



表彰优秀团员青年

诚信



活动前的破冰



团员青年帮扶路人

活力



完成拼图进入下一关



腾飞

和谐



抱团站报纸



五四快镜

三建简报

诚信敬业·以民为主

内部刊物 2013年5月（总第124期）

省住房和城乡建设厅领导莅临公司指导
总经理钱新华荣获江苏省五一劳动奖章
2013年锡山三建“五四”青年节活动
优秀团员在五四总结表彰大会上的发言
欢乐 合作 前进 幸福



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/省住房和城乡建设厅领导莅临公司指导
- 2/市政协领导一行赴公司调研非公委员企业党建工作
- 3/锡山区总工会领导到公司走访调研
- 3/总经理钱新华荣获江苏省五一劳动奖章
- 3/公司董事长钱云皋荣获“江苏省支持工会工作优秀领导干部”称号
- 4/磨练意志、开发潜能、熔炼团队——2013年锡山三建“五四”青年节活动
- 4/机电安装分公司组织质量通病培训
- 5/普天铁心新建厂房封顶
- 5/鑫涌车业高支模支撑体系专家论证会顺利召开

视点景象

- 6/体检，让我们没有后顾之忧
- 6/速捷架公司组织员工进行交通安全专题培训

三思而言


- 7/青春是用来怀念的——观《致青春》有感
- 7/影片《吴仁宝》观后感
- 8/我的好师傅
- 8/优秀团员在五四总结表彰大会上的发言

企业文化苑

- 9/欢乐 合作 前进 幸福
- 9-10/寻宝——记五四青年节拓展活动

生日烛光

祝福五月生日的员工



张亚新、孙国忠、朱国球、沈余寿、浦江、蒋洪杰、孙国江、俞明基、徐敬益、杨文平、张馨月、黄建新、钱卫明、徐琴娣、孙梓菱、温禹豪、徐虎、顾惠龙、吴如良、朱众意、戴俊平、何丹、孔庆树、李新峰、浦晓明、华佳艳

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

5月14日，人民日报针对当今青年观发表了一篇文章名为《莫让青春染暮气》的文章，指出：“从怀旧到叹老，似乎在一夜之间，80后一代集体变‘老’了。”因其旨在激发青年人的责任心与使命感，被各大媒体广泛转载与关注。

年轻人有朝气，社会就有朝气；年轻人有光明的前途可奔，社会的未来就一片大好。时代转轮的指针已经落在当代青年人的身上，国家的命运也是青年的命运，担负起这一使命，青年人责无旁贷。

80后是第一批独一代，他们身上有着自己那个年代独特的时代特征。而他们身上又背负了太多太多的希望和寄予。其实无论什么原因，什么样的社会环境造就了现在80后的生活状态。其实在周围众多80后的朋友中，更多的还是希望和坚持，乐观和坚强。他们更多了一份鲁迅先生笔下阿Q的自嘲精神；他们通过吐槽和自嘲来宣泄情绪；他们自称屌丝，却并没有自暴自弃，更多的是对于自身处境的一种调侃，一种笑中带泪的无奈。

现在多数80后都已经踏上了工作岗位，他们身上亦有无数闪光点，他们学历高，学东西快，热爱生活，更会享受生活。他们干一行爱一行，他们也可以潇洒的笑笑。在我们锡山三建也有很多80后，他们青春、阳光、活力，不服输勇于担当，更有挑战精神。

让我们和青春一起骄傲，驮满不朽的信念，共同走向美好的明天。

省住房和城乡建设厅领导莅临公司指导



江苏省住房和城乡建设厅副厅长顾小平一行

5月10日上午，江苏省建设厅副厅长顾小平一行莅临我公司指导。在董事长钱云皋的陪同下，顾小平一行参观调研了公司发展情况，速捷架公司生产车间，并在机器人焊接操作间、生产流水线前驻足，对速捷

