



—— 凝 聚 企 业 力 量 ——



中国建材

中复集团报

张人为题

中国复合材料集团有限公司 主办

2013年第06期 总第115期



目录

CONTENTS



中复连众
安全知识竞赛精彩落幕

特别报道 | SPECIAL REPORTS

01 中复碳芯公司获“中国航天事业合作伙伴”称号

公司动态 | COMPANY EVENTS

- 04 中复连众与灌南县人民政府签订战略合作框架协议
- 05 中复连众荣获连云港市“劳动关系和谐企业”荣誉称号
- 05 中复连众举行2013年上半年“五星员工、五好班组长”公开评选活动
- 06 中复碳芯公司第一届一次职代会胜利召开
- 06 中复连众(酒泉)公司参展2013年中国(甘肃)国际新能源博览会

员工活动 | ACTIVITIES

07 中复连众安全知识竞赛精彩落幕

来自一线 | FROM THE FRONT LINES

- 09 中复连众持续开展爱心帮扶活动
- 09 中复神鹰公司爱心员工救助走失老人
- 10 牢记历史 弘扬民族精神
- 11 用机器切出绚丽的生命火花
- 12 开花的洗手台

乐活人生 | LOHAS

- 13 闲客独闲行
- 14 金陵印象
- 15 赤脚行走
- 17 再读童话
- 18 好书推荐
- 19 乐享一刻:轻盈度夏预备



中复集团报

2013年第06期 总第115期
内部资料 免费交流

主办单位:中国复合材料集团有限公司
地址:北京市海淀区三里河路甲11号
发行:中复连众复合材料集团有限公司
地址:连云港市海连东路195号

编辑:李 姝 仲文玉

电话:010-88083065
0518-85150331
传真:010-88083063
0518-85150329

网址:www.ccg.com.cn
www.lzfrp.com
邮箱:ccgcnews@ccgc.com.cn
newspaper@lzfrp.com



中复碳芯公司 获“中国航天事业合作伙伴”称号

文 | 中复碳芯电缆科技有限公司 朱维新

6月26日，中复碳芯电缆科技有限公司与中国航天基金会在京共同举行签约暨授牌仪式，由中国航天基金会授予中复碳芯公司“中国航天事业合作伙伴”称号及牌匾。中国航天基金会理事长张建启、秘书长张玉江，中国建材集团董事长宋志平，中国复合材料集团董事长张定金，中复碳芯董事长任桂芳、执行董事谢建平等多

方领导出席了仪式。中复碳芯公司成为电线电缆行业内唯一获此殊荣的专业碳纤维复合芯导线生产企业。

中国航天基金会是中国航天主管部门授权的全国性公募基金会；是经国家工商行政管理总局批准授权的唯一可以使用“中国航天事业合作伙伴”对企业及其产品进行商业冠名的合法组织。

(转下页)



(接上页)

中复碳芯公司是由中国建材集团旗下企业中复连众复合材料集团携手哈尔滨玻璃钢研究院等企业共同投资设立,以哈尔滨玻璃钢研究院的碳纤维复合芯导线先进生产技术为依托,专业从事碳纤维复合芯导线的研发、生产与销售的企业。

中国航天基金会授予中复碳芯公司“中国航天事业合作伙伴”,看中的是中复碳芯公司雄厚的企业实力、强大的资源技术支持、独立自主的知识产权、完整的碳纤维复合芯导线生产产业链、一流的技术研发及产品检测能力等一系列优势。公司在行业内拥有巨大的发展潜力及良好的发展前景。

碳纤维复合芯导线是当代科技发展的又一典范。它是利用碳纤维的高强度、耐腐蚀的卓越性能发展出来的一种新型导线。与常规的钢芯铝绞线相比,它具有重量轻、抗拉强度高、耐高温、耐腐蚀、载流量大、线损少、弧垂小等一系列优势。作为一种全新结构的节能型增容导线,碳纤维复合芯导线有助于构造安全、环保、高效节约的输电网络,代表了输电网络未来的发展方向,也完全符合国家的产业战略导向。

中复碳芯拥有碳纤维复合芯导线核心技术以及雄厚的资源和技术支持。中复连众隶属于中国建材集团旗下的中国复合材料集团,是中国最大的复合材料专业制造商,为中复碳芯提供了先进的生产管理经验和优质的科研平

台;与中复连众同为中复复合材料集团子公司的企业——中复神鹰是我国最大的碳纤维研发与生产基地,这为中复碳芯未来产品的性价比和竞争力提供了坚实的保障。党和国家领导人曾多次莅临中复连众、中复神鹰和中复碳芯,对产品进行指导与扶持,使企业得到坚实、快速的发展。随着中国复合材料集团碳纤维产业的发展,碳纤维复合芯导线将会不断降低产品成本,使其能大规模地应用于新线建设,从而为我国的智能电网事业增光添彩。

中复碳芯公司采用国内先进的拉挤生产设备以及进口的检测仪器,其生产能力2013年年底可达到6万公里;2014年,可达到10万公里;总规划产能为20万公里。生产的碳纤维复合芯导线,其截面从150平方毫米到1250平方毫米,可在电压等级从35千伏至1000千伏的输电线路中应用,从而实现了输电线路应用的全覆盖。目前已经在连云港化茅线、连云港吴山线、常州德胜线、常州芳南线、常州亚达线、无锡夏圣线、徐州汪塘甸集线、南京西阳线、浙江暨侣线、四川林洞线等数十条线路挂网运行,获得了客户的广泛认可。

在电缆行业多元化、多角度碰撞的激烈竞争时代,中复碳芯公司本着对产品质量精益求精的精神,不断进行技术创新和产品研发。公司拥有一支由国内一流专家组成的顾问团和集高分子材料、复合材料、机械设计、导线制造、线路架设等专业研发、生产碳纤维复合芯

导线的高效团队以及先进的生产设备、完善的检测仪器,从而充分保证了产品的高质量、高性能。

在企业快速发展的进程中,公司始终坚持“层层把关、事事受控、持续改进、实现共贏”的质量方针。公司于2012年5月通过了ISO9001质量管理体系认证,于2012年9月通过了上海电缆研究所全性能检测,各项指标达到或者超过国内外同类产品。11月又通过了由中国电力联合会组织的产品鉴定。鉴定结论为:中复碳芯公司研发、生产的碳纤维复合芯导线已达国际同类产品的先进水平。2013年2月又成功承接了世界上首条碳纤维导线大跨距工

