

秋冬季如何 养生

1. 养阴注意多喝水

干燥的秋冬季每天通过皮肤蒸发的水分在600毫升以上,因此补水必不可少。一个成年人每天喝水的最低限度为1500毫升,而在秋天喝2000毫升才能保证肺和呼吸道的润滑。

2. 穿衣注意保暖

有些人比较粗心,天冷了没有及时添加衣服;有的人为了漂亮,本来穿得就少,还不扣外套。一早一晚天冷风大的时候,腹部很容易受寒。尤其是脾胃虚寒的女性,一旦遇到天冷,就会肚子疼、拉肚子,这是胃肠道的一种自然反应。最好最省事的办法就是多穿点,尤其是把腰腹部包得严实点。

3. 朝喝盐开水晚喝蜜

入秋后会经常觉得口渴,光喝白开水,不能抵御秋燥。人体水分,很快会被蒸发或排出体外。所以,应该“朝朝盐开水,晚晚蜜糖水”。就是白天喝点盐开水,晚上则喝点蜜糖水。这既是补充人体水分的好方法,又是秋季养生,抗拒衰老的饮食良方,同时还可以防止因秋燥而引起的便秘,一举三得。

4. 饮食注意预防秋燥

多吃一些清润、温润为主的食物,比如:芝麻、核桃、糯米等。还可适当多吃些辛辣、酸味、甘润或具有降肺气功效的果蔬,特别是白萝卜、胡萝卜。秋分养生虽然以多吃“辛酸”果蔬为主,但也不可吃得太过辛辣,以免造成肠胃积滞。值得提醒的是,秋分后寒凉气渐浓,如果本身脾胃不好,经常腹泻的人,水果吃多了容易诱发

下转2.0版中缝

连云港供水

2017年
9月25日

第9期共4版
总第283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

大干一百天 决战四季度

——全面推进2017年度目标任务的完成

倡议书

公司全体共产党员、共青团员、公司广大干部

金秋十月,收获的季节。今年前三季度,公司全体员工认真贯彻落实公司年初制定的年度计划,团结协作,取得了一定的业绩,为促进公司年度目标任务的完成作出了积极贡献。为了更好地完成自来水公司2017年各项生产经营指标及市重点工作任务,我们必须围绕全年目标任务,分析形势,找出差距,再鼓干劲,再振精神,再次发力。

从现在开始到年底,仅仅剩下100天的时间,经营任务异常繁重。面对考验,公司全体共产党员、共青团员、公司广大干部必须坚定信心,勇于担当,咬定目标、共克时艰,以只争朝夕的拼搏精神确保公司年度目标任务的圆满完成。我们必须清醒地认识到当前面临的挑战和困难,部分经营指标离全年的奋斗目标还有不小的差距,特别是市重点工作任务。在距离年底100天的时间内,能否顺利地全面完成全年目标任务,打好第四季度攻坚战,向市委、市政府和全市人民交上一份满意的答卷极为关键。为此,公司决定在全公司范围内开展“大干一百天,决战四季度”全面推进2017年度目标任务完成活动。公司党委、团委、工会特向公司全体共产党员、共青团员和公司广大干部发出如下倡议:

一、要发扬供水人“积极进取、勇创一流”的光荣传统,振奋精神,鼓足干劲,科学发展,苦干实干加巧干,以对企业、对工作高度负责的精神,以良好的精神状态、饱满的工作热情,积极投入到工作中。

二、全体干部职工要争当爱岗敬业的先锋,立足本职,扎实工作,任劳任怨,无私奉献,争当模范,求真务实,克服困难,为更好地实现公司年度经营目标下真功、

出真招、高质量、高标准地干好本职工作,在各自不同的岗位上,实现不同的人生价值,以一流的工作业绩为公司再添光彩。

三、要充分发挥主人翁精神,培养与公司同呼吸、共发展的意识。要立足岗位,敢抓敢管、敢挑担子、敢于负责。要把工作标准调整到最高,把精神状态调整到最佳,把工作劲头调整到最大,做到分秒必争去“抢”,千方百计去“拼”,有知有识去“争”。各单位、部室要制定工作完成情况推进时间表,各司其职,各负其责,高度协同,细化分工,确保任务责任落实到人。无论作为共产党员还是共青团员,无论作为管理人员还是一线职工,都必须做到千斤重担人人挑,人人身上担目标,以确保年度目标任务的全面完成。

四、要牢固树立全公司“一盘棋”的思想,围绕实现全年生产经营指标这个中心,打破部门界限,发扬协作精神,克服本位主义思想,树立全局观念,齐心协力、团结一致,心往一处想,劲往一处使,汗往一块流,为公司生产经营任务的圆满完成而努力拼搏。

同志们,在大干100天号角吹响之际,让我们紧密团结在公司党委周围,携手共进,以无坚不摧的信心、坚持不懈的毅力,决战决胜的姿态,用我们的力量、智慧,在大干100天中谱写出壮丽篇章,让我们在各自不同的岗位上恪尽职守、竭诚努力,用我们辛勤的劳动和汗水,展示连云港水司人的风采,以优异的成绩迎接新年的到来!