架产品全自动焊接技术和质量给予高度评价，对速捷架外销、租赁两翼并举表示肯定，同时勉励企业继续走好转型发展、创新发展之路。

编辑部

市政协领导一行赴公司调研非公委员企业党建工作



无锡市政协副主席蒋捷敏一行

5月24日，无锡市政协副主席蔡捷敏一行赴我公司调研非公委员企业党组织建设情况。公司党支部书记、董事长钱云皋，市政协委员、总经理钱新华陪同。

近年来，公司在抓好依法诚信经营，实现转型创新发展的同时，高度重视企业党建工作，发挥党组织在企业经营管理中的积极作用。

市政协委员、公司总经理钱新华就企业发展历程作介绍后，蔡副主席对公司把企业文化建设与党支部建设相结合，公司党支部被评为“无锡市先进基层党

组织”、首批“无锡市非公企业文化建设百千万工程先进单位”给予充分肯定，对钱新华委员刚刚荣获江苏省“五一”劳动奖章表示祝贺。勉励他努力打造创新型企业，进一步把企业做大做强。同时希望钱新华委员在认真履行“一岗双职”、做好企业的同时，积极建言献策，充分发挥委员的主体作用。以市政协开展的“立足本职促发展，当好委员献良策”主题活动为契机，重视和加强企业党建工作，为企业转型升级，为建设“四个无锡”贡献力量。

公司工会

锡山区总工会领导到公司走访调研



张映雪一行调研我公司

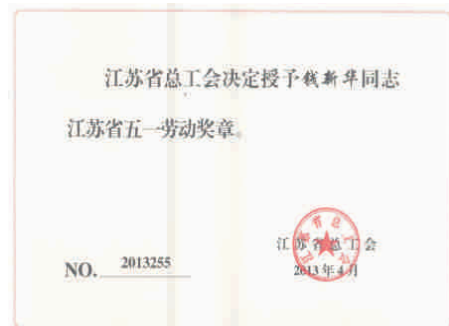
5月7日上午，锡山区区委常委、统战部部长、工会主席张映雪等领导一行到公司走访调研，对公司企业文化建设及群团工作给予了充分肯定，对企业转型发展，创新发展给予鼓励。

另从锡北镇总工会获悉，我公司被评为“2011-



2012年度优秀基层工会组织”，公司连续三次获此荣誉；杨学辉项目部被授予“2011-2012年度工人先锋号”荣誉称号；技术质监部俞洁、速捷架公司陈锡清同志分别被评为2011-2012年度锡北镇“金牌工人”和“技术操作能手”。
公司工会

总经理钱新华荣获江苏省五一劳动奖章



近日，从江苏省总工会传来喜讯，总经理钱新华同志荣获江苏省五一劳动奖章。该荣誉授予为我省经济建设和社会发展作出突出贡献的劳动者。

钱新华同志自接任速捷架公司以来，在产品租赁、外销等方面实现了跨越式发展，短短5年内产值突破亿元大关。速捷脚手架成套产品技术在公司内外技术专家的共同努力下，填补了国内新型脚手架应用领域的空白，《建筑施工承插型盘扣式钢管支架安全技术规程》还被认定为国家标准，产品获得国家专利8项，并作为国家10项新技术得到推广应用。钱新华同志带领团队，在生产技术方面不断进行改进，公司2012年被认定为国家高新技术企业。

马铁军

公司董事长钱云皋荣获“江苏省支持工会工作优秀领导干部”称号



近日，在无锡市总工会召开的“江苏省支持工会工作优秀领导干部”座谈会上，市委常委、市总工会主席陈德荣为参加座谈会的“江苏省支持工会工作优秀领导干部”颁发了奖牌并表示祝贺。公司董事长钱云皋作为获奖代表在座谈上交流发言。

多年来，钱董事长致力于构建和谐建企业，促进企业稳定发展，坚持以企业员工为本，全力营造和谐宽松的良好内部环境，把不断提高员工满意度作为企业经营的不懈追求。公司也先后被评为“江苏省文明单位标兵”、“江苏省模范职工之家”、“江苏省建设系统劳动保护示范单位”等荣誉称号。

公司工会

磨练意志、开发潜能、熔炼团队 ——2013年锡山三建“五四”青年节活动

近日，团支部召开五四青年节总结暨表彰大会。公司党支部书记钱云皋、副书记朱玮出席会议并讲话。团支部书记马丽作2012年度锡山三建共青团工作总结报告，会议由团支部副书记李焯主持。

钱董事长在讲话中指出，团员青年要树立正确的“三观”，真正领会“勤、义、悟”三字精髓，虚心学习；做好准备，从适应到发挥，有目标，有为才有位；对于现有的一切心存感恩心态，感谢父母，感恩社会。同时，他对团支部提出了新的希望，希望团组织多关心年轻人的想法、诉求；多组织一些丰富多彩的活动，从中锻炼大家的组织策划能力；同时，也希望广大团员青年多谏言献策，让团工作开展得更好。会上，朱副书记宣读了优秀团员名单，并为各位优秀团员颁发证书和奖品。他们分别是速捷架公司的刘晨珠、杨凯、市政园艺公司的张健生、计划经营部的季晓丹、技术质检部的陆天柱和行政部的高宇。