程—南京长江大跨越工程。

近年来,我国的智能电网事业发展神速,尤其在超高压输电线路方面更是走在世界前列。正是在这种大背景下,碳纤维复合芯导线才有了用武之地。在神舟十号载人航天飞船成功发射之际,在中国航天事业蓬勃发展的新时期,能够成功成为“中国航天事业合作伙伴”,对中复碳芯来说,既是光荣,更是责任。张定金董事长说,中国建材和中复碳芯公司全体员工将以高昂的斗志、满腔的热情,团结拼搏,开拓进取,为国家电网事业及中国航天事业的发展,为建设美丽中国,实现中国梦作出新的更大的贡献。

中复连众 与灌南县人民政府签订战略合作框架协议

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 徐德宝

5月29日,中复连众与灌南县人民政府签署了《战略合作框架协议》,双方将在灌南县硕项湖城市饮水备用水源地输水工程建设等项目展开合作。中复连众总经理乔光辉、灌南县长左军代表双方在协议书上签字。

中复连众是集复合材料产品开发、设计、生产、服务于一体的高新技术企业。主打产品“连众”牌玻璃钢管道荣膺“中国名牌”荣誉称号,多年来,成功应用于国内多个重大输配水项目,并大批量出口韩国、伊朗、新加坡等国家和地区。为贯彻中国建材集团“善用资源、服务建设”的核心理念,2010年,中复连众注册成立中复新水源科技有限公司全资子公司,进军水处理领域,实现从产品制造到系统集成的转型升级。中复新水源成立两年多来,以BT模式承建的徐圩日供水9万吨水厂和日处理3万吨污水处理厂及配套的管网建设项目即将收尾,承建的管廊项目也在加紧建设中,工程成套作为新的模式和新的增长点不断增强。

作为国有控股企业,中复连众积极履行

社会责任,主动参与地方重大基础设施工程和民生工程,为地方经济建设尽一份力量。战略合作框架协议的成功签订,为双方展开全方位的合作、实现共贏打下了坚实的基础。



中复连众荣获 连云港市“劳动关系和谐企业”荣誉称号

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 仲文玉

近日，从连云港市创建劳动关系和谐企业工作领导小组获悉，连云港中复连众复合材料集团有限公司获得“劳动关系和谐企业”荣誉称号。此次表彰是经企业自评申报，市创建劳动关系和谐企业工作领导小组考核验收和评审认定。

近年来，中复连众积极发挥工会组织作用，围绕企业中心工作，广泛征求职工群众的意见，做到发扬民主、科学决策、集思广益，建立了以职代会为基本形式的民主管理体系，通过设立意见箱、建立QQ群、定期召开专题例会等方式，及时向职工公开关系企业发展的重大问题和群众普遍关心的热点问

题，使职工及时了解厂情，促进民主管理水平和依法治企水平不断提高。认真贯彻《江苏省集体合同条例》、落实市政府《关于进一步推进全市企业工资集体协商工资的意见》，开展工资集体协商工作，坚持100%签订集体合同和三个专项合同，及时足额交纳养老、医疗、失业、工伤、生育保险制度，严格执行工资正常增长制度，不断提高职工生活水平。工会还积极创新活动载体，通过学习型工会创建、读书节等活动的开展，培树主动学习善于学习的风气，以重大节日和重要事件为契机，针对性开展丰富多彩的活动，让员工体会责任、感受和谐、理解感恩。

中复连众举行2013年上半年 “五星员工、五好班组长”公开评选活动

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 张丹

6月22日上午，中复连众举行了2013年上半年“五星员工、五好班组长”公开评选活动。

本次活动共收到62份申报表，经过筛选最终确定了51名入围候选人，活动依然采取员工自荐和部门推荐相结合的方式，由9名主席团评委和36名员工评委根据候选人的现场演讲进行投票，评选出最终获奖者，获奖者还将作为年度先进个人和十佳员工的候选人。在评选现场，每位候选人都以饱满的精神状态陈述自己在本岗位的工作经验和心得，其他分子公司的候选人也通过视频的方式进行演讲，赢得了阵阵掌声。

经过两个半小时的激烈竞争，最终评选出了15名“五星员工”和5名“五好班组长”获得者，并现场颁发奖金和荣誉证书。本次评选活动不仅能够激励员工的工作热情、营造良好的创先争优氛围，而且也为员工搭建了展现自我和相互交流的平台，希望能够有更多的员工站到在这个舞台与大家交流经验。



中复碳芯公司 第一届一次职代会胜利召开

文 | 中复碳芯电缆科技有限公司 朱维新

2013年5月25日，中复碳芯电缆科技有限公司召开第一届一次职工代表大会，选举产生工会委员会，正式成立了工会组织。市经济技术开发区总工会副主席周荣胜到会祝贺。中国复合材料集团有限公司副总经理、中复碳芯电缆科技有限公司董事长任桂芳参加了会议，会议由公司常务副总经理田超凯主持。

会议在嘹亮的国歌声中拉开帷幕，周副主席代表开发区总工会对中复碳芯工会的成立表示了热烈的祝贺，并详尽的阐述了新时期工会工作的特点和重要性，对今后中复碳芯工会的工作提出了具体的指导。

任桂芳董事长在讲话中肯定了公司自成立到现在以来所取得的成绩。要求工会组织要紧跟时代发展步伐和科技进步潮流，组织职工加强技术知识和

管理知识的学习，不断创新。注重将学知识与学做人结合起来，以敬畏、感恩、谦恭、得体为自身素质提升的目标，在工作中体现专业、专注、专心的良好职业素质；工会组织要在推动企业管理、创建和谐企业上实现更大作为。最大限度的激发广大职工的创造活力和工作激情，引导广大职工全身心的投入到企业的大发展中来。为职工展示才华搭建平台、提供服务。

与会代表认为，首次职代会的胜利召开，是公司进一步推进民主管理的重要举措。特别是会上领导的重要讲话，进一步统一了思想，凝聚了人心，鼓舞了斗志。大家纷纷表示，要带头学习贯彻讲话精神，进一步明确工作目标任务，增强加快发展的紧迫感、责任感和使命感，勇挑重担，攻坚克难，为实现公司又好又快发展作出新的贡献。

