

上班族午睡对身体有哪些好处?

1. 降血压
美国阿特格尼学院研究人员的最新研究发现,如果工作压力大使人血压升高,不妨午睡片刻,这样会有助于降低血压。

2. 保护心脏
希腊研究显示,每周至少3次,每次午睡30分钟,可使因心脏病死亡的风险降低37%;另有资料证明,在有午休习惯的国家和地区,冠心病的发病率要比不午睡的国家低得多。研究人员认为,这可能得益于午睡能舒缓心血管系统,并降低人体紧张度。

3. 增强记忆力
美国研究人员发现,午睡可以使人的精力和警觉性得到大幅度提高;德国杜塞道夫大学的研究则显示,午睡不但可以消除疲劳,还能增强记忆力。

4. 提高免疫力
德国精神病研究所的睡眠专家发现,中午1点是在白天一个明显的睡眠高峰。这时睡个短觉,可有效刺激体内淋巴细胞,增强免疫细胞活跃性。

5. 振奋情绪,赶走抑郁
美国哈佛大学心理学家发现,午后打盹可改善心情,降低紧张度,缓解压力。

午睡多久健康
有的人喜欢中午睡很长时间的觉,甚至是能够达到2-3个小时,如果你是前一天的晚上睡眠时间还是很充足的话,实际上,这样过长时间的睡午觉,不仅会影响你的日常活动,还会让身体越来越疲倦。

常有的现象是:打哈欠、泪眼朦胧、乏力等,如果你有这些症状,说明你午睡的时间就不适合自己的健康状况了,反而

下转23版中缝

连云港供水

2018年
12月21日

第12期共4版
总第298期

LIANYUNGANG WATER SUPPLY

连云港市自来水有限责任公司 主办

Email: lygwate@126.com 内部资料 免费交流

加强行业联系 促进供水企业共同发展

供水企业作为与人们生活息息相关的单位,必须要在实践中不断成长,才能满足用户不断提升的生活水平。江苏省作为国内全国的经济大省,省内的供水企业在供水质量和供水量上,在全国都是高水平的供水企业,想要提高各水司的能力,就要互相学习,借鉴其他水司的经验。

公司在最近几年,经常与周边的省份和省内的水司借鉴经验,多次去其他水司学习交流,交流的内容也是多方面的,包括生产、维修、二次供水等,学到了很多好的方法,利于公司的发展。其他水司也会到公司,学习公司好的做法,从而促进共同发展。

今年先后有青岛自来水公司、靖江自来水公司、桓台自来水公司等,来公司学习交流,公司的经验和优势得到了来访水司的肯定,同时也使公司吸取了对方经验,从而促进供水企业共同发展,不断前进。(于 畅)

公司召开2018年度基层党建工作总结交流会



12月14日上午,公司党委在濠源市政工务处会议室召开了2018年度基层党建工作总结交流会。公司党委副书记王斌、党群工作部、各基层党支部书记和公司团委书记参加了会议。

会上,各基层党支部书记分别对2018年支部党

建工作进行总结、分析存在的问题以及对2019年支部党建工作谈了各自的思想和打算,并就如何做好新时期支部党建基础工作进行了现场交流。

公司党委副书记王斌对2018年公司基层党支部工作给予充分肯定。他指出,这次会议就是把公司基层党建工作中好的经验和做法汇集起来,把特色展示出来,将亮点突出出来,让参会的同志从各自工作的实际出发进行参照、对比和学习,使大家能够在工作中有收获,在交流中有提高,在工作中有借鉴,在思想上有拓展,并在今后的工作中认真贯彻落实。王副书记对公司下一步党建工作提出如下要求,2019年是公司党建工作建设深化拓展的关键年,各基层党支部要按照《中国共产党支部工作条例(试行)》的要求提高对新时期党建工作重要性的认识,将党建工作与行政工作融为一体,理清工作思路,创新工作方法,团结一切可以团结的力量,推动基层党建工作上水平、上台阶,努力开创公司党建工作新局面。(房晓艳)

公司开展“不忘初心,牢记使命,做一名合格党员”的党规党纪知识竞赛

为营造“学党章、守纪律、讲规矩”的良好氛围,深入推进“两学一做”学习教育,促进党风廉政建设,公司党委于12月10日下午,组织开展以“不忘初心,牢记使命,做一名合格党员”为主题的党规党纪知识竞赛。公司党委副书记、副总经理王斌、副总经理包伟,纪委书记吴柱明,财务总监张作生,工会主席朱延安,副总经理刘宁,以及公司其他党委委员、纪委委员出席本次竞赛。

经过各支部层层筛选,最终10个党支部代表队共30名党员、入党积极分子参加竞赛。经过紧张激烈的角逐,机关一支部获得团体一等奖,新海管线路



党支部,青源水务党支部获得二等奖,第三水厂党支部,新海管线路党支部,连云港分公司党支部获得三等奖;机关一支部张燕萍,青源水务党支部秦玲,第三水厂党支部陶亚林荣获“最佳答题手”荣誉称号。

