



## 政府根源的反思

全国二会和新闻报道中都提到了中国奇葩现象，比如证明你妈是你妈、存款证明、收入证明、死亡证明等，我深有体会，因为前段时间协助一个项目办理手续时也碰到了类似情况。这个项目是省示范项目，安宁重点招商项目，由于当时土地挂牌未能及时完成，政府为了推进项目答应手续后补。现工程已竣工一年多，投入生产，土地证也办理完毕，需要从源头来办理施工许可证，却被告知要求交几百万元的农民工保证金，业主提供了实际情况仍不行。一方面是农民工工资早已支付完，工程已投入生产，一方面也是业主再也拿不出这么多资金，陷入了困境。现在来说当初是政府答应的，却

苦于没有书面证据。又咨询了一些人最后要求去招商部门打证明交政府办批准才能解决。又如现在提到的解决僵尸企业问题，一些污染企业，高耗能企业出现亏损现象或倒闭的预兆，但政府为了税收仍插手不给倒闭，甚至要求特定的银行予以贷款支持，最终银行的贷款成了死帐。再过几年企业仍然倒闭变成了僵尸企业，政府还是要面临下岗职工的安置，债务的清理。所以现在又提出宁可养亏损企业或倒闭企业职工，也不保留僵尸企业。在清理僵尸企业上国家现在拿出1000亿元，估计远远不够。又如企业欠债的问题，根源仍在政府，政府拖欠的债务非常庞大，多数企业深有体会，小企业直接拖

死亡，想告又怕，甚至告赢了也拿不到钱，那也只能继续欠债了，最终形成了多方的恶性循环，对政府的诚信度是致命的打击，更不用再说股市和其它方方面面。如果国家还不反思，仍大量干预市场，追求劣质的业绩，那社会的矛盾会更多。当政府提出构建诚信社会体系时，如果政府不改变自身的行为，不首先建立自身的示范标准，这样的社会代价会非常高。幸运的是政府现在已看到了一些自身问题，提出了一系列改革措施，当然最终还要看政府的实际落实结果，如果政府认真做到，那相信民众也能反思跟进。

【方卫星】

## 会议发言前我们应该做什么

前几天有一个刚参加工作的年轻人和我参加完会议，回单位的车上他问我：“为什么会议上看着前辈们发言一点都不紧张，也不用照稿子念，而自己发言却语无伦次，大脑一片空白，紧张得说不出话来？”我听了他的问题回想自己刚参加工作时也是紧张得像上战场一样，发完言全身都是抖的，而现在参加过无数次的会议后，感觉以前的紧张感已不复存在，总结自己这些年的一些经验希望对年轻人有些许的帮助。

首先是熟能生巧，不论任何会议，不论是否安排你发言，既然你参加了就不要无所事事的玩手机，你试着把会议的主持人想成是自己，看看他是怎么做的，想想要是你应该怎么做，每参加一次会议，你都做好要发言的准备，不管是不是真的要发言你都在心里反复的总结自己应该说哪些方面的事，如何说更好。经过多次这样的训练以后你就会有大的进步，有了这样的习惯在突然让你发言时你就是有备而谈，自己不会太紧张同时会收到意想不到的效果。

当然，勤加练习的前提是你还要有充足的知识储备，说出来的话，只是冰山一角，海面以下是长年累月的学识积累。知识的储备，不是为了炫耀自己懂得多，而是为了让说出来的话言之有理不偏不倚。储备知识，提前做功课，平时多看书，多思考勤积累，是良好发言的基本功。

第三，逻辑清晰，清晰的逻辑，能让听者更快速地理解你要表达的想法和意思，让发言的效率更高。要做到逻辑清晰必须在发言前做好准备，在未到自己发言时就对自己想表达的内容进行清理，在脑子里形成一个大纲，也可在笔记本上进行简单整理。不要认为说话总是“一、二、三”是模仿领导做派，其实这样说话是为了表达更清晰。