会后，公司组织青年团员开展“失落的宝藏”野外拓展活动。大家乘车来到宝界山脚下，跟随专业户外教练沿着盘山公路，穿过山林，到达宝界山顶大型观光平台一侧。主训师安娜通过几个简短而有趣的反应测试活动，为我们整个行程拉开了帷幕。

本次活动共38人参加，随机分为4个小组，各队队名威武，分别为黑虎队、遮天队、乘风队、雷霆队。

整个蠡湖环岛寻宝路线全长10余公里，分为6个关卡。每至一个关卡，会遇到一个指路人，需要拿着任务单去换取下一关卡的寻宝图，第3关卡需要我们将之前换取到的拼图碎片完成一幅拼图后换取下一关解密函。第5关卡，各队随机抽取信函，信函里有一把剪刀、几张报纸，我们需要将报纸中的字剪下来拼成一封给索马里海盗的信，信中必须包含指定的一句话，话的每个字分别要藏于信的每一句中，这是个智慧比拼环节。交完信函，我们直奔终点。第6环节，压轴的大戏，这次不是简单的长途跋涉了，这次是游戏环节，真正的斗志斗勇，斗默契，还有斗力量！9个人，如何做到“七手八脚”？看到我们的成果，你们会觉得不可思议！

在30℃以上的高温下，每个环节都考验着团队在高压状态下，不断突破自我的能力，整个活动过程，体现了各组成员为达到共同的目的，期间互相帮助，不抛弃、不放弃，融为一体的感动景象。

通过有趣和挑战的活动，我们增强了相互间的沟通、增进情感，增强责任感和团队凝聚力，互相赢得了更多的信任和支持，为营造“诚信、活力、和谐”三建起了坚实的推动作用。

严云岚

机电安装分公司组织质量通病培训

质量通病的防治，人的因素在整个工程质量管理中起关键性作用。施工班组及班组带班长是公司现场作业人员的主要沟通桥梁，起着承上启下的重要作用。是生产现场的组织者与指挥者，也是直接生产者，他们综合素质的高低，将直接影响整个工程的质量。

为此，机电安装分公司组织各项目现场技术员、施工班组及班组带班长约30人，在公司报告厅组织机电安装工程质量通病的专题培训。旨在加强现场作业人员的专业技术水平与责任心，提高质量管理意识，树立质量第一，预防为主的思想。

培训中，邓志健强调了机电安装工程质量通病防治的重要性和必要性。质量

通病是影响机电安装工程质量的重要问题之一，只有质量通病得到了有效地控制，机电安装工程的质量、各系统的功能才能够得到可靠保证。若要有效控制质量通病，就必须先认识质量通病，才能制定有针对性的防控措施。紧接着，他分别从墙体配管、吊顶配管、箱体安装、桥架安装、配电箱安装、防雷与接地安装、给排水管道安装等多方面的施工，通过通俗易懂的语言、大量的现场图片详细讲解了施工现场经常出现的质量通病以及应采取的相应防治措施。并对质量通病防治提出了具体的要求：要提高质量思想认识，树立服务意识，严格执行施工验收规范、操作规范和质量检验评定标准，从各方面采取有效的管理措施，预防和控制影响机电安装工程质量各环节问题，坚持严把质量关。

与会人员培训中各抒己见、畅所欲言，此次培训既是一次难得的培训机会，亦是大家取长补短交流学习的机会，深入浅出的讲解让大家深受受益匪浅。

刘春燕



普天铁心新建厂房封顶



无锡市普天铁心有限公司新建厂区车间，总建筑面积9500m²，坐落于锡北镇工业园区。车间配套设施在无锡属于高配套设施车间，深受市、区领导关注。公司对此工程特别重视，是无锡市太湖杯、市优质结构、市文明工地的目标工程。