中共连云港市自来水有限责任公司委员会
共青团连云港市自来水有限责任公司委员会
连云港市自来水有限责任公司工会委员会
2017年9月30日

公司开展《下属辅导与培育》班组长培训

为进一步提高公司班组长们的领导能力,掌握下属辅导的沟通策略和技巧,8月25日,公司聘请南京咨询公司专业培训老师开展一期以“下属辅导与培育”为主题的培训,共有64名班组长及班组长骨干参加了本次培训。

培训老师对下属辅导过程中遇到的问题和挑战入



共同成长 从这里开始

——公司开展2017年度新员工入职培训



手,就任务交办、任务跟进及任务反馈等辅导流程进行了讲解。在练习倾听、提问、反馈等绩效反馈活课时,全体学员在讲师的引导下每三人一组分别扮演“导师”、“被辅导者”和“观察员”,共同模拟了绩效反馈的情景演练。通过小组案例讨论和分享,学员快速的掌握了实地辅导流程和要点。

辅导下属的目的是改善员工的工作态度,提升员工的工作技能,使其更好的胜任工作。当然改变和提高不可能一蹴而就,首先班组长得有辅导的意识,和下属共同制定辅导计划,在辅导过程中随时注意总结阶段性成果,同时要给予正面鼓励,辅助其解决问题,提升能力。通过本次培训,大家掌握了理论与实际相结合的方法,以便更好的运用到今后的工作中。 (房艳艳)

为使新员工全面了解公司的概况,帮助其尽快适应环境,进入角色,并促进员工之间的交流与互动,人力资源部于9月1日组织开展了2017年度新员工入职培训。本次培训历时两天半,课程包括公司历史及发展概况、规章制度、安全生产等方面。培训期间,人力资源部还组织新员工赴水厂进行参观学习,进一步熟悉供水工艺流程和岗位工作职责,使新员工能更直观、全面地了解岗位性质,更好地胜任本职工作。

下阶段,各基层单位将结合岗位业务内容对新进员工进行实操性培训,以进一步提高员工的综合素质。 (董秋莉 于 畅)

第三水厂获得连云港市“创卫” 先进单位称号

2017年9月,连云港市市委、市政府表彰全市创建国家卫生城市先进单位和个人,第三水厂在全市创建国家卫生城市工作中荣获先进单位荣誉称号。

一年多以来,在市委、市政府以及公司的正确领导下,第三水厂认真落实创建国家卫生城市各项措施,按照创卫要求和责任制,第三水厂积极宣传创卫知识,制定了创卫的具体措施和管理办法,对各项工作进行分解落实到人,开展除“四害”、健康教育、档案资料整理及环境卫生整治等各项创卫工作,为我市创卫成功做出巨大贡献。 (李谦)

公司党委完成“大走访” 工作任务

日前,公司党委积极响应省委、市委和局党委号召,组织公司广大党员开展了“双进双促”强市富民大走访活动。

组织开展大走访是江苏省委的一项重大创新举措,对于改进作风、加强党建,推动全局工作具有重要意义。8月15日,市城乡建设局党委根据市委办《关于在全市党员干部中深入开展“双进双促”强市富民活动的实施意见》及市委推进会的精神,号召局系统全体党员开展进村进社区大走访调查活动。

在确保高温正常供水的前提下,公司党委精心安排,周密部署,以党支部为单位到板浦镇尤庄村结对农户家和浦西街道洗开社区结对居民家开展走访慰问工作。公司广大党员,特别是新海营业所党支部全体党员干部部高温、酷暑,他们克服了天气炎热、多雨和时间紧迫等不利因素,共完成农村家庭走访调研75户,完成社区家庭走访调研126户,目前走访信息已汇总上报市城乡建设局党委。 (刘洋帆)



8月31日-9月1日,连云港市自来水行业化学检验员职业技能竞赛在我公司第三水厂成功举办。经赛前选拔及预赛,来自全市自来水行业的5支代表队,23名选手参加了竞赛。竞赛期间,市总工会、人社局、城乡建设局领导来到考场检查考务工作情况。

本次竞赛分理论知识和实际技能操作两部分,实际技能操作考核水中甲萘和水中氰化物的测定。经过两天的紧张角逐,竞赛于9月1日下午圆满落下帷幕。我公司王静、于婧、徐琼、蔡俊仁、卢珊珊分别获得第一名至第五名的好成绩,充分展示了公司职工积极向上的良好精神风貌,体现了立足本职、爱岗敬业、争创一流的意志品质。根据江苏省竞赛规则,我公司王静、于婧、徐琼和获得本次竞赛第六名的淮南市硕项自来水有限公司陆敬鑫,第七名的淮南市参加10月份在苏州举行的全省自来水行业化学检验员职业技能竞赛。