此次党规党纪知识竞赛,不仅是对2018年10月1日新修订的《中国共产党纪律处分条例》进行了深入的学习,也是公司创建学习型党组织、学习型企业的一项重要举措。通过此次党规党纪知识竞赛活动,引导和激发广大党员,知行合一,讲忠诚,守纪律,做标杆,对标道德高线不越纪律红线,守住法律底线,以怀敬畏之心常扫思想之尘,持之以恒全面系统的融会贯通党规党纪精神实质和深刻内涵。(吴建彤)

海州水厂改造工程顺利通过竣工验收

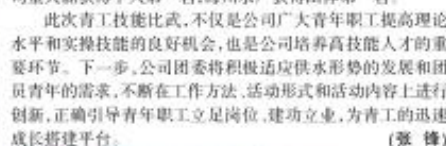
2018年11月30日,海州水厂改造工程顺利通过竣工验收。该工程是由市质检监督站,建设单位,设计单位,勘察单位,监理单位,各施工单位,使用方等相关专业部门组成验收专家组,到海州水厂改造工程现场进行了资料详细审核与实体验收。在验收现场,质检部门对我单位给予高度评价,真正做到了“科学管理,以人为本,优质服务,服务港城”的管理核心。

海州水厂改造工程是连云港市重点民生工程,也是我们自来水公司重大工程项目。濠源公司从

2017年8月进场施工开始,在施工过程中,项目秉承“安全第一,质量为本”的方针,以把该工程建成我公司的又一形象工程,优质工程为目标,会同建设、设计、监理等单位严把材料进场关,确保材料质量。严格按照施工图纸及施工规范的要求进行作业,对施工过程中遇到的各种问题,及时沟通各方协调处理。针对海州水厂改造工期紧张,任务重及建设单位要求“抓质量、促工期、控成本、保安全”的特点,我单位积极推进,顶着寒冬,冒着酷暑,不分昼夜,用时一年半,濠源公司先后完成海州水厂改造工程中低压电

为贯彻落实党的十九大提出的关于培养“有理想、有本领、有担当”新时代青年精神,培养更多品德高尚、技术精湛、贡献突出的优秀青年职业技能人才,近日,公司团委组织开展了首届青工技能比武竞赛。竞赛主要考察电气一、二次原理图的书面分析以及进行安装和调试排污水电气控制线路。比武现场,各参赛选手凭借娴熟的技术,沉着应战,力争分秒,一丝不苟地完成每一个步骤。技术比武期间,公司党委副书记、副总经理王斌同志亲临现场观看比赛情况,并对开展青年职工技术比武活动,提高青年职工业务技能素质提出了明确要求,希望青年职工将平时在学习、工作中积累的知识与比武活动结合起来,在技能上获得提升和进步。经过激烈的角逐,连云港分公司董大磊获得个人第一名,海州水厂获得团体第一名。

此次青工技能比武,不仅是公司广大青年职工提高理论水平和实操技能的良好机会,也是公司培养高技能人才的重要环节。下一步,公司团委将积极适应供水形势的发展和团员青年的需求,不断在工作方法、活动形式和活动内容上进行创新,正确引导青年职工立足岗位,建功立业,为青工的迅速成长搭建平台。(张 锋)



气及自控工程,源水管线改造工程,自用水管工程,砂池至老厂区清水池DN1400管线安装工程。所有单体室内外装饰装修工程,新建一座回收池工程,新建道路和绿化工程等等,确保各项工程按时间节点保质保量的完成。

海州水厂改造工程的竣工验收并投入使用,设计每天生产10万吨水,惠及老海州地区人民喝水,用水质量,作为一名供水人,能为港城人民喝上优质水源贡献力量,由衷的感到自豪。(屠涛涛)

多措并举 确保冬季安全供水

据气象台预报,受冷空气影响,预计12月25日我市将再次出现强降温天气,最低气温也将再次降至零下。供水设施特别是室外的管道和水表在低温气候条件下,极易发生冻裂或局部冻结断水的情况,影响居民正常用水。为做好供水设施防冻保温,公司提醒广大用户提前采取针对性措施,将降温的影响控制在最小。

做好室外防冻。公司针对室外的供水设施已开展了各种防冻措施。根据不同种类的供水设施,有针对性地开展防冻工作,并且加强保护;各水厂、加压站的防冻工作已全部完成;公司已接收的二次供水泵房,二次供水管理部也全部做好了防冻保暖工作,确保泵房在寒冬正常工作。

