

前段时间，安宁环保局邀请公司参加安宁扬尘整治座谈会，目的是进一步改善环境空气质量，有效控制扬尘污染，降低环境空气中可吸入颗粒物浓度，着力解决关系人民群众切身

利益的环境问题，保障人民群众的生活质量和身心健康。从目的来讲确实很有必要，也算是安宁环保工作的创新。安宁虽然名列国家园林城市、卫生文明城市，拥有知名度较高的安宁温泉。但说实在话，安宁的空气质量确实差，从我们的居住、办公的卫生来讲，一天一灰，今天打扫干净了明天又蒙上一层灰，生活中远看安宁像是笼罩在灰雾中。安宁人群中得鼻炎、咽炎的人比例较高，若不是因为家在安宁，工作在安宁，我真是不愿意长久居住于此。安宁绿化率是高的，但光是打造绿化并不能等同好的环境。一个宜居城市应该具备很多要素，从空气、



从安宁环境想到

水、食品、植被、文化等都应该有明确的定义。就如海南、丽江、西双版纳会有很多游客来访一样，那必定游客看重的是多方面好的要素。国家高速发展的30多年，很多省市以经济论英雄，忽略了环境，牺牲了环境，付出沉重的代价，云南滇池就是活生生的例子。也该是国家反思的时候，先污染后治理的发展模式确实有问题。从春节中国游客在日本高价购买大米、电饭煲、马桶盖等事件反映出国人对自己的食品安全、制造业质量有多么的不信任，更不要以此类推到我们的空气、水质、社会治安等。为什么中国人愿意

移民的较多，有些人认为存在个人原罪。也就是说个人所得到的钱都是违法所得，也许有一定的道理。但是不是跟我们国家的综合环境也有很大的关系。一个国家的法制、民主为先，积极向上的正能量多了，可能谁也不愿意去原罪。我们期待新一届国家领导人能真正治理好中国，达到民众心中所期望的梦想。

【方卫星】

蒸压加气混凝土砌块操作要点

根据蒸压加气混凝土砌块普及使用的实际情况，对蒸压加气混凝土砌块砌筑要点进行简述。

蒸压加气混凝土砌块砌筑时，墙底部应砌200mm高的烧结普通砖、多孔砖或混凝土空心砌块，或浇筑200mm高等墙厚混凝土坎台，混凝土强度等级宜为C20。

砌筑时应预先试排砌块，并优先使用整体砌块。不得已须断开砌块时，应使用手锯、切割机工具锯裁整齐，并保护好砌块的棱角，锯裁砌块的长度不应小于砌块总长度的1/3。长度小于等于150mm的砌块不得上墙。砌筑最底层砌块时，当灰缝厚度大于20mm时应使用细石混凝土铺密实，上下皮灰缝应错开搭砌，搭砌长度不应小于砌块总长的1/3。当搭砌长度小于150mm时，即形成通缝，竖向通缝不应大于2皮砌块，否则应配 ϕ 4钢筋网片或2 ϕ 6钢筋，长度宜为700mm。

蒸压加气混凝土砌块的竖向灰缝宽度和水平灰缝厚度宜分别为20mm和15mm。灰缝应横平竖直、砂浆饱满，正、反手墙面均宜进行勾缝。砂浆的饱满度不得小于80%。横向灰缝的一次铺灰长度不应大于2m，竖向灰缝应采用临时内外夹板夹紧后灌缝。

蒸压加气混凝土砌体填充墙与结构或构造柱连接的部位，应预埋2 ϕ 6的拉结筋，拉结筋的竖向间距应为500~600mm，当有抗震要求时，拉结筋使用一级钢筋时末端应做40mm长90°弯钩。

有抗震要求的砌体填充墙按设计要求应设置构造柱、圈梁，构造柱的宽度由设计确定，厚度一般与墙等厚，圈梁宽度与墙等宽，高度不应小于120mm。圈梁、构造柱的插筋宜优先预埋在结构混凝土构件中或后植筋，预留长度符合设计要求。构造柱施工时按要求应留设马牙槎，马牙槎宜先退后进，进退尺寸不小于60mm，高度为300mm左右。当设计无要求时，构造柱应设置在填充墙的转角处、T形交接处或端部；当墙长大于5m时，应间隔设置。圈梁宜设在填充墙高度中部。

