

三建简报

诚信敬业·以民为主

内部刊物 2017年5月 (总第160期)



锡兰火车站

度假区

香料园

茶园

斯里兰卡

2017年上半年度三建杯文明工地申报公示

三建中层干部斯里兰卡游

2017年五四青年节活动

地址: 无锡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: 214194



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

- 2/2017年上半年度三建杯文明工地申报公示
- 2/公司荣获江苏省建筑业优秀企业
- 2/锡山三建工会喜获多项表彰
- 3/机电安装分公司开展安全生产管理培训
- 3/工人先锋代表——浦柯锋
- 4/公司QC小组成果获得两项省级荣誉
- 4/速捷架助力南京金鹰购物中心项目建设
- 5/“一带一路”——习近平之道

视点景象

- 6/三建中层干部斯里兰卡游

企业文苑

- 7/2017年五四青年节活动
- 8/精诚合 务实求达 成长之路 我们同行
- 8/五四青年节活动有感
- 9/2017第十三届锡山三建职工篮球比赛圆满收官
- 10/腹有诗书气自华

生日烛光

祝福五、六月生日的员工

黄建新、张亚新、缪爱生、朱国球、徐琴娣、沈余寿、俞明基、杨文平、徐敬益、蒋洪杰、钱永明、浦江、孙国忠、徐虎、吴强、仇渊、陈志清、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、顾惠龙、孙祥雯、葛福藏、孔庆书、李新峰、孙国峰、李世清、王裕山、钱卫明、华佳燕、田仁昌、龚艺、宋洁、龙文强、顾新峰、朱浩、贾盼盼、费夏炎、糜余刚、惠圻、吴楷钦、蒋坤培、刘清、蒋建军、孙军、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

飞瀑之所以能飞流直下一泻千里，除了它有深厚的积聚之外，就是因为它选准了一个突破口。千里良驹闯进迷谷，急需的不是在断崖绝壁上的左冲右突，而是冷静地分析出路在何方。撞了南墙不回头，勇是勇了，但这实属不堪称道的匹夫之勇。人何苦要在一棵树上吊死？现代人应该学会选择。看见别人下海，游得那么舒坦那么潇洒！你也想下海试一试。但在下海前，首先你要了解下海的深浅和自己是不是一只旱鸭子。人一旦到了抵抗不住诱惑的时候，往往都会忘掉最起码的常识。

人的从众心理其实也是一种可怕的隋性，看见别人都往同一条路上拥挤，自己便也拼命往那条路上挤。其实，如果能果敢地另辟蹊径，寻找一条适合自己潜行的小路，最后你会惊喜地发现，你比别人早到目的地。

只要心中有奔突的内火，哪怕前面挡道的是一座无法绕过的冰山，亦可以把它熔掉。人到了别无选择的时候，只有高擎力量和智慧的火炬勇敢地突围。

机遇，像一条纵横交错的河流，向任何人都开放着，只要你准备好舟楫，你随时可以荡起你那希望的双桨。至于你能否闯出那八卦图般的迷阵，到达理想的彼岸，这就不仅要看你划船的功力与毅力，而且要看你选择航道的本领了。

选择，不要奢望一次成功，这要有赖于漫漫人生路上感性的积聚与理性的升华。感性的积聚使人聪敏，理性的升华使人睿智。这种积聚与升华到了家，那梦想成真便不是一句海市蜃楼般的空话。



2017年上半年度三建杯文明工地申报公示

单位工程名称	结构类型/层	建筑面积	项目经理	建设单位
无锡市森科金属制品新建厂房	框架6层	28089m ²	顾伟	无锡市森科金属制品有限公司
中国（无锡）国际数据中心	框架6层	24882m ²	胡春雨	中国电信股份有限公司无锡分公司
联东U谷无锡国际企业港	框架4层	41461m ²	吴金林	江苏联东金辉投资有限公司
无锡誉天铁心二期	排架1层	8200 m ²	华益	无锡誉天铁心股份有限公司

公司荣获江苏省建筑业优秀企业

2017年5月12日，在江苏省建筑行业协会第七届一次会员代表大会上，进行了建筑行业协会换届选举，张宁宁同志当选为江苏省建筑行业协会第七届理事会会长，我公司入选江苏省建筑行业协会第七届理事会常务理事单位。



当日，江苏省2016年建筑业“三优”评价结果名单

也正式公布，公司凭借出色的表现，入选2016年度江苏省建筑业优秀企业。同时，总经理钱新华被评为江苏省建筑业优秀企业经理。两个奖项的获得，充分证明了锡山三建优质的工程和服务赢得了业主和合作伙伴的信赖，得到了社会和建筑行业的认可。



行政人事部：贾梦丹

锡山三建工会喜获多项表彰



在五一劳动节来临之际，锡山区总工会表彰大会现场和锡北镇总工会庆“五一”先进表彰大会现场纷纷传来喜讯，锡山三建工会及员工获得多项荣誉。

工会主席陆慧兰获2016年度无锡市“五一劳动奖章”、速捷架公司车间浦柯锋班组荣获锡山区“工人先锋号”、公司工会委员会被评为2015-2016年度锡北镇帮扶先进集体、公司资产管理部荣获锡北镇2015-