为御寒天气,也为了供广大用户更好的、更安全的用水,公司请广大用户配合我们的工作,也要用户多加注意,对暴露在室外的水管、水表、水龙头等用水设施,请使用干燥的麻布、草绳、塑料泡沫进行包扎保温;盖好水表井盖,并用棉草、草苫、泡沫等具有保暖效果的材料填充覆盖水表、管道,或用蛇皮袋包裹保温材料,填实水表井,以防水表及管道、阀门冻裂;关好水表室门窗,对表室温度较低的也要将水表、管道用棉物包扎。

做好室内保温。晚上应关闭阳台、厨房、卫生间以及所有背阴房间的窗户,尽量保证室内温度保持在零度以上。气温最低时,请用户夜间打开室内水龙头,让水龙头滴水成线,保障水管内自来水流动,防止夜间冻结。排空室外管道。对因出差或其他原因长期不在家中的用户,请在离家前将水表表后阀门关闭,排空管道及用水设备,防止管道冻结。提前蓄水备用。晚上做好蓄水准备,最好是热水,以避免给次日生活造成不便。

采取应急措施。水管、龙头、水表冰冻后,应先用热毛巾敷,然后沿龙头向水管处洒洒温水使之解冻,再行开龙头,用温水自水龙头慢慢向水管浇灌,使水管解冻。切不可用火直接烘烤或用开水浇烫,以免造成管道或者水表开裂。切忌用金属物器敲打,以免对供水设施造成损害。

如发现水表冻损,或公共供水设施冻裂、管道漏水,请及时拨打供水服务热线8587000,公司将及时组织人员进行维修。公司提醒广大用户,定期检查用水设施防冻保温;报修后,请耐心等待,维修人员会与您联系,请不要频繁拨打电话,以免导致其他用户电话无法接进,影响维修进度;严寒冬日,让我们共同努力,保障居民用水正常。(于 楠)

管线所开展冬季安全大检查活动

2019年即将到来,管线所为保安全生产,落实安全生产主体责任,对所内各班组办公区域,生产工作的区域进行了一系列安全大检查。经检查发现了十余处存在安全隐患,下发通知加以整改,并以板报及座谈形式,对员工进行了一系列安全生产宣传教育。

为了更好的提高工作效率,保证平衡运行,安全生产,全面贯彻“安全第一、预防为主、综合治理”的方针,由副所长洪金水组织抽调各班组人员组成检查小组,制定安全隐患统计表,进行统计分析,并制定整改方案,最后落实实施。检查发现停车棚充电桩座裸露在外,维修班休息室屋顶电线脱落,班组仓库物品摆

放不整齐,班组仓库内需要增加灭火器等多问题存在。整改后,裸露的插座加装保护罩,脱落的电线进行固定,班组仓库按5S标准摆放物品,仓库内增加灭火器等措施。根据洪所长提出要求,在安全大检查期间存在隐患的问题,整改是前奏,后期一定要做好防范检查。与此同时,管线所对安全生产、环境保护、劳动着装、消防管理提出全新内容。

这期的安全大检查虽然结束,作为生产安全的主体,对于安全生产的检查,不能松懈。年底是安全生产的关键时刻,我们将时刻保持意志清醒,做到警钟长鸣,杜绝各类事故发生。(杨 娟)

北排集团安全部领导到源通市政工程处检查安全生产情况



12月5日,北排集团安全部部长助理程助理一行来到我处检查安全生产工作。源通总经理李军、副总经理任学斌等详细汇报了安全安全生产各项工作开

展情况。集团对我处的安全生产许可证、职工教育培训、协作单位签订的安全协议、施工合同、安全检查等资料做了详细查阅。

检查中,集团安全部杨助理与我处领导充分交流,分享了安全工作方面的经验和教训,指出我处安全工作上的一些薄弱环节,同时提出安全生产工作必须提高施工现场安全防护标准,现场安全员、施工员要具有风险辨识意识,管理人员不能脱离现场,必须加强现场风险管控等工作要求。

源通总经理李军表示,今后源通要走出去,多向集团兄弟单位观摩学习先进工作经验,提高安全工作标准,筑牢安全防线,促进各项生产活动顺利进行。(赵永翔)

加强兼职驾驶员安全管理 树立交通行车安全意识

12月7日,新海营业所为了加强兼职驾驶员安全管理,树立交通行车安全意识,组织兼职驾驶员进行相关知识培训。

在培训中,就如何提高驾驶员安全意识,冬季日常行车安全、夜间行车注意事项,以及如何做到文明交通行为、摒弃交通陋习、抵制危险驾驶行为等方面做了详细讲解,全面分析了驾驶违法行为的危害以及给社会、家庭、自身造成的影响,图文并茂,浅显易懂。对重庆万州“10.28”、兰海高速“11.3”重特大道路交通事故案例,深入剖析了事故发生的原因及后果,讲解了严重交通违法行为的危害性,组织学习了《冬季道路交通事故预防工作“百日安全行动”》等内容。

