

## 太阳电缆荣获福建省用户满意企业称号

根据 2016 年市场用户评价及各设区市有关部门、福建省质量协会及行业协会推荐,福建省质量管理协会审定。福建南平太阳电缆股份有限公司荣获 2016 年

福建省用户满意企业。“太阳”牌电线电缆荣获 2016 年福建省用户满意产品称号。

2008 年 4 月-2016 年 4 月,福建南平太阳电缆股份有限公司

连续被省质量协会评为“福建省用户满意企业”称号。“太阳”牌电线电缆产品连续被省质量协会评为“福建省用户满意产品”称号。(技术中心 郭红华)



新华社北京 4 月 14 日电。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平近日对廖俊波同志先进事迹作出重要指示强调：廖俊波同志任职期间，牢记党的嘱托，尽心尽责，带领当地干部群众扑下身子、苦干实干，以实际行动体现了对党忠诚、心系群众、忘我工作、无私奉献的优秀品质，无愧于“全国优秀县委书记”的称号。广大党员、干部要向廖俊波同志学习，不忘初心、扎实工作、廉洁奉公，身体力行把党的方针政策落实到基层和群众中去，真心实意为人民造福。

根据习近平总书记对廖俊波同志先进事迹作出的重要指示，为贯彻落实《中共福建省委关于追授廖俊波同志“全省优秀共产党员”称号并开展向廖俊波同志学习活动的决定》和《中共南平市委关于深入开展学习宣传廖俊波同志活动的通知》精神，推进“两学一做”学习教育常态化、制度化。太阳电缆公司党委近日召开党委会议，要求各党支部把“向廖俊波同志学习，做‘四讲四有’合格党员”活动作为支部当前的一项重要任务，把廖俊波同志的先进事迹作为“两学一做”学习教育的生动教材，高度重视、积极行动，精心组织。要充分运用平面媒体、影视媒体、互联网、党员 e 家、公司党员微信群、QQ 群等媒介平台，广泛宣传廖俊波同志的先进事迹，营造学先进、赶先进的浓厚氛围；同时号召公司全体党员，以廖俊波同志为榜样，不忘初心、扎实工作、勇于担当，做‘四讲四有’合格党员。

### 公司党委号召全体党员向廖俊波同志学习做‘四讲四有’合格党员

学精神。各党支部即日起，要迅速掀起学习廖俊波同志先进事迹的热潮，要把先进事迹、省委《决定》和市委《通知》精神传达贯彻到每一党小组，每一名党员，切实把思想和行动统一到学习先进事迹，促进企业发展上来，营造学习先进、争当先进的浓厚氛围。

找差距。要把学习廖俊波同志先进事迹和省委《决定》、市委《通知》精神纳入支部“三会一课”的主要内容，与深化“两学一做”学习教育结合起来，组织广大党员在深入学习的基础上，以“向廖俊波同志学习，做‘四讲四有’合格党员”为主题，在支部内广泛开展交流研讨活动，谈感受、谈认识、谈体会，并以廖俊波同志为镜，从里到外、从上到下反复对照自己，从对比中找出差距，从细照中发现瑕疵。每位党员都要对照创先争优、党性修养、勇于担当等方面，深入查摆个人存在的问题和不足，切实做到将廖俊波同志的崇高精神力量内化于心、外化于行，真正触动思想、触及灵魂。

见行动。要以廖俊波同志的先进事迹为榜样，立足岗位、开拓创新、真抓实干，勇于担当，在岗位实践中建功立业，在推动太阳电缆发展中发挥好党组织的战斗堡垒作用和党员先锋模范作用，以优异的成绩向党的十九大献礼！向太阳电缆“辉煌六十年”献礼！（党办 张丹红）

## 公司共青团委举办适龄团员退团仪式



退团仪式结束，随即开展了新进大学生座谈会。新进大学生代表黄家晟上台发言，在刚入职参加工作、感受公司“大家庭”温暖方面发表了自己的看法。在座的其余新进员工也踊跃发言，抒发己见，现场气氛活跃。

座谈会之后，公司党委书记黄祥光同志首先发表了讲话。他表示各位团员要向党看齐，积极向党组织靠拢，将“一学一做”具体落实到工作中，坚定理想信念的同时应寻求更高的平台，展示自我。

随后，共青团南平市委书记谷国海发表讲话。他表示这是他第一次参加退团仪式，在庄严的仪式中，他欣慰于看到企业对团工作的重视和支持，也肯定了太阳电缆团委的工作成绩走在了南平前列。

最后，李董事长也对公司团委表达了殷切希望。希望公司团委能够团结公司青年，起到桥梁的作用。李董事长还表示，年轻人要有爱，有爱就有心，有心就有动力，有心就有承担。“世界是你们的，也是我们的；年轻人应当努力学习，勤奋工作，就像入团誓词里说的一样，吃苦在前，享受在后”。

2017 太阳电缆团委“一学一做”暨“退团不退色，青春永飞扬”适龄团员退团仪式、新进大学生座谈会，在所有参会人员的合影中完美落下帷幕。

(综合部 李彤)

“辉煌六十我先行，太阳青年勇担当”，为迎接太阳电缆六十周年华诞，在青年节即将到来之际，太阳电缆团委于 4 月 25 日下午，在公司多功能厅开展“一学一做”教育活动，举办了“退团不退色，青春永飞扬”适龄团员退团仪式及新进大学生座谈会。共青团南平市委书记谷国海、公司董事长兼总裁李孝孝，以及公司高层领导到场参加会议。