举办这次全市自来水行业化学检验员职业技能竞赛,旨在弘扬精益求精的工匠精神,激励广大职工学技术、钻业务、强素质的技术练兵热潮。本次大赛由总工会、人社局、市城乡建设局主办,我公司承办。 (吴长宇)



连云港市自来水行业 职业技能竞赛 成功举办 化学检验员

办公室积极配合公安局开展水厂安全大检查

2017年国庆节和中秋节一起到来,今年中秋节与国庆节共休放假8天,较每年的国庆长假还要多一天。在大家准备欢度假期的时候,供水工作也将面临考验。节假日期间的安全工作也较往年更加重要,水厂作为城市供水核心,安全工作不仅公司极为重视,连云港市公安局、海州区公安分局也对此有着严格的要求。在国庆节到来前,连云港市公安局、海州区公安分局对公司的两大水厂开展安全大检查工作,办公室牵头配合,安全管理部协助。

此次安全大检查主要针对水厂的监控系统,公司警务室的赵宏林代表市局首先对两水厂开展检查,而后海州区公安分局内保大队也对两水厂进行了严格的检查。针对两水厂现有的监控设备,检查的内容包括白天、夜间监控有利区别,监控画面保存的时间,监控区域有无缺失点等。根据水厂的监控点分布情况,公司需要将监控点绘制成平面图,以便今后查漏补缺。根据这

次安全大检查的结果,发现个别小的问题,两水厂已及时解决。

近年来,公司很注重安全工作,水厂的安全工作更是重中之重,水厂自身对安全工作很重视,各个班组都有安全台账,并设有安全员,由安全员督促每个员工提高安全意识;危险品也严格按照相关条例存放,并保证各类手续的齐全。安全管理部定期开展安全检查工作,在日常工作及及时发现安全隐患,并以最快的速度解决,保证水厂的安全生产。正是因为水厂日常的安全工作到位,此次安全大检查的结果令人欣慰,同时也受到了公安局相关领导肯定。公司希望以此次安全大检查为契机,号召水厂全体干部员工结合自身实际和工作环境找出安全隐患问题,层层落实安全责任制。

保障水厂的安全生产,既是对水厂员工及水厂财产的安全保证,也是对全市人民用水的安全保证,为水厂今后的其他工作打下坚实的基础。(于畅)

东部城区低压用水加快改造步伐

由于东部城区山多地势高,不少居民区水压很低从而导致用水不便,很多居民深有体会。最近几年,公司加快了对相关低压区的改造,三年之内,东部城区有望彻底解决这一用水问题。

以连云港市海州街道前社区公营庄为例,居民区位于一段山腰上,生活在这里的70户居民几十年来一直受到供水水压的影响,由于水量太少,很多居民的太阳能都已经几年无法正常使用。走进居民家组成的家中,可以看到这样一个巨大的水桶,这样的盛水装置几乎家家都有。在以前,这里的居民在利用水桶接水,然后再冲马桶,接一桶水要很长时间,所以家家都用水桶多囤些水,而现在这些水桶已经没有用武之地了。

就在今年,连云港供水分公司经过多方协调,在公营庄建立了一个临时的增压泵房,从而使公营庄居民的用水问题得到了有效解决。

其实,在东部城区,像公营庄这样位于山腰的居民区还有很多,在连云港经济技术开发区中云街道龙山社区的一处居民区,一直以来,这里的110户居民也受到供水水压的困扰。今年年初,一座崭新的泵房建设完

毕,让这片居民区彻底告别了水压低水量小的问题。

去年年底到今年年初,连云港供水分公司首先是跟开发区对接,然后在龙山社区领导的帮助下,在龙山社区选址,并且建成了龙山泵房,这个泵房建成以后,还通过这次机会,把这个山区所有的供水管道做了一个更换。

针对东部城区低压区多的现象,连云港供水分公司主动对接东部城区的一些相关政府,组织人员,筹措资金,每年列出整改的计划,通过改造老旧管网和增设加压泵房等措施,逐步解决这一部分居民的用水问题。由于低压区较为分散,工程施工存在一定难度。目前,相关改造和增压正在加快推进,根据工程计划,三年内,东部城区的低压问题有望得到彻底解决。目前已经解决的有朝阳街道、板桥工业区,还有山后村、龙山社区、吾山社区、老君堂等一部分街道和社区正在进行,或者正在设计的,正在施工的有北固山片区,然后沙集、连岛、陶庵,大港还有其他的一些中山路南侧的沿线的一些高地,这些地区的低压用户用水问题也在重点的改造计划当中。(于畅)

安全生产不空喊不应付

南通市市政处在安全生产中不做表面文章,在建立各项安全管理制度的前提下,日常工作重点是检



查监督,突出落实。三级安全网络发挥各级作用,专职安全员每周2次全方位检查,大型流水工程、钢管吊装工程等分管领导,安全员提前介入,落实各项安全措施。各项日常兼职安全员做好施工现场的安全设施的设置工作。

