

春季运动 的六大误区

春季是运动健身的最佳时节,不少人开始制定自己的运动计划。不过,天气乍暖还寒时同样是病菌滋生、疾病多发的季节。因此,一些运动误区你必须知道。千万不能让健身变成伤身。

误区一 强度越大,减肥效果越好

看着自己身体堆积的脂肪,很多人会迫不及待地进行高强度的运动,以达到减肥的效果。然而,据研究表明,运动时首先分解的是人体内的葡萄糖,然后才开始消耗脂肪。剧烈运动时,人体的糖分来不及经过氧化分解,从而产生乳酸堆积,往往无法保证体力能坚持到消耗脂肪的阶段,因而脂肪消耗不多,达不到减肥的目的。

误区二 出汗越多,锻炼效果越好

大多数人认为,运动过程中出汗越多,运动效果越好。其实不然,人体的汗液分为活跃和保守型两种,这与遗传和分部有很大关系。出汗后很多人急于脱减衣物,但此时的毛孔扩张会让凉湿之气趁虚而入。中医讲,风邪侵袭人体后,侵入上焦,人体最易感染肺炎等疾病。

专家建议,应该等到运动后身体微微发热时再减衣。运动出汗后,也要给身体一个缓冲时间再去洗澡。

误区三 闻鸡起舞,慢跑锻炼不能少

鸡年到了,很多人晨练也爱闻鸡起舞,晨跑和晨练成为每日必做事项。但其实,有时候懒一点才好。相比较早晨,傍晚是更适合运动的时间。

专家表示,首先,早晨人的血液凝聚度高,血栓形成的危险性也相应增加,是心脏病发作的高峰期。相反,傍晚时人的心跳和血压最平衡,血小板

下转2、3版中缝

连云港供水

2018年
3月26日

第3期共8版
总第289期

LIANYUNGANG WATER SUPPLY

连云港市自来水有限责任公司 主办

Email: lygwater@126.com 内部资料 免费交流

公司开展2017年度民主评议党员工作



根据连云港市城乡建设局党委统一部署,按照市委组织部《关于召开2017年度基层党组织组织生活会和开展民主评议党员的通知》精神,近日,公司党委依照组织生活会和民主评议党员相关工作程序,以党支部为单位,有计划、有步骤开展了此项工作。

召开2017年度基层党组织组织生活会和开展民主评议党员,是学习贯彻党的十九大精神的重要举措,是

落实习近平总书记关于纠正“四风”不能止步,作风建设永远在路上重要指示精神的实际行动,是推进“两学一做”学习教育常态化制度化的基本要求。公司本次参加评议党员178名,其中,37名党员被评定为优秀,135名党员被评定为合格,2名党员被评定为基本合格。此次民主评议党员工作,进一步增强了公司党员的党性观念,强化了公司党员的宗旨意识,促进了批评与自我批评风气的形成,取得了良好实效。目前,公司民主评议党员材料已上报局党委。

(刘洋帆)



公司承担的市社会发展科技计划项目

《连云港市城市饮用水水质网络监控与水源污染因子识别分析研究》在近期通过验收



2015年11月,市自来水公司项目《连云港市城市饮用水水质网络监控与水源污染因子识别分析研究》立项,编号:SH1521。在市自来水公司项目负责人的带领下,经过两年半的时间针对水源水质特点、水质监

测、污染因子识别等方面进行了系统的研究。

2018年2月8日,连云港市科技局组织专家在市自来水公司四楼第一会议室进行了验收。连云港市科技局、海州区科技局、验收委员会5名专家及我公司项目相关人员参加了本次验收会。验收委员会听取了市自来水公司的汇报,详细审阅了相关资料,并进行了质询、讨论和答疑,经各位领导及专家讨论形成验收意见。验收委员会认为该项目已完成项目合同规定的各项任务和指标,具有良好的社会效益,对整个水环境保护、水污染控制以及维护水环境健康方面起着至关重要的作用,同意通过验收。

近年来,市自来水公司在科技研究方面不断取得成果,市自来水公司承担的省社发项目《中置式高效沉淀池组合净水集成技术示范应用研究》获得2017年度连云港市科学技术奖二等奖。市社发项目《连云港市城市饮用水水质生物毒性在线监测技术应用研究》将于2018年下半年进入验收阶段。(于畅 隋伟伟)

公司工会举办“三八”妇女节插花活动

为庆祝“三八”国际妇女节,活跃节日气氛,丰富女职工文化生活,3月8日,公司工会举办了主题为“幸福像花儿一样”插花活动。



插花前,花艺老师先介绍了插花艺术的起源、发展、花语及插花工艺等方面的知识,使大家对插花艺术有了基本的认识。之后就是本次活动的高潮环节——实践



公司荣获连云港市“最有影响力女性群众组织”