中复连众(酒泉)公司参展 2013年中国(甘肃)国际新能源博览会

文 | 中复连众(酒泉)复合材料有限公司 武佳

6月21日-22日，由省政府和中国国际贸易促进委员会主办的2013年中国(甘肃)国际新能源博览会暨酒泉投资合作洽谈会在酒泉市隆重举行。中复连众(酒泉)复合材料有限公司携3MW-55米风力机叶片亮相展会。

本次博览会以“新能源、新跨越、兴项目、兴产业”为主题，全面展示甘肃省新能源产业最新成果，推动新能源产业跨越发展。酒泉公司此次展出3MW-55米风机叶片是本次参展叶片中功率最大，同时也是叶长最长的产品，吸引了诸多参会领导、国内外专家学者以及新能源企业代表的驻足观看。为了向参观者更加直观、全面的展示公司产品，酒泉公司特意制作了简洁明了的宣传展板，并安排专业的工艺人员负责现场解说。

作为中复连众最大的外部叶片生产基地，酒泉公司依托集团公司强大的研发实力和先进技术，不断扩大生产规模，持续推出满足西北风区的高端产品，为中复连众为抢占国内市场份额做出了重要贡献。酒泉公司希望以此展会为契机，扩大中复连众及酒泉公司的知名度，促进企业持续发展。



中复连众 安全知识竞赛精彩落幕

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 仲文玉



6月26日下午，中复连众安全知识竞赛在五楼多功能厅顺利举行，本次活动由公司工会、环安部联合举办，以“强化安全基础，推动安全发展”为主题。制品车间、环氧管道车间、管道车间、机加工车间、叶片一三分厂、叶片二四分厂、叶片生产部、中复碳芯8支代表队参加知识竞赛。经过抢答、必答、二轮抢答、风险答共4轮的激烈角逐，中复碳芯队以总分240分夺冠，机加工队屈居二等奖，三等奖分别由制品车间和叶片一三分厂摘得。

本次安全知识竞赛为中复连众“安全生产月”活动之一，旨在以赛代培，通过竞赛进一步落实各级安全生产责任，切实提高全体干部职工的安全生产

意识、技术技能、防范和处理突发安全生产事故能力。为此，中复连众“安全生产月”活动办公室按安全分管责任人、安全员、一线员工三类人员的不同安全责任和应掌握的安全知识，结合不同工作岗位的生产实际，以《消防法》、《职业病防治法》、《交通法》、《安全生产法》、《劳动法》和《公司规章制度》等为竞赛内容分别设计了竞赛试题。

知识竞赛在紧张、热烈的气氛中结束。此次知识竞赛不仅给参赛选手留下了深刻的印象，所有参与的观众通过观看比赛，并参与观众答题的方式重温了安全生产的相关知识，对安全生产十分有意义。

关键词：成功逆袭

中复碳芯两位选手在竞赛中发挥非常出色，在第一轮落后机加工队60分的情况下，沉着应战，毫不气馁，力争在必答题不失分的基础上争取抢答题的得分，第二轮抢答环节表现突出，前四轮答题获得220分。在机加工前四轮总得分235分并且放弃风险题的基础上，中复碳芯两位选手交换了一下眼神，果断选择20分题，抽到“如何处理安全检查中发现问题？”，由于李雪林回答熟练流利、内容全面，得到了三位评委的一致认可，加20分。中复碳芯队也最终逆袭成功。



一等奖中复碳芯队：李雪林、马力



二等奖机加工队：徐胜、乔为伟

关键词：抢答神手

本次比赛的第一个亮点是机加工队带来的。徐胜、乔为伟两位选手在抢答环节特别是第一轮的抢答中突出表现，赢得了现场的一阵阵掌声。徐胜耳聪手快，命中率很高，乔为伟准备充分，每答必中，两人各有分工，配合默契。第一轮抢答后，机加工队抢到25题中的11题，得分210分，比排名第二的队高出60分，比排名最后的队高出120分。虽然机加工队最终因为放弃风险题错失冠军，但是这两位选手留给大家的印象非常深刻。

关键词：加试赛

本次比赛共设置三个奖项，一等奖一名，二等奖一名，三等两名。中复碳芯队和机加工队表现突出，遥遥领先其他队伍，毫无悬念地锁定了一、二名，制品车间以165分位居第三名。按照比赛规则，如果出现分值并列情况，进行加试赛，在同分值队中用抢答的方法一次性决定，答对加10分。叶片生产队和叶片一三分厂以155分并列第四，加试赛在这两支来自叶片事业部的队伍之间开展，最后都是叶片一三分厂运气略胜一筹，抢到两道题并且全部答对，成功获胜。



三等奖叶片一三分厂队：陈大伟、沈道春
制品车间队：李 伟、金艳萍

中复连众持续开展爱心帮扶活动

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 张丹

“六一”儿童节前夕，中复连众二十余名“社会妈妈”在副总经理王彤兵、刘卫生的带领下前往灌南县育才小学，继续着坚持了七年的爱心帮扶之旅。

虽然天空下着淅淅沥沥的小雨，却阻挡不住“社会妈妈”们的脚步，身未动心先行，满怀期待的心使这一个小时的车程比平时好像长了许多。在接待室，“社会妈妈”将自己精心准备好的学习用品和礼物交到结对孩子们的手上，并且帮孩子们试穿新买的衣服，仔细询问孩子们的学习和生活情况，珍惜这短暂的相聚时光，一派其乐融融的景象。

中复神鹰公司爱心员工救助走失老人

文 | 中复神鹰碳纤维有限责任公司 魏亚杰

“真是太感谢了！若不是中复神鹰公司的这几位有爱心的员工，我父亲不知道还要多久才能找到了！”5月17日，中复神鹰公司门口来了一群人，手里捧着锦旗，说一定要好好感谢这里的几位好心人。

事情还得从头说起，5月14日，中复神鹰公司保安队副队长丁健和队员王瑞、袁建秋正像往常一样在值班室执勤。晚上7点左右，一位老人手拄一根树枝来到公司门口不远处席地而坐，丁健等三人上前查看，发现该老人满脸疲态、衣衫褴褛，于是询问老人从哪儿来，知不知道家在哪里，家里人的联系方式等。老人精神有点恍惚，大多答非所问，所幸还记得一个号码，丁健等三位员工意识到老人可能是走失了，老人的家人此刻肯定是心急如焚，所以