同时,对确保机动车冬季安全运行,进行出车前

安全检查事项进行培训学习。兼职驾驶员一定要杜绝日常行车中存在的交通违法行为,坚决杜绝“逢慢必超”“遇堵就绕”“见缝就钻”“见人就停”等交通违法行为的发生,加强培训学习,刻苦钻研驾驶技术,学习安全驾驶经验,遵守操作规程,对车辆坚持出车前,行车中,“三检”和定期保养、维修,保证车况,车况完好,不开不年检车和带病车上路。行车途中严禁吸烟,严禁非驾驶员驾车,切实树立安全第一思想意识,切实做到文明驾车、安全行驶,为单位、市民群众及自身生命安全负责。

通过相关培训学习,提升了兼职机动车驾驶员的安全意识,学习并掌握了相关交通行车安全知识。(钱 强)

排除危险 做好防寒 保障供水

为了保障冬季的安全供水,第三水厂开展了危险源隐患排查和冬季防寒工作。第三水厂坚决贯彻“安全第一、预防为主”的安全方针,各班组,各岗位自查隐患,辨识出危险源,列出清单,并对危险源进行逐项评价,将其中导致生产安全事故发生的可能性较大,且生产安全事故发生会造成严重后果的危险源定义为重大危险源,如可能出现的煤气中毒、触电等,汇总后交给安全办,由安全办建立管理档案,其内容包括危险源辨识、评价结果和清单,对重大危险源可能出现伤害的范围、性质和时效性,制定消除和控制措施,并制定相应的应急预案。同时,厂安全办还组织员工进行安全教育培训,增强了大家的安全意识。

现在已迈入冬季,天气已经开始变冷,为了保证供水设备的正常运行,第三水厂组织人员对供水管线上的阀门、容易上冻的管线做了保温措施,发动全厂人员查找遗漏点,以保证冬季严寒条件下设备的安全运行。(周 超)

提升安全意识 注重消防演练

12月6日下午,新海营业所为了提升员工的消防安全意识,组织员工进行了消防器材演练活动。

首先,对各班组的班组安全员进行演练及实操操作进行讲解与示范,让每个班组的班组长首先熟练掌握消防知识与器材的实操操作技能。

其次,所安全员钱强组织各班组长从马跳办公区安全通道口紧急疏导人员。同时关闭电源开关,查找着火点。

再次,以班组为单位进行演练操作,由各班组长安全员田龙、董志海、吕洁、杨建华、胡金龙、何花、王维哲等组织各班组长正确使用灭火器器材实施灭火处理方案,排除险情。

通过这次消防演练,使员工充分的认识到什么是火灾,在发生火灾的初期如何正确的使用消防器材,特别是对员工进行逐一的实操演练操作,全面提升了员工的消防安全意识,熟悉并掌握消防器材的使用技能。(钱 强)

源通组织消防安全教育活动

11月28日,源通市政工程处组织各部门安全员等20余人到“连云港市消防体验馆”体验学习。

在体验馆,讲解员通过声、光、电等教具向参训人员详细讲解什么是火灾,发生火灾的三要素,灭火器使用,楼道、公交车发生火灾时如何逃生等消防常识。

参训人员在体验馆不仅认真聆听讲解员的消防知识讲解,并对逃生绳如何绑扣、楼道烟雾中逃生姿势、心肺复苏(CPR)等项目进行了亲身体验。

参训人员通过此次体验学习,对火灾隐患的危害性有进一步认识,对遇到火灾灾害时扑救、逃生等消防常识是一次深刻、生动的体验,对源通及职工个人今后的消防安全工作是一次重要的推动作用。源通在今后的安全教育中,将继续加大相关安全培训,最大限度保障集体及个人的财产、生命安全。(赵永翔)

加强安全培训,确保全年安全生产“六个为零”

2018年即将结束,第三水厂的全年安全生产倒计时也已经开始。第三水厂安全办公室根据班次不同组织全体干部职工分批共同学习了安全事故案例,系统学习了企业安全基本知识、触电的危害、企业常见触电事故原因分析、电动机具漏电预防、日常用电注意事项、触电后安全救援、触电现场急救、企业触电事故预防措施等内容。

通过此次学习,大家知道了违章操作的严重性,平时生活、工作中的一些小陋习有可能造成以后的大事故,甚至是致命的伤害。有些小习惯看似小事,但是事故往往发生在麻痹大意中,每一次事故的发生,不仅会直接影响企业安全生产和职工身体健康,也会影响家庭幸福与社会平安。所以,我们应遵守安全法规和应掌握安全防范知识,在接受教育和警示的同时,进一步提高和增强安全责任意识,将保安全的自觉行动落实到具体工作的每一个环节。(刘 冬)

是睡觉过多的表现,当然了,如果你说你前一天晚上的睡眠时间不是很充足,那么你中午的时候,适量的多睡一会儿也是可以的,最好是在1个小时内;