3月6日下午,连云港召开“三八”国际劳动妇女节纪念大会。连云港自来水公司志愿服务品牌——“小白鸽”巾帼志愿者分会,荣获2017年度连云港市“最有影响力女性群众组织”。

“小白鸽”巾帼志愿者分会成立于2015年,共有会员人数147人,她们在做好供水工作的同时积极承担社会责任,在港城播撒爱心。正是这种爱心,让“小白鸽”在和谐社会得到了更多肯定和认可。

妇女工作是推动各项事业发展的重要力量,也是不竭的动力,在经济社会发展中具有不可替代的作用。“小白鸽”巾帼志愿者分会将继续用自己的行动诠释“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神,承载着爱心和期望去温暖更多需要帮助的人们。(彭海燕)

与“雷锋车”同行 共建文明港城

3月2日上午,公司“小白鸽”志愿者服务队参加了在苍梧绿园广场,由市文明办、市团委等单位联合主办的“与雷锋车同行 共建文明港城”——2018年连云港市学雷锋志愿服务启动仪式。公司三十余名“小白鸽”志愿者服务队的人员参加了这次启动仪式。

在启动仪式结束后,广大市民在各个展台参观,在公司的展台前,“小白鸽”志愿者们向广大用户推荐了公司的微信公众号,通过微信公众号可以查询水费、缴纳水费,了解停水信息等等,公司的微信公众号的推出受到了广大用户的欢迎,很多用户主动上前关注微信公众号,公司的展台前门庭若市。也有部分老年居民表示手机没有微信的功能,但对公司的微信公众号很感兴趣,公司的“小白鸽”志愿者将公司的宣传材料发放给这些老年用户,并提醒他们可以回家让子女关注,方便老年用户今后缴纳水费,如果有不明白的地方可以拨打公司24小时热线电话85870000,“小白鸽”志愿者贴心的服务受到了大家的认可。

而后,连云港市委常委、宣传部部长滕斐来到公司的展台前,询问了公司正在推广的微信公众号,在了解了微信公众号的大体功能后,她表示近年来公司的志愿服务活动开展的有声有色,公司的业务推广也做得很好,希望“小白鸽”志愿者们可以继续发光发热,公司的便民服务也要不断推广。

公司“小白鸽”志愿者分会成立以来,经常为广大用户提供便利的服务,为一些空巢老人提供工作范围外的上门服务,受到了用户的广泛好评,这些活动将在今后的日子中不断推广,并且增加力度。今天的启动仪式只是一个开始,“小白鸽”前进的脚步不会停止,将会勇往直前。(于畅 董秋莉)



插花,浪漫粉色的玫瑰,高雅神秘的桔梗,零星点点的满天星,还有各色花卉放满了一桌。大家在老师指导下,讲究色彩搭配,错落有致,也有艺术感满满的同事开始了与众不同的艺术插花,同样美丽别致。

此次妇女节插花活动,女职工们释放压力,放松心情,陶冶情操,进一步提升文化修养和生活品质,同时感受到来自公司的关怀和温暖。(许娟)

风险点分类标准

根据2018年公司安全生产工作计划要求,年内公司将继续组织开展危险因素辨识工作,对危险因素进行分类、分级,明确预防措施和应急措施,明确各危险因素管理级别,实现分级管控。根据实际情况,不断识别危险因素,实现着态化、动态化管理。为保证这项工作的顺利进行,现整理出风险点分类标准,供大家交流学习。

一、物的不安全状态

1.分为装置、设备、工具、厂房等

a)设计不良

— 强度不够;— 稳定性不好;— 密封不良;— 应力集中;— 外形缺陷,外露运动件;— 缺乏必要的连接装置;— 构成的材料不合适;— 其他。

b)防护不良

— 没有安全防护装置或不完善;— 没有接地,绝缘或接地,绝缘不充分;— 缺乏个体防护装置或个体防护装置不良;— 没有指定使用或禁止某用品、用具;— 其他。

c)维修不良

— 废旧、疲劳、过期而不更新;— 出故障未处理;— 平时维护不善;— 其他。

2.物料

a)物理性

— 高温物(固体、气体、液体);— 低温物(固体、气

体、液体);— 粉尘与气溶胶;— 运动物。

b)化学性

— 易燃易爆性物质(易燃易爆性气体、易燃易爆性液体、易燃易爆性固体、易燃易爆性粉尘与气溶胶,其他易燃易爆性物质);— 自然性物质;— 有毒物质(有毒气体、有毒液体、有毒固体、有毒粉尘与气溶胶,其他有毒物质);— 腐蚀性物质(腐蚀性气体、腐蚀性液体、腐蚀性固体,其他腐蚀性物质);其他化学性危险因素。