车间与仓库屋面梁（最大梁15米长*2米高*30厘米宽）属于大跨度、高支撑梁，且支撑地基属于回填土，给我项目部增加了施工难度。项目部技术人员仔细计算梁、板模板（扣件钢管架）荷载及验算各项参数，迅速拿出高支模专项方案。专项方案由公司总工程师审查及监理工程师签字确认，现场严格按照专项方案施工。为解决支撑地面不稳定问题，沿大梁在回填土地基上浇筑50厘米宽、厚20厘米的C30素混凝土，待素混凝土达到强度后再进行下一道工序。在大家齐心协力、保证安全、保证质量的情况下，现主体顺利完成封顶施工。

宫海俊



体检，让我们没有后顾之忧

俗话说的好“身体是革命的本钱”。一个好的身体，是创造财富、实现理想、展现价值的前提条件，是创造平安和谐的幸福生活的基石。

锡山三建正是基于以人为本的理念，为员工提供福利体检，使员工能全面了解自己的身体状况，并能及时查出健康隐患，给身体提供预警报告。对于查出有疾病的人员，可以提前采取措施、治疗；对于有富贵病征兆的人员，预示大家要加强锻炼，注意饮食，从而调理至健康状态。

以生产为主的速捷架公司车间员工，因涉及到粉尘及噪声等职业危害因素，公司在为员工提供良好工作环境和防护用品的同时，每年安排相关员工进行职

业健康体检。焊接员工每年进行福利体检的同时，加检了尘肺这个项目；对于噪声较大的冲切员工，加检了电测听项目，使大家能更深入的了解健康状况。

锡山三建的员工，不需要自费做健康检查；不需要没事的时候，瞎琢磨自己的身体有什么毛病；不会看到其他人身体检查出有问题时，自己也会感到恐慌（因为多年没有体检）……

正是拥有了“健康”这块坚固的基石，广大干部职工就能奋勇前进、不断超越，为公司的做大、做强而努力奋斗

何丹

速捷架公司组织员工进行交通安全专题培训

5月28日，速捷架公司组织员工进行交通安全专题培训，速捷架公司所有一线从业人员及相关人员，共计95人参加了本次培训。

随着人们生活水平的提高，可以选择的交通工具越来越多，人们的出行也越来越便捷。自行车、电动车、摩托车、汽车、公交车等交通工具穿梭于大街小巷，随处可见。我们在享受各类交通工具带来便捷的同时，也应该时刻遵守交通法规，注意交通安全。

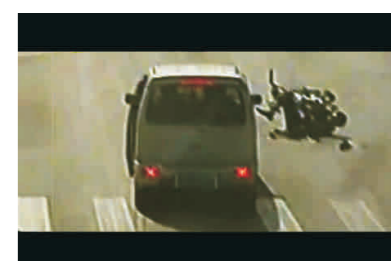
速捷架公司一直视安全生产为第一原则，重视员工的安全行为、基本技能素养。经过不断努力，在生产现场形成了良好的安全生产氛围。针对在上下班途中，部分员工还欠缺交通安全意识，存在安全隐患，组织了本次交通安全专题培训。培训通过播放真实的交通影像资料，再现了事故发生瞬间及事故发生后给受害者亲人带来的悲痛欲绝的场景，使受训员工内心

深深触动。惊醒员工，时刻注意自身交通安全。

生产车间第一安全责任人张旗在分析概括了造成交通事故的原因后，要求员工为了自己、为了家人，切实做好“文明出行、安全出行”。并结合自身过往实际经历，对骑电动车及摩托车作为交通工具的员工明确提出：“上下班途中必须规范佩戴安全性高的头盔，遵守交通法规”。

速捷架公司希望通过此次培训，进一步提高员工交通安全意识，加强员工自我约束能力，安全从每一天出行做起。本次培训是速捷架公司安全生产标准化年度培训计划的一部分，接下来速捷架公司还将开展一系列安全培训，安全生产需常抓不懈。人人参与、点滴做起！

何丹 陈兆金



鑫涌车业高支模支撑体系专家论证会顺利召开

5月13日下午，鑫涌车业新建1#车间高支模支撑体系专家论证会在我公司208会议室举行。

本次专家论证会由陶进贤、杨志明等专家组成、公司技术顾问邹明、相关技术员出席，论证会有副总经理张军主持。会上专家组成员对该工程模板支撑体系严谨的结构计算、脚手合理的布置给予充分的肯定，同时对该专项方案中存在的一些不足提出了修改。