相信通过不断的磨练，我们会爱上开会，到时候不让发言你都会感觉心痒难耐。

【郭佩发】

## 笑看人生

人的一生都不可能是一路平坦，一帆风顺，有时挫折也是我们人生画卷中的浓重色彩，如果人生只有成功，没有失败，那这个人生便会变得单调无味。

《傅雷家书》中说过：“人一辈子不可能都在高潮—低潮中浮沉，只有庸碌的人，生活才如死水一般，只要高潮不过分使你紧张，低潮不过分使你颓废就好，我只求的心理平衡。”这些都是傅雷在家书中对于儿子事业受挫后的教育，让我们很多人为之效仿。的确，世界上多数伟人的成功哪一个不是经历了艰难，挫折及其打击呢？居里夫人为研制镭而不惜整天在工业废渣中寻找原料，历经了很多的磨难终于取得成功。无人知道她的成功里包裹了多少的汗水，人们看到的只是成功后的她，也许无人关注在研制过程中她到底有多难！

是的，生活就是如此残酷，往往能成功的人更加明白“成功”的来之不易。因为他们都没有因为遇到挫折与失败而临阵退缩，而是乐观的面对人生中的坎坷与低潮，应此，我们要敢于正视现实，正视错误，用理智去分析，彻底的感悟，才不至于被过去的阴影所侵蚀。在生活中很多现实不能逃避，错误还需正视，冷静的分析事情的因果，吸取失败的经验及教训，引以为鉴。这样就能够无坚不摧，就可以不怕打击与挫折，铸造一个在现实生活中的强者。

杜牧的一首诗说过：“胜败兵家事不期，包羞忍辱是男儿，江东弟子多才俊，卷土重来未可知。”对于那些挫折与打击，关键在于是否能把失败的压力转化为成功的动力，让失败成为我们人生道路上的一笔宝贵财富。所以我们应学会微笑看待人生的每一次失败，这不仅是一种胸怀，更是一种境界。微笑着面对生活的人，失去的只是自己的烦恼，而赢得的却是整个世界。

我们应该相信，风雨过后，将会是丽日蓝天，彩虹万里的美丽画卷。

【夏继鹏推荐】



# 伤害事故的应急抢救救援常识

在生产过程中,由于危险因素的影响,会可能发生一些人员伤害事故。遇有伤害事故时,必须迅速采取急救措施,否则就会使事故扩大、造成严重后果。

**1、创伤止血救护** 出血常见于割伤、刺伤、物体打击和碾伤等。如伤者一次出血量达全身血量的1/3以上时,生命就有危险。因此,及时止血是非常必要和重要的。遇有这类创伤时不要惊慌,可用毛巾、纱布、工作服等立即采取止血措施。如果创伤部位有异物并不在重要器官附近,可以拔出异物,处理好伤口。如无把握就不要随便将异物拔掉,应立即送医院,经医生检查,确定未伤及内脏及较大血管时,再拔出异物,以免发生大出血措手不及。

## 2、烧伤急救处理

在生产过程中有时会受到一些明火、高温物体烧烫伤害。严重的烧伤会破坏身体防病的重要屏障,血浆液体迅速外渗,血液浓缩,体内环境发生剧烈变化,产生难以抑制的疼痛。这时伤员很容易发生休克,危及生命。所以烧伤的紧急救护不能延迟、要在现场立即进行。基本原则是:消灭热源、灭火、自救互救。烧伤发生时,最好的救治方法是用冷水冲洗,或伤员自己侵入附近水池浸泡,防止烧伤面积进一步扩大。衣服着火时应立即脱去,用水浇灭或就地躺下,滚压灭火。冬天身穿棉衣时,有时明火熄灭,暗火仍燃,衣服如有冒烟现象应立

即脱下或剪去,以免继续烧伤。身上起火不可惊慌奔跑,以免风助火旺,也不要站立呼叫,免得造成呼吸道烧伤。烧伤经过初步处理后,要及时将伤员送往就近医院进一步治疗。

## 3、吸入毒气急救

一氧化碳、二氧化碳、二氧化硫、硫化氢等超过允许浓度时,均能使人吸入后中毒。如发现有人中毒昏迷后,救护者千万不要冒然进入现场施救,否则会导致多人中毒的严重后果。遇有此种情况,救护者一定要保持清醒的头脑,首先对中毒区进行通风,待有害气体降到允许浓度时,方可进入现场抢救。救护者施救时切记,一定要戴上防毒面具。将中毒者抬至空气新鲜的地点后,立即通知救护车送医院救治。