3.有害噪声的产生(机械性、液体流动性、电磁性)
4.有害振动的产生(机械性、液体流动性、电磁性)
5.有害电磁辐射的产生

— 电离辐射;— 非电离辐射。

二、人的不安全行为

a)不按规定的方法

— 没有用规定的方法使用机械、装置等;— 使用有毛病的机械、工具、用具等;— 选择机械、装置、工具、用具等有误;— 离开运转着的机械、装置等;— 机械运转超速;— 送料或加料过快;— 机动车超速;— 机动车违章驾驶;— 其他。

b)不采取安全措施

— 不防止意外风险;— 不防止机械装置突然开动;— 没有信号就开车;— 没有信号就移动或放开物体;— 其他。

c)对运转着的设备、装置等请擦、加油、修理、调节

— 对运转中的机械装置等;— 对带电设备;— 对

加压力容器;— 对加热物;— 对装有危险物;— 其他。

d)使安全防护装置失效

— 拆卸、移走安全装置;— 使安全装置不起作用;— 安全装置调整错误;— 去掉其他防护物。

e)制造危险状态

— 货物过载;— 组装中留有危险物;— 把规定的东西换成不安全物;— 临时使用不安全设施;— 其他。

f)使用保护用具的缺陷

— 不使用保护用具;— 不穿安全服装;— 保护用具、服装的选择、使用方法有误。

g)不安全放置

— 使机械装置在不安全状态下放置;— 车辆、物料运输设备的不安全装置;— 物料、工具、垃圾等得不安全放置;— 其他。

h)接近危险场所

— 接近或接触运转中的机械、装置;— 接触吊货,接近货物下面;— 进入危险有害场所;— 上或接触易倒塌的物体;— 攀、坐不安全场所;— 其他。

i)某些不安全行为

— 用手代替工具;— 没有确定安全就进行下一个动作;— 从中间、底下抽取货物;— 扔代替用手递;— 不必要的奔跑;— 作弄人、恶作剧;— 其他。

j)误动作

— 货物拿的过多;— 拿物体的方法有误;— 推、拉物体的方法不对;— 其他。

k)其他不安全行为

未完待续。

(靖坤)

浅谈班组安全管理(二)

班组是企业的最基础组织,最基础的细胞,同时也是企业安全管理的出发点和落脚点。班组长作为企业安全生产最后一道关卡的执行人,其作用举足轻重;他不仅是企业安全、生产、质量、效益的“第一责任人”,那么班组长应该如果发挥作用呢?班组长安全管理应做到“六字”:

1.安全生产中狠抓一个“严”字。只有严字当头,才能防微杜渐。班组长要把好安全关,就必须树立“钉是钉,铆是铆”的思想,斤斤计较抓安全,面红耳赤抓细节,切实提高安全执行力。

学

突出一个“学”字。班组长要经常不断地组织职工学习安全知识,增强职工安全意识,增强班组成员安全责任感。

早

立足一个“早”字。班组长随时都要睁大火眼金睛,

戴上“有色眼镜”,及早发现事故苗头,对不安全因素及早处理。

细

深化一个“细”字。班组长在安全生产中工作要细,要细在规章制度上,细在操作标准上,细在班组建设上,细在每道工序上。

防

注重一个“防”字。班组长特别要有超前预测预防意识,消除人的不安全行为,生产过程中多留一个神,多提一个醒,多一些查看,从而达到多一处预防,多一个措施,彻底把事故消灭在萌芽状态。

快

讲求一个“快”字。要及时传达上级关于安全生产的指令,处理、解决现场各种安全问题要快,对发现的安全隐患要整改的快,每班安全生产情况要向上级汇报得快,切实做到急事急办。

(周艳)

源通精心策划开展“事故隐患排查月”活动

源通市政工程处为贯彻落实公司下发的《关于开展安全生产“事故隐患排查月”活动的通知》等文件要求,经处领导研究决定在源通范围内开展隐患排查月专项治理活动,确保春节后复工复产以及全国“两会”期间安全生产工作稳定,防范各类事故发生。

本次开展的“事故隐患排查月”活动,主要采取班组长安全员自查、自纠,检查小组复查,领导小组抽查相结合的方式,进行。为此,我处专门成立了领导小组和检查小组。针对“事故隐患排查月”活动,处领导也认真强调:“我们不仅是要做好施工现场的检查与管理,更应该对每个现场环境,每个施工特点,岗位工作性质做好现场人员的安全交底,划分危险源,加强危险区域的监护,制定施工方案,有计划、有步骤的实施。”