鑫涌车业新建车间及辅助用房工程位于无锡新区，新建1#车间为框架结构，车间部位二层梁板标高为9.9M，最大梁截面为350*1100，模板施工面积约为3000M²，该模板工程被列入重大危险源工程。工程伊始，公司技术质检部和项目部对支撑体系的选用展开讨论。传统钢管、扣件脚手架支撑体系虽租金低廉，但部分钢管壁厚不足、

扣件丝口滑轧。在大体积混凝土产生的荷载及施工活荷载的作用下产生型变，严重的会产生爆模甚至垮塌，轻微的现浇板底会出现细小裂纹，影响结构质量及感官。采用新型速捷架支撑体系，能有效的预防上述现象，并且搭设速度快，施工便捷，提快进度，无材料损耗，搭设成型后整体美观。

鑫涌车业1#车间二层梁板施工选用速捷架支撑系统，第一，能提高模板支撑体系的结构安全，施工安全保障，加快工程进度；第二，支撑系统的稳定能有效控制现浇板毛细裂缝的产生，是质量通病防治的有效措施；第三，能充分向新区建设行政主管部门、新区人民展示我公司新型速捷脚手架产品，了解速捷架产品的优点，对速捷架在中小普通工业、民用建筑施工中的运用起推广作用。

为鑫涌车业项目施工的张亚新项目表示，对鑫涌1#车间二层梁板选用速捷架支撑体系施工做全程记录，并确定《速捷架在中小普通工业、民用建筑中的推广使用》作为QC小组活动课题进行研究应用。

仇渊



鑫涌车业效果图

青春是用来怀念的——观《致青春》有感

青春是一个很模糊的概念，有的人认为青春就是年轻，有的人认为青春是一种个性，看过很多关于青春的电影，总觉得青春这个词真的是太飘渺了。我们的青春从何开始，又从何结束，是第一次踏进青春期的初中到大学毕业季的各奔东西吗？是第一次偷偷喜欢一个人到真正想找一个人安安稳稳地过一辈子吗？电影《致青春》，展示了不同个性的人在青春岁月里的不同选择，每一个角色都真真实实的出现在现实生活中，看了这部电影，很多无奈只能叹息。

青春终将腐朽，曲终人散时，才发现爱是那样铭心，而伤害却也同样刻骨。那个飞蛾扑火似的郑微，从敢爱敢恨的女孩在经历两次背叛后的蜕变成熟，成全了陈孝正的建筑梦，成全了施洁的爱情，最后却不是破茧成蝶而是遍体鳞伤。这就是青春，充满着太多甜蜜，太多心酸无奈，太多疲倦忧伤，一辈子那么长，一天没走到终点，你就一天没办法盖棺论定哪一个才是陪你走到最后的人。陈孝正公派留学了，前途和爱情他选择了前途，一个一生只能建筑一次的建筑师，宁愿放弃郑微那一厘米误差去追求建筑的梦，自始至终我都觉得陈孝正的选择是对的，当男人一无所有的时候，就不该去想爱情，更不用去辜负别人的青春，现实是残酷的，一个人的前途总比一段没有任何保障的爱情重要，就像陈孝正去美国之前说的：“我习惯了贫贱，但是我没有办法让我喜欢的女孩子忍受贫贱。”对他而言，理想和尊严或许永远都比爱情重要，只有出国才会让自己摆脱贫贱，只有摆脱贫贱，爱情才会有保障，他或许也很无奈。而在这种观点上，郑微的想法却相反，对她而言，爱情是全部。

陈孝正走之前郑微对他说：我们一起度过了青春，谁也不欠谁的，青春就是用来怀念的。想起了张爱玲曾说过那句话：“青春是个奇形怪状的玩艺儿，

短短的身子偏偏拖了一个长长的尾巴，像翅膀一样的招摇着，久久不肯离去。”我想说的却是那久久不肯离去的不是青春，而是记忆。每个人或多或少都可以在郑微身上找到自己当年的影子，每个年轻的女孩都会遇到自己生命中的陈孝正，而每一个陈孝正都要在经历过失去后才会蜕变成林静，而每一个郑微在长大后都知道林静才是最好的选择。

青春就是一种充满着遗憾的成长，没有遗憾的青春是不会怀念的。青春又是用来追忆的，当你拥有着它时，它一文不值，只有等你不经意间耗尽后，再回头，才会有意义。成长的代价就是要失去一些东西，而那些当时不觉得有什么珍贵，若干年后，过尽千帆才明白这些将不会在以后的人生路上再次出现。可是没关系，每个人的成长之路都是如此，但愿我们失去后会懂得好好珍惜现在所拥有的一切，因为那些都是用青春，用眼泪，用心碎换来的。