南通按照“不放过任何一个漏洞、不丢掉任何一个盲点、不留下任何一个隐患”的要求,不仅严格施工现场安全工作,在院内办公区域同样严查严防。定期张贴安全宣传栏,安全长廊;对办公室、仓库、配电间等区域等位置定期检查,发现隐患及时整改,实现隐患闭环管理。近日,南通花费数千元,对大门外的低压配电箱安装围栏,防止无关人员靠近,消除触电隐患。

生产安全是企业的第一要务,事关企业的稳定和发展,必须坚持人人讲安全,时时保安全的企业氛围,必须时时刻刻把隐患排查做严、做实,实现安全工作全天候、无缝隙覆盖,实现2017年安全生产目标。(赵永翔)

管线所举行有限空间作业安全演练

新海管线所认真做好安全生产常识宣传,为使职工提高安全意识,特制定了有限空间作业安全规定和注意事项。

有限空间是指封闭或部分封闭,进出口较为狭小,没有或设定为正常地工作场所,自然通风不佳,易造成有害气体,易燃易爆物质聚集或氧含量不足的空间。

针对班组工作特性,5月4日上午8:30分,新海管线所有限空间作业安全演练,在秦东门大街和香海湖两个地方分别开始。这次演练设有预案,有所里分管安全领导和所安全员负责指挥,闸门班进行实操。

通过演练,使得大家熟悉有限空间作业流程,安全规定和自救方法,并使大家对有限空间作业有足够的



安全意识,并提高应急处置能力,有效提高安全生产能力。(刘以贵 成南)

加强手语培训

规范吊装指挥

为了规范吊装指挥,保证材料吊装安全,减少吊装过程中指挥手势不统一,可能产生的误操作,南通市政工程处组织开展了吊车吊装手语及吊装等指挥吊装培训,并有五名职工考取了“吊装指挥”证书。与此同时,还采取请进来的办法,邀请市质监局安全办的老师,对南通的业务员及相关协作施工单位的负责人,进行培训指导。

通过系统的培训学习,南通业务员基本掌握了吊装手语和吊车指挥的要领,在后期的吊装施工中,能做到手势统一、吊装规范,杜绝了各项吊装过程中的安全隐患。(顾中海)



小小安全帽

随着炎热的夏季慢慢过去,早晚的秋意已经很浓了。工人干活的舒适度得到了很大改善,个个干劲十足。但是有一个不好的现象露出来了,就是安全帽没带的现象,天气热的时候工人把它当成太阳帽了,还能挡挡火一样的太阳,现在凉爽了就忘了带了,这个习惯可一定要赶紧改掉。

安全帽是在关键时刻替我们保护头部的重要装备,必不可少,有效防止高空坠物对头部的伤害,大家要提高对安全帽的安全意识,要走出单位要求我们带安全帽的误区,转变为主动带好安全帽,提高自我保护意识,做好施工现场必备的安全措施,做到安全施工,文明施工。(张兆刚)

思想保证 行动在握

新海管线所为确保企业的安全生产,提高全员的自我保护意识和保护他人人生安全的意识,在员工中加强“安全第一”的思想教育,使员工牢记安全生产的基本知识,保证安全生产的操作技能。

为切实保护员工的安全和健康,依据国家现行《安全生产法》(安全手册),督促要求所有驾驶员积极学习讨论,并践行实际行动中,在日常工作中自觉遵守安全生产规章制度,不断增强安全意识,做到不伤害自己,不伤害他人,不被他人伤害。(陈岗)



为强化职工宿舍用火用电管理,预防火灾事故的发生,9月13日上午9时,南通组织相关职能部门对职工宿舍区进行了全面的安全检查。

在检查过程中,重点对宿舍卫生环境、电器设备用电和消防疏散通道等方面逐一检查,并对职工进行了安全防火宣传教育,要求大家深刻汲取相关事故教训,提高自身安全防范意识。同时,对检查中发现的安全隐患,职工认真落实整改,并表示今后一定要注意安全用火用电,做好安全防范工作。

通过此次大检查,进一步强化了职工的安全意识,及时消除了安全隐患因素,为全力营造职工宿舍良好、和谐的生活环境奠定扎实的基础。(于洪伟)

源通开展职工宿舍安全专项检查

上级1、4版中缝

或加重疾病。

5. 洗澡时间不要太长

秋冬季洗澡的时间不要太长,这样会使皮肤表面的油脂失去保护,让皮肤更加的干燥,还会引起皮肤发痒、脱水。建议浴盆时间20分钟最好,淋浴的话3至5分钟即可。很多人很喜欢热水澡,尤其有些鸡皮疙瘩的妹子,有“滋滋”的水能洗去鸡皮疙瘩的心理,但是其实水温过高也会破坏皮肤表面的油脂,让毛细血管扩张,加剧皮肤的干燥。建议洗澡水温在24度至29度最佳。