2016年度“工人先锋号”、项目经理仇渊获2015-2016年度锡北镇金牌工人称号。

企业的成长和荣誉离不开公司所有员工的辛勤付出，公司将大力弘扬新时期劳模精神，凝聚共同奋斗的精神力量，在这五一劳动节来临之际，让我们向劳动者学习，向劳动者致敬，向劳动者喝彩！

行政人事部：贾梦丹

机电安装分公司开展安全生产管理培训

为增强全员安全生产意识、安全生产知识，确保施工安全生产零失误，助推工程进度有序推进，5月13日下午，机电安装分公司在公司报告厅对项目经理、施工员、施工班组长开展安全生产管理知识培训，公司工程管理部部分安全员、技术员也参与了培训。此次培训特邀无锡市安全生产管理方面的专家鲍书记为我们授课，公司仇副总主持培训。

建筑施工安全是我们建筑施工企业的基石，是各项工作的基础。当今建筑业机械化程度越来越高，对我们操作者的安全技术素质要求也越来越高，因此，我们企业必须定时定期组织培训，认真学习建筑工程安全生产相关法律、法规及规范性文件，提高安全生产管理的素质，做到对安全生产能管、会管、管得好。

鲍书记首先让我们观看工作、生活中发生的安全事故案例视频，通过观看一起起触目惊心的事故案例，将我们带入到安全教育培训的主题中去。他结合建筑施工企业的实际情况，从人的不安全行为、物的不安全状态、环境的原因和管理上的缺陷等因素入手，分别从国家领导对安全生产工作指示、建筑安全生产管理相关法律法规要求、当前建筑企业安全管理的短板、安全生产的成本、落实施工企业主体责任、补齐企业安全生产主体责任落实短板的建议、施工安全管理要点等几方面知识作详细的讲解。他还提出作业过程中应注意做到三看：一、上看天：上部防止抛物；二、中看边：高处周边防护，身边机械作业；三、下看地：地面洞口，障碍物，严防“手机控”。不仅工作时我们要严防“手机控”，生活中开车时接电话、走路时不看路看手机、一边充电一边接电话等等都属于危险动作，我们都要严加制止。



鲍书记的精心授课，使我们深刻的认识到了安全的重要性，掌握了安全生产相关知识，提高了安全防范意识。今后的工作中，我们应牢固树立“安全第一，预防为主，综合治理”的思想，提高安全生产管理意识和安全操作技能，熟练掌握安全生产规章制度和安全操作规程，确保安全生产，提高工程效益，生活中遵章守规，做到不伤害自己，不伤害他人，不被他人伤害，懂得如何保护自身安全。

在我们建筑施工企业，安全就是形象，安全就是发展，安全就是效益，安全工作是我们公司一项常抓不懈、持之以恒的工作。公司将严格从落实规章制度和提高员工的思想觉悟入手，做好安全培训，抓好项目部的三级教育和安全监督巡查工作，真正将“安全第一，预防为主，综合治理”的方针落实到位，从根本上防止和减少安全事故的发生，为公司健康良好发展提供可靠保障。

机电分公司：刘春燕

工人先锋代表——浦柯锋

浦柯锋是我公司整理车间的一名班组长。一直以来，整理车间都以全员安全意识、全员质量意识和创一流团队为目标，不断在强化自身素质、提高业务技能上下功夫，积极开展全体员工技能竞赛、技术练兵等比赛活动，通过车间员工的不懈努力，出色的完成了各项工作任务，为公司的目标达成做出了贡献。

1、大胆创新，提高材料利用率，降耗增效促生产。

企业的目的就是创造效益，材料利用率直接影响产品的制造成本、市场竞争力与企业的经济效益。为确保公司实现利润最大化，车间员工应该上下一心，力求节约材料，降低成本。针对材料利用率这一块，整理车间安排专人每日统计余料的重量并每天召开会议讨论余料产生的原因，从人-机-料-法-环等方面分析原因，并根据具体问题逐一改善。

浦柯锋认为“只要自己在岗位上用心动脑，小改小革，对工具进行改造，提高生产效益，改进工作流程，就是一种创新。只要有创新的意识与态度，你总有一天能够创新”。



2、营造互帮互助的良好氛围。

整理车间每位员工的业务不同又有关联，有很多都是需要2-3人合作才能做好，大家都有一个共同的信念“车间内的事

就是我的事”。为了拓宽视野，丰富内涵，开拓思路，大家主动相互请教，相互学习，发现工作中出现的问题，及时分析问题产生的原因并且找出有效的解决方法，积极发扬了“传、帮、带”的优良传统。目前每个员工都可以熟练掌握车间内至少两个岗位的工作。班组长浦柯锋同志凭着多年积累的丰富经验，担任班长工作，大大提高了人员在生产技能方面的水平，去年，浦柯锋带领的班组荣获我司2016年的优秀班组。

