年决战中使用和缴获的各式武器、丰富详实的文字以及图片资料。追溯历史的一幕幕场景重现，让人深思。黄桥战役的胜利，是先烈们不怕牺牲、英勇奋战换来的，作为后辈，我们更应珍惜今日来之不易的幸福生活。

中国人民解放军海军诞生地纪念馆是本次活动的第二站。馆内展览运用实物、图片、模型等多种表现形式和幻影成像、影视音像、场景制作等，声、光、电技术手段再现了当年三野渡江作战指挥机关运筹帷幄、战长江天堑的历史场景，震撼人心。

下午，一行人来到梅兰芳纪念馆，了解梅兰芳先生的艺术人生。小时候的他眼皮下垂，两眼无神，为了克服这一缺陷，他在院中养鸽追随观看。几年的坚持

不懈不知不觉地把自己的眼睛锻炼成一双神光四射、精气内蕴的俊眼。同时为了引飞鸽子，还需不断地挥舞一根长竹竿，这样无形中锻炼了胳膊，增强了臂力。先生的艺术成就举世闻名，但是谁又能承受这背后付出的努力和汗水！作为一个伟大的爱国主义者，在日寇侵华期间，表现出宁死不屈的铮铮铁骨，八年拒演，以其大美对抗着大恶，于无声处唱响了一曲中华正气歌。

此外，历史文化古街一游，品味泰州“三宝”，历史悠久的黄桥烧饼口味齐全，唇齿留香。

公司党支部书记钱云皋同志对本次红色之旅丰富的活动安排表示肯定。这次党员活动，以伟人为纪念载体，以其所承载的革命历史、事迹和精神为内涵，同时结合“两学一做”，让党员在参观学习中，将红色精神入眼入心，更是积极地给红色之旅赋予了人文内涵，让整个活动变得鲜活生动起来，激励全体党员发挥先锋模范作用，开拓进取，着力打造信念坚定、纪律严明、勇于担当的党员队伍。

装潢公司 严云岚

公司党支部成功选举出席镇党代表大会代表



5月9日上午8点，锡山三建党支部在310会议室召开全体党员会议，成功选举了本支部出席锡北镇第三次党代表大会代表。会议由王益民同志主持，应到会党员28人，实到25人，符合选举法定人数。

会议议程有两项：一是通过选举办法，二是选举产生本支部出席中共锡北镇第三次代表大会的代表。大会采用无记名投票的方式进行选举，从推举的三名候选人中选举两名当任代表。经民主投票，钱云泉、陆慧兰同

志当选为代表。选举完毕后，钱书记发表了简短讲话。他多次提到了“两学一做”，即学习共产党党章党规；学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神；做一名合格党员。他认为，每名党员同志都应当立足自身岗位做贡献，加强党员意识、勇于担当作为，在工作、学习和社会生活中起先锋模范作用。

计划经营部 蒋筱

第一张增值税发票

“左13右15’，左边差一点，“左20右18”，好，校准完成，填入发票，打印，perfect！至此，时间定点在2016年5月26日，锡山三建正式开出了自己的第一张增值税发票！这也意味着我们锡山三建正式告别了营业税，进入增值税时代。

第一张增值税发票的开出，是我们财务部一个阶段学习的成果，营改增作为深化财税体制改革的重头戏和供给侧结构性改革的重要举措，对我们企业和财务人员也提出了更高的要求。在此之前，我们财务部已经提前从思想上和行动上做准备，认真学习《增值税暂行条例》和“营改增”配套实施细则，刻不容缓开展增值税相关知识的各种学习，专门组织参加税务所和事务所组织的专门培训课程，同时还在微信上互相交流学习心得。

财务部 诸洪宇



激扬青春活力 共筑企业梦想 锡山三建五四青年节活动纪实

为激励公司青年团员继承和发扬五四精神，更好凝聚其意志和力量，展现青春风采，5月4日上午，公司团支部召开五四青年节总结暨活动大会。公司党支部书记钱云泉、副书记陆慧兰出席会议并讲话，团支部书记牡丹红作2015年度锡山三建共青团工作总结报告。

2016年，团支部计划开展徒步、爬山、篮球赛等12余项活动，五四青年节活动是其中重要的组成部分。会上，董事长钱云泉对在座青年同志提出了几点希望：勤学善悟，修身养德，先利他后利己；热心公益、心存感恩，担起家庭责任感和社会责任感；阳光自信，努力做到知识、见识、胆识三统一。同时，他也鼓励青年员工自我管理职业生涯，在每个发展阶段中不断积累提高自身专业水平和素质，早日培养独当一面的能力。