对于睡眠充足的人群来说,控制在午睡的时间在20分钟到半个小时的时间内就可以了,这样一觉醒来,既不会感到困倦,还有助于提高工作效率以及学习效率。

最大提醒大家,在办公室午睡的时候,尽量不要趴着睡觉,这样不仅会影响我们的呼吸系统,还会增大我们颈椎的压力,最好做法是躺在椅子上或者是沙发上睡觉。

那么多年你都睡对了么?谈谈如何正确午睡

1、办公室准备一个充气的颈枕

午睡的时间虽短,但是要注意的事项也不少,正确的睡姿是不压迫到内脏器官,最好可以睡在床上或者沙发上,头高脚低,采取右侧卧位,减少对心脏的压力,减少对心脏的压力。如果条件实在不允许的话,准备一个充气的颈枕,套在脖子上,再找一个有靠背的椅子,坐着午睡。这样比直接趴在桌子上睡要舒服多了。

2、午餐后休息15分钟左右才能午休

很多白领午休的时间不长,这个时候就会在吃完立刻进行午休,为了节省时间去睡觉,其实这样做是不对的,这样只会让你体内的血液流向胃部,让身体的血压降低,这个时候大脑的供血不足以及营养都会下降,就会导致大脑的供血不足问题。

午饭之后最好可以休息15分钟左右,然后再午睡。

连续奋战 确保“优质供水,服务港城”

——记新海管线所DN1200供水管道抢修

2018年12月4日,云桥路DN1200自来水主管道遭到供电局顶管施工损坏,造成东部城区、大浦工业区大面积用户停水。新海管线所联合部抢修人员连夜奋战,历经两天一夜恢复连云港和大浦地区供水。

4日上午,新海管线所接到报修电话,得知供电局顶管施工将云桥路DN1200管道损坏,维修东班班长和值班人员第一时间赶到现场查看情况,与施工方联系,得知管道损坏位置后,迅速关闭多个阀门,减少了漏水量,降低了公司的产销差。为确保在最短的时间里完成抢修工作,新海管线所立即启动应急预案,主要领导带领抢修力量20余人迅速赶赴现场。考虑到该主管道停水影响范围广,现场施工条件复杂,新海管线所通过与公司多个部门联动,迅速制定了维修方案。首先,联系履带式挖掘机带

水开挖,逐步探明漏水情况,随后,安排排水设施,根据基坑深度和塌方程度,及时采取应对措施,最后,在探明管道损坏程度后,按照维修方案,将损坏的管道进行切除。同时,积极做好抢修材料的准备工作。由于停水管段较长,现场积水严重,抽水泵用了多个小时才将现场的积水排光。为缩短抢修时间,抢修人员跳入泥坑中,对破损管道进行人工清掏抢修,并安装了新的球墨铸铁管,加装了哈夫节。

现场人员齐心协力、连夜奋战,历经两天一夜后抢修结束,相关阀门缓慢打开,沿途增压站开始恢复供水,抢修时间比对外承诺的时间缩短近10多小时,最大程度降低了抢修对用户和生产的影响,确保了“优质供水,服务港城”。

(王夕楠)

水情就是命令

11月30日中午12点30分,位于港城大道北线DN800水混管供水主管道突然破裂,严重影响了墟沟地区的生产和居民生活用水,多一分时间就会造成自来水多一份流失,水情就是命令。

源通市政工程有限责任公司第三项目部接到抢修电话后立即赶赴现场,以最快速度拿出了抢修方案,首先进行了紧急止水,机械开挖,为了节约时间在开挖工作坑的同时及时制作钢制管制管卡,争取在工作坑形成之前将钢制管制管卡安装在水混管上进行了焊接和焊接。在经过八个小时不间断的连续奋战,终于在晚上8点30分完成了抢修任务,恢复了正常供水。

(张恒江)

防寒工作走进千家万户

冬季如约而至,近几年来,随着城市发展的日新月异,城市基础设施建设的大力开展,道路修缮扩建工程越来越多,城市供水管网也在不断扩建,而同时,原有的供水管网也在不断老化,这无疑给我们管线维修的工作带来很大的困难和更多的工作量,使管线所面临巨大的工作压力,面对如此困难的局面,我们管线所高度重视,增加人力物力,为抵抗严寒重锤出击。

防寒工作中我们细丝入微,无微不至。不仅对于市区周边远传表进行防护,更是对于远在郊区的散户表进行防寒。在防寒工作开展之前进行张贴宣传告知单,防寒人员反光背心和安全帽穿戴整齐。针对防寒重灾区我们采用防水棉保温套加棉帘等材料进行重点防护,并张贴防寒科普宣传通告。在防寒工作中发现的表盖、管漏问渗水等相关情况及时上报管线所,问题得到解决,推进公司产销差工作。

(朱星建 黄振)