6. 多睡一小时

中医认为,秋冬为阴令,秋时阴收,冬时阴藏。故秋三月,早卧早起,与鸡俱兴,养收之道也;冬三月,早卧晚起,必待日光,养藏之道也。所以秋冬之季养生,注重阴之收藏及睡眠质量提高,则事半功倍。“秋季早卧早起,冬季早卧晚起”是此时主要的睡眠养生之道。具体睡眠时间,建议每晚实际(即9点-11点)休息,争取在子时(11点-1点)入睡。因为子时是阳气最弱,阴气最盛之时,此时睡觉,最能养阴,睡眠质量也最佳,往往能达到事半功倍的养生效果。

7. 多运动防秋乏

要避免中午感觉乏力,让全天都能保持充沛的精力,多数健身教练的建议是多做些中等强度的锻炼,也就是让心率达到目标心率70%至80%的运动。专家说:“要倾听你身体发出的声音,如果你处在压力很大的工作环境中,那么剧烈运动或许不能让你感觉更舒服。做修复瑜伽效果可能会更好。”

保供水心系万家 战高温无私奉献

连云港供电公司机电维修班近来处理了开发区二次泵房的一例故障。8月22日中午,接到爱丁堡小区停水通知,机电班立刻带上机电设备,全员出动到达现场排查情况。

由于开发区天惠爱丁堡小区的物业层混乱不堪,导致小区的公共设施常年无人管理,进而导致我们机电维修班到了小区之后,还要横穿一整片因小区居民随意丢弃各种生活垃圾而形成的“垃圾场”方能到达泵房。

到泵房时,我们发现整个地下室浸满了齐膝高的水,穿上水靴只能迈小步行走,我们脑子里的第一个念头就是,泵房是否浸水。经检查发现,果不其然,水已经漫过了门框,泵房内也全是水。万幸的是,泵房的水位高变频器控制柜下层的电路板还有三到五厘米的距离。也就是说,我们的变频器控制柜保住了。

整个泵房一片漆黑,灯打不开的,强排泵显然也没有正常运行。经检查,是泵房停电导致,大部分用电设施瘫痪,只有接入变频器控制柜的三相三相电有电,并且由于积水的原因,变频器发生了接地故障。

经大家讨论后初步确定了解决方案。立刻向黄九垓加压站拿上必要的装备,再转去新东方加压站拿上强排泵,来到天惠爱丁堡泵房。从唯一有电的变频器控制柜的进线上接两根线到潜水泵上,开始排水。

排水的过程,从12点半开始,到下午6点半,持续了六个小时。在降低水位的时间里,大家也没有闲着,我穿着水靴站在潜水泵前,拿着在垃圾场捡到的锅,往潜水泵没浸入水面的部分不停的浇水,防止电机过热导致潜水泵发生故障。班上的师傅们同时在处理泵房内强排泵的重启工作。水位降低以后,一台强排泵的排水速度面对泵房里上百吨的积水还是很吃力。在徐传宝师傅又将另一台强排泵修好以后,排水速度便大大提高并在很短的时间内完成了泵房内的排水工作。

处理完排水的问题,最后一步即是修复变频器的接地故障,将故障成功恢复即可恢复供水。在经历了出现困难、讨论问题,再克服困难的这一过程,最终恢复了接地故障,使变频器得以正常运行,恢复了供水。

这一次的泵房供水出现异常,有两个主要原因,一是地下室积水过多从而流进了泵房,二是泵房内部的强排泵没有正常工作。整件事情最匪夷所思的,是地下室的水来自哪里,首先我们的水箱完好无损,没有发生漏水,更排除了溢水的可能,所以这些不可能是我们公司的水。要知道爱丁堡与泵房连接的地下室在漆黑的环境下,用手电筒进行观察是一眼望不到边的,而且水质十分清澈。也就是说在地下室存在上千吨不明来源的清澈的水,要想知道这些水的来源,只有让小区物业配合调查。再有就是泵房照明线路及强排泵系统,在泵房的内部均没有发现异常,要想知道外部出现什么故障也只有询问物业。然而爱丁堡小区混乱的物业让这些疑问都成为了谜。

在处理完这次故障两天后的晚上,当晚我值班。我接到了徐主任的电话,说爱丁堡泵房中高层用户停水。我和丁学磊师傅赶到那里,发现由于地下室的积水没法处理,环境太过潮湿,导致变频器控制柜又发生了接地故障。我和丁学磊班长按照上一次的方法重新处理了故障,均感觉如果不改变大环境潮湿的现状,故障就会一次次的发生。这样的处理也只是治标不治本。第二天,我们又在控制柜里放置一颗白炽灯,希望白炽灯的热量可以把控制柜里的环境改善一下,结果状况保持了一段时间之后,控制柜又发生了其他的故障。

爱丁堡的停水事故只能就此告一段落,然而时不时还会发生一些小问题。若不从根本上让开发商了解情况,做出行动的话,爱丁堡泵房的情况就难以改善,迟早会发生难以恢复的故障。(徐宇宇)