青春不朽，也许正是这种魅力让人忘却了时间的存在，猛然回头，却发现自己的青春已所剩无几，我不知道青春有多久，也不想它有多久。生涯有限而天地辽阔，抓住青春的尾巴，做自己喜欢做的事，勇敢地追逐自己的梦想，为自己的青春画上圆满的句号，让未来有所怀念。

杜丹红



影片《吴仁宝》观后感

“从来没有什么救世主，要想改变命运，只有靠自己！”一句平凡朴实的话语，却字字铿锵！

吴仁宝老书记依靠这个信念，团结群众，就此改变了整个华西村人的命运。60年代买磨盘盖磨坊，七年完成十五年土地平整规划；70年代开办小五金加工厂；80年代特立独行，不分田到户，村民团结苦干，并独具慧眼开办农用工具厂等；90年代的“大华西”政策，直到华西上市。吴书记超前的发展思维以及他共产党员模范带头的动力，使得为华西的发展绘制的蓝图都成为了现实。

在吴书记眼里，华西村成功的秘诀就八个字“实事求是、吃苦耐劳”，这部电影中所体现出来的不屈不挠、自强不息、虚怀若谷、敢为人先的精神，正是

对共产党员精神的生动诠释。通过这次学习，我们每一个人都会铭记“吃苦在前、享受在后，不存私心、不谋私利，有福同享、有难先当，势为人民谋幸福”的党员精神。

作为一名新党员，我以优秀的老党员为榜样，努力增强业务能力，沟通能力。在装潢公司2个多月的工作学习中，在周经理和其他同事的关心和指导下，我正慢慢熟悉工作，努力做好分公司上传下达及后勤服务工作。在三建这个大家庭中，我正茁壮成长，同时也祝愿锡山三建在广大党员同志的先锋模范引领作用下，大家齐心协力，描绘出更辉煌的蓝图！

严云岚

我的好师傅

2013年1月，我来到廊下花苑东区一期安置房项目部。作为一名刚刚从学校毕业参加工作的新人，在工作中经常会遇到不懂和疑惑的地方。但总有这样一位同事会很认真、耐心地和我讲解。他就是陆天柱。

他给我的第一映像是工作很认真，待人接物很随和。随着这近5个月来的接触，对于他我有了更深的了解。

在工作中，他总是严谨求实，勤奋刻苦，兢兢业业地完成各项工作任务。例如放置楼面结构控制线和二次结构导墙控制线，他都会认真仔细的测量复核每一条控制线的尺寸。不迟到，不早退，特别是需要大清早放线，他总是很早就来到现场。作为一名技术负责人，他只要一有空就会到现场去检查施工进度和施工质量。

平日里，他也是个不错的棒小伙，乐于助人，信守承诺。看到同事有困难，他二话不说，帮你排忧解难；答应做的事，尽自己最大的努力完成。他总是像兄长般对新员工关心和照顾，鼓励和指导着我克服一个又一个困难。在他这样认真的指导下，我才能比较

快得接手工作。

待人诚恳、性格温和的他，给我一种像兄弟一样的亲切感。对于我，他亦师亦友。作为老师，在工作中给了我很多帮助和指导；作为朋友，他还和我经常交流为人处事的方法。最后，我用三个字来形容他，就是“好师傅”！

正是这样一个出色的工程技术负责人，陆天柱还被评为锡山区优秀共青团员。

温禹豪



优秀团员在五四总结表彰大会上的发言

再一次站在这里发言我感到很荣幸，也很忐忑。荣幸的是得到了领导的认可，忐忑的是觉得自身还有很多不足。进入公司已将近5个年头，从一个懵懵懂懂的学生到能适应和符合工地要求的技术员，一路走来有汗水也有领悟，有良师的指导也有益友的帮助，回首身后的足迹有那么一些体会与大家分享。

踏入到新的环境，首先要学会的是适应。在工地上你要

适应工地的环境；同事间的工作方式，与工人之间的交流方式。在适应的同时也要多看、多学、多想，



努力提高自身的工作技能，同时提升自身修养和素质。理论与实际还是有差距的，掌握理论的同时也要融会贯通运用到实际工作中去。

其次就是要做，事情都是做出来的，而不是想出来说出来，不能因为事小而觉得自己是大材小用，也不能因为事多而心生烦躁觉得自己很苦。既然干了这一行，就要努力去做，在其中领悟到真本事的同时做出“名”，才是最终目的。