作为央企下属企业，中复连众注重履行社会责任，引导员工发扬中华民族传统美德，奉献爱心，回馈社会。公司主要领导带头结对，工会连续七年组织大家看望育才小学结对的孩子，每年至少两次，为孩子添置学习用品、生活用品，暑来寒往，从未间断过。工会坚持每年对口捐助学校，至今已经捐款十几万元，为孩子的成长成才尽一份绵薄之力。孩子毕业了一批批，员工换了一茬茬，但爱心在传递，据统计，中复连众已经相继和70多个孩子结对，持续向这些孩子传递着人间的正能量。



马上采取行动，根据老人所说的号码联系上了他的家人。在等待老人的家人前来的时间里，丁健等三人发现老人可能走失时间较长，身体有点虚弱，赶紧用自己的杯子盛纯净水给老人喝，又去公司食堂买来饭菜让老人吃下，并细心看护好老人以免发生不测，直到老人的家人将其接走。

于是，就发生了本文开头的一幕。据老人的家人透露，老人自10日走失到14日找到，已经4天了，如果不是三位中复神鹰公司爱心员工的帮助，后果不堪设想。面对对方的感谢，丁健、王瑞、袁建秋都表示这是自己应该做的，谁家里都有老人，将心比心，遇到这样的事情谁都会伸出援助之手。

牢记历史 弘扬民族精神

——参观中国人民抗日战争纪念馆有感

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 周静文

5月31日-6月1日，我有幸参加了中国建材集团党委举办的培训班，聆听集团党委书记、董事长宋志平的讲话，系统学习党的基本理论知识，参观中国人民抗日战争纪念馆。对于我，这是一次难得的培训，特别是参观中国人民抗日战争纪念馆，印象深刻。

纪念馆位于丰台区宛平城城内街，是为纪念中国人民伟大的抗日战争而建，占地4万平方米，建筑面积近2万平方米，是一座具有民族特色的建筑。馆内保存了从1931年“九一八事变”到1945年抗战胜利这14年间的珍贵历史文物和史实照片5000余件，展出的日军残忍对待同胞的钉笼刑具、731部队用过的毒气罐和万人坑中的遇难者骸骨等，见证了日本的罪恶；缴获的重机枪、山炮等战利品与抗战用的大刀、步枪等轻武器的强烈对比更是体现出中华儿女在对抗侵略中所付出的巨大牺牲。

进入序厅，迎面是一座长18米、高5米的大型铸铜浮雕“把我们的血肉铸成我们新的长城”，象征着共产党、国民党，工人、农民，爱国青年、海外侨胞等携起手来，共同为中华民族的存亡而奋斗。“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”，正是这些革命先烈的忘我大无畏的牺牲精神才换来了新中国如今的崛起和昌盛。

在展览中，感受最深的是在那国家存亡的危难时刻，中华民族一致对外、抵抗侵略的不屈精神。在中国共产党的领导下，四万万同胞汇成浩浩荡荡的抗日洪



流，涌现出一批又一批的英雄人物。从国民党数百万军队在淞沪会战、南京保卫战、徐州会战等正面战场的奋起抵抗；到共产党领导八路军和新四军让侵略者陷入平型关大捷、百团大战、地道战、地雷战等人民战争的海洋；再到港澳台同胞们捐款捐物、海外华侨认购国债回国参战，不同党派和团体摒弃前嫌，捐躯共赴国难……中华民族到了最危险的时候，每个人被迫发出最后的吼声！国歌真实反应出了当时中国所面临的危急时刻。华夏儿女汇聚了中国近代历史进程中空前的团结精神，形成了战胜日本侵略者的无坚不摧的力量源泉。

经过14年中华民族的不屈斗争和全面抗战，1945年8月15日，日本宣布无条件投降。站在日本投降仪式的巨幅油画前，看着中日双方在

战争中的受损比，我心中却没有一丝作为胜利者的喜悦，却感到淡淡的悲哀。在历时8年的抗战中，中国军民伤亡3500余万人，财产损失6000亿美元，日本军队伤亡230多万，伪军210万。发动侵略的日本固然可恨，为日本摇旗呐喊、迫害同胞的汉奸更是要永远地刻在历史的耻辱柱上遗臭万年。中国为抗战胜利付出了多么惨重的代价，这场战争的胜利，是经过中华儿女的英勇斗争，用无数人的流血牺牲、付出了极大的代价才换来的胜利，也更凸显了今日和平的宝贵。

近百年来，中国一直深受帝国列强的欺凌和掠夺，政治腐败，经济军事落后，军阀割据，百姓任人宰割，偌大中国一盘散沙，日本的侵略更是险些将中国推入不复之渊。这个时候，中国共产党出现了。历史证明，共产党提出的抗战方针政策和路线符合全国人民的根本利益，党始终高举着民族的旗帜，把反对日本帝国主义、抗日救国摆在第一位，把阶级矛盾放在次要的位置。中国共产党代表着全国人民的意志，领导全国人民推动了伟大的抗日战争，浴血奋战最终打败了日本侵略者，推翻了压迫已久的三座大山并建立了新中国。

当洋枪铁炮敲开沉重的国门时，带来的血泪和耻辱教会了中华民族自强不息、奋斗不止。历史的教训不能被忘却，牢记历史不是播撒仇恨的种子，而是为了纪念，为了伤痛不再。铭记历史，才能维护和平；以史为鉴，方可开创未来！

用机器切出绚丽的生命火花

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 张丹

今天给大家介绍一位“蓝领”——沈宗友。沈师傅是中复连众机加工车间的一名普通车工，从一名学徒到技术能手，他在这个岗位上干就是二十几年。经过岁月的锤炼，沈师傅已经练就了一手好手艺，大小产品模具和设备零件都能够根据图纸的要求制作出来。

四溅的铁花、轰鸣的机器，整个机加工车间都充斥着高分贝的机器切割、焊接的声音，音量已经高于人耳正常接受的44分贝，一进车间这些声音就会长驱直入占据你整个耳神经。然而，工人们都在各自的岗位上有条不紊的工作着，丝毫没有受到这些声音的干扰，仔细看，你会发现原来他们每个人都带着耳塞，小小的耳塞隔绝了外面嘈杂的声音，让他们专心的工作。沈师傅说：“多亏有这个耳塞，它很好的保护着我们的耳朵。”