会后，支部组织青年团员参观红色教育基地新四军六师部旧址及乡镇企业博物馆寻宝、撕名牌活动。团员们上午参观完革命旧址后分组完成两轮看图找展品任务，每轮先完成任务的小组获取一个撕名牌活动的指定特权。在新四军六师部旧址的寻宝活动过程中，大家结合手中的任务单，对照着一个个找出目标，团队通力协作，从历史实物、图片等资料中，不断加深了新四军为民族解放事业做出的伟大贡献的记忆。

下午的行程地点乡镇企业博物馆位于东亭春雷造船厂旧址，馆内集中展示了中国乡镇企业的发展历史、成功经验和辉煌成就。大家深刻了解了“四千四万”精神在乡镇企业创业初期的真实写照，以及“四千四万”精神赋予我们年轻后辈与时俱进的新内涵。参观完毕后，各个小组进行了一系列酸爽的指压板游戏后赢得了宝贵的指定特权，进入撕名牌环节。撕名牌规则为每个成员后背贴有自己名字的名牌，在指定区域内，撕下对方名牌最多一组胜。活动开始后，四个小组两两联盟，强强对抗，相互协作围捕对手，大家拼命追逐或闪躲，不仅比体力、比技巧，还比团队协作能力和应变能力。

通过一天丰富有趣的的活动，青年团员们增加了彼此的沟通与交流，相互支持与信任，团队凝聚力和协作能力也有了很大的进步。自公司团支部成立十多年来，五四活动一直是每年的重要活动，外出参观红色教育基地、野外拓展训练、知识竞赛等一系列富有意义的活动开展，在每位青年团员的心中都留下了深刻印象，同时五四精神得到了很好的传承。每位青年团员激扬青春、开拓人生，拥有属于自己的有信念、有梦想、有奋斗、有奉献的人生！

计划经营部 蒋筱



第十二届锡山三建职工篮球赛圆满收官

为了活跃公司文化，增强身体素质，增进同事友谊，5月19日下午，在公司团支部的精心策划下，第十二届锡山三建职工篮球赛正式拉开帷幕。

此次篮球赛历时两个半天，分为四支球队，两两捉对厮杀，获胜一方直接进入决赛。同时设有得分王、最佳拼搏奖等单项奖。为了提高员工的积极性和参与度，公司也为篮球赛准备了丰厚的奖品。按名次每位队员依次获得折叠自行车、养生足浴盆、多功能健身器材、精致便携榨汁杯。

队员们在正式比赛前做好充分的热身准备，在比赛的过程中，用汗水点燃激情，舞动着矫捷健美的英姿。熟练的运球，精彩的传球，积极地拼抢，用满腔

的热情谱写了一次次完美的进球，博得了在场观众的阵阵喝彩和热烈掌声。比分相继出现交替领先状态，气氛很紧张，场上场下的所有人都被篮球的魅力所吸引。各队都发挥出场上优势，内线强打、外线投射、高位挡拆，上下一心，通力合作，给同事们带来了一场丰富的视觉盛宴。整个比赛扣人心弦，激烈有趣，最终由篮球队长周利彬带领的号称“死亡五小”的黑队获得了冠军。

公司的活动丰富了员工的生活，进一步推动公司企业文化建设，塑造诚信、活力、和谐的企业良好的形象和精神风貌。

速捷架 段军旭



公司组织TTT与商务呈现培训



5月28日，在公司报告厅举行了为期一天的TTT与商务呈现的培训，培训主要针对助理级以上干部及骨干员工。TTT，是企业管理培训领域的职业培训师、企业内训师的职业技能和职业素质训练课程，通俗地讲即是对企业内训师的一种培训。

公司发展多年，实力逐渐强大，同时也涌现出一批有较高水平的管理人员、技术骨干力量，如何将他们积累多年的经验较好地在公司内部进行推广，从而提升整个团队的素质和能力，内训师技能的掌握显得尤其重要。