蒸压加气混凝土砌块填充墙砌体与后塞口门窗的连接：后塞口门窗与砌体间通过木砖与门窗框连接，具体可用100mm长的铁钉把门框与木砖钉牢。木砖可以预埋，也可以后打。预埋木砖时，木砖应经过炭化，埋到预制混凝土块中，随加气混凝土块一起砌筑，预制混凝土块大小应符合砌体模数，或用普通烧结砖在需放木砖部位砌长度240mm、宽度与加气块等厚的砖砌，木砖放置中间。

加气混凝土填充墙砌体在转角处及纵横墙交接处，应同时砌筑，当不能同时施工时，应留成斜槎。砌体每天的砌筑高度不应超过1.8m。

切锯砌块应使用专用工具，不允许用斧或瓦刀任意砍劈。

墙体洞口上部应放置2 ϕ 6的拉结筋，伸过洞

雨季基础施工措施

土方工程和基础工程受雨水影响较大，因此在雨季施工应注意以下几点：

(1) 雨期开挖基槽(坑)或管沟时，应注意边坡稳定。必要时可适当放缓边坡坡度或设置支撑。施工时应加强对边坡和支撑的检查；对于已开挖好的基槽(坑)或管沟主要以设置支撑为宜；正在开挖的以放缓边坡为主辅以支撑或在工期不紧时停止施工。

(2) 为防止边坡被雨水冲塌，可在边坡上加钉钢丝网片，并喷上50mm细石混凝土，也可用塑料布遮盖边坡。

(3) 雨季施工的工作面不宜过大，应逐段、逐片的分期完成。基坑挖到标高后，及时验收并快速浇筑混凝土垫层。

(4) 为防止基坑浸泡，开挖时要在坑内做好排水沟、集水井并组织必要的排水力量。

(5) 位于地下的池子和地下室，施工时应考虑浇筑后的防浮措施。

(6) 降雨量大时，应停止土方施工，雨天停止软土基坑(槽)的挖土作业。对于堆积在施工现场的土方，应在雨季到来前运走。

基础施工完毕，应抓紧基坑四周的回填工作。停止人工降水(排水)时，应验算箱形基础抗浮稳定性、地下水对基础的浮力，抗浮稳定系数应 ≥ 1.2 。如抗浮稳定系数不能满足要求时，应继续抽水，直到施工上部结构荷载加上后能满足抗浮稳定系数为止。

【申敬伟.推荐】

口两边长度每边不少于500mm。不同干密度和强度等级的加气混凝土不应混砌。加气混凝土砌块也不得与其它砖、砌块混用砌筑。

【郭汝权.推荐】



青春让我们勤奋、严谨、求实、创新。告别大学校门，邵成走上了工作岗位，从此他的人生历程翻开新的一页，人生的道路跨了新的阶段。他满怀希望和憧憬，挟着他的青春上路。

漫漫人生，惟有激流勇进，不畏艰难，奋力拼搏，方能中流击水，抵



达光明的彼岸。邵成参加工作7年，他从一名现场监理员到一般专监到主要专监，再到项目总监代表，一路走来，描绘出了一副80后青年成长过程的美丽画卷。邵成是在公司成长起来的一位较年轻的80后总监代表，他技术全面、工作高效。

年轻有为

人的一生，有许多不同的追求，邵成的追求是一份完成工作任务快乐、一份掌握并熟练操作业务的幸福。简简单单的快乐和幸福，却反映了他人生的追求与价值。

2008年2月刚刚大学毕业的邵成，来到了云南盛翔水工项目部。这个身材偏瘦、不善言谈的小伙子看起来并不起眼，可他的骨子里却有着着一股肯吃苦、好学习的韧劲儿。作为监理员的他每天的必修课就是学习、旁站，与施工的师傅们沟通，请教施工操作技能。通过积极实践，短短的几个月时间，邵成已经和工人们一样成为了行家里手。不过这样的技能只是他的初级目标，他还有着更高想法，闲暇之余他努力学习查看图纸，翻阅施工工艺与规范，把学习到的施工经验、新接触的每一个标准、每一个新的知识点，详细的进行整理。现在邵成已从那个羞涩的“小邵”，成长为