经过一个月的活动开展,各施工现场形成了良好的安全氛围,也更好的把节后复工以及全国“两会”期间安全生产工作,使之以良好的心态投入到施工生产中,提高对节后复工复产安全生产工作的认识。

(张健)

参观“安全走廊”提高班组安全文化建设

为进一步提高班组安全文化建设,第三水厂组织班组长、班组长安全员于3月2日赴新东方加强交流学习活动。

此次学习交流交流活动通过现场参观、面对面交流、现场解说等形式开展。在现场交流中,着重分享了安全走廊、JSA看板、作业现场和班组安全建设存在的问题、原因及改进方法。对于班组建设中存在的认识上误区、方式方法不到位、无法形成整体合力等方面做了重点交流。

(汪浩)



春季设备检修

近期,随着天气转暖,源通各项生产任务陆续展开,各型设备的使用量明显增多,设备分公司在处领导的安排下,分批次对所管理的工程设备进行安全运行检修。一是对潜水泵进行了普查,逐台测量其阻值,确保其使用安全,针对检查出问题水泵,及时进行维修,

提高了水泵的完好率;二是对柴油发电机进行了全面检查和维修保养,调整使用参数,排除安全隐患,对所配置的配电箱电缆和电器元件进行检测,更换易损件。同时对向外观进行钣金修整喷漆;三是对工程车辆的灯光、刹车等各项安全内容进行检查,保证运行状况良好,无故障出行。

(顾中海)

坚守拆迁工地 减少管网漏损

春节后天气渐暖,虽然偶尔还有降雨和大风天气,但是拆迁工地又开始活跃了起来。

拆迁工地目前是管线巡线工作的重中之重,对于拆迁工地,巡线员们严格要求自己,到每一处工地中仔细巡查。工地的施工范围都比较大,现场情况又比较复杂,电动车很难进入,巡线人员就走入各工地,有的管道在被挖坏之后被埋在了建筑垃圾下面,他们要掀开石头查看漏水点的具体位置情况,再上报工单给所

减少管网漏损

里安排维修班到现场维修。

巡线员们在鼓楼老城新航路、佛堂路、台北路、新垦路、海州老城临洪西路、海州高新区振华路、海州同路村等多个施工拆迁处发现多处管道漏损、表池漏水的情况。发现问题之后巡线员们第一时间报修止水,做好与拆迁办的对接联系,跟进每个工地剩余拆迁户的情况,确保老城供水正常运行及产销差任务的顺利完成。

(魏鹏举)

上接1.4版中缝

量要比早晨低20%左右,血液粘稠度降低6%,应激能力也是一天中的最佳状态。

误区四 春光无限好,晒太阳越多越好

春季阳光照射开始增强,暖洋洋的日光晒在身上很是惬意。其实,晒黑是从春天开始的。晒黑是在与紫外线做斗争。春季阳光虽柔和,但云层较薄,可穿透的光线比夏季更多,紫外线强度高,更需要做足防晒功课。

因此,春季运动时,要适当使用防晒霜、隔离霜或防晒衣等物品。在雾霾天气时,应减少户外运动时间。

误区五 一双运动鞋,跑遍天下都不怕

很多人不管是跑步、打篮球还是登山,都用一双运动鞋搞定,更有选择不穿运动鞋。而这往往会对身体造成很大损伤。

专家表示,进行慢跑时,如果穿着不透气的鞋子,在脚踏地的刹那,距膝关节呈4度内转,当地面不平或跑步速度增加时内转角度还要更大。因此,若是鞋子不合适,常会引发脚部和踝关节的不适,产生运动代偿,足部的过度使用或不当使用还会引发肌腱炎、骨刺增生等运动伤害。

误区六 口渴难耐,运动后狂补水

运动后口渴难耐,需要及时补充水分。但很多人直接就把水往嘴里送,这存在很多问题。其实,运动喝水有讲究。

有人认为运动中不宜喝水,事实上,运动中如果大量出汗,若不及时补充丢失的水分则容易引起脱水。补水的最好方法是少量多次,运动中每15—20分钟饮水150—200毫升,每小时不超过600毫升。

源通外接工程春节后复工安全检查

为确保春节后复工的安全稳定,源通对接好小安装工程和宿城区供水工程工地进行安全文明施工规范检查。

本次重点对个体防护用品佩戴、高处作业、动火作业、脚手架、吊装作业、电气作业、开挖作业、文明施工等重点环节进行规范性检查。经检查各工地无明显违章或不规范行为。

春节刚过,施工人员很容易从思想上对安全生产麻痹大意,检查组要求各施工队负责人,要对施工人员进行岗前培训,切实增强工人的安全意识,并严格按照施工方案进行安全作业,不得偷工减料。进入雨季,还要考虑到天气对施工带来的危险和不稳定因素,加强安全监管,切实消除安全隐患。