小区积水疑管漏

9月7日近中午11点,一品苑小区物业管理员打来报修电话,说41号楼楼下车库旁有积水,像是管道坏了。管线所的维修人员赶到现场,发现积水是从自行车车库旁,绿化带下面的下水道冒出的清水。由于发生的时间突然,不能赶在正午百姓们做饭的时间停水,现场的维修人员带着水样先回到所里。

经检测,积水确是自来水,根据周围的环境判定,没有明显的漏点,那是绿化带下面的管道漏了。这样复杂的环境,无形中给维修增加了很大难度。协调、绿化移植,深开挖,直至露出它的真容,原来是小区进泵房的DN200管卡爆裂了。站在沟槽里仔细观察地下管道的走向,自来水管道上还有其它市政单位的管道,再由于小区地势沉降不均,管道的位置已经发生了变化,这不再是一个普通的小维修。值班的维修人员带着众多问题回到所里,等待所里给出最佳的维修方案。

管线所联系源通市政工程定制了一件1.3米长带落差的DN200管状钢制配件。小区维修管道没水,可是百姓用水不能停,等待管道焊接之前,所里安排送水车在小区内定点送水。维修井然有序,受到小区用水居民的一致赞扬。维修材料到位,立马安装,于第二天下午3点抢修结束,小区恢复供水。(杨娟)

供水抢修两不误

午3点抢修结束,小区恢复供水。(杨娟)



废除老旧管线维护管网运行

花果山大道(通海路-先锋路)DN300水泥管历时久远,且埋设较深,损坏处不易维修等因素,对管网片区产销差影响较大。后经管线所技术小组讨论,建议将该水泥管线路废除,将所有用户过渡到新装的DN200球管线上。

现主要知道裕泰新村从该老水泥管线上接水,对其零星支线检查不清,遂决定先将裕泰新村接水阀门及管段找出过渡到新装管线上,再在该条水泥管上加装DN300主线阀门作为控制阀门,将管线停掉后,排查出该条主线上其它散户,并移接到DN200线上,最终废除该条水泥管。

此次施工要在过渡裕泰新村的管段前端加装DN200流量计,对裕泰新村及周边用户进行用水考核,实现实时监控,做好该区域的产销差控制工作。同时因新装管线上供水对稳定该区域的供水压力,以及管网的正常运行将有大范围地改善提高。(张顺)

焊接点燃 确保供水

——记沙集口DN800管道抢修

9月18日晚,朝阳沙集路口DN800水泥管因道路施工被机械挖坏,造成黄九垓加压站北侧供水管线暂停供水,严重影响该沟地区用水量。

源通市政工程处第三项目部接到抢修电话通知后第一时间安排人员就位,准备抢修设备并赶赴现场,因原水泥管覆土深,开挖后极易造成大面积土方坍塌,我处现场负责人在勘察现场后及时通知材料部准备5米长工字钢桩进行打桩护坡,确保安全第一。在开挖工作坑的同时,我处焊工轻车熟路,量好配件尺寸后及时在现场制作,争取在工作坑形成之前将所需配件制作完成。凌晨12点工作坑形成,我处焊工将已做好的钢制配件安装在水泥管损坏处,在经过6个小时不间断的对接、焊接后于19日早6点完成抢修工作,及时保证了该沟地区白天的用水量。(张恒江)



简讯

源通市政工程处承接的赣榆片区二号污水泵站新建工程正在如火如荼的紧张施工,目前主体结构已经完成,由于泵站模板支撑为高支模,我方详细论证施工方案,在保证安全的情况下加快施工进度,现已将混凝土浇筑完毕,为了在中秋节前结束该工程,整个施工现场正在加班加点,争取在本月底完成施工。(李涛)

“三水厂DN1400、DN900及黄九垓DN300流量计更换工程”位于三水厂和黄九垓,三水厂主要负责新浦区的供水、用水问题,黄九垓主要负责连云区供水、用水问题。更换流量计就必须进行停水,一旦停水就必须考虑到广大用户的用水问题,经领导开会决定在夜里进行停水,因在夜里进行停水可以减少用水量,但因是水厂停水,水厂的正常产水量就会降低,需要提前一天把水位进行提升,保证在停水期间水厂厂内工作的正常运行,我部的施工员和部门经理从晚上9点钟一直到凌晨4点钟才完成三水厂DN900流量计更换工作,反复敲定每一处施工细节,周密制定安全防护措施,确保施工进度和保证供水齐头并进。

每当夜幕降临,累了一天的人们带着满身的疲惫陆续赶回温暖的家中时,而三水厂的施工现场却是一片灯火通明,加班加点到深夜已成为家常便饭,他们用实际行动奉献着自己的一份力量。(李晓伟)