最后就是要有追求，知道自己想要什么，有了目标才能有合理的规划，才有动力去朝着既定目标前行。做为一个技术员要给自己划分阶段，什么阶段你要达到什么层次要心中有一标杆，要阶段性的自我检验自己是否达标。

以上是我的一些所感和所言，请大家批评指正。总之，荣誉只能代表今天，不能代表未来，在今后的的人生道路上仍旧要以更高的标准严格要求自己。

陆天柱

欢乐 合作 前进 幸福

5月11日，风和日丽。在公司团支部的策划和组织下，近40名团员青年一大早就开赴无锡宝界森林公园，进行为期一天的拓展训练。

这不是一次普通的郊游或者娱乐活动，而是活泼生动而又非常具有教育和纪念意义的体验式拓展。有研究表明：人类对听到的大约可以记住10%，对看到的大约可以记住25%，对亲自经历的大约可以记住80%。一天的训练，使平时耳熟能详的“团队精神”变得内容丰富、寓意深刻，拓展带来了心灵冲击，引发内心的思考。以下我把自己的心得和感受与所有同仁进行分享。

一、坚持就是胜利，态度决定一切

常说我们是工程人，为千万家庭带去幸福，我自豪。可这次，我为我们大家坚持完成拓展训练的毅力感到自豪。随着到达最后一个目的地布拉格广场，我们一小队，累瘫了，可是我们都会心地笑了，我们完成了，自始至终，我们都抱着坚持到底的信念。从找红色小车开始，围绕着线索，石塘桥下有我们的合影，幸运桥下有我们的拼图，蠡湖乐园有我们的剪报纸的身影，布拉格广场有我们最后冲刺的拼搏。我们一步一个脚印地完成了，期间有汗水，有酸楚，有折磨，有痛苦，但更多的是那份坚持的执着和最后成功的喜悦，没坚持，怎有成功？坚持就是胜利，态度决定一切。

二、放弃也是一种美丽

从队长喊出命令，我们队喊出口号：“遮天，遮天，一手遮天！”开始，我们从未想到过要放弃哪一关。可惜，我们真放弃了那个剪裁报纸写信的关口。理由很简单，与其最后一个完成那关，不如全力冲刺

最后一关，最大的Boss往往就在最后。放弃与不放弃就在一线之间，我们睿智地放弃了，为我们的最后一关保留了充足的体力，要知道最后第二关满分才10分，最后的是30分，最终的结果已经知晓，我们逆袭了，从倒数第一逆袭成功，放弃也是一种美丽。

三、彼此信任，团结致胜

还原最后一关——决战布拉格，分为四个小项目：垫皮球，企鹅走，站报纸，和七手八脚，但要在150秒内完成。垫皮球就是每组9个人拿着一块布的一角，垫皮球一下后再将它放入小篮中。所谓企鹅走就是脖子夹着皮球，膝盖夹着光盘行走，活生生像一只小企鹅走路。站报纸就是9个人队员抱紧站在一张报纸上，其中一半再折一下再站上去，成功即可。七手八脚，就是9个队员只能有7只手8只脚在地上，很简单，就是三组人推小车，一人一手撑地，两脚着地，另外两人背在推小车的人身上，造型很酷哦，难为他们了。我们相互配合默契，反复的操练，报纸坏了一张又一张，最后我们互相紧报，相互团结，终于可以了，我们成功了，而且用时最少。第一名，秒杀其他队哦，是我们彼此信任，团结致胜！

虽然这次的拓展训练结束了，但一回想起这次拓展训练的经历，心里还是久久不能平静，我为我们顺利过关而满足自豪，为同伴加油而声嘶力竭，为同伴成功而雀跃，我为我们全体通过而拥抱欢呼。一天的训练，我们欢乐着，合作着，前进着，幸福着，这种团结协作、催人奋进的精神将永远激励我今后的人生！

张佳骏

青春五月 活力无限

寻宝——记五四青年节拓展活动

五月是槐花飘香的日子，五月是生机勃勃的时光，五月是热烈欲喷的岁月，五月是光芒四射的季节。在这激情四射的五月我们迎来了五四青年节，“爱国、进步、民主、科学”是五四精神的崇高寓意。