(宋亚威)

二次供水管理部 积极推进居民老旧二次供水设施改造工程

二次供水是城市重要的基础设施,它直接关系到城市经济发展和人民生活水平的提高。长期以来,连云港市自来水有限责任公司坚持“优质供水、服务港城、企业利益与公众利益高度一致”的宗旨,始终以保障市区居民饮用水水质、水量安全为工作重点。

由于早期房地产商不规范开发,产权复杂,权责不清等原因,导致老旧小区二次供水泵站在改造方面存在资金收取、泵站建设选址和改管协调上困难重重。因此其供水存在水质不好、水量不够、水压不稳等问题。

为贯彻政府落实“以人为本、民生为重”的执政理

念,确保老旧小区居民的供水安全,让广大居民能喝上干净水、放心水;推动形成权责明晰、管理专业、监管到位的二次供水设施管理工作新格局,根据江苏省四厅委文件精神,以及“市政府办公室关于印发推进市区居民住宅二次供水设施改造实施意见的通知(连政办发【2018】11号)”的要求,公司现已全面启动二次供水泵站接收改造专项工作,力争三年内完成市区现有192座居民老旧住宅二次供水设施的接收改造,完成市政府下达的硬性指标,践行公司对社会的承诺。

(孙世超)

节后继续推进 GIS 管网建设 管线所保质保量完成节点任务



图例:管线所业务室主任在现场测量。

离元宵节还有两天,所有人还沉浸在农历新年浓郁的气氛中,管线所 GIS 小组的成员们却是已经开始了他们的忙碌。在刚过去的一年里,管线所在 GIS 系统管网建设上取得了不错的成绩,市区内 DN100 以上管道初步完成 GIS 测量、定位及上图工作,这得归功于业

务室的刘建峰刘工及一帮充满活力的年轻人。完成这项工作不仅对日后管线所日常工作的需求及改善,同时加强供水管网的运行能力。

为进一步提高 GIS 管网图的准确性,这样一组老新员工组合,对委托外单位已经测过的大浦工业区、紫琳老城区、科教园片区进行了再次纠偏。实践证明,外单位测得的数据存在不少问题。

GIS 小组外出测量都是车停下来,扛着器材走很远的,对当日计划好的给水管线地理信息进行采集。设在意的,节后短短一个月他们在这几个片区走了 120 多公里。有老员工的好榜样,新员工们也不甘示弱。在刘工的带领下,GIS 小组的测量及纠偏工作做的井然有序。我们知道,这个“老新员工”组合是在运用新技术、新技术,努力把供水工作提升一个新高度。

(黄振桥 陆任超)

创建维修车间 打造创新基础

新的一年,新的征程,新的要求。公司领导在 2018 清源科技年度工作部署中提出要以创新来推动各部门工作的开展,加强维修技术人员的技术培养和历练,注重公司管理和运行机制的建设,这一要求体现了新的一年公司谋求发展的新理念。

从二次供水泵房维修班来说,落实好这一要求,必须从实际出发,着眼于本职工作,将班组工作计划和公司工作部署紧密的衔接起来,变被动落实为主动拓展。

工欲善其事,必先利其器。所以开年第一件事,就是花了两天的时间,将 8 号泵房创建为维修车间,在维修车间里增加了工作台、台虎钳、管钳、电焊机、配电箱等设备,让我们有一个大展拳脚的“根据地”。

有了这个维修车间,我们可以更好地开展“师傅带徒”工作,实现师傅用心教有地可施,徒弟用心学有物可练,让年轻员工在更安全、便捷的环境中进行操练,提高技能水平。

在这里,我们可以将废旧的设备重新拆分,将能用

的部件化零为整组装成备用设备,变废为宝。不但节约了维修成本,还锻炼了大家的动手能力,同时也为设备维修更换节省了时间,提高了工作效率。更好地实现高效、节约的班组工作目标。

同时可以更好的开展班组之间的技能比武活动,利用业余时间,由班长和经验丰富的老师傅现场指导,设定科目,规范动作,全员参与,以此进一步提高维修班的战斗力和凝聚力,从而为班组日常管理和运行机制的完善找到突破口。

实践是创新的基础,离开实践,创新便成了无源之水,无本之木。相信我们的维修车间将是创新种子生根发芽的地方。

今年,我们还将接收近百座二次供水泵房,维修班面临的工作任务十分繁重,对我们来说既是挑战也是机遇。我们相信在公司领导的正确引领下,会紧紧抓住这个“大有可为”的机遇,将泵房维修班的工作推上一个新台阶!