此次培训邀请到了无锡凯登管理顾问有限公司的刘老师，主要讲解内训师技巧方面的培训。他在华为集团担任多年的内训师，授课经验丰富。培训中，刘老师主要围绕“心、讲、演、动、场”五个字进行讲解，串起来讲就是“用心讲演才能打动全场”。“心”，即为心态调整，从不计得失、增大把握、自我安慰、场边放松、精力转移、习惯演讲这几方面着手，做到驾驭好上台时的紧张情绪。“讲”，即为讲话的思路、内容。讲课时内容为王，所以首先得有好的授课内容，才能吸引住人。好的内容，结合金字塔培训思维有点、有结构、有支撑地将肚子里的东西毫无损耗的传递给学员。“演”，即呈现表达。如何呈现表达呢？他主要讲了“73855”法则，7%的语言表达能力，38%的语音表达能力，55%的肢体表达能力，再融入情绪，放开自己，尽情表达即可完美呈现。“动”，即互动控场。互动方式有

多种，讲师和学员互动、学员和学员互动、小组和小组互动等等，根据培训的实际需要选择合适的互动方式，只要能达到理想的培训效果就行。“场”，即场地和辅助设计，主要讲了PPT的设计。PPT设计要注重结构化、重点化、图像化、排版化、动态化，文字不在多，在于精准地描述。培训中PPT只能为舞台搭档，而不能抢了讲师的风头而成为主角。

刘老师的授课重点部分讲解恰到好处，气氛活跃，学员参与性高，取得了非常好的培训效果。通过培训，使大家系统掌握了培训的基本方法和技巧，对如何设计课程及提炼案例进行了引导。他还鼓励大家结合实际多运用、多练习，由“量”至“质”的转化，加强积累和训练，在培训工作上才会有所收获。

外部培训可以将外部一些先进的、好的理念带到企业中来，促使企业转变观念和提高技能，以适应快速变化的内外环境。而内训师成长于企业，熟悉企业经营状况、岗位技能要求、清楚学员的需求，可以根据实际情况进行“量体裁衣”式的培训，更容易帮助受训者提出针对性强的解决问题方案。因此为了配合企业的发展需要，在做好外训的同时，更要加强内训师队伍建设。于个人，能力得到了锻炼；于企业，员工的整体业务素质和能力得到了提升，为公司更快、更好的发展贡献力量。

机电公司 刘春燕

公司青年团员积极参加锡北镇“中国梦 廉洁情”诗朗诵比赛



为庆祝五四青年节，丰富团委文化，促进各单位、学校团员青年之间的交流，传递爱国精神。锡北镇团委于5月4日下午，举办了“中国梦 廉洁情”的诗歌朗诵比赛。

下午1点，比赛活动在优美的旋律中拉开了序幕。此次朗诵比赛有十几个单位参加，比赛共进行了2个小时，精彩纷呈，以赞颂祖国为主旋律。参赛选手们分别朗诵了《教师情怀》、《我的中国梦》等佳作。内容丰富，积极向上，有的慷慨激昂、满怀豪情，有的意味悠长、发人深思，有的辞藻优美、回味无穷。参赛选手在朗诵过程中不经意间流露出的真情实感赢得了观众们的阵阵掌声。

下转第6页>>>

>>>上接第5页

接下来经过评委们的打分，张泾实验小学的教师们以9.77的最高分得了第一名，八士实验小学以9.78分成为了今天的特等奖。其实分数这些都是其次的，主要在于重在参与，丰富团员、青年的业余生活，激发大家对知识的学习热情。我们公司由牡丹红、陈虹燕带去的朗诵作品是《气满乾坤 梦舞神州》，较好的突出了“中国梦，祖国情”，也获得了

优秀作品奖。

近年来，镇里的团委活动丰富多彩，五四活动开展得有声有色，表彰优秀团员青年、邀请党校讲师上课、发放优秀书籍、参观博物院等等，每年都有新变化，但唯一不变的是传承“爱国、进步、民主、科学”的五四精神。

机电公司 陈虹燕

速捷架助力杭州G20峰会

杭州国际博览中心，位于杭州市萧山区宁围镇，为即将于9月份召开的G20峰会的主会场，总建筑面积85万m²。此次速捷架主要用于杭博落客平台土建工程模板支撑架。

支撑架项目于2015年10月底开工，11月底完工，共需搭设56000m³。杭博项目施工工期短，甲方要求必须在一个月内完成搭设；现场场地狭小，施工车辆出入频繁，现场的材料堆放要求较高；现场搭设方案复杂，支撑架又为高支模，搭设难度大、要求高。根据现场情况，制定了一套满足现场要求的施工方案。