对于一名技术工人来说，最重要的是要制作出符合工艺要求的高精度的零部件。沈师傅演示了他经常用到的机床的具体操作方法，凭借自己娴熟的手法，操作起来游刃有余，能够轻易的控制机床用不同的刀头切割出各种形状的模具，甚至还能控制铁屑飞出去的方向，这不得不让人佩服。

沈师傅说，作为技术工人，除了要做出



好的模具还要注意安全，不能厚此薄彼，要尽可能的排除一切安全隐患。为了增强员工们的安全意识，公司会定期为每位机加工车间的员工开展安全知识培训，而且每天都有专门负责安全工作的人员检查劳保的佩戴情况，若发现有人违反相关规定的及时给予提醒和纠正。

在机床旁边的工具架上放着一本《机械工人切削手册》，从外表的磨损程度来看，已经被翻阅了很多次。沈师傅介绍说：“每次设计图下来的时候我们都要根据这手册查一下具体的数值，只有这样才能确保做出来的模具和零件精度达到设计要求。一个模具的完成要经过多道工序的配合，你看我们这些同事都是在各忙各的，实际上都是上一道工序做好了就传往下一道工序，其中任何一道工序出问题那么整个模具和零件就会不合格，无法使用。”

沈师傅还说，机加工车间工具和零件比较多，有时候同事把工具用完了未及时放回原位的话，下一个要用的人就会花费很长时间去找，这样大大降低了工作效率。现在好了，在工具架上都贴上标签，工具用完复位，很便捷。

年过五旬的沈师傅工作起来精神十足，一点也不亚于年轻的同事，他做事认真负责，同事有哪里不明白的他会帮忙指导，其他部门有急用零件他也会加班加点的完成。不仅制作是一把好手，对沈师傅来说维修也是小意思，机器上的零件坏了他也会尽快修好。工作久了就想活动活动筋骨，沈师傅平时的爱好是打羽毛球，他说，不忙的时候几乎每天下班都会和同事到球场上大汗淋漓一番，运动过后整个人非常的精神。

作为一名老员工，沈师傅把大部分精力都投入到他所钟爱的工作上，在平凡的工作岗位上默默耕耘、奉献，他时刻不停地激励自己、鞭策自己做得更好。

开花的洗手台

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 仲文玉



不知道从什么时候开始，三楼的女卫生间的洗手台上出现了几朵栀子花，插在用矿泉水瓶剪出的杯子里，白色的花朵平淡无奇，但是花香持久、沁人心脾。经过一番打听，原来这栀子花是保洁员沈姐放上去的，她说，她很喜欢栀子花，一个人把花挂在身上，只能一个人闻得到，放在洗手台上，大家都可以闻到，何乐而不为呢？

沈姐是今年2月底才到公司做保洁员的，今年52岁，身材虽然娇小，但是做事干脆利落，为人和善，大家都很喜欢。沈姐说，她以前在本市一家药业公司物流中心做了二十多年的保管员，养成了凡事细心的习惯，做事认真，不应付了事。保洁的工作虽说简单，但是想要做好，也不是件容易的事。刚来中复连众的时候，因为做事不熟练，她就早一点出门，通常是到了公司还不到六点，然后就可以慢慢地打扫。经过四个月的琢磨，沈姐终于找到了很多窍门。

沈姐主要负责三楼的卫生，包括高管的办公室、会议室，走廊的地面和两个厕所。以前保洁员工的习惯是，先打扫高管办公室，再做其他。但是沈姐发现，有的同事有早来的习惯，她就调整打扫的步骤，先打扫走廊地面，然后戴上

手套，把卫生间打扫干净。这样即使有同事早来了，走廊干净了，厕所也干净了，不影响大家使用；然后打扫高管的办公室，用热水把抹布洗干净，桌子很快就干了，也很干净。

沈姐说，只有把拖把头洗干净了，拖出来的地才能干净。她的秘诀是用洗衣粉和消毒液把用过的拖把头泡上几个小时，然后再用搓衣板来搓，这样拖把头才能洗得干干净净，她这样认真地做了，而且还是自己买来了搓衣板。不光是搓衣板，陆陆续续地，沈姐还买来了钢丝球、挂钩，请人做几个简易的架子，把打扫用具摆放地整整齐齐。

“哪怕慢一点，对工作也要负责，也不能马马虎虎；哪怕是我明天不干了，也要把今天的事情完完整整地干好，不能干一半、扔一半，认为反正我明天不来了，这不是我”，沈姐说。朴素无华的话语，就像栀子花平淡无奇的花瓣一样，美丽、坚韧、醇厚，生命本质也是一样的，绽放的同时带给别人的是阵阵的清香。

我们相信，一个对待工作如此负责的人，在生活中也一定拥有幸福的家庭、孝顺的儿女和真挚的朋友。因为，世界上所有的事情都是一样的道理，你对别人怎样，别人就对你怎样，你怎样看待生活，生活就给予你怎样的收获。赠人玫瑰，手有余香。分享是一种正能量，即便这举动很微小。



闲客 独闲行

文 | 中国复合材料集团有限公司 苏文娟

出外游玩搭帮结伴自是一种热闹的好，而独自出行则另有意料不到的自在之妙，不用相互约定时间，不用讨论目的地，甚至不用和自己商量，兴致所至起身就走，漫无目的行走在日月山川里，想象自己如若背负一柄光灿好剑，简直就要生出江湖游侠的豪气来。碰到游人如织，转身掉头，遇到风景秀丽游人又少的地方，就停下来，慢慢行，细细看，不受和同伴交谈的打扰，不受谁脚步快了或慢了约束，无思无虑，气定神闲，专注欣赏身边美景并由此引发各种无边际的胡思和乱想。

看到一树梨花，就下意识去寻觅树下的海棠，因为脑海里冒出“一树梨花压海棠”来。单就这句诗可理解为一幅美丽的风景，梨花似雪，海棠如火，红红白白辉映成趣。如果是孤零零的梨花会怎样，于我能联想到的是一张病人的脸，苍白无血色，但有了海棠相配，病人的脸因红唇欲滴顿时生动光辉起来，梨花的白也才成了冰雪肌肤。