(孙世超)

改线接水解决九龙维修“困难户”

九龙城市乐园小区一直属于维修“困难户”,报修数据显示问题集中为小区北侧的 1 栋高层。经管线所技术人员多次现场勘查后发现,开发商铺设的供水管线是埋于门面房地坪下面的,出现坏点根本不利于维修,且小区物业协调起来非常不配合。

管线所接二连三的收到九龙报修的任务单,坏点都不在同一个地方,但是又都离的不远。维修是环管的首选,只是受门面房的业主出面阻拦,难题已然在眼

前,后经领导同意决定对此处管道进行改线。将所有门面房下易坏管段废除,于去年 11 月初开始施工,历经三个半月完成整个工程的主线安装、支线接水、管道并新旧管线接头等工作。期间管线所相关人员齐头并进,克服了一个又一个困难。同时也离不开九龙的用户理解与支持,顺利地完成了本次施工。

此次改线工作既可以长期保证了九龙居民安全供水,同时也减少公司的维修工作,避免浪费大量的人力物力,有效地和谐了社会高效地保障了供水。

(张 鹏)

1-3 月份投稿量、用稿量统计

部门	用稿数量	当月投稿量	累积投稿量	部门	用稿数量	当月投稿量	累积投稿量
党群工作部	12	3	12	清源科技有限公司	2	0	2
人力资源部	5	3	5	海州水厂	0	0	0
安全管理部	4	2	4	第三水厂	2	1	2
财务部	0	0	0	水质检测中心	2	1	2
运行管理部	0	0	0	连云港供水公司	0	0	0
规划发展部	0	0	0	新海管业所	17	14	40
工程管理部	4	1	5	厚通市政工程处	16	13	40
客户服务中心	1	0	1	新海管业所	4	1	4
技术部	0	0	0	材料供应站	1	0	2
营销部	1	0	1	清源水务公司	0	0	0
二次供水管理部	2	2	2				

简 讯

因连盐铁路承台施工,承台施工地点恰好在自来水管线上方,源通项目部三配合新源水务公司对该段管线进行迁移,计划接水时间为 3 月 8 日 8:00 至 20:00,3 月 8 日早上 7 点,项目部施工人员已到现场就位,8 点整开始停水施工,因接水前准备工作充分,所以大大缩短了结束时间,下午四点,焊接工作已完成,为后续施工提供了充足的时间,保证晚上八点之前送水。(张德江)



推进管网布局 服务开发区建设

2017 年前,在开发区,我公司供水主管线沿花果山大道向北止于盐汇路,目前开发区已在盐汇路与 242 省道间建设完成多条道路,急需供水管网配套,为此我公司决定向北延伸 DN800 供水管线,完善区域供水,保障开发区发展需求。

此工程全长约 500 米,DN800 球管安装基本完成,目前正在 DN800 钢管过桥焊接,现场过桥施工难度大,焊接工人不畏严寒,加班加点,认真焊接每条焊缝,保质量,抓进度。

施工不忘安全,在现场个人安全防护、设施围挡与安全措施到位,杜绝任何安全隐患,每一个环节都本着认真严谨的态度,保质保量推进工程进度,目前工程正在按计划推进,工程完工后将服务于华杰学校,改善盐汇路、大港路的供水,服务港城,造福民生。(王欣荣)



自 2015 年承担公司二次供水泵房建设任务以来,已新建和改造二次供水泵房 80 多座,一直严格按照公司二次供水泵房建设标准,打造规范、整洁的标准化泵房,并且与时俱进,逐步规范泵房标示牌,新增测压水龙头,制作泵房接地等,将泵房无论从美观度,还是功能性都提升了一个档次。

今年 3 月,连云港市发布新的二次供水泵房技术规程,部分验收标准较以前更为严格,管材、配件的卫生标准更高,泵房内设备如何布局更加明确,甚至连门窗采用何种材质都要求更加严格。2016 年创建卫生城市大检查中发现的二次供水泵房问题,在新发布的二次供水泵房技术规程中都有明确要求。作为施工单位,源通市政工程处首当其冲,更加严格的验收要求要求源通更加严格要求自己。源通机电安装项目部人手一份技术标准,从头到尾学习一遍,并开展内部讨论,为 2018 年如何更高质量的建设二次供水泵房献言献策。大家一致认为,新的技术规程要无条件执行,在此基础上,还要综合近年来公司和项目部在泵房建设中的—些好的配套设施,形成一套更丰富的二次供水泵房建设标准。在以后的泵房建设中,逐条对照检查,不符合要求处立即整改,保证验收的一次通过率。