下转第4页>>>

公司QC小组成果获得两项省级荣誉

4月24日-26日，江苏省建筑业协会工程建设质量与技术管理分会主办的2017年度江苏省工程建设优秀QC小组成果交流暨评审发布会在南京曙光国际大酒店隆重召开。全省建筑企业踊跃参会，共有1000多个小组参加了交流发布。此次发布会共评选出41个一等奖、86个二等奖、142个三等奖。



我公司速捷架QC小组撰写的《多变截面箱梁模板体系的创新》成果中速捷架成套技术得到专家们的一致认可，最终脱颖而出获得一等奖。该QC小组凭借多项创新措施屡创佳绩，大力助推了企业生产施工和技术创新。公司第一QC小组撰写的《超大面

积砼地坪分隔缝质量控制》表现优异，也获得了省级奖项，为公司争得了荣誉，树立了品牌形象。

公司领导大力支持员工参与QC质量攻关活动，在领导的高度重视下，公司各QC小组活动多年来一直如火如荼地开展。在历年的省市级和国家级QC成果发布会上捷报频传、成绩显著。这不仅增强了员工的积极性和创造性，也为公司提高

了经济效益，在行业推广实施中起到了积极的示范作用。

工程管理部：顾婷婷

速捷架助力南京金鹰购物中心项目建设



速捷架扣脚手架应用

南京仙林金鹰项目采用速捷架扣式脚手架（以下简称：“速捷架”）有着耐用，承载力大，用量少、重量轻，组装便捷、节省费用等优势。在施工过程中，地上室及地上部分架体支撑体系均采用了该材料，与普通钢管架相比，明显降低了立杆的用量，搭设起来整齐有序，观感质量非常好，而且搭设起来便捷，确实大大提高了施工效率。

由于速捷架没有扣件等小的零星构件，避免了这些小构件的损耗；因其立杆采用Q345材质，强度高，水平杆、斜拉杆等都均采用的镀锌钢管，不易生锈，可周转使用次数多。

由于是商业建筑，存在不规则构件与部位，在进行此处架体搭设时，要充分考虑搭设高度，结合速捷架立杆八角盘间距500mm高一个，在材料使用过程中选择适用的模数钢管。

综合来讲，对于规则结构的建筑，速捷架的适用有非常大的优势。

仙林金鹰购物中心项目由上海宝冶集团有限公司总承包，总合同额5.5亿元，项目位于南京市仙林大学城学津路以东、杉湖西路以北。项目分为AB两个地块，其中A地块北临大成名店，与奥莱城一期隔湖相望，占地面积约3.2万平方米，建筑面积12.1万平方米，地上4层用于商业、餐饮和影院，地下两层用于商业、停车和人。B地块北面与奥莱城一期相连，占地面积约2.6万平方米，规划总建筑面积4.8万平方米，只使用地面积，地下两层，用于弥补车位不足，地上为人工景观。

>>>上接第3页

3、爱岗敬业，任劳任怨，全心服务，争创“奉献型”先锋。

在领导的关心和同事的支持下，柯锋带领的员工互帮互助，和谐相处，共同努力创建着一流和谐的班组。以身作则，乐于奉献，吃苦耐劳是浦柯锋的工作准则。他经常找大家谈心，组织大家深入领会公司下发的文件精神，作为丈夫的他经常早起晚归，认真负责，默默地做

着这一切，从不计较个人得失，一切以工作为重，以关心组员为己任。

在面对紧张的工作压力和困难面前，他从不找任何借口，而是主动出击，以高度的责任感，变压力为动力，充分发挥了“攻坚克难，奋勇拼搏”的精神，凭借着组员员工高效的执行力，充分发挥了积极的创新和模范作用。

速捷架：王志明

“一带一路”——习近平之道

5月14日，国家主席习近平在北京人民大会堂举行宴会，欢迎出席“一带一路”国际合作高峰论坛的外方代表团团长及嘉宾。习近平发表致辞，代表中国政府和人民热烈欢迎各位贵宾的到来。

孟夏之日，万物并秀。“一带一路”国际合作高峰论坛成果丰硕，中国国家主席习近平在高峰论坛上的系列讲话传向世界各地。本文通过梳理习近平在开幕式上的演讲、欢迎宴会上的祝酒辞，以及论坛圆桌峰会上的开幕辞、闭幕辞，梳理出十大高频词，带您一一解读。

1、“合作”128次

“合作”是习近平在本次“一带一路”国际合作高峰论坛上提及最多的词语。习近平指出，在各国彼此依存、全球性挑战此起彼伏的今天，仅凭单个国家的力量难以独善其身，也无法解决世界面临的问题。只有对接各国彼此政策，在全球更大范围内整合经济要素和发展资源，才能形成合力，促进世界和平安宁和共同发展。

2、“发展”96次

“发展战略”“发展平台”“创新发展”“共同发展”……“发展”一词被提及96次。中国的五大发展理念与“一带一路”倡议密切衔接起来，顺应“和平、发展、合作、共赢”的时代潮流。习近平倡议，开创发展新机遇，谋求发展新动力，拓展发展新空间，实现优势互补、互利共赢，不断朝着人类命运共同体方向迈进。