## 4、触电急救

遇有触电者施救人员首先切断电源,若来不及切断电源,可用绝缘物挑开电线。在未切断电源之前,救护者切不可用手拉触电者,也不能用金属或潮湿的东西挑电线。把触电者抬至安全地点后,立即进行人工呼吸。其具体方法如下:

(1)、口对口人工呼吸法。方法是把触电者放置仰卧状态,救护者一手将伤员下颌向上、向后托起,使伤员头尽量向后仰,以保持呼吸畅通。另一手将伤员鼻孔捏紧,此时救护者先深吸口气,对准伤员口部用力吹气。吹完气后嘴离开,捏鼻手放松,如此反复实施。如吹气时伤员胸臂

上举,吹气停止后伤员鼻口有气流呼出,表示有效。每分钟吹气16次左右,直至伤员自主呼吸为止。

(2)、心脏按压术。方法是将触电者仰卧于平地上,救护人将双手重叠,将掌根放在伤员胸骨下1/3部位,两臂伸直,肘关节不得弯曲,凭借救护者体重将力传至臂掌,并有节奏性冲击按压,使胸骨下陷3~4cm。每次按压后随即放松,往复循环,直至伤员自主呼吸为止。

## 5、手外伤急救

在工作中发生手外伤时,首先采取止血包扎措施。如有断手、断肢应立即抬起,把断手用干净的手绢、毛巾、布片包好,放在没有裂缝的塑料袋或胶皮袋内,袋口扎紧。然后在口袋周围放冰块雪糕等降温。做完上述处理后,施救人员立即随伤员把断肢迅速送医院,让医生进行断肢再植手术。切记千万不要在断

肢上涂膜酒、酒精或其他消毒液。这样会使组织细胞变质,造成不能再植的严重后果。

## 6、骨折急救

骨节受到外力作用时,发生完全或不完全断裂时叫做骨折。按照骨折端是否与外相通,骨折分为两大类:即闭合性骨折与开放性骨折。前者骨折端不与外界相通,后者骨折端与外界相通,从受伤的程度来说,开放性骨折一般伤情比较严重。遇有骨折类伤害,应做好紧急处理后,再送医院抢救。为了使伤员在运送途中安全,防止断骨刺伤周围的神经和血管组织,加重伤员痛苦,对骨折处理的基本原则是尽量不让骨折肢体活动。因此,要利用一切可利用的条件,及时、正确的对骨折做好临时固定、临时固定应注意以下事项:

(1)、如有开放性伤口和出血,应先止血和包扎伤口,再进行骨折固定。

(2)、不要把刺出的断骨送回伤口,以免感染和刺破血管和神经。

(3)、固定动作要轻快,最好不要随意移动伤肢或翻动伤员,以免加重损伤,增加疼痛。

(4)、夹板或简便材料不能与皮肤直接接触,要用棉花或代替品垫好,以防局部受压。

(5)、搬运时要轻、稳、快,避免震荡,并随时注意伤者的病情变化。没有担架时,可利用门板、椅子、梯子等制作简单担架运送。

## 7、眼睛受伤急救

发生眼伤后,可做如下急救处理:

(1)轻度眼伤如眼进异物,可叫现场同伴翻开眼皮用干净手绢、纱布将异物拨出。如眼中溅进化学物质,要及时用水冲洗。

(2)严重眼伤时,可让伤者仰躺,施救者设法支撑其头部,并尽可能使其保持静止不动,千万不要试图拔出插入眼中的异物。

(3)见到眼球鼓出或从眼球脱出的东西,不可把它推回眼内,这样做十分危险,可能会把能恢复的伤眼弄坏。

(4)、立即用消毒纱布盖上,如没有纱布可用刚洗过的新毛巾覆盖伤眼,再缠上布条,缠时不可用力,以不压及伤眼为原则。做出上述处理后,立即送医院再做进一步的治疗。

## 8、脊柱骨折急救

脊柱骨俗称背脊骨,包括颈椎、胸椎、腰椎等。对于脊柱骨折伤员如果现场急救处理不当,容易增加痛苦,造成不可挽救的后果。特别是背部被物体打击后,均有脊柱骨折的可能。对于脊柱骨折伤员,急救时可用木板、担架搬运,让伤员仰躺。无担架、木板需众人用手搬运,抢救者必须有一人双手托住伤者腰部,切不可单独一人用拉、拽的方法抢救伤者。否则,把受伤者的脊柱神经拉断会造成下肢永久瘫痪的严重后果。

【李元.推荐】

## 美丽其实很简单

从古至今,美丽都是人类永恒的话题和不懈的追求和诠释。相信每个人对美丽的定义都有不同的见解和诠释,对有些人来说,美丽是靓丽服饰,名贵提包,漂亮鞋子,而在我眼中,美丽的人大致具有如下特征:真诚,真诚的人是美丽的,真诚的心是善良的,真诚的对待每一个人和身边发生的每一件使,你的真诚会换来对方的尊重和以诚相待。

**热情:**当别人遇到困难,伸出你热情的手及时予以帮助,使对方尽快走出困境;当自己面对挫折,以一颗热情的心自我激励,对世间万物怀着一颗热情的心肠,用火热的心融化一切冰雪隔膜,热情的人永远不会老。

**坚持:**别看坚持只有两个字,做起来却不那么简单。对理想的坚持,对公理的坚持,对事业的坚持.....每一种坚持背后都要付出常人无法想象的代价。坚持能改变自己,改变他人,改变世界。坚持是一种崇高的境界,学会了坚持就掌握住了自己的人生和命运。

**宽容:**宽容是一种人生的哲学,宽容待人会享受生活,也最懂得生活的乐趣与真谛,以宽广的胸怀容纳世间百态,虚怀若谷,笑抿恩仇,懂得宽容之道的人自有一份与众不同的美丽,无论走道哪里都受欢迎。

美丽其实很简单,只要你做到以上四点,你便会轻松拥有美丽人生。俗话说得好:“像由心生”,心灵的美丽会使你容颜焕发青春,美丽动人;心灵美了,世界才会更美好!

【韩春生.推荐】



# 安宁市城区道路改造工程项目顺利竣工

安宁市城区道路改造工程于2015年10月21日开工,2016年5月1日完工。主要施工内容为:对湖滨路、金屯路、大屯路、人民路、盐兴路、华西农贸市场周边原有的人行道路面进行提升改造施工,在施工中对路面拆除、碎石铺设、混凝土浇筑、板材铺设等工序采取旁站监理、平行检查及巡视等手段进行目标控制。从工程开工至完工形成书面管理文件有:监理工程师通知单3份;监理工作联系单2份;监理月报3份;会议纪要5份。完成工程量统计:彩色

混凝土铺设1018.8平方米,青石板铺设8661.12平方米,透水砖铺设781.45平方米。施工过程中各原材料、混凝土试块严格按规范要求见证取样、送检,混凝土取样共6组,砂浆取样5组,砂石、水泥取样各4组,检测结果及综合评定全部符合设计及规范要求。

【胡超群】



项目验收会议现场



项目改造前



项目改造后

# 太平燃气主干管网通气

太平新城燃气管网工程(中压主干管)全长17公里,覆盖太平新城一、二、三号主干道,三号次干道、十二号之路、北环三号路。采用DN273、DN219、DN159等螺旋焊缝钢管焊接安装。设计压力中压A0.4Mpa,工程于2012年10月开工,于2016年6月8日最后部分管道竣工验收,历时尽四年建设完成。于2016年6月14日顺利完成天然气置换,投入使用。采用三号次干道天然气(LNG)加气站供气。投入使用后将覆盖已建成或在建项目林海云霄、万辉星城一至八期、施甸安置区、山水融城、澜山悦、云锡奥城、新昆华医院、奥特莱斯砂之船、苹果城、安宁中学太平分校、龙旺瑞城一、二期、龙湾壹号、玉龙湾、盛世佳园、滇中保障房一期、锦泰康一、二、三号地块等周边小区及工商业用户用气。