让大家佩服的“邵哥”，从技术“能手”已成长为了“多面手”，他技能过硬业务娴熟，是一位名副其实的“总监代表”。通过其出色的工作

绩和超强的责任心，2013年他被选为公司后备管理层人员，2014年被公司授予了“优秀员工”的荣誉称号，目前也是公司项目管理组成员。

忘我工作

邵成工作踏实、卖力、有灵活头脑，能结合现场实际，全面细致地整理出一套详细施工监理工序和安排，有条不紊地开展各项工作。他进入公司的第一个工地便是禄脬密马龙水库工程，这也是他记忆最深刻的一个工地。这工地较为偏远，距离安宁60多公里，处于安宁和禄丰的交界处。工地所在的村子很小，只有17户人家，村子里也没有小卖铺，必备的生活用品需要到20公里以外禄丰县土官镇上购买。每次进入工地坐车只能达到杨老哨坡头，剩余的9公里土路只能步行，每次都要行走近3个小时，这一路上不下雨还好，要是下雨连个避雨处都没有。可天工总有不完美的时候，有一次走往工地的路上，突然开始下雨一路上没有任何可以避雨的地方，只有硬着头皮往工地上赶，等到达工地时身上没有任何地方是干的。

禄脬密马龙水库工地为一座新建水库工程，坝型为浆砌石拱坝，是安宁市第一个和唯一一座浆砌石拱坝，各

级领导都较为重视，浆砌石灌注砂浆均使用振动棒，据统计此项目至完工时用坏振动棒76根。工程验收时专家称这是他们见过施工工艺最好的浆砌石拱坝。

邵成他全面负责项目现场施工监理，不敢有半点马虎，他积极主动，各项工作都做得仅仅有条、妥妥当当。他的工作作风和积极的工作态度感染身边的每一个人，是大家学习的楷模。邵成也是个要强的人，和他共事这么多年，直到写这篇报道的时候才了解到邵成肠胃不好，天阴下雨关节还会隐隐作痛，经常是忍痛工作，大家劝他多注意身体，他说：已经看过医生了，没什么大碍影响不了工作。

2010年邵成调到富民县东村镇负责农开项目，该项目分为三个标段全长15公里，当时没有什么交通工具，跑工地全靠步行。这里的居住条件还算可以，可是吃饭是个大难题，每天邵成跑完工地只能去镇上吃小馆子，可他的工资哪够天天吃小馆子呢，只能用泡面凑合。有时跑完工地已经是下午，就只能早饭晚饭并一顿吃了，长期这样饱一顿饥一顿的状态让他落下了胃病。然而，即使这样的情况他也没有任何的报怨和退缩，也因为自己的努力、付出与坚持做出了好的成绩得到了当地水管站和农开项目办的认可，直至第二年还打来电话询问：为什么不是你们来监理？

农开项目结束后他回到安宁负责县街这一片区的水库改扩建及除险加固项目共计八件，这八件项目都得兼顾到该怎么办呢，这时他想起了买一辆电动摩托来跑工地。他便每天开始在县街与安宁之间往返，每天平均骑行距离有50公里。夏天，灰尘漫天飞舞路上的积灰厚度足有5、6厘米，如遇车辆经过扬起的灰尘会弄得他一头一脸全是，整个人和掉进灰堆里没什么两样。骑电动车最难过的

还是冬天，那叫一个冷啊，戴两双手套也抵挡不了那刺骨的寒风，到工地时手基本上是没有知觉了。最受不了的还是膝盖，每次骑车的时候邵成都在腿上套一件旧棉衣，可效果

也不太好。当冻得实在受不了想停下来休息一下时才发现反光镜里自己的眉毛都已经结霜了。县街片区的八件工程完工了，关节病也从此落下了，天阴下雨就作痛。

谦逊踏实

邵成身材虽然偏瘦，但是很有劲，走起路来健步如飞，给人以力量，在工作中他有着较强的责任心。作为总监代表，邵成做每项工作前他都要严格把关，争取做到零失误，减少返工的几率，避免人工和原材料的浪费。