一、排底。支撑架想要在短时间内搭设完成，排底工作至关重要。白天，技术员根据施工图纸现场放好基准线。晚上，工人就能根据白天放好的基准线进行排底。由于在晚上，没有其他施工人员及车辆的影响，排底工作进行的相当顺利。而且在红外线水准仪的校准下，架体的水平度也能达到施工要求，给第二天的搭设创造了有利条件。

二、搭设。晚上排好底后，白天工人就能开始搭设上部的支撑架。在汽车吊及叉车的配合下，速捷架的水平运输及垂直运输均能由机械完成，节省了大量的人工。当速捷架搭设至一定高度后，大量后期要用到的速捷架还能堆放在搭设好的架体上，节省现场的空间，及

时腾出场地，进行下一区域的搭设工作。

三、加固。由于工期紧，架体又有大量的断开处需要钢管连接，所以当速捷架搭设

至设计标高后，采取一些简单必要的加固满足模板施工后，就移交给木工，进行模板施工。在模板施工的同时，下方速捷架的加固也在同时进行，比如剩余斜拉的搭设，钢管的连接等。这样，既不影响后续工作，又能完成速捷架的搭设。

就这样，在一个月内完成了56000m³速捷架搭设目标，甲方也如期浇筑混凝土。经过这一次的速捷架施工过程后，甲方及我对速捷架有了更深入的了解，速捷架的优点也深入人心。

速捷架 费夏炎



全力奋战，确保戴卡项目完成施工任务

无锡戴卡轮毂项目建筑面积为4万多平方，是公司的重点工程。自今年3月份开工以来，项目部全体人员及各班组所有职工，集体坚守岗位，为了共同的目标，即今年10月份正式投产，而全力奋战在工程一线上。

在刚开工阶段，为抓住1-9轴钢构吊装节点。项目部所有人员互相配合分工，在确保安全文明施工的前提下最大的加快了施工进度，放弃休息，挤出更多的时间放在了工作上。在确保4月8日的前提下，提前半天开始吊装，竖起了第一个钢柱。我们成功了！

在接下来的施工阶段中，东侧民房的顺利拆迁为工程施工争取了更多有利时间。桩机前面开始打桩，同事们在后面跟着开始放挖土线。项目上所有人员一起出力有空就去帮忙。确保在完成前道工序的前提下又不影响后道工序开展。甲方领导们几乎每天都会巡视工地，记录施工进度。施工进度虽然紧张，但大家从容地完成了1-58轴基础施工。

现阶段进入雨季循环水池的施工。为克服土质较差等不利施工因素和保证施工进度。现场增加新方案，打钢板桩附加一系列加固措施后，进行土方开挖。在仍有一些周围土壤松动，对其继续加固卸载压力的前提下，

现场安全员旁站观察变形情况。如有突发事件提前做出反应。为确保在5月26日连续下雨前完成水池地板浇筑，25日几乎所有工人有序的进行着施工，虽然那天停电，但原计划晚上最晚12点前浇筑，我们却提前了5个小时。前段时间连续下雨，甲方总部领导到工地巡查，看到工人们冒雨施工，对锡山三建发扬铁军精神表示赞许。大家都为了共同的目标奋斗着！

工程管理部 许铁



坚持不懈抓管理，翔盛包装施工进度推进中

无锡翔盛包装有限公司新建厂房、办公及工业研发用房位于无锡市锡山区锡北镇工业园区锡港路南、泾霞路东。工程项目总建筑面积约为17950m²，总工期为300天。

安全文明与质量是公司持续健康发展的生命源泉和综合效益的有效保障。为加强和提升项目基础性管理，规范工程现场施工操作，保证工程安全文明和质量达到管理目标要求。在土方开挖施工过程中，避免基底土层被机械扰动，基坑在底部设计成有组织排水避免被水浸泡。车间二高支模按照要求编制专项施工方案通过专家论证并严格按照施工方案组织施工。柱模板封模前对模板内进行检查、混凝土浇筑前进行钢筋隐蔽验收合格后才允许进行下道工序施工。

此外，项目部在混凝土浇筑完成拆模后对混凝土构件进行尺寸及外观逐个检查。在施工过程中，建立有效的安全生产管理体系。除日常的安全检查外，公司每月



检查一次，工程管理部每半月检查一次，项目部每周检查一次，发现问题落实到人，限期整改，消除隐患，确保施工安全。

工程管理部 宫海俊

市政绿化公司组织参观第九届江苏省园艺博览会



5月14日下午，市政绿化分公司一行十五人前往江苏省(苏州)园艺博览会现场。据说本届博览会不只有花草这般简单，园内的34个展园展馆在设计、建造时，巧妙融入了苏式园艺、吴地文化展示、花艺园艺知识交流、太湖水资源保护等多项内容。