“一树梨花压海棠”最初却不是形容风景的，是苏东坡嘲笑好友张先的调侃之作。张先才华满腹，风流成性，在80岁时娶了一个18岁的小妾，洞房花烛之夜，苏东坡送诗一首“十八新娘八十郎，苍苍白发对红妆。鸳鸯被里成双夜，一树梨花压海棠。”艳情雅意的张先，顽皮淘气的苏轼，你们这是让好端端的梨花多无辜。

炎炎夏日里，来到大山深处避暑觅清凉，处处是枝繁叶茂，满山谷的树林幽翠芳草萋萋，纤长的细叶草参差夹杂着各色野花，垂柳、矮槐，还有蝉声嘶鸣，蝉声引我抬头仰望，透过枝叶扶疏的白杨，窥见了一片晶莹闪烁的白云蓝天。路边三四个老翁老

妪一字儿排开，面前摆几个筐筐篮篮，装满山杏野果，既不招揽也不吆喝，有人询问就喜相告，无人光顾就树荫下打瞌睡。

有时，已近黄昏，也会遭遇疏疏零零一阵山雨，惊诧之余赶紧找个地方躲避，还是被雨水沾衣，但这黄昏烟雨乱蛙声却平添了诗兴。即刻雨过天晴，晚霞更明，溪水更清，一年轻秀气姑娘赤脚站在溪水中，用手撩起水花，水珠落下来，伴着她清脆的笑声，累累如串珠。

多情溪水相伴行，再回首乱山横叠，不见人影，只有农舍隐隐，归鸟翩翩，又偷得了浮生半日清闲。

如果运气好，邂逅一大片竹林，那当天的游玩真是赚大了，我喜欢竹子，不管是它小时候作为竹笋的食用价值，还是长大后作为风景的欣赏价值。竹子的好，好在一个疏，一个节，大多君子对竹都有一种独钟的情怀，正如美人对于月亮。因看之不足观之有余，就想把它画下来，一般人画竹画的肥胖臃肿，唐代协律郎萧悦下笔逼真，画竹茎瘦节节竦，板桥笔下的竹，更是意象大于形象，骨气峥嵘。竹子一竿一竿，亭亭，绿色竹筠散发着清香，刚被雨水洗过的娟娟嫩叶闪着柔泽，一阵风过，瑟瑟声响，叶子上残留的雨珠也顺势滴溜溜滴了我一脖子，一个激灵后是清爽透心凉，想着尽管半生弹指声中一事无成，能做一闲客有此闲行，趁着闲身未老多些疏狂，也无限得意呀，正所谓“闲依青竹竿，白日奈我何？”

金陵 印象



文 | 中国复合材料集团有限公司 欧阳新峰

人们对春天的渴望，事实上是对春天带来的美好的视觉与感觉享受的渴望。在春天里，人们纷纷走出去，亲近大自然，告别寒冷的冬季与灰色，迎来温暖的绿的世界，花的海洋。南方的春比北方的春来的要早，借着假期，来到了古都南京，享受春日同时也感受一下厚重的历史文化。

南京的景点星罗棋布，这次行程只去了几个代表性的景点。作为一个六朝古都和现代的国家区域中心城市，南京在历史长河中一直扮演者极其重要的角色。第一站是南京总统府，在南京总统府门前，高耸的大门，顶上镶着“总统府”三个大字，加上这里曾经居住过近代中国历史中举足轻重的许多人物，顿时让我产生了几分畏惧与敬仰。绿树高耸，草木茂盛，春意盎然，游人如织，看着一件件文物，思绪在不断的变换穿梭着。沿着走廊行走，穿过“大堂”、“二堂”后，“总统文物展览馆”、“行政院”、“子超楼”等逐渐出现，走廊两边有“东朝房”、“西朝房”、“煦园”、“后花园”等。“东湖”，“太平湖”，“博爱湖”散落其中，风景优美，布置讲究，想着这里住过的无数名仕，欣赏着美景，处理着国家要事，也是一种独有的风景。

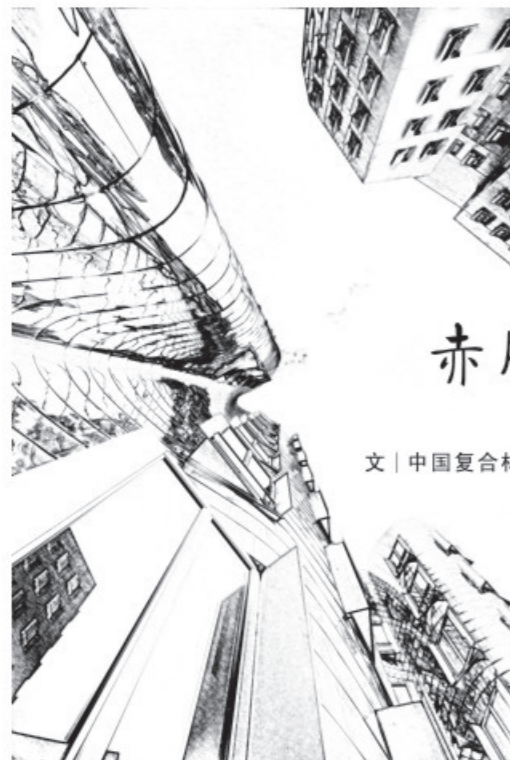
接下来的行程是中山陵。从地铁出来后，道路被车塞的水泄不通，步行至中山陵需很长一段时间，适值中午，走的大汗淋漓，双腿发软。进入中山陵大门才算是进入了景区，最先映入眼帘的是一高大的花岗石牌坊，上书“博爱”，从牌坊开始上达祭堂，共有石阶392级，8个平台。两边合抱的松柏荫天蔽日，拾级而上，会看到一个刻“中华民国十八年六月一日中国国民党葬总理孙先生于此”的碑，无其他碑文，是因为先生之功绩无文字可表述。穿过牌坊，祭堂才真正出现在视线中。带着对先生的敬仰，看着那高高的台阶疲惫的双脚却丝毫没有退却的念头，从最后一级台阶上来后迫不及待的仔细瞻仰祭堂的外部。祭堂南面三座拱门，门额上分别刻有“民族、民权、民生”，中门上嵌有孙