加紧工期
抢进度
保供水

1-9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	30	1	30	清源科技发展有限公司	2	0	2
人力资源部	11	1	11	海州水厂	16	1	20
安全管理部	9	0	9	第二水厂	13	1	16
财务部	1	0	1	水质检测中心	0	0	0
运行管理部	0	0	0	连云港供水公司	7	1	8
规划发展部	0	0	0	新海管业所	39	10	142
工程管理部	0	0	0	源通市政工程处	41	13	121
客户服务中心	5	0	5	新海管业所	9	0	12
技术部	1	0	1	材料供应站	4	0	0
营销部	0	0	0	清源水务公司	0	0	0
二次供水管理部	1	0	1				

祝福九月份生日的员工

公司与你携手同行 愿快乐伴你每一天

张丽珍	魏茂刚	王秀华	杨娟	孙跃琪	万延安	尹中格	任世超
张有武	潘锐	房国庆	吴雨刚	王建平	李永布	汤林	汪浩
丁修超	朱金洋	刘宝超	杨广桥	徐建国	陈洪刚	武传通	曾永翔
董路路	胡基坪	赵国庆	伏广兵	杨建华	董入浩	苏红	顾流
武传玉	俞德才	孙尚	王登明	张荣忠	金立香	朱正安	王凯
董大磊	赵丽娟	陈松	侯洪峰	李红梅	李刚	沈润	洪建斌
寇恒霞	侯芳	任德轩	许娟	林涛	姚中	关佩华	于萍
房艳艳	刘青	武宜山	陈勇	王修明	杨雪	姜磊	陈宽胜
马桂芳	薛辉	赵杰	田宇	邱忠玲	董心	李树庆	王斌
庄钱亮	陈佳	丁卫东	王健	汪得月	张译文	倪青	冯之发

《人间有味是清欢》读后感

阳春三月，挑一个静谧的午后，细细地翻阅于丹老师写的《人间有味是清欢》这本书。朴实而生动的内容像一股清泉，清澈了我的心。

她说，清欢最是有味。

而我记忆里的“平淡”是母亲的一道拿手小菜——清蒸豆腐，清浅的颜色，滑滑的口感，特别好吃。我们姊妹几个常常在微黄的灯光下，守着卖水果的父亲回来，一道菜放在桌子中间，呼呼地冒着热气，一切都平淡，那是家的味道。母亲常说，做人做事也要像这道菜一样，实则耐人寻味。

在如今这个车水马龙的社会上，人们总是不断地在追寻物质上的超越，高昂又充满心机的饭局；尔虞我诈的官场生涯；如履薄冰的婚嫁礼节……光怪陆离的人间，仿佛“平淡”成了最奢侈的“味道”。就像于丹老师书中所说：“人间有味是清欢，所有含蕊婉转，深沉内敛的事务都是为了更好地沉淀，洗尽铅华。如果有一天，当你踏遍岁月千山万水，尝遍世情风霜百味，依旧可以回到最初的清明、清白，则为真正的清欢。”

写到这里，我轻轻地转过头，看着还在襁褓中熟睡的儿子，他那小小的、红扑扑的脸颊特别可爱。顿时，我不禁觉得热泪盈眶，像全身的血液被输送了热量，温暖而柔和。

有人说，生命是父母给予的，这样的养育之恩我们无以回报。所以，我们以后要挣大钱，让他们住大房

子，过幸福美满的生活……可往往现实中，“我们”并没有完成那些真挚的心愿，甚至有时工作在外，生意上的频繁应酬，让我们连最简单的看望、问候长辈，都勉之而后。即使偶尔闲暇，电话里也是草草几句结束，却又积极地奔赴朋友的“推串局、歌友会……”却未曾想过，电话那头的人儿也许还在唠叨着让你少喝酒，天凉要加衣，不忙的时候回来看看……可是他们，紧紧地握着电话，在长长的忙音中，眼睛泛出一丝悲凉的泪光。

正逢清明刚过，一切都罩上一层悲哀的薄雾。于丹老师书中《清明：血脉里的眷恋》中写：直到她她和父亲的高世才知道，人生总有遗憾，子欲养而亲不在。所以，年轻的我们不要给他们千万种幸福的假象，陪伴，就是一种最平淡“清欢”。

想到自己，虽还未到而立之年，却也都都在差不多的年纪，完成了长辈的“任务”。顺利的毕业，谈一场可以结婚的恋爱；在亲友们祝福下结婚、生子；安稳工作，平安喜乐……是啊，这些都是再平凡不过的事情了，现在细细想来，也许，这就是书上说的“烟火人间，是最有味的生活”。

儿子的哭声打乱了我的思绪，我放下手中的笔，将他抱起来在臂膀里轻轻摇着。他涨红的小脸好像表明了他的不满情绪，唧唧唧唧地哼着，还时不时地蹬着他有力的小脚……斜阳照过来，他眼睛慢慢地睁开，握松的样子，我笑出声来，突然觉得这个画面是美丽的、永恒的。

(赵化青)

小白鸽志愿者“助力”文明城之《走进社区》

社区是城市的基本细胞，是创建文明城市的基础。创建文明城市，首先必须创建文明社区，只有每个社区都达到了创建标准，文明之城才能名副其实。为推进文明城市的宣传，培养大家的文明环保意识，9月1日上午，灌云县市政工处的小白鸽志愿者们开展了一次走进社区的义务清洁活动。