在七年的工作过程中，经过邵成手上的工程有上百件，交到他手上的项目总监能放心、业主能安心。他手上的项目随时都不低于七、八件，每天都在深山和村落里穿梭，挥洒着青春的汗水、兢兢业业、无怨无悔。

现在他已是领导三个新人的总监代表，对新人的培养，他总是把这些年的经历言传身教给他们，一开始先让他们熟悉了解项目组成，要求他们学习规范，熟悉图纸。然后教他们每个环节的控制要点和难度，告知他们容易出问题的工序，希望这样能让他们尽快成长。通过这几年的磨练邵成最大的收获是转变了自己的思维方式。他学会了“察言观色”，仔细观察每个人的性格与特点，把他们安排在最合适的工作岗位，这样既能调动员工的积极性，又能提高工作的效率，两者都不耽误。

邵成是一位80后年轻人不畏艰辛、吃苦耐劳的新一代监理人的代言，其实，每个人都有自己的人生琴弦，而只有当与企业奋进的主旋律交汇在一起时，才能奏出雄壮、激越的乐章。愿我们每一位80后、90后的年轻人都能像他一样奏出自己青春的旋律。

【杨朝丽、邵成】



外业测绘工作

-----一天纪实



受公司派遣我随变形观测组前往云南省五华监狱签订“监狱迁建项目”监区周边三堵高挡墙变形观测合同，该项目座落在昆明东西方向，工作内容为监区周边三堵高挡墙进行为期12个月的变形观测，挡墙全长736米，由于是高墙（最高高度约15米），给监测点的布设工作造成极大的困难，在

公司专业技术人员的指导下，最终检测人员采用方向交会法进行观测，不仅解决了监测点布点难的问题，还提高了测量数据精度，但工作量比一般正常监测增加了1-2倍。我们的检测人员在三堵高挡墙及周边共布设90个监测点，加上安宁昆明往返路程，需要三天（且连续工作10小时）才能完成一次90个监测点的检测，就是说该项目比一般正常监测增加了1-2倍的工作量。今天我亲身体验了变形观测组的全部工作过程，亲眼目睹检测人员辛勤工作每一副副感动人心画面，便用镜头拍下了他们工作场面，记住他们顶严寒冒烈日，不怕荆棘划破衣服和刺伤皮肤，不怕蚊虫叮咬身体，记住他们迎晨雾赶夕阳连续作业，奋斗在茂密丛林和尘土飞扬、凹凸不平的工地

上，是他们不怕脏、不怕苦的无私奉献精神，及时准确向内业取回原始数据，用平凡人的情怀和对测绘事业的热爱，彰显新网测绘员工不断创新、高效准确、精益求精、顾客满意的崭新华章。

【新网测绘·朱萍】



祝贺少管所景新家园 燃气管网工程竣工验收合格

安宁景新家园燃气管网工程是云南省少管所干警家属的新生活区的燃气管网工程，位于县街南边约2公里。该工程规模为622户，采用人工煤气为气源接在安县公路市政中压燃气管网工程调压箱后，其设计压力为：低压50000Pa，室内燃气管道全部采用镀锌管丝扣连接总长达3364米，室外庭院埋地管采用防腐碳钢管约1142米焊接连接。该工程安装施工单位为安宁万宇市政工程公司；工程于2014年8月25日进场施工至2015年6月5日通过省燃气质量监督站压力验收合格，于2015年6月10日通过燃气公司组织的全面竣工验收合格。

【汤建明】



竣工验收组检查
室外管网安装质量

房屋建筑隔震监理

昆钢一中改扩建工程，有五栋采用的是隔震技术，随着科技和经济的发展，房屋建筑隔震技术，近几年在一些重要建筑上已经开始大量推广使用，特别是学校工程，已经要求强制使用，此项技术目前公司接触的人不多，我们监理部的人也是第一次监理，很有必要了解此方面的知识。地震是人类社会面临的最严重的自然灾害之一。地震留给社会最惨烈的一幕莫过于建筑物的破坏和倒塌。从相关报道上得知，近十年来，全世界平均每年约有一万人在地震中丧生，五十万人无家可归。所以，“减轻地震灾害”已经成为一项世界关注的问题。目前，一种用以柔克刚新理念建造的隔震房屋，正在日益受到关注。