中山先生手书“天地正气”直额。墓地全局呈“钟”形图案，“钟”含有警示之意，象征了孙中山先生对革命的贡献。整座祭堂气势逼人，恢弘磅礴，厚重庄严，也与先生的地位相符合。瞻仰先生的雕像，历史仿佛定格，借用陈运和《中山陵》中一句话表达我的心情，“一生就是屹立的一座中山陵，我有幸登上你生命的终点”。

夜游秦淮河当然不可少，在船上看着两岸风景，灯光水影，河面上波光粼粼，微风拂面，想起古人泛舟吟诗，我们几个索性也买来几罐啤酒，在船上把酒喝完了，却没能作出一首诗。在现代的社会里，我们很难有古人那种生活态度与节奏。六朝旧事如流水，历史的长河奔腾不息，站在船上，却看到的是不是金陵繁华的样子，也不见秦淮河昔日的喧闹，空间没变，但时间早已沧桑了万物，念往昔，繁华竟逐。

南京最后的行程是侵华日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆，长时间的排队后进入纪念馆，整个纪念馆的灯光偏暗，纪念馆的陈列按照历史顺序进行，虽然人很多，但是声音却格外的少，大家在图片前，文物前驻足观看，面对这段历史，我们更多的是悲伤，还有对侵略者的咬牙切齿的痛恨。触目惊心的文物资料照片刺激着参观者的眼球，在那场人类的浩劫中，我们的同胞经受过磨难，而这种磨难是我们所无法体会到的。庞大的纪念馆参观完毕，在结尾的受降篇章里，看到了装饰的绿藤萦绕在门框上，这是这里出现的少有的生机，我想那也是和平的颜色吧。正如约翰·拉贝所说“可以宽恕，但不可以忘却”，历史不容践踏，痛定思痛，唯有国家强大了，才不会挨打。

旅行带来了身体上的疲惫，但是也会带来心灵上的富足。每一次旅行都是一次收获，在不断的感受中，思考中，醒悟中收获。在美好的春光里，走到外面的世界，拥抱自然，感受别样的生活，也是一种生活情趣。灵魂和双脚，总得有一个在路上，在不断行走中富足。



赤脚行走

文 | 中国复合材料集团有限公司 傅义红

鞋子越来越华丽越来越舒适
路面越来越平坦越来越结实
这使我们的双脚
不能自由地寻找自己的路
难以在大地上
留下我们真实的印迹

楼房的海拔像施过化肥的作物
鞋根们每天都在拔苗助长
一些趾高气昂的脚与土地
渐渐拉开了距离
在比特与车轮的驱动下
人们走的越来越快
一些沉甸甸的理想
被沿途丢弃

对于有些人来说
铮亮的鞋子是他们镀金的名片或者
穿戴方便的面具
但对大部分人来说脚底
是他们的第二张脸
那里筋脉丰富
他们依然愿意素面朝地
但所有的脚
始终只有一种表情

沉默
默默地承受着生活的重量
和来自欲望的
全部引力

很多时候脚都需要
去适应鞋子而不是相反
裹脚布上的斑斑血迹
让光着脚们开始慢慢害怕
穿着鞋子的各种利益
自从有了纤维、塑料或皮革的包装
脚就有了一种病叫脚气
自从有了鞋带花样百出的维系
脚就有了一种束缚
开始打着文明与保护的名义
穿大鞋的举步维艰
穿小鞋的寸步难移以及
赶路时一粒石子硌脚的痛苦经历
脚都把委屈埋在脚心里
在鞋健步如飞或者在大理石地板
闲庭信步的时候
脚在鞋子里不动声色
走着自己的路
岁月款款而来又蹒跚而去
生活的步调虽然零乱无章

却固执地坚持着相应的步骤和
一致的步幅
在猫步与方步的转换之间脚们
老茧缠身
平步青云与七步成诗的憧憬
踏花带香和踏雪成泥的梦想
似乎都已经成了尘封已久的回忆
当鞋子磨破的时候
袜子就是他们的鞋
当袜子都被磨穿的时候
它们才可以小心翼翼地
穿着世界

在貌似温柔的禁锢里蛰伏
脚向往哪怕一头牛走过
脚踏实地的足音
在赞扬或同情的目光下
脚趾们总是相濡以沫
左脚和右脚也始终步调默契
但赤诚相见的向往
他们从未放弃
哪怕踏遍坎坷历尽磋砣
哪怕越过荆棘甚至
脚底划破
它们深知无可辩驳的印证
有时需要押上生命的份量

它们坚信迈开双脚
最远的路往往只是
一步之遥
在风雨和泥泞中负重而行的脚们
将注定会留下深沉的足迹

喜欢赤脚行走
无论在田野还是城市的街头
撒下两只臭味相投的皮鞋
与土地肌肤相亲
想象十趾生根扎进泥土
头发像麦穗一样随风飘扬
阳光打在脸上粒粒生香
青草像母亲的手
深情地抚摩足底

每当赤脚行走的时候
脊梁就像庄稼一样
接上了地气就有一
股纯朴的力量
自涌泉穴
来
涌
泉
如



再读童话

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 蒲明花

每个人都是哭着来到这个世界上，从嗷嗷待抚的婴儿慢慢成长，懵懵懂懂地一天又一天生活，直至以家长的身份出现在幼儿园的演播大厅看着儿子六一儿童节的舞蹈表演，才发觉自己的童年已永远的逝去，才开始怀念起自己的童年。

多么希望可以和孩子一样，左手拿着大大的软软的棉花糖，右手拿着甜甜的糯糯的冰激凌，悠闲的走在大道上，哪怕骄阳似火，哪怕梅雨闷热，都会露出笑容，因为那是属于孩子们的节日。陪着儿子坐在电影院里看着幼稚的动画片，吃着爆米花，尽情的笑着，不顾别人的目光，因为那是属于孩子们的节日。而今我们茫然的站在这个世界上，看着童年的纯真不知何时已经抛弃了我们，留给我们的仅仅是一卷卷发黄的童话。