早上8点钟开始，志愿者们不顾炎热的天气准时聚集并集体到指定的社区位置，大家在社区工作者的带领



下，身着统一的工作服，沿着环形的花园拾垃圾，开始清扫活动。在活动现场，志愿者们带着铁锹、扫把、火钳和垃圾袋等工具，不怕脏、不怕累，个个干劲十足，将指定范围内的垃圾诸如包装盒、塑料袋、烟头、纸屑等都清扫了出来，装入垃圾袋。一些路过的群众看到后也自发参与到打扫卫生的队伍中，最终在大家的辛勤努力下社区花园变得整洁干净。活动结束后，志愿者们将不同的垃圾进行分类，放进不同的垃圾桶，积极响应垃圾分类

(上接283期4版)

“小白鸽”巾帼志愿者心系困难留守儿童

如果说与老人们欢度一堂是巾帼志愿者在播撒爱心，那么帮助家庭贫困的孩子则是巾帼志愿者在种下希望。灌云县留守女童孙克静除了自己的亲生母亲，还有两位特别的“妈妈”，她们就是连云港自来水公司的巾帼志愿者——房妈妈和刘妈妈，她们虽然与这个孩子没有任何血缘关系，但是她们把这个孩子带去的母爱却一直温暖着孙克静的童年，并随着孙克静的成长。每次两位“妈妈”去看望孙克静，孙克静都会牵着两位“妈妈”的手，将自己的学习成绩、自己的进步还有自己的苦恼说给两位“妈妈”听，她希望两位妈妈可以陪伴她，在两位“妈妈”这里孙克静感受到了不一样的母爱，这种大爱将影响这个小姑娘的一生。

为使更多的留守儿童感受到家庭的温暖，体会到父母的爱，就在今年6月份，“小白鸽”巾帼志愿者积极响应《关于深入推进“邻里守望 姐妹相助 与爱同行”巾帼志愿服务工作的通知》精神，努力打造“邻里守望 姐妹相助 与爱同行”巾帼志愿服务品牌，与灌云县三口镇尧河村的10名留守儿童结对。在6月18日当天，她们向这10名留守儿童捐赠了6000元的助学金和文具、书包等千余元学习用品，让留守儿童体会到了爱心的温暖。

2017年的7月，“小白鸽”巾帼志愿者在得知大学生曹景杰在东海县曲阳乡人民政府留守女童据点进行义务支教后，她们都很感动，而当她们知道这些孩子和支教的大学生生活和学习的条件特别艰苦时，她们再也坐不住了，她们纷纷捐款，为爱心支教团的老师及留守女童送去香皂、无磷蚊香、花露水、洗发水、洗衣液、抽取式面巾纸、蚊香、矿泉水等爱心物资；在教室里，巾帼志愿者们还对留守儿童的学习进行指导，耐心解答他们学习上的问题，让留守儿童体会到了爱心和温暖。“小白鸽”巾帼志愿者的心也因留守女童那纯洁无暇的笑容和坚定学习的信念而久久不能平静。她们在活动结束后纷纷表示要为留守儿童的成长贡献出自己的一份力量！

“小白鸽”巾帼志愿者寒潮中撑起半边天

2016年1月22日至25日，受“霸王级”寒潮的影响，导致灌云多地日最低气温降至零下15摄氏度，极端低温导致严重冰冻，“城市生命线”——二次供水设施、水表、高层立管、小区支管线等遭到重创，导致上万户居民家中断水。连云港自来水公司积极组织工作人员奋战在一线实施抢修，力求尽快恢复正常供水。“小白鸽”巾帼志愿者们也积极投身到抢修工作中，她们放弃休息时间，忘记不适与家小，在异常忙碌的抢修工作中，连孕妇都参与了抢修工作，她们不能参加一线维修，就努力做好后勤保障工作。灌云县市政工处的曹景杰就是其中之一。她的预产期在大年初三，随时都有分娩的可能。即便这样，她还是坚持每天到现场，灌米袋、挂铅封，随时都可以看到她忙碌的身影，甚至忘记了上下班时间。就是这样一个人，她将成为母亲的人，用她的实际行动彰显了一个“小白鸽”巾帼志愿者的初心！

“小白鸽”巾帼志愿者通过志愿服务奉献着自己的爱心，帮助需要的人解决生活困难，为帮扶对象点燃未来的希望。同时，志愿者们也体会到了为他人服务带来的快乐。她们的爱心如同春天的细雨，悄无声息地滋润着受助者。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，她们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，她们将承载着爱心和期望去温暖更多需要帮助的人们。

(于畅 董秋丽)

的号召。

此次活动，小白鸽志愿者们用文明行动代替文明语言为创建文明城市做宣传，把群众引导到活动中来，使她们既成为受益者，又成为推动者，大家共同努力营造一个干净、整洁、舒适的居住环境。

(曹景杰)