本次团队参观学习是自发组织，时间为一天，没有导游也没有解说员。在占地面积236公顷、核心展区也有110公顷、22个主题展园、12个主题展馆的博览会中，我们一天很难参观所有展园、展馆。想在有限的时间内尽可能的多参观几个园馆，我们根据博览会的导览图上规划设定的五条路线中选择一条城市园林之行和主展馆（苏州园）。

城市园林之行，串联起江苏省13个城市展园，我们可以通过展园尽情观赏各主题展园的精益求精园艺、浓郁地方特色、巧妙景观布局和多彩花卉园艺，让我们实现“一日走遍江苏”的愿望。主展馆（苏州园）是整个博览会地标性建筑。它位于展园四大板块中“情归太湖”板块，天然隐匿于太湖渚生态湿地之中，推开窗，太湖之水便触手可及。整个展馆由一个主体建筑和十余个面积在200平方米左右的单体组成，中心主体建筑集中了博览会主展厅，展出了全省13个城市插花、花卉园艺等作品。

通过本次的参观学习，我们深刻了解了江苏13个城市园艺方面的不同知识。博览会给我们盛宴一样的视觉享受，对我们思维的开拓起到了很大作用。我们在工作中应不断学习，每时每刻都应处在学习状态，同样应不断提高自己的审美观，尽量多去参观一些大型的、代表性的展览。去努力开拓自己的眼界，积累施工素材，为以后在工作中能作出更多更好的业绩而奠定扎实的基础。

市政绿化公司 朱亚萍

青春乐跑

5月的初夏，阴雨霏霏，湿意袭人。近千名来自多家企事业单位的跑步爱好者齐聚无锡贡湖湾湿地公园，参加万科城市乐跑赛，为城市狂欢，为青春乐跑。作为锡山三建的一份子，我有幸参加本次活动。

伴随着小雨浙沥，下午一点半左右，参赛的队伍陆续抵达，各具特色的旗帜随风飘动，颜色各异的队服点缀着美丽的太湖湖畔，空中的航拍机拍摄着这道靓丽的风景线。整个活动现场像是一场欢乐的嘉年华活动，有异服奇装的扮装者，有饶有趣味的小活动，在激情澎湃的音乐和现场热烈的气氛中，所有的参赛者迎来了开跑的时刻。

乐跑开始了，大家如潮水般向着目的地的方向涌去。肩扛大旗的自然一马当先，为全队做好了表率，至于剩下的就随心所欲了，有人喜欢三五成群结队地慢跑，沐浴着雨后湿意的空气，吮吸着花草淡淡的芳香，感受着大自然勃勃的生机，他们跑得自在逍遥，有人习惯两人结伴地跑，时刻保持着步调和节奏的统一，话不语却心相映，向着友谊，他们一同奔跑。有的人愿意独自跑，时间步伐随心所欲，可以疯跑一阵，感受风吹过

耳畔的声响，跑累了，就小步向前走，在他们看来跑步本来就是一项自由的个人活动。我喜欢单独跑，有时奔跑，有时碎步向前，随心而为，不拘世俗。奔跑，为的是希望像阿甘那样去奔跑。像阿甘那样坚定着信念，把仅有的智慧和勇气集中在一点，跑过青春的迷茫与困惑，跑出人生的挫折与失意，跑向人生成功和幸福的终点，以期不负那菁菁时光，灼灼芳华。碎步向前，为的是梳理心中的杂念与幻想，提醒自己别忘了享受身边一切美好。人生就像一场旅途，有时奔跑，有时静走，但不论怎样，我们都期待能获得更好的感受与体验。

乐跑在欢声笑语中走向了结束，跑完全程的参赛者获得了具有纪念意义的奖牌，取得相关名次的参赛者获得了充电宝，及宝马购车优惠等。同时，近千人参与的微信摇一摇环节，让大家嗨的不行，也将整个现场的气氛推至高潮。

活动结束了，我们乘车而归，去参与更多的人生乐跑。

工程管理部 步长亮



行政人事部小插曲

某日上午，行政人事部的同事们正在忙碌，我请高宇帮忙打印文件，在等待过程中，马铁军身体出现不适，脸色煞白，恶心、冒冷汗等症状。高宇赶紧起身帮忙，摸摸额头，感觉是发烧了。陶然、高宇和我都劝解小马需要马上回家休息，但小马坚持说“不行，下午我还有一个培训，通知已经发了。”于是，高宇赶紧联系医生，描述了小马的不适症状，让医生来给小马打针，陶然则直接扶着小马去宿舍楼休息。