一心一意为用户

——旺旺家园户表改造纪实

旺旺家园户表改造为该小区一期、二期多层及部分高层,共506户,其中高层476户,多层30户。该项目2018年8月3日第一批管材进场,源通在为进户穿管穿管地准备时,开发商由于和用户水费问题未解决,建议暂缓施工,一直等到11月底才具备施工条件。

2018年11月25日,32#楼户表改造正式拉开帷幕,按照设计要求,需要更换立管和水表。由于立管管道并开口较小,我部经过和设计沟通将衬塑钢管裁剪成2M一根,以满足管材能够进入管道并。同时,在更换地下室管道时,由于地下室水位在膝盖上下,且没有照明,施工时只能穿皮裤带头灯工作,增加了施工难度。在前期细致的进户和施工准备工作下,32#楼顺利的在一天内的停水范围内改造完成。

工期紧、任务重,和严寒抢速度,每天完成1-2个单元,同时,完成立管更换的单元紧接着开始防寒措施,早出晚归,当看到用户用上水的喜悦时,之前改造时再多的不理解也是值得的。因为,这就是我们的工作,只要能能为港城供水事业奉献自己的点点滴滴,一切都是值得的。

(何永性)

材料站进行年底工程材料大盘点

材料站十一月初开始启动2018年年底工程材料大盘点工作。二十五日开始对我公司所有仓库物资进行年终盘点,经过紧张有序的工作,盘点工作于12月18日结束。

本年度材料站有三位员工退休,多个仓库需要彻底清点库存材料便于以后的管理。所以本次盘点要求尤其严格,提前两个月要求各位保管员开始初盘,清理自己保管的物资。11月29号开始集中本站所有员工用时三天在仓库区域现场实物清点。每个仓库由两位职工清点实物,核实数据,同时记录原始数据,确保盘点的真实性、准确性。

涉及要交接的仓库由三个人同时现场清点核实库存物资。

从现场实物初盘到盘点完成,制表上交公司财务部,用时半个多月,在盘点过程中,材料站集中对三水厂,海水厂,连云港水司,管线所,水控中心分库进行了盘点,对其中部分材料进行了抽查。

本次盘点的另一重点工作是,根据最近两年的材料使用频率,区分注仓库的呆滞库存,对分库的呆滞库存上报汇总,调剂使用,精细化管理库存物资,高效利用库存物资,加充分提高了库存周转率。

(滕万莉)

强化安全管理 完善外协单位员工安全培训机制

12月13日,新海营业所组织外协单位员工进行安全知识培训,这次培训分别围绕冬季气候特点,就如何提高外协人员的安全意识,日常行车安全,停送水现场安全注意事项等内容。

按照签订的安全交底要求,让外协单位员工有秩序的现场安全施工操作管理。

要求其在工作期间,严禁在工地上玩耍,打斗,酒后进入施工工地;严禁穿拖鞋进入厂区和施工工地,不带情绪进入施工工地;开关或清理表(井)池时,注意周边人员安全,确保文明施工;严格遵守交通规则,不违反任何交通规则;进入施工区前必须正确使用与佩戴安全帽、手

套、穿反光背心等防护用品或设施;严格执行操作规程,不得违章作业,对违章指挥的指令有权拒绝,并有责任制止,提醒他人违章作业;服从现场安全监督管理工作;施工作业区产生的垃圾必须及时清理,保持作业区里的整洁,路口的施工工地必须放置安全锥筒,或人员防护等作为警示。

通过培训学习,提升了外协人员户外停送水施工的安全意识,为外协人员的安全管理奠定了坚实基础。将提升了外协单位员工的安全生产意识,在抄收服务工作中,将安全管理与实践相结合,使外协单位员工的安全管理真正从基础抓起。

(钱强)

新海管线所加强冬季车辆安全管理

为了加强冬季车辆安全管理工作,提高特殊情况下交通安全预防能力,新海管线所积极采取措施,规范车辆使用管理,为冬季行车安全采取多项措施,确保人身及车辆交通安全。

一是认真做好车辆防冻工作。在首次寒流来临之前,对所有车辆防冻液进行专项检查,并根据情况给予添加和更换,确保行车安全。

二是强化安全意识。对专兼职驾驶员进行冬季行车安全培训,使驾驶员能够了解冬季行车注意事项和紧急情况处理方法,进一步提升驾驶员安全意识,增强法制观念。

三是认真做好车辆使用管理。抓车辆使用管理工作,

从做好车辆使用登记制度入手,用车时必须登记时间,用途,这样既能分清责任,还能便于车辆使用合理调配,同时违章现象也明显减少,切实保证检修用车。

四是做实车辆安全检查工作。为保证车辆状况处于良好状态,驾驶员班班抓车辆日常保养工作,在坚持车辆周检制度同时,班组每个月还定期对车辆隐患进行集体排查,确保车辆行驶安全。