【游永福】



# 监理工程师要把握工作的灵活性



在监理工作实践中,随着建筑市场管理工作的不断规范化和制度化,真正遇到原则问题的争议不是太突出,因为,多数承包商和业主质量安全意识还是比较强,基本能按照规范要求去做。可是偶尔碰到个别的不正规的施工队伍和素质较差的业主,出现问题协调起来就比较困难。

在监理过程中会出现业主暗中讲情、担保;不按程序进行,业主与施工单位不经过监理就认可或确认某些问题等等。当然这些问题通常均与业主有关,处理不好,容易形成矛盾。因此,在协调这些问题时,要开动脑筋、灵活处理,避免把问题搞的僵化,而不易处理。我认为解决的方法是:

一、要预防在先,这是解决类似问题的最好方法。在开工前的第一次工作会上,监理方要明确提出要求,把监理工作程序告之业主和施工单位。充分取得他们的理解和支持;

二、遇到棘手问题的时候,处理要冷静,不要急躁,把规范、标准和要求讲给业主听,为他们把关,减轻业主的逆反心理,从而取得业主的信任;

三、做一名业主满意的好参谋,定期或不定期地与业主一起研究协商工程项目的进度、质量、投资控制和安全管理工作的有关事宜,让业主感到监理是真心实意为他们着想;这样,既不影响相互之间的关系,又能按程序进行。当然,工程项目施工现场出现的问题可能是多种多样的,处理时一定要坚持原则,又要注意灵活掌握。

【潘健斌】



时光匆匆如流水,六个月的实习生活就要结束了,在这短暂又漫长的六个月里我不断的成长着,在学校和社会之间过度着,但校园和社会环境存在很大差别,

这就要求我们不仅掌握理论知识,更要重视实践。成长,是一种经历;经历,是一种人生的体验。人生的意义不在于我们拥有了什么,而在于从中我们体会什么,以下便是我对这次实习的感想:

### 1、人际交往方面

在这个社会中,与人交往远远要比学习更重要,第一,对人要真诚,真诚是打开别人心灵的金钥匙,因为真诚的人可以给人带来安全感,减少自我防卫,所以要把自己的真实想法与人交流,这样才能获得别人的信任。第二,注重团队协作,让我明白靠一个人的力量不能解决所有问题,要出色的完成工作,必然依靠团队协作。所以在工作中应该和其他工作人员相互欣赏,相互信任;而不是瞧不

起,相互拆台。团队成员之间应该善于发现和认同别人的优点,而不是突显自己的重要性。第三,要懂得倾听,做一个忠实的听众。要懂得倾听对方的谈话,尊重对方的兴趣,赞许和恭维对方。倾听是有效沟通的第一步,倾听的越多你就会变得越聪明,就会被更多的人喜爱。在人际交往中,有效地表现自己固然重要,但做一个耐心的听众,鼓励别人多谈他们自己,同样是不可缺少的。第四,主动关心帮助别人,当身边的人遇到坎坷,碰到困难,遭到失败时,我们应该尽自己的最大努力帮助他,那怕是一个笑脸,一个体贴的眼神,以及温暖的话语,都能使人感到温暖,感到振奋。因此,如果遇到困难者,你能伸出援助之手帮助他,那么你就会很快得到人心,建立起良好的人际关系;第五,

停止抱怨,抱怨是最无能的表现,遇到问题时,不能一味的抱怨,应该想办法解决,换个角度看问题。你的抱怨会影响到其他人,会给别人带来负能量。抱怨是成功的大敌,经常抱怨的人会变得消极、不思进取,抱怨其实不仅没必要,而且很愚蠢,甚至越抱怨越糟糕,所以抱怨是最无能的。