传统的抗震方法是房屋上部结构和基础牢牢地连接在一起，地震时，地面运动能量经过基础输入到房屋结构，致使房屋结构发生振动、变形，甚至倒塌。

“隔震房屋”的基本思想是使基础和上部房屋结构分离，隔离地震能量向建筑物的输入。实现地震时地动，而建筑物基本不动，达到保证建筑物安全的目的。具体方法是在基础和上部房屋结构之间设置一种特殊装置——隔震层。隔震层的类型很多，最成熟的是由橡胶隔震支座和阻尼器组成。橡胶隔震支座包括复合材料体

和上、下连接件三部分组成，昆钢一中项目采用的就是此种隔震层。

复合材料体由一层钢板一层橡胶交替叠合而成，在垂直方向具有很高的强度，能支撑起建筑物重量。水平向很柔，可以有效隔离地震能量向上部房屋结构的输入，复合材料体具有60年以上的使用寿命。

经过橡胶隔震支座剪压试验，模拟房屋等重量，水平推动支座底部移动模拟地震时的地面移动。移动量可达22公分，相当于8度地震区遇到罕遇地震时支座的移动量。可见，罕遇地震时隔震支座能把房屋安全托起。橡胶隔震支座必须通过53项指标试验全部达到标准才算合格。

查阅已建抗震建筑的相关资料得知，采用隔震技术的建筑在强烈地震时，隔震房屋自身变形很小、只作轻微平动，不仅建筑物不会破坏，房屋装修也基本保持完好，室内设备、贵重物品、信息系统安然无恙，基本不中断人的正常生活与工作。隔震房屋的应用将对未来的房屋结构形式和抗震技术产生深远影响。

我们国家的建筑隔震技术已经取得了重大成果，根据统计，已经进行了100多万米的隔震工程试点。该技术已经纳入国家“建筑抗震设计规范”，将主要在高烈度地震区的学校、医院逐渐推广应用。为减轻水平地震灾害提供一条新途径。

【王学贤】



人难做

做人，人品为先，才能为次。做事，明理为先，勤奋为次。牢骚满腹气肠断，怒气冲天心肝伤，生气是用别人的错误来惩罚自己，宽容是用别人的成绩来激励自己。人生的许多痛苦，是因为计较的太多。回归简单的心灵，学会减法生活，心没有枷锁，才会拥有真正快乐，舍得放弃，甘于淡泊，才能获得心灵的安宁。

心静，自然心平气和，处理事情才不会意气用事，考虑问题才能够周全一些，结果显得便捷、快速，结果定义一目了然。

【宁文友】

了！内心明白意念本空的道理，空是根本不必管它和理它的！从月球上看地球，地球只有篮球般大小，从宇宙中看地球，地球小得连砂子都不如！试想你所忧虑，操心和烦恼的事在宇宙时空中有多大意义？所以无限的放宽心胸！容纳一切的一切事物！凡事学会往好处想，看问题学会从多方面、多层次、多角度、深层次、高层次全面的辩证的看待所有问题！就不会死钻牛角尖！平时做人心胸宽广无边，能经受得起任何挫折和磨难！把挫折和磨难做为你接受磨练和挑战的极好机会！也是你走向成熟和进步的台阶！

【黄勇.推荐】

旅行的意义 THE MEANING OF TRAVEL

“如果一定要给旅行赋予一个意义，那么或许我是在寻找，这个世界上比我更加勇敢，坚强与宽容的人们。我审视他们的过去，闭上眼睛感受是何样的痛楚历练了他们，睁开眼睛看着他们的幸福。在过客的身旁，在那交错的刹那，我企图望向永恒的一瞬。旅行不是生活，所以旅行不可以为了忘记一个人或遇到一个人。旅行不是生活，因为生活，在别处。”

到底为了什么出发？

“为了找寻不安灵魂的根源”

“为了发现，也为了寻找，更为了那种随性的自由自在”

“为了说服自己，世界真的很大，自己的世界真的很渺小”

“为了忘记过去，忘记悲伤，让美丽的风景充实自己，重新找到自己”

.....