在单位领导的精心策划下，公司组织了青年员工在“五四青年节”的时候进行户外实景式徒步拓展活动。

早上十点，大家如约到达公司集合地点，一同坐

车来到了此次徒步的起点——宝界山森林公园。虽说是一大早，可早已是烈日炎炎。眼前的“峰回路转”并没有让大家怯而止步，因为追求，所以选择；因为选择，所以坚持；因为坚持，所以奋进。选择了，就要去坚持，大家都踊跃得爬到了半山腰，教练早早得就在那恭候着我们了，我们都是来自公司的不同部门、分支机构，彼此或许有些陌生，但我们都是来自锡山三建。经过教练的破冰活动，锻炼了我们之间的

>>>下转第10页

>>>上接第9页

默契，提高了我们的警觉性。题为“失落的宝藏”的寻宝活动即将开始，我们被分为了四个小组，每组都有各自的拼图，要想拼凑全必须到达六个关卡，我们这就起航。

我们小组有十名队员，第一站是宝界山森林公园，我们分工细致，一部分人琢磨拼图，另一部分寻找站点。一个人的力量是渺小，但是组建成团队，通过大家的缜密协作就可以使团队变得更强大。很快我们到达了第一个站点，但是还有第二、第三个站点，徒步对一个人来说，是痛苦的。炎炎的烈日，漫长的道路，未知的环境等诸多因素，都成为我们做出选择的心理障碍。很多时候，并不是因为事情难，我们不敢做，而是因为我们不敢做，事情才难。

能力和体力都是因人而异，但是选择就代表了对团队的一种承诺与责任，也是对个人的承诺与责任。既然选择了徒步，就要坚持下去。“行百里者半九十”，徒步途中，每前行一小步，都代表一个新的高度，这也是一个自我挑战的历程。蜘蛛不会飞翔，但它却能把网凝结在半空中，这就是勤奋、坚韧的绩效。对我们来说放弃是容易的，坚持却是困难的，坚持让我们执着前行。

半天的行走，各个队员早起体乏力竭，中午时刻，我们在石塘桥享受了午餐，为了节省时间有些队员是在行走中将就了自己的午餐。匆匆的就餐只为节省更多的时间，还有更长更远、更多的陌生路程等着我们。王石说：“登山，如人生一样，虽然常不能预知结果，但只要坚持，终会成功。登山是人生的浓缩，之前因为成功而有机会登山，而我仍需要继续攀登一座峰，就是每个人心中的那座峰。”我们也有一座想要攀登的山峰，虽然我们都是平凡人，但只要坚持不懈，就

能通过努力追求梦想，登上人生的高峰，让生命不平凡。

我们穿越“丛林”到达了摩天轮，精疲力竭的每个人早已没有闲暇欣赏沿途的风景，有些女同事更是没有体力了，徒步的征途是枯燥无味的。冷冷清清，清清冷冷，激情、意志、体能在寂寞中消耗，当有鼓励的时候，有掌声的时候，情况就改变了。大家互相鼓励着“快了，就到了，不远了，加油”，巨大的精神力量被创造出来，沉睡已久的潜能被激发出来，每个人都拥有了更大的能量。

我们最终到达了终极谜底——蠡湖中央公园，在这里我们每个团队进行了终极挑战，依靠大家彼此的合作，完成了各项比赛。其实，人生就是一个大舞台，每个人都会有一个角色。不论角色的大小，不论角色的高低，只要在这个舞台上，我们就要尽情挥洒我们激昂澎湃的人生，唱响自我。舞台需要的不仅仅是演员，也需要观众，更需要观众的掌声。你为我鼓掌，我为你喝彩。喝彩既是对团队的一种鼓励、支持与承认，也是对个人的鼓励、支持与认可。一份鼓励两份受益，给他人，给自己。一份指责两份伤害，对他人，对团队。

大家沉浸在活动的欢声笑语中，早已忘却了这一天下来的疲惫与辛酸。

“失落的宝藏”，大家并没有因为这一天的徒步而感到失落，依仗着自己的毅力实践了信念、责任与义务，更骄傲的是此次徒步锻炼了我们的身体及坚韧不拔的性格，树立了敢于迎接挑战的信心和决心，增强了管理团队的凝聚力和执行力，也是赋予了“强管理，求实效”的公司年度重点，更是我们五四精神的充分体现。

朱安敏



夹物企鹅走



颠球入桶



九人七手八脚