童话是什么？

可爱可敬的小人鱼，善良勇敢的小矮人，美丽动人的白雪公主，童话是人类最真诚的情感。每一个孩子都是在童话故事中学会了爱憎分明，博爱、宽容、善意、纯净、温暖。

丑小鸭变成美丽的白天鹅，灰姑娘变成穿着水晶鞋的公主，青蛙变成骑车白马的勇敢

骑士，童话里有最纯真的梦想。每一个孩子都是带着一个个梦想走进现实生活，是那些梦想给了他们生活的勇气和力量。

歌颂真善美，鞭挞假恶丑，是童话永恒不变的主题。而今，童话是否已远离了我们？我们开始怀疑生活、怀疑美好、怀疑我们当初坚持的那个自己。越来越多的冷漠、贪婪、暴力出现在我们的生活中，越来越多的人学会了伪装和漠然，掩埋了善恶，葬送了真情和梦想。

每天忙碌的工作，快节奏的生活，让我越来越怀念童年。拿起手中那本发黄的《安徒生童话》，我仿佛回到了儿时，那种充满离奇的想象力，那种真善美与假丑恶的较量，那种对茫茫宇宙憧憬着的神秘感，就这样又一次的净化了我的内心。

不要怀疑童话，不要怀疑生活，不要怀疑人间的真情，童话的价值就是让我们的生活充满诗意和浪漫。童话不光是给孩子的，更应该是给成人的。无论是孩子，大人，还是老人，每个人心中都有一个美好的童话，让我们常读童话吧，让心灵和童话一起年轻，让我们永保一颗纯正的赤子之心。

《小时代》

郭敬明 著 长江文艺出版社

02

《小时代》于2007年11月开始在《最小说》上独家连载，获得读者们空前热烈地追捧，各大媒体的相关讨论和争议也层出不穷，一场火爆的《小时代》风潮由此掀起。郭敬明在《小时代》的创作中，又一次展现了对多种文字风格的完美驾驭能力。他以全新的叙事风格和敏感而细腻的笔触，将当代青少年、大学生、都市白领的生活和情感故事集中、加工、娓娓道来，从小角度展现了作者对整个社会的观察和思考。



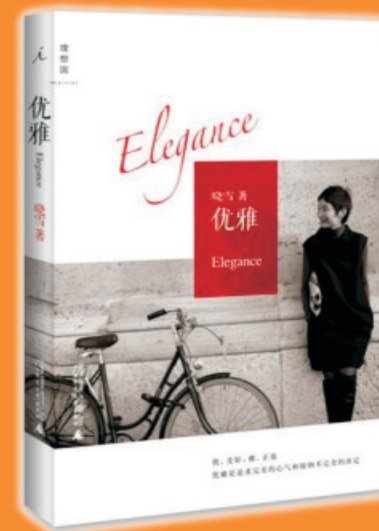
《不一样的25年》

陈斯文 著 浙江大学出版社

03

世界500强企业、全球能效管理专家施耐德电气拥有着强大的市场能力。它为200多个国家的能源、基础设施、工业过程控制、住宅市场提供方案，致力于为客户安全、可靠、高效的能源。自1987年进入中国市场，到现在建立起令对手望而生畏的产业地位，施耐德面临了很多挑战，实现了很多跨越。作为一家成功进军中国市场并取得全球性认可的跨国企业，施耐德电气的成功经验值得探讨与学习。

01



《优雅》

晓雪 著 广西师范大学出版社

这是一本实用且温暖的散文集，每个女人都可从中受到生命的启发。

曾有法国时尚界泰斗安东丽·德阿里奥夫人撰著《优雅》，畅销欧美；今有中国NO.1的时尚杂志女主编晓雪，以感性的语言，诠释“优雅”的真谛。

她说：

优雅是得体而精致的外表，丰富而强大的内心。

优雅是柔而不娇、坚而不厉的品性气质，

优雅是积极乐观、从容淡定的生活态度。

乐享一刻：轻盈度夏预备

热辣辣的夏天就快到了，你的减肥大计完成得怎样？这里，我们精心准备了一周工作日瘦身早餐供你参考。营养均衡味道可口又控制热量的早餐，才是轻盈女郎功课第一步。但这个方案瘦身并非一成不变，我们只是给到参考，你大可借此发挥，举一反三，变化无穷。让我们用盘子里的缤纷色彩和愉悦心情，迎接盛夏吧！



由内至外的轻盈

空中踩脚踏车

慢慢举起下身，记得护住腰部，与身体保持垂直平衡后开始像骑脚踏车那样来回。左右来回算一次，共做50次。

动作尽量缓慢，脚尖与腿都要用力。千万不要心急快踩，容易伤到腰部。

除了苗条的腰腿曲线，轻盈女郎要做的功课还有很多。对抗紫外线，那就一定会提到防晒霜。持久的防晒大多油腻腻，质地轻薄的防晒霜，往往擦了一层又一层。露得清细白焕采防晒隔离液采用全球唯一专利科技，能够有效防止防晒成份被阳光分解，长效稳定防晒。清透无油的水漾质感，让你轻盈今夏。

保持由内至外的轻盈，需要认真做好功课。苗条的腰腿曲线是轻盈女郎必备身姿，快速消退小肚腩和大象腿，才能在热辣夏天打好第一战。我们的blogger凯特王亲身示范有效动作——两种方式仰卧起坐与加大难度的空中踩脚踏车，每天坚持训练，漂亮的腰腿线条一定會在盛夏之前练出来！

仰卧起坐

第一回：尽量保持腿部的九十度，然后起身挺举5秒后慢慢放下。来回10次。

第二回：左右脚来回抬举（尽量与挺起的身体靠近）。左右来回算一次，做10次。

轻盈女郎必备功课夏季防晒

除了防晒功课，皮肤更要足够水润与滋养，才称得上轻盈女郎完美状态。不妨试试这款美即蜗牛精华紧肤补湿面膜。面膜纸让面部肌肤与外界完全隔离，其中蕴含的水质精华，温和又滋润。15分钟，给自己做一个面部小“SPA”，享受身心的彻底放松吧！



轻盈女郎瘦身早餐搭配



Day 1



Day 2-3



Day 4-5



Day 1 银耳羹+日式鸡蛋烧，元气满满，为一周的愉快开始打下良好基础。

Day 2 土豆泥+水果沙拉，营养结构合理，补充全面丰富养分又控制热量。

Day 3 芦笋火腿吐司手卷，漂亮色彩搭配一扫周三的小倦怠，增添精力。

Day 4 西红柿蛋卷omelets，光是闻闻香味，就让人很振奋了！

Day 5 清爽水果虾沙拉，周五了小放纵一下，但营养搭配不敢忘！