3、“建设”88次

习近平曾在2015博鳌亚洲论坛上指出，“一带一路”建设不是空洞的口号，而是看得见、摸得着的实际举措，将给地区国家带来实实在在的效益。习近平在一带一路”国际合作高峰论坛圆桌峰会上的开幕辞中指出，“路是走出来的，事业是干出来的。美好的蓝图变成现实，需要扎扎实实的行动。”当前，“一带一路”建设正依托项目驱动，深化务实合作。

4、“共同”34次

面对世界经济的复杂形势和全球性问题，习近平在讲话中点明“人类生活在共同的家，拥有共同的命运”，提出要“打造甘苦与共、命运相连的发展共同体”。习近平将人类社会“命运共同体”的理念融入“一带一路”倡议中，希望通过“一带一路”把沿线各国人民紧密联系在一起，“携手构建广泛的利益共同体”。

5、“文明”26次

古丝绸之路跨越了东西方文明，将不同文明、宗教、种族联系在一起，创造了共同繁荣。古丝绸之路的历史离不开求同存异、开放包容的精神。如今，我们要将古丝绸之路精神传承下去，习近平指出，我们要将“一带一路”建成文明之路。“一带一路”建设要以文明交流超越文明隔阂、文明互鉴超越文明冲突、文明共存超越文明优越，推动各国相互理解、相互尊重、相互信任。

6、“开放”23次

“一带一路”源自中国，但属于世界。“我们支持构建开放型世界经济”、“支持扩大相互金融市场开放”、“我们要将‘一带一路’建成开放之路”……“开放”作为我国五大发展理念之一，习近平在“一带一路”国际合作高峰论坛上的系列讲话中提及23次。习

近平强调，是一个开放包容的合作平台，是各方共同打造的全球公共产品。“开放包容”是丝路精神的核心之一，“一带一路”建设要“在开放中合作，在合作中共赢”。习近平提出，“一带一路”建设要以开放为导向，解决经济增长和平衡问题。

7、“金融”20次

自“一带一路”倡议提出以来，中国同“一带一路”建设参与国和组织开展了多种形式的金融合作，形成层次清晰、初具规模的“一带一路”金融合作网络。习近平指出，金融是现代经济的血液。血脉通，增长才有力。我们要建立稳定、可持续、风险可控的金融保障体系，创新投资和融资模式，推广政府和社会资本合作，建设多元化融资体系和多层次资本市场，发展普惠金融，完善金融服务网络。习近平提出，中国将加大对“一带一路”建设资金支持，向丝路基金新增资金1000亿元人民币，这一举措再次彰显了中国对“一带一路”建设的支持，也赢得了国际各界的喝彩。

8、“人民”19次

19次提到“人民”，体现了习近平心系人民、情系人民的博大情怀。他谈到，“我们期待架设各国民间交往的桥梁，为人民创造更美好的生活。”“一带一路”将沿线各国人民紧紧地联系在一起，释放出诸如经济、就业、教育、娱乐、环保、文化交流等多方面机遇，成为造福各国人民的“世纪工程”。习近平在讲话中指出，中方倡议主办这次高峰论坛，目的就是共商合作大计，共建合作平台，共享合作成果，让“一带一路”建设更好造福各国人民。

9、“贸易”19次

“一带一路”倡议以来，贸易畅通不断提升。“贸易是经济增长的重要引擎。我们要有‘向外看’的胸怀，维护多边贸易体制，推动自由贸易区建设，促进贸易和投资自由化便利化。”习近平在“一带一路”国际合作高峰论坛上的讲话中19次提到了“贸易”一词。中国一直以来反对贸易保护主义，维护和发开放型世界经济。“打开窗子，才能实现空气对流，新鲜空气才能进来。”习近平在2013年二十国集团领导人第八次峰会上如是说。此次高峰论坛上，习近平再次表明了中国态度，“我们支持构建开放型世界经济，推动自由贸易区建设，促进贸易和投资自由化便利化。”

10、“和平”17次

实现和平发展，是中国人民的真诚愿望和不懈追求。在“一带一路”国际合作高峰论坛开幕式上的演讲中，习近平讲述了丝绸之路上的历史故事。他表示，“一带一路”建设离不开和平安宁的环境，我们要构建以合作共赢为核心的新型国际关系，打造对话不对抗、结伴不结盟的伙伴关系。和平共处五项原则载入了中国宪法，是中国外交政策的基石。“中国人民崇尚‘己所不欲，勿施于人’，中国不认同‘国强必霸论’，中国人的血脉中没有称王称霸、穷兵黩武的基因。”2014年6月，习近平在和平共处五项原则发表60周年纪念大会上如是说。在此次高峰论坛上习近平再次强调，中国愿在和平共处五项原则基础上，发展同所有“一带一路”建设参与国的友好合作。