2018 年已全面开始复工,各项年度计划正在有序开展,源通将更高的标准要求自己,安全质量两手抓,加强管理,更快速的推进二次供水泵房建设,建设更高质量的二次供水泵房,履行好一个供水人的神圣职责。(朱自乐)

加强学习努力建设更高标准二次供水泵房

祝福四月份生日的员工

公司与你携手同行 愿快乐伴你每一天

魏涛 孔庆松 冯秀冬 张水莲 李强 张兆刚 谢安远 吉祖民
张士石 程四松 曹玉涛 赵斯锦 张路兵 黄政 王明 宋涛亮
叶雄梅 叶林 宋智敏 陈承雷 滕涛涛 杨新波 王同伦 苗正楠
吴长宁 徐雷 薛光 李霞 胥萍 张传江 于召强 杨璐源
陈学剑 王天明 黄坚 李常州 周兵 李涛 刘瑾 王峰
魏学峰 刘子琼 陈琪 曹红

公司团委开展共建“共青林”活动



绿草茵茵,鸟语花香,3月12日植树节。

在这个特别的节日里,公司团委组织 30 余名团员青年开展共建“共青林”活动。公司“共青林”于 2017 年

3 月开始种植,共有樱花树、香花槐等 7 个品种 700 余棵树木。

活动开始前,公司党委副书记王斌同志发表了热情洋溢的讲话,鼓励团员青年们积极参加有意义的志愿服务活动。

在活动现场,大家分工明确,干劲十足,两三人一组共同协作——挖坑、撒肥、培土……每道工序都做得仔细认真,到处都是忙碌的景象。经过两个多小时的劳动,大家共为“共青林”及三水厂厂区内 1000 余棵树木进行了养护。

此次公司团委开展的共建“共青林”活动,旨在发动团员青年们更广泛地参与到建设“花园水厂”行动中,为“美丽水厂”建设贡献力量。(于 翰 董秋莉)

着眼未来 提升营业抄收服务工作

——新海营业所与客服中心工作交流

3月21号下午,新海营业所与客服中心的青工、业务骨干相聚在新海营业所南楼会议室,围绕抄收服务工作中遇到的各种问题和如何提升服务水平进行了交流讨论和工作展望。

在交流会现场,员工们积极发言,交流各自在工作中摸索总结了一套精准快捷有效的方法。

在营业抄收、客服服务的工作中,我们一直秉着换位思考,将心比心的原则来对待用户,处理问题。供水企业也是服务行业,对用户的态度,虽然不用而笑语,但一定要注意言语的分寸和语气的平缓。经常会遇到一些用户对用水有疑问相惑,或者是来反映问题却不知道自来水工作内部工作流程的,我们就把我们当作能为他们排忧解难的倾诉对象。每当这时我们首先认真倾听,细心解答,尽量让用户明白、满意,绝不能让他们因摸不着门路而四处碰壁,架起公司与用户之间的沟通桥梁。

这次交流座谈中,不仅有抄表员与业务员相互间的交流,还有在客服热线工作的员工们也说出了她们平时工作的感受。客服热线工作的同事们工作不是想像中的轻松,她们也会遇到和需要解决我们抄收工作中同样的问题。不推诿问题,不推卸责任,她们充当着协调员和解



说员的角色,面对种种难题,用耐心和热忱默默地支持着公司的营业抄收服务工作。因此,抄收服务工作没有彼此之分,只有彼此团结一心、互帮互助,相互支撑,才是营业抄收服务工作的重中之重。

通过交流培训学习,将提升服务的新目标明确,进一步加服务营业交流微信群的责,双方进行交流促进服务提升,工作丰富阅历,更加完善新海营业所与客服中心今后的抄收服务工作。

新时代,去奋斗!携手共进,去迎接营业抄收服务工作的春天!(钱 强)

无论如何 心怀希望

——读于丹老师《人间有味是清欢》有感

于丹老师通过西班牙牙高居民在火山灰上坚持种植葡萄的事情,向我们展现了一旦满怀希望,坚持不懈地去做一件事情的微妙力量。

我没有于丹老师的人生阅历,但是,我有无论在何时,心怀希望的初心,一念既起,拼尽全力当下完成。

刚毕业实习那会,我被推荐到金坛一处桥梁施工项目部,吃住都在项目部,因为同事基本上都是本地人,晚上住项目部的就和另外一个驻地监理员,他比较宅,下班后就在宿舍玩玩电脑,而我就得不住了,一心想趁晚上下班不忙去找个兼职,一日和师傅请个假,我就做公车去市里的两家肯德基面试兼职。在第一家肯德基店门口,我徘徊了好多次就是不敢进去,刚步入社会学生气的生涩一目了然,想着如何与人沟通,如何缓解尴尬的语境,可我还是左右为难地进去了,来到点餐处,轻声地询问是否