一个小小的插曲，怀着一颗感恩之心对待同事，我们工作的心情、态度和效率都会大不一样，工作环境会融洽，合作会愉快。常怀感恩就会对同事关爱相助，就会对公司负责，对工作负责，珍惜工作机会，勤勉尽责于事。

工作在继续着，行政人事部男同事们的细心、关怀、互助让我感觉温暖无比。

物资管理部 唐淑华

我们建筑工人身上的正能量

最近看到一篇报道，空荡荡的浙江海宁2路公交车上，一个农民工大姐一路共15站全程站着不坐。有人上前询问，她回答说：“我这衣裤太脏了，怕把座椅弄脏，影响他人乘车。”这个故事被海宁网友“大潮群”发到网上，网友们都说，要向善良的大姐致敬。他们说“大姐你的衣服虽脏，但你高尚的人格远远超越了许多人。”“你尽管放心大胆地坐吧！正因为有你们的付出才有美好的海宁，请善待尊重他们”。也有驾驶员网友温暖地对大姐说“其实大姐，你尽管放心大胆地坐吧。椅子脏了我们会擦，地板脏了我们会拖。你的衣服虽然脏，但你有一颗干净高尚的心灵。我深深地向你致敬。”

现如今，在新闻上常看到一些扶老人被讹诈、碰瓷索赔、公交车老人抢座等等负面新闻，似乎看到太多社会的阴暗面，也让整个社会的道德滑坡。而这位“农民工大姐”让我们看到社会上仍然有很多正能量悄无声息地存在着，宣染着正义纯洁的风气。

也许因为在建筑公司工作的缘故，看到这篇“农民工大姐”的报道感到分外亲切。因为在我们的工地上，也有很多可爱的建筑工人，默默地发挥着自己的光和热，为锡城建设贡献出自己的力量。

年长的建筑工人如我们仓库保管员老王师傅。仓库保管工作看似比较简单，但是却更需要热心、细心、责任心，尤其是我们水电材料品种繁多，工作更加繁琐。他在仓库保管员岗位上勤勤恳恳工作多年，不管是收货还是发货，真正做到收货时仔细清点，对所有购入材料进行严格验收，登记入库；发货时更是按照班组发放并分别记录好各种材料，严格做好出库登记工作。数字记录准确，货物发放完好无损，为项目部顺利施工提供了较好的保障。

施工班组长——王进，建筑工人的中间力量。他

带领的施工队伍不管从干活的质量、还是从效率上来讲，在我们机电安装的班组中均属佼佼者，从多次组织的技能比赛成绩和多次获得“先进班组”称号中不难看出。班组长属于“兵头将尾”，既是指挥员又是战斗员，要做好这“兵头将尾”首先得自身素质过硬才行。通过了解发现，他本人平时注重对施工规范的学习掌握，加强对新工艺、新技术、新材料的交流学习，对班组成员的素质要求也高，正因如此，班组的战斗力也越来越强。施工班组是建筑施工企业管理的基础，各项施工作业最终均要落实到施工班组来具体实施，有如此高素质的施工队伍，为我们优质工程的创优创建打下了坚实的基础。

一线作业的建筑工人多为来自农村的农民，少数为大学生，小单即为其中的一员。他干活手脚利落，性格开朗，为人谦虚，不仅善于动手更善于动脑，是工地上新生代建筑工人的代表。接触下来感觉他心态特好，虽然未有在高大上的写字楼里做白领，但一幢幢高楼大厦在自己的辛勤劳作下拔地而起，又何尝不是人生价值的一种体现。随着建筑工业化进程的推进，建筑业将从传统手工操作逐步过渡到社会化大生产的方式。对建筑机械化、标准化的要求更高，更需要像小单这样的新生代建筑工人，他们文化程度较高，学习接受能力强，易于接受新事物、新观点，将在他们的带领下逐步提升工人的整体素质。

感谢“农民工大姐”让我们看到社会阳光的一面。感谢我们公司一线辛勤工作的众多的老王师傅们、优秀施工班组长们、新生代建筑工人们，正是由于你们勤劳、智慧的付出，全面提升了一线的生产力，公司竞争力也得到不断提升，使公司不断赢得更多优质客户的信任。

机电公司 刘春燕