五是加强车辆维护保养力度。定期对车辆进行检查保养,发现问题及时解决,根据冬季气候特点,对车辆制动系统、转向系统、各种管路、电路,进行隐患排查,对电瓶、轮胎老旧影响使用的及时给予更换,确保车辆使用安全。

(杨娟)

1-12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	37	2	31	二次供水管理部	6	0	9
人力资源部	22	2	22	清源科技有限公司	6	0	6
纪检监察室	2	1	2	海水厂	7	0	18
安全管理部	13	0	15	第三水厂	27	4	36
财务部	0	0	0	水质检测中心	3	0	6
运行管理部	0	0	0	德安供水公司	14	7	31
规划发展部	0	0	0	新海管线所	64	14	172
工程管理部	7	0	9	源通市政工程院	66	23	174
客户服务中心	6	0	6	新海营业所	20	4	29
技术部	0	0	0	材料供应站	4	1	5
营销部	2	0	3	青源水务公司	6	2	29

简讯

源通在外接投标工程中标的徐圩新区公租房三期户表安装工程中,仅用20天时间就高质量、提前完成了该小区总户数2086户,主、支管线总长2142米的室外管道安装工程,受到了业主的肯定和赞扬。

该工程位于徐圩临海公路以西,环保九路以南,源通在进行现场交底后,根据现场道路、雨污水、消防、电信等工程同步交叉施工多等施工困难情况,安排精兵强将,精心合理组织施工方案,克服种种困难,多次加班加点施工,提前顺利完成了管线安装任务。

(庄卫军)

祝福一月份生日的员工

公司与你携手同行 愿快乐伴你每一天

张勇 张庆连 朱香润 刘建峰 王夕畅 梁步长 王同好 陈磊 徐洪苏 武新东
王辉 黄振 郑威 滕小梅 张长江 范洋 刁祥勇 张秀强 陆斌 顾道光
王登科 赵华香 周学芹 卞胜利 郭守祥 崔叶 张静 朱永胜 刘永成 赵永翔
胡宝槐 刘颜 陈海滨 杨和毅 张月培 李汝明 张丽 孙健 伏晓 张吉明
吉瑞 龚凌志 俞正超 葛建军 吴桂明 朱延安 袁林 吴梅 徐建国 乔红梅
韩朔 李杨 曾建华 于维章 王昌盛 张健榕 张志楼 邵晨 阎振生 赵海云
程艳 周福晓 陈雨佳 陈玉萍 徐越洋 林超

编织温暖——公司女职工参加“恒爱行动”公益活动



为关爱新疆民族家庭儿童及孤残儿童，促进各民族家庭沟通交流，连云港市妇联组织开展“恒爱行动——百万家庭亲情一线牵”公益活动。公司工会女工委积极响应号召，组织女职工编织毛衣献爱心。

为尽快让新疆受助儿童穿上过冬毛衣，女职工们在繁忙的工作之余，利用休息时间加班加点编织毛衣。大家热情高涨、互帮互助，编织功底深厚的同志耐心指导初次尝试编织的同志，讨论编织衣物的款式、编织技巧等等。经过一个月的共同努力，二十余斤毛线变成了13件温暖的毛衣。

“恒爱行动”是中国儿童少年基金会与恒源祥集团共同发起的一项全国性关爱孤残儿童公益慈善项目。开展“恒爱行动”是关注民生、呼唤社会爱心、关爱弱势群体活动的重要载体，也是动员全体市民和每个家庭积极参与，为孤残儿童和贫困儿童奉献爱心的活动。通过参加活动，公司女职工们纷纷表示，能为孤残儿童和贫困儿童奉献爱心是一件非常有意义的事情，今后愿意继续投身公益事业，为孩子们的健康成长贡献一份力量。

(薛娟)



《我们一起走过——致敬改革开放40周年》观后感

12月19日，参加了新海营业所党支部组织全体党员进行党日学习活动，学习观看了《我们一起走过——致敬改革开放40周年》大型电视纪录片。不由深深地被影片中的那一幕幕的改革成果震撼所吸引、所感动，内心涌起一阵阵激昂澎湃的自豪感。

在第一集的庄严而神圣中，“我爱你中国，亲爱的母亲。我为你骄傲，也为你自豪……”生活在这个时代，我深感幸福，也深感骄傲。改革开放的脚步永不停歇，我坚信这一创举将不断谱写写新的时代华章。

在21世纪，中国伟大而富强的今天，作为我们每一位中华儿女，在这是一个和平、幸福的时代，发自内心的充满自豪。

在四十年前改革开放的号角声中，祖国在前行的道路中风雨历程，一路艰辛与汗水，在不断开拓进取下，祖国发生了举世瞩目及翻天覆地的变化。从改革开放第一村开始，生活实现了由贫穷到温饱，再到整体小康的跨越式转变；中国社会实现了由封闭、贫穷、落后、缺乏生机到开放、富强、文明和充满活力的历史巨变；经济实现了持续快速增长，综合国力进一步提高；中国科技也飞速发展，制造业正由“中国制造”变为“中国创造”……这一系列翻天覆地的变化都得益于改革开放这一历史性创举。标记了我们伟大祖国40