摘自：网络

绝美锡兰——探索世界尽头之旅 三建中层干部斯里兰卡游

斯里兰卡被誉为“宝石之国”、“印度洋上的明珠”的美称，被马可·波罗认为是最美丽的岛屿。也许很多人都不知道斯里兰卡这个古老而又美丽的农业大国，但是提及“立顿红茶”，这应该是家喻户晓的一个红茶品牌，斯里兰卡，便是这间名全球红茶的原产地！同时，斯里兰卡也是一个盛产蓝宝石的国家！在这里我们可以远离城市的喧嚣，远离工业化与现代化城市的超快节奏，回归自然，体验锡兰（斯里兰卡旧称）人民生活的淳朴与洒脱。

跨越三个时区，飞越亚洲大陆、印度洋海域，经历七个小时的飞行，我们来到了斯里兰卡的首都——科伦坡。旅途的疲惫被当地炎热的气候瞬间蒸发殆尽，接下来就开始了我们为为期一周的斯里兰卡之旅：

大象孤儿院：斯里兰卡野生动物局于1975年，在斯里兰卡盖克拉镇西北部的品纳维拉建造了一所“大象孤儿院”，主要收养那些在丛林中失去母亲的幼象，建院40年来收养的大象从最初7头到现在的上百头大象，在“孤儿院”里，大象们没有束缚，没有铁栅栏，游客可以近距离与大象合影，这里的大象也似乎习惯了来自世界各地的游客，没有因为人类的到来而影响它们悠闲的生活。

狮子岩：这座堡垒有着不一般的美，它矗立在丛林灌木中，高达200米。这块石头是这片面积为70公顷的城镇的最后一道壁垒。护城河，防御土墙和大规模的花园环绕着岩石的底座，这些花园其中就有著名的水花园。穿越熙熙攘攘的人群，经过将近四十五分钟的登山之旅，我们来到了这座古老城堡的顶端，眺望远方，一片绿荫，欣赏着大自然优美的画卷。

茶园之旅：第三天的旅程就是坐着富有特色的茶园小火车，一路欣赏茶山美景，穿梭在绿野间，我们来到了红茶基地——努瓦勒埃利耶。在这里我们体验了采茶，制茶的全过程，品味纯正地道的锡兰红茶，当然也少不了购买红茶伴手礼。

世界尽头——霍顿平原：清晨四点，万物寂静，伴着

皎洁的月光，开始了我们的9公里的徒步旅行，山地草原和云雾林覆盖。霍顿平原是斯里兰卡三大河流的源头，平原上是草原与山地森林相间的植被，包括许多特有木本植物。斯里兰卡水鹿是这里最有代表性的大型哺乳动物，此外还包括长爪鼯、紫脸叶猴、斯里兰卡豹等。而且这里也是重要的鸟类栖息区，一些鸟类不但是斯里兰卡的特有物种，而且仅在霍顿平原生存。站在“世界尽头”悬崖俯瞰四周，迎接撒向平原的第一缕阳光，此刻我们与大自然融为一体。

海滨度假村：在这里，我们享受了一个没有morning call的早晨，漫步在一望无际的沙滩上，看着当地渔民出海捕鱼，满载而归，就地取材，品尝当地特色的海鲜大餐，有的同事换好游泳装备，在海中游泳，享受海浪的天然spa，在度假村我们度过了两天悠闲的生活，没有工作压力、没有城市的压力、没有车水马龙的纷扰……

最后一天我们又一次来到首都科伦坡，经历一周的当地美食体验，大家都很怀念家乡菜的味道，今天我们在华人的餐厅拿着筷子，吃着中国菜，在异国他乡品尝着中餐，大家胃口特别好，一连加好多菜。在首都科伦坡，也有很多中国的企业参与了援建，科伦坡机场高速就是由我们中国援建的，目前还有首都港口、酒店、住宅很多的中国企业参与建设，当地居民对我们中国游客也非常热情！

为期七天的斯里兰卡之行也拉下了帷幕，这一段旅程让我们重返自然，体验到了斯里兰卡独特的自然美景与人文特色，同时也让我倍感自豪，伟大的祖国在日益强大的同时也不断对外伸出援助之手，帮助他国的建设。

美景不仅仅是目的地，还应该是在路上，旅行也不仅仅是目的地，还在感受沿途的那些人那些事，那些曾经发生在这片土地上的点点滴滴。收拾心情，投入接下来的工作中，为三建更美好的明天继续努力，奋斗！

速捷架：朱浩



2017年五四青年节活动



五四青年节
2017

梦想从这里开始!