### 2、职业素养方面

作为一个刚步入社会的职场人员,要学会在职场中生存。第一,要给

自己充电,在上班之外计划一个集中的时间,抓紧时间学习本行业、本职业有关的知识技能。因为只有这样才能有足够的资本在适当的时间里迸发出光芒,才有机会往上

爬,否则永远只会原地踏步;第二,培养自己的创造力,不断学习之余,还要注重创造力的培养,因为老板聘用你不仅是需要你干活,还需要你思考,有自己的想法。在工作中,最好每天都能留出一个小时,思考如何改进工作,或者怎样从事更高职位的工作,有思想才能够有深度,有深度才能使人变得有灵性。第三,明确自己的目标和信念,我们不管从事什么行业,都一定要有自己的定位,知道自己要去哪里,自己到底要的是什么,有没有为自己想要的东西努力。如果你想在某一方面获得成功,就必须要在那个方面设立目标并树立实现目标的坚定信念,只有有了目标和信念,人才会有努力前进的方向,才会有不断努力的方向,才会有不断努力的动力,才会不管是困难重重,还是顺风顺水,都一如既往地不断拼搏。第四,注重“量”的积累,不要叫苦连天。平时工作的时候要注重一点一滴的积累,不要忽视任何一个细节,因为可能那些被你忽视的地方就是领导在意的重点,如果你能很好的抓住这些细节,就能达成质的飞跃。在工作中时常会遇到一些棘手的事情,这个时候一定要控制自己的情绪,不能叫苦连天,要静下心来,慢慢去找突破口,把这个难题当作是一次机会,一场挑战,沉着冷静地应对;第五,改变工作态度和方式。在工作中要懂得变通,改变自己的心态,所有的事情都并非一种解决方式,只要你肯动脑子,愿意换种角度去看待,就会发现不一样的方式。成功只是一种命题,如何书写则可以尽情发挥,如果千篇一律,又怎能体现成功的不易与不定性?努力走好自己的路,找一个独特的点直切成功!

实习生活马上就要结束了,我的大学生活也接近尾声啦!通过这六个月的实习让我更加清晰的看到了自己的优缺点,在工作中,每个人都是在挫折与痛苦的摸索中成长,逐渐磨练自己的。“千里之行,始于足下”,这六个月短暂而又充实的实习,我认为对我起到了一个桥梁作用,过渡作用,是人生一段重要的经历,也是一个重要步骤,对以后的职业生涯有着很大的帮助。长大是一个从量到质变的过程,从学校到社会的这个过程中,希望我们慢慢的蜕变成一个不一样的、更棒的自己。

【倪洪龙】

# 实习心得



人心深处的力量从哪里来?来自人的自信、诚实、善良、一切美好的品质,那种力量的基石,就是人格。

人格就是力量,从某种意义上说,这句话比知识就是力量更为正确。没有灵魂的精神,没有行为的才智,没有善行的聪明,虽说也会产生影响,但是它们都只会产生坏的影响。

在重大的历史事件面前,在尖锐的意见分歧面前,是什么有如神助的力量保护了人的命运?甚至保护了民族、保护了国家的命运?是什么有如神助的力量能够使不同语言、不同肤色、不同民族、不同国家的人民消除隔阂、形成统一思想和意志?是善良的力量,是正义的力量,是进步的力量,是推动历史车轮向前发展的人民群众的力量。而人格的力量,就是这些力量的集中体现。

人格是个人的道德品质,也是个人的性格、气质、能力等特征的总和。不可否认,具有高尚人格的人也可能遭遇厄运和不幸。但是,具有高尚人格的人宁可遭遇厄运和不幸,也绝不会放弃高尚的人格,因为他们并不是为了得到回报才保持高尚的人格。正因为如此,一个人的人格魅力才会在困境的砥砺中焕发出迷人的魅力,并激发出感染别人的力量。

人格就是力量,在一种更高的意义上说,这句话比知识就是力量更为正确。诚实、正直和仁慈,这些品质与每个人的生命息息相关,已成为一个人品格的重要方面。正如一位古人所说的:“即使缺衣少食,品格也先天的忠实于自己的德行。”具有这种品质的人,一旦和坚定的目标融为一体,那么他的力量就可惊天动地,势不可挡。

由此,每个人都应该把拥有好的人格作为人生的最高目标之一,并竭尽全力去赢得这种非凡的力量,让人生因得到高尚人格的照耀而焕发独特的光辉。

【周维】