招兼职时,我感觉到自己脸已经红透了,可我还是希望能得到肯定的答复,最后还是失望的走出来了。

我把这一次理解为被动的尴尬,有了这一次的经验,我在去下一家肯德基店的公车上想好了对策,首先要敢于表达自己的想法,用饱满的热情来传达自己希望得到这份兼职的恳切心情,还有最重要一点,就是找店长谈兼职的事。

到第二家肯德基店门口时,我还是有点紧张,在自己心里默练了多遍的台词在店员面前还是忘的一干二净,先前想的那些如何回答别人的提问也烟消云散,最后脱口而出的只是:给我一份汉堡。

坐在角落里,埋怨自己的无能,低着头吃着意外的汉堡,忽然,我听到有人喊经理,我抬起头,借着声音看到点餐处站着一干练的背影。心想机会来了,不能再错过了,我鼓起勇气,满怀希望,大不了再吃一次闭门羹也无所谓,走到经理面前。

“你好,请问您是这家店经理?”

“是的,怎么了?”

节约每滴水 共创节水城



今年3月22日是第二十六个“世界水日”,3月22日至28日也是第三十一届“中国水周”。今年“世界水日”宣传主题为“借助自然之力,保护绿水青山”。“中国水周”的宣传主题为“实施国家节水行动,建设节水型社会”。

3月22日上午,公司团委组织了“小白鸽”志愿者来到苏宁广场,向市民们发放倡议书和公司相关用水资料,呼吁大家珍爱水资源,节约用水。活动现场,公司的“小白鸽”志愿者们通过现场实验让大家了解了水质检测的基本指标——浊度和余氯方面的知识,并现场解答了市民的提问。

这次活动,使市民不但了解了今年世界水日的主题,也对港城的自来水有了新的认识。(于 翰 董秋莉)

严查严控 杜绝黑心水管再生料

又是一年315,每年的315晚会都会给我们带来很多震撼,今年也例外,大众途锐汽车,奥仁金鼎等等多家企业被点名,但是却有一项与我们水司息息相关的事件,那就是黑心水管再生料,打着国标的字样,却在生产中加入便宜的再生料,这样的管材长埋地下,不仅影响着我们的水质,也极易出现渗漏,破裂,爆管等现象,将会直接影响供水安全。

通过报道,这些黑心管材多为PE管,也是我司目前正在使用的管材。他们往往通过隐蔽作弊等手段,使这些管材流入市场。作为工程管理部门,我们及时的组织了部门会议,要求配合材料部门做好材料把控工作,从源头抓起,增加对材料检查的力度,杜绝黑心水管再生料。

城市供水,不能马虎,保障供水安全,是我们每一个供水人的责任。无论是哪个岗位,我们都会全力以赴,为城市供水,做到一丝不苟。(姜 彬)

奋斗的生活最精彩

时光飞逝,转眼又是新的一年,也是新征程的开始。天道酬勤,日新月异,新时代的主题就是幸福生活不能等不靠,而是要主动作为,给自己定下一个个小目标,但绝不耽于幻想,不耽于嘘声,一步一个脚印,踏踏实实干好工作。

我从2012年毕业参加工作到现在的2018年,足足的6年时间,逝去的不只是光阴,更是一种无悔的选择;获得的不仅是成长,更多的是一种青春的执着与责任担当!没有奋斗的生活是没有未来的,6年的时光不断相信自己,见证自己,努力自己,换来的是生活越来越有希望,越来越有色彩。

习总书记说只有每个人都好,国家才能好!在新的一年里,要继续钻研业务,增强自己的知识技能,管理水平,以更加饱满的工作热情投入到每一件小事中去,发扬“马上就办”的精神,对各项任务坚决执行,严格要求自己,防止推诿扯皮现象发生,为企业发展添砖加瓦,为以后的幸福生活继续奋斗!(韩宝恒)

“那个,那个我想问一下我们这里找不找兼职的?”

经理有点诧异,上下打量了我一下,示意我到旁边的餐桌详聊,我看有谱,高兴地奔过去了,然后我就得到了肯德基的这份兼职,虽然每天晚上都要兼职到十二点半,有时困的都不想骑车回宿舍,可那段时间现在回忆起来还是蛮美妙的。

一念既起,拼尽全力当下完成,无论何时,心怀希望,相信自己可以做到,纵然挫折,却又怎样,成长道路不会一帆风顺,迈开步子去试试吧,我的朋友们。(何永佳)