Dream starts here

青春，是迸发的激情；青春，是拼搏的劲头；青春，是引吭的高歌；
今天，我们在此相遇，去饮志愿苦乐；
明天，我们展翅翱翔，向玩梦想！
三建三建的青年们，让我们用激情点亮星辰，用热血洗礼翅膀，
奏一曲高歌，拼搏向前！

精诚合作 务实求达 成长之路 我们同行

今年5月4日，是全国第68个五四青年节，同时也是中国共产主义青年团成立95周年纪念日。为弘扬五四精神，展示公司青年团员朝气蓬勃、健康向上的精神风貌，公司团支部以“精诚合作、务实求达”为精神纲领，组织本次五四活动。

上午9:00，公司青年团员齐聚报告厅，参加团支部召开的五四青年节总结大会，会议由团支部委员严云岚主持，党支部书记陆慧兰同志出席会议并发表讲话。

2016年团支部工作结合企业实际和青年团员特点，开展了各项有意义的活动，通过组织各项活动，加强自身建设，内强素质，外塑形象，当好党的助手和后备军。陆书记传达了董事长对全体青年的节日祝福，到场的每一位同仁，都能真切感受到公司对我们全方位的支持，关怀我们成长。陆书记也以亲身成长经历告诉我们，三建是一片沃土，树立榜样，有目标，肯努力，付出总有回报。陆书记的祝福饱含期望，她希望我们有责任有担当，做“四个自信”青年，传递正能量，快乐工作，家庭幸福。现在的青春是用来奋斗的，将来的青春是用来回忆的，奋斗过的青春无悔！

会后，团员青年们迅速将会场恢复原样，有秩序的退场后回到工作岗位稍作休息后用餐，出发去我们今天的主要活动目的地，冰点极道主题馆。

下午我们来到活动地点，准备开始密室逃脱和真人CS。馆内昏暗的灯光，神秘主题渲染，队员们摩拳擦掌，跃跃欲试。6大主题，多重场景体验，新颖奇特。密室中解密陷阱多，机关设置隐秘，考验大家的观察力，需要头脑风暴来揭秘；有些则考验大家身体协调能力；有些项目只有一个指挥者，其余需要蒙面，这时候队员与队员之间，更多的是信任，大家默契配合，团队合作能力至关重要。活动环节还设置了真人CS，这是脑力、体力、敏捷度大比拼。大家在障碍中穿梭，为了团队而战。我所在的小组抽到了电锯惊魂主题的密室逃脱，我还记得当时看电影版电锯惊魂的恐惧，那时候晚上出门上厕所都要带着舍友一起去，不然都害怕。这不还没进门，我们几个女生就害怕的抱成了团，更何况进门之前，把我们的眼睛都蒙上了，一进门就用手铐铐了起来，那种焦躁感、恐怖感全都冒上心头，唯一庆幸的是我跟同伴铐在一起，我心里还有个依靠。我俩只铐上了

一人一只手，我就偷偷打开眼罩，鼓起勇气看看这个房间的布局，原来都只是自己吓自己，房间并没有自己想象中的恐怖。由于我们被蒙上眼睛、铐上手铐，我们唯一的希望就在另外两个寻找开关的队友身上，所幸我们的队友还是很机智的，早早的找到了我们手铐上的钥匙，紧接着是监狱的门、遭到第二关的门，第二关中98拳王的绝技一下子把我们所有人都难倒了，看来我们还是太年轻了，还有灯光型的数字、x片的时间密码、从天而降的U盘、扫射的手柄等等，真的是可以感慨一下设计这个游戏的人脑洞真的很大，玩一个游戏下来真的特别费脑，有时候怎么也想不通的事情，工作人员稍作提示，我们瞬间都懂了。所以我觉得这是一个轻松减压、又锻炼动脑的活动，同时又像自己身临其境在电影中，这种感觉很满足。

密室逃脱结束后，是一个真人CS的对战，20个人左右分成两组，考验队友之间的互相配合和协作。上半场我挥汗淋漓与对手厮打，发现我一次未死，突然感觉自己厉害极了，但是又发现自己一个对手都打不死，我才意识到，我拿了把枪是故障枪，以至于下半场对手直接把我当作人质，为此我感觉特别对不起我的队友们，拖了他们的后腿。这种在战场上洒汗水、流热血的活动培养着队友们的默契，有时候队友一个眼神，一个手势，也许在领悟之后就能轻松诱敌深入，全歼敌人。

欢乐的时间总是过的很快，在返程的路上，这一下午的欢声笑语让我想起会上陆书记说的“四个自信”：是指信念、信心、信任、信誉。在今天所有的活动中，不就是依靠着团队中各个成员的互相信任，共同的信念，各自的信心，彼此良好的信誉，才能取得一次次的成功。本次五四活动，也取得了良好的活动反馈，在活动中，团员们彰显个性，团结拼搏，顺利完成任务。2017年团建我们更注重实效落地，让更多有意愿的人参与进来，惠及大家，心怀感恩，更积极的投身到企业各项工作中去，用行动证明我们是一支有干劲，肯奉献，充满朝气和活力的团队。

装潢分公司：严云岚 机电公司：杨琳

五四青年节活动有感

虽早已入夏，但天空下着细雨仍带着些许凉意。一早大家就着整装整齐地围坐在会议室里，认真地聆听了当天的活动安排以及公司对去年活动的总结。会议的最后还观看了三建总公司和速捷公司的对外宣传片，说实在的真是又惊又喜。惊的是，我初入公司不久，对公司了解并不完全，但通过宣传片我看到公司现已取得的成就，感到无比惊叹，从专业的技术团队到精益求精的追求精神都是公司成功的关键因素；喜的是，我能进入到这样的集体中，感到欣喜与自豪。我也希望今后在速捷这个