年所走过的不平凡之路。

40年改革开放历程启发我们，改革开放是决定当代中国命运的关键抉择，是党和人民事业大踏步赶上时代的重要法宝。在习近平总书记的指引下，面对新时期世界发展大势，众志成城，没有克服不了的困难；齐心协力，没有跨不过的高坎。改革开放刻在中国大地上的，是翻天覆地的变化；刻在人们心里的，又何尝不是对祖国的美好祝愿，和对祖国未来贡献智慧与力量的坚定信念。

“回顾过往，珍惜当下，开创未来”，我们的改革开放事业必然成功，也一定能够成功！作为一名党员，作为一名供水人，在新时代推进中国特色社会主义伟大事业征程中，结合新海营业所的营销服务岗位工作，扎实推进新时代的抄收服务工作，服务美丽盐城供水事业。

面对新时期抄收服务工作中，通过不断的学习掌握更多的营销服务实践知识，提升了综合业务能力，同时认清在营销服务工作中，对突出抄收服务类的问题中自省，树立问题意识，坚持问题导向，通过不断的解放思想，勇于担当加快抄收现代化建设，提升抄收与服务的硬件环境；坚守抄收服务管理的工作信念，以精神为工作动力，努力拼搏奋进！

(钱强)

江苏灌南水务集团开展冬季无偿献血活动

为充分开展“热爱灌南，奉献家乡”活动，12月18日，县无偿献血采集车来到水务集团，由水务集团工会组织的“水务集团2018年无偿献血活动”拉开序幕，干部职工们不惧寒冷低温天气，踊跃参加，在采血车旁以此排队上车

献血，仅仅一天时间，来自集团公司各部门科室和子公司的40多名干部职工进行了无偿献血，累计献血达13600毫升。

(周明明 潘法如)

灌云县自来水公司新建水厂运行维护人员培训

2018年11月5日-11月14日，受灌云县自来水公司委托，由连云港市给排水协会牵头，市自来水公司组织相关专家、业务骨干，针对灌云县自来水公司新建10万吨每日的水厂项目，对其2018年新入职的16名运行维护人员进行了全面、系统的岗前业务培训。内容涉及水厂安全、净水技术工艺、常见设备操作水厂配电系统运行维护和水质化验操作基础等。

新招聘人员大部分将在灌云新建的陡沟水厂从事运行生产工作，水厂即将调试、运行，培训的时间较短，其水厂设备、工艺也与市自来水公司存在较大差异。在时间紧、任务重的情况下，协同市自来水公司人力资源部，安排内训师赶赴陡沟水厂熟悉基本情况。针对新员工文化水平高、工作适应能力强等特点，采用集中培训、岗位实习、现场辅导、技能考核相结合的方式，进行系统培训。

整个培训过程，计划周密，内容丰富，落实到位，达到了预期的培训效果，受到了用人单位的好评。

(乔芝忠 张锋)

目前公司共有五个营业厅，分别位于海连路、南极路、栖霞路、秦东门大街和新孔路。其中位于栖霞路的连云港营业厅和南极路的新海营业厅的年头最长，是典型的“老式”营业厅，虽然可以办理各类用水业务，可是曾经的营业环境很差。

近年来，公司高度重视对外服务工作，而营业厅又占服务工作中的主要位置，加之我市创卫、创文的脚步不断前进，营业厅的环境有了日新月异的变化。营业厅外环境卫生整洁，自行车、电动车摆放整齐；营业厅内的各类便民设施一应俱全，环境卫生一尘不染，有明显的禁烟标志，“军人和残疾人优先办理”的标志也是在最醒目的位置，这些都与以前的营业厅有着很大的改善。人员的着装统一，均配有保安和引导人员，方便用户办理业务。在各营业厅内还设有电子发票打印机，方便了用户，也节约了资源。

配合全市创卫、创文的步伐，在公司各营业厅摆放的的宣传材料除用水相关的以外，也摆放了与创卫、创文相关的材料，并在电视屏幕循环播放创卫、创文宣传片，不但完善公司内部的服务内容，也为港城的文明发展做出了努力。

公司近年来不断加大营业厅建设，下大力气围绕营业厅服务环境更优美、业务经办更高效、服务质量更优良做文章，扩大了服务内涵，提高了办事群众满意度，增强了服务后劲，为全市用户提供了优质服务。积极为推进全市“创卫、创文”保驾护航。营业厅环境的改善是用户实实在在可以看得见的，工作人员的态度改善使用户真正感受到公司的真诚，因此，公司服务的提高也得到了用户的肯定。

(于帆)