有些人越旅行越孤单，有些人越旅行越丰富。

旅行本身并不能帮你解决任何问题。

旅行会磨练你看待世事的心智。

其实最终，即使旅行没有丝毫意义，只要我在某个时间由于无端的缘由想要去某个地方，我变觉得旅行值得。不管那缘由是什么，是否值得意义是深究。

“如果生命没有意义，值得活么？”

有没有可能生命的意义就是在寻找意义的过程，

你以为找到了，却反而失去意义

当你开始寻找时，那个状态才是意义。”

【李春建.推荐】

放宽心胸

放宽心胸，善待自己。法国作家雨果曾经说过：世界上最广阔的是海洋，比海洋更广阔的是天空，比天空更广阔的是人的胸怀。人的心就像一个有无限空间的盒子，只要你愿意，没有什么装不下。人生苦短，又何必把时间浪费在无谓的纷争上呢？与其让别人痛苦让自己烦恼，为什么不让自己活得更潇洒一些呢？每个人做为现实生活中的一分子，时时地与周围的人发生这样或那样的联系，处的不好的话，不仅会影响到我们的心情，甚至会影响到生活与工作。所以，把心胸放宽，以开阔的心胸、乐观的精神态度来接受它。生活中，拍打波浪，冲动、无奈、受伤、沉默，每一种方式，都不如放宽心胸，一切尽美的事物，必然在等待着你和我！杂念太多，反成了累赘，还有什么比拥有淡泊的心胸，更能让自己充实、满足呢？选择放宽心胸，然后准备走一段山路。

当妄想、狂想，和所有烦恼的意念无法控制住时，其实你根本不必去控制、转移和摆脱它！把头脑看成是一个空体，可以让所有意念一无所碍，畅通无阻的自然来，自然去、自然生、自然灭！一切顺其自然！关键是放宽心胸，不要让这些意念停留下来，不必去理它就是

了！内心明白意念本空的道理，空是根本不必管它和理它的！从月球上看地球，地球只有篮球般大小，从宇宙中看地球，地球小得连砂子都不如！试想你所忧虑，操心和烦恼的事在宇宙时空中有多大意义？所以无限的放宽心胸！容纳一切的一切事物！凡事学会往好处想，看问题学会从多方面、多层次、多角度、深层次、高层次全面的辩证的看待所有问题！就不会死钻牛角尖！平时做人心胸宽广无边，能经受得起任何挫折和磨难！把挫折和磨难做为你接受磨练和挑战的极好机会！也是你走向成熟和进步的台阶！

【黄勇.推荐】



有位哲人说过：做人的极致是平淡。

做人需要我们穷尽一生的时间来学。在我们成长的路上或是人生任何的时刻，都需要不断地去校正自己的律行，让自己以善美的心姿融入到生活的舞台上，赢得社会、生活、他人的信赖。

从我们来到这个世上的那一刻起，我们就已经用纯净的心灵来感受父母的身传言教，耳濡目濡种种关于人的行为。当然父母的教育是最好的榜样，是他们把做人的善良、宽容与对生活的爱，一点点的浸染了我们全部的身心；及至上了学，又得到老师们关于做人更深层次的教育，让我们读懂了做人的道理，处事的哲学。这一阶段对我们整个人生都大有裨益，因为知识让我们有了做人的资本、和识别行为的能力，也让我们懂得了什么是人生。

人生的目标与做人相互结合在一起才有了美好的希望。当我们参加了工作，真正走上了社会，耳闻目睹了人的全部生活本真。处人与立世其实并不简单，仅仅以自己一颗善良的心去温暖它人，其实也不尽然。因为美与丑共存，假与真并在，这时的做人真的很无奈，人的自私的一面，齐齐都会展露在你的面前。太多的时候不得不让我们为了生存左右逢迎而变得世故精练、圆滑，其实这才是做人一生中为了适应生活、社会的无奈之举。

有时候，做人也让我们颇费思量，诚如哲人所言，做人的极致是平淡，但真正能做到这一点的又有几人，因人的欲望、道德、修养、自身素质的不同，人也不尽相同，是为：人以群聚，物以类分，就很能代表这一点。

生活需要我们不断地去学会做人，但做人有时候却让我们在生活中永远也读不懂它。这就要我们一生都要学做人，并且仍是要做到善良与平淡才是最真。

【蒋相雷.推荐】