大家庭里能学习到更多，进步更多。

午餐过后，我们便赶到了当天活动的目的地，在工作人员的带领下我们进行了分组与抽签，“呀，天空之城，怎么抽了这么没挑战的呀！”“对呀，我的电锯惊魂呢！”大家七嘴八舌的说着，但都开心的笑着，终于我们进入了房间，“首先这是个讲求团队协作的游戏，大家一定要记住这一点，其次你们会有3次的求助机会，大家尽可能的动脑筋，发挥集体的智慧”在听过工作人下转第9页>>>

2017第十三届锡山三建职工篮球比赛圆满收官



为丰富大家的文体娱乐生活，增进同事之间的沟通交流，充分发挥我们的团队合作精神，提高大家对公司的归属感和提高企业凝聚力、向心力，同时给我们的篮球爱好者提供一个展示自我的舞台，由公司团支部筹各组织，第十三届锡山三建职工篮球比赛正式拉开帷幕。

开场前，由党工书记陆慧兰做发言词，并说了下比赛形式与奖项。比赛历时两天，分为4个组，比赛形式为循环计分赛，共6场比赛。同时设有得分王和最佳拼搏两个单人奖项。大家虽然在场下是亲密无间的同事，但在球场上却是针锋相对，不放过任何一个得分的机会，球场上巧妙的传球、华丽的转身、精彩的投篮、完美的配合，赢得了场下队员们的阵阵喝彩。经过这两天的激烈

角逐，在大家期盼的目光和友谊的呐喊声鼓励下，四个组以循环计分赛最终以B组周队拿下了最终第一名的胜利，周利彬也因此拿到了得分王的头衔，新秀李达，很荣幸拿到了今年的最佳拼搏奖。

此次比赛本着“友谊第一，比赛第二”的原则，以促进部门之间的合作交流、加强公司内部团结为出发点，重在参与，不仅增进了同事之间的友谊，而且还锻炼了身体。提高了我们公司凝聚力和团队意识，充分展示出我们的协作能力、奋发向上的公司团队精神，加强了企业文化建设，推动企业蓬勃快速发展。

速捷架：李达

>>>上接第8页

员的游戏讲解后，灯光一暗，开始啦。因为本来的8人小组在进入房间后又被拆分成了两个小组，大家只能隔着铁栅栏互通信息了。“墙上有画，画里有数字”“快把数字记一下，来试这个密码锁”就在大家把数字记下后，可就4个数，所有的排列组合都试了一遍，还是没有打开。这时候发现隔壁小组的成员们也是一筹莫展，“怎么第一关就这么难啊”“要不用掉一次求助机会吧”“不行的，一定是遗漏了什么，我们再想想”这时候突然有个同事说道：“这不是个互相协作的游戏吗，也许我们的信息是相互关联的呢！”真是一语惊醒梦中人啊，原来两个房间里图画的信息是相对应的，而最后得到的数字组合是用来开启隔壁房间的密码箱的。在帮助隔壁的队员后相应的我们也得到了提示，最后纷纷进入第二个房间。在接下来的方向锁环节我们遇到了瓶颈，大家想法众多，可都未能成功，而隔壁组的队员们的房间我们一无所知，通过各自的描述，也找不到突破口，浪费了许多时间，无奈之举只能寻求提示，听过提示后大家也是恍然大悟。还是忽略了最重要的一点团队协作，通过8人手拉手，哪怕隔着铁栏，在人体导电的情

况下开启下一个机关。在接下来的时钟密码环节，十二生肖和三原色组合环节以及最后的音乐房间，虽然并没有十分顺利的都由大家一一解开，虽然用尽了所有的求助机会，有时会急躁，有时会想要放弃，每当这些时候，还是会有人告诉大家要冷静、沉着，不要放弃。

在随后还参加了真人CS的战斗，现在想来当天的活动还真是收获颇多，不仅锻炼脑力，还锻炼了体力。密室逃脱环节，机关重重，设计精妙，过程中依靠自己解决问题的快乐是无以言表的，而且该游戏的关键团队协作也是发人深思的，在日常生活和工作中亦是如此，工作中尤为重要，各扫门前雪的行为往往只能是事倍功半。一个人再伟大，也离不开团体；一个人的智慧再卓越，也不能成为神而脱离众人，也许一个人的力量是渺小的，但聚沙成塔，积流成河，通过团结众人的力量，必能达到众人拾柴火焰高的境地。当然也非常感谢公司组织了这场活动，不但进行了休闲娱乐，更从中领悟多多，在今后的工作中，在公司这个大家庭里，我也能与他人共同协作，让自己与速捷共同成长。

速捷架：顾敏敏

腹有诗书气自华

午夜，淅淅沥沥的雨声，像无数只在我耳边聒噪的蚊子，已经数了几千只羊了，还是睡意全无。明天还有一场重要的商务谈判，今晚休息不好，明天肯定精力不够，可是越是着急越睡不着，记不清这是多少次了，好像这种情况有一年了吧。

一年前，凭着自己强烈的进取心，出众的能力，我成为了这家大公司的业务经理。很庆幸，自己带的团队也是业绩卓越，战斗力超强。这真是一个良好的开端，想到自己的付出终于有了回报，心里一阵宽慰。

可是，不知从那天起，领导的眸子里不再有欣赏，有时还会借机训斥一番。曾经像铁一样的团队也有了裂缝，今天在茶水间碰到温衡和思沉，他们似乎正说着什么，见我进来，便一同闭了嘴，低下头，喝着手里的红茶。我只觉得自己脸上布满僵硬，还没来得及调整，他俩早侧身而去。我不由紧紧握着空茶杯，“由腹诽到漠视了吗？”我默默地踱回办公室，静静地坐了一下午。

傍晚回到家，妻子一如往常一样早早的做好了晚饭和孩子等着我开饭。我摸了摸孩子的头，拍了拍妻子的肩坐下来同他们一起用餐，我告诫自己：我是这个家的顶梁柱，我能解决这些问题。可是，当夜深人静时，我还是不可避免的觉得不解，委屈，烦躁，不甘。我悄悄下了床，来到书房，雨看上去没有要停的样子，似乎更大了些。我点了根烟，想要理出个头绪来。在袅袅的烟雾中，夜正一点点离去。

拖着疲惫的身躯来到公司，我找来了当初与我一起来到这家公司的同门师兄林润，现在他在人事部，我们约定一起吃个晚饭。

两个人的包厢，我忍不住一吐为快：“我实在受不了，这么卖命地干，却得到这样的结果。让人感觉失望又失败。我想换个单位，可是又找不到合适的，彻底放弃现在的成就又有点不甘心。我不知道为什么我付出那么多，可他们却那样对我。老兄，我该怎么办？”林润听着我一连串的炮珠，忍不住拍着我的肩笑着道：“老弟，怎么回事，有事慢慢说。”我忍不住带着情绪道出了事情的原委。

林润听完了我的抱怨，拿出了他的招牌动作，摸了一下他的大鼻子道：“我就知道你小子虽有能力但太急功近利，遇事真争，逢利必夺。得不到就发火、抱怨。缺乏忍让，缺乏协作……”“林润，……你……你……”“哎，我就说了，怎么着，我还不了解你吗，就你这性子，这事还不嫌你……”过了一会，他看我气消了些又说道“你呀，读点书吧。”“读书，我哪有时间读书！整天忙着对付谈判对手，对付领导，对付同事，还要管好团队。哪有闲时读书？”林润看了我一眼，说：“你不是有大把的时间失眠吗，不妨用失眠的时间看看书，说不定能治好你的失眠又让你有意想不到的收获。”我有些怀疑的说道：“那行吗？”“行吗？想想我们刚毕业时来这家公司面试时的勇气和豪情吧，我觉得你该试试。”我沉默了，“那……你先给我推荐几本书吧。”我抬起头看着他的真诚眼睛，“那你先去看看《瓦尔登湖》吧，不一定要接受作者的观点，

但至少可以改变一下你思考问题的方法。”

于是每一个夜，不再有数星星的难熬；不再有烟雾缭绕的苦闷；《瓦尔登湖》正是一本寂寞、恬静而又充满智慧的书。作者梭罗对普通人的生活方式进行了尖锐的批判，说理透彻，分析精辟，发人深省。更重要的是我感觉作者就是在说我。他对另一种生活情态的种种细致之处的分析，语出惊人，字字闪光，见解独到，耐人寻味。

读着它，仿佛自己身边也有一泓纯洁透明的瓦尔登湖；读着它，你会对春天，对黎明，对动物有着一种崭新的感受和感情；读着它，你能感受到一股一股向上的精神在不断地将你提升、提高。当然，这本书的诱人之处，在于它用通俗流畅的语言，简洁优美的文体，从容不迫的心态，让我对生活，对工作有了一些新的发现、新的理解。

自从读了《瓦尔登湖》之后，我慢慢地喜欢上了读书，养成了睡前看书的习惯。几年下来读了许多书，失眠症好了，思考问题的方法变了，修养提高了，格局也变了。慢慢地，领导眼里有了惊讶，同事眼里有了敬佩。前不久我又晋升公司副总。感谢谁呢？我的师兄林润，这当然不能少，可我更要感谢一书。

它让我明白：读书不仅能够提高对人性的认识，理解他人，懂得他人的需要。而且能提高人的素养，让人变的优雅。书是人类心灵的滋养品，我要以我的经历告诉所有男士：一个人如果要想把自己塑造成真正的高富帅，那就去读书吧。经常读书的人，你总能让人觉得你有鹤立鸡群的不凡，特别是在为人处事上，会显得从容、得体。当然，读书最重要的不是为了增加优雅和提高身份，而是为了获得素养，读经典是提升人文素质的捷径。饱读诗书，学有所成，气质才华自然横溢、高雅、光彩。东坡居士不也诗云：粗缯大布裹生涯，腹有诗书气自华。

摘自：锡北镇镇总工会2016年度职工读书征文比赛一等奖

光明村（祝慧俊）