会议由太阳电缆团委书记曾琳林主持，在宣布适龄团员退团仪式开始后，奏唱了共青团国歌。在团委宣传委员张琪的带领下，适龄退团青年重温了入团誓词。

随后，公司党委书记黄祥光同志为退团青年发放退团纪念品。总部一厂员工胡文珍同志作为退团代表发言。

## 谢依平荣获“包头市青山区劳动模范”

为表彰先进，树立典型，进一步激发广大职工的劳动热情和创造活力，4 月 20 日上午 10 时，包头市青山区召开了庆祝“五一”国际劳动节表彰大会。包头市总工会主席、青山区各大大领导出席了大会。青山区总工会主席王琪同志做了重要讲话。本次表彰大会上，包头市太阳满都拉电缆有限公司谢依平被评为“青山区劳动模范”荣誉称号，由市总工会副主席王文海同志、

区委书记郭文焕同志进行颁奖。

包头市太阳满都拉电缆有限公司谢依平荣获“包头市青山区劳动模范”。谢依平自从来到包头公司以来，在自己的岗位上恪尽职守、兢兢业业、任劳任怨、无私奉献的精神，一直是公司所有员工的标杆、楷模。在他的身上生动诠释了“缺氧不缺精神、缺氧不缺斗志、缺氧不缺干劲、缺氧不缺智慧”的劳动品质，全面展示了顾全大局、吃

苦耐劳、不计收获的高尚品德，是公司员工永远的领跑者。

被评为“包头市青山区劳动模范”的谢依平默默无闻地将身心投入到生产中，他不断用激情、用智慧、用力量感染着每位员工，用劳模的精神唱响时代强音。

(包头公司特缆分厂 刘妍)

责任编辑 姜纪荣

## 征文活动

为迎接太阳电缆六十华诞，展现公司风采和文化，特以“太阳电缆永远在路上”为主题，向广大员工发起征文活动。体裁、形式不限，散文、诗歌皆可。投稿请将电子版发至邮箱：[tydlb@163.com](mailto:tydlb@163.com)

太阳电缆编辑部

# 太阳电缆举行庆“五一”职工环厂跑活动



为庆祝“五一”国际劳动节,太阳电缆积极宣传健身理念,推动全民健身活动深入开展,进一步丰富太阳电缆职工的体育文化生活。4月28日上午在太阳电缆庄园门口,开展迎“五一”职工环厂跑活动。

来自各部门的员工,一共约800人参加活动。上午7点20分,随着副总裁黄祥光手上的枪声响起,参加活动的员工们个个神采飞扬,柳着一股劲冲出起跑线,仿佛胜券在握。长跑健步走的职工们熙熙攘攘,大家不论男女老少都不甘示弱,享受休闲健身所带来的快乐,在活动沿途形成了一道亮丽的风景线。

此次活动全程大约3公里,参加人员男女不限,跑完或走完全程均可。活动围绕着整个太阳电缆为跑道,经过激烈角逐,来自综合部的甘威选手第一个冲向终点获得男子组冠军,紧跟其后的是综合部的陈亮、特缆分厂的孙健、电缆工段的吴长林。市场支持部的卓晓莹获得女子组冠军,建筑用线的杨夏兰、叶珍珠、市场支持部的吴安琴分别为亚军、季军、殿军。

太阳电缆每年都要举办各排球比赛、拔河比赛、踏青、爬山等丰富多彩的职工文化活动,培养职工树立“科学、健康、文明”的生活理念。

长跑健步走是低碳生活、绿色出行的一种全民健身运动,是最简单也最有效的健身方式。也能够增强干部职工的凝聚力,丰富大家的文体生活,也是推进全民健身运动的重要举措。在活动中欣赏风景,促进身心健康,锻炼了身体、也增强了体质。向社会传递了一种全民健身的健康理念,也进一步增加了企业的凝聚力。

通过这次活动,希望能够激起大家形成自觉锻炼、主动健身、追求健康的良好风尚,以健康的体魄、饱满的热情和乐观的心态,助力“建设新南平”做出更大的贡献。(黄家晟)

以“千古闽江源·魅力延平湖”为主题的2017年首届环延平湖健身跑活动于23日在延举行,约有2000名参赛者齐聚延平湖畔,火热开跑。比赛于上午8时30分鸣枪开跑。从工业路闽江路口起,经闽江

路、玉屏北路、江滨东路至正荣房地产后,原路折返至工业路闽江路路口,全程10公里。我公司30余名跑步爱好者参加了比赛,综合部陈亮获得男子A组第六名,营销公司卓晓莹获得女子A组第七名。

本届赛事由南平市体育局、共青团南平市委、延平区人民政府联合主办,延平区文体新局、延平湖旅游中心承办,南平市阳光体育文化传播有限公司执行。

(庄清阳)

## 品保部开展消防培训

◆品保部为提高全员消防意识,增强员工在紧急情况下的应变能力,自我防护能力,使每个员工掌握一定的消防知识,消除火灾隐患。学习有关消防知识和消防器材的使用方法,并掌握消防逃生技能及注意事项等。2017年4月28日举行了防火演练。特邀了保卫部的消防员卢德标、陈岩松为大家示范指导。

通过观摩与参与,员工的安全意识有所提高,对消防安全常识有了进一步了解。应对突发事件的应急能力有所提高,演练现场大多数员工能有效组织、迅速对火灾事故警报做出反应,各小组负责人能有效组织本组组员疏散、警戒和投入灭火行动中。对今后应对突发事件有一定的提高。

与此同时,为提高试验室以及其他从事高低压电工作人员应对突发触电事故的能力,品保部张汉良副部长举行了一场触电急救演练。演练开始前各参演人员首先开会确定各自在事故演练中扮演的角色,明确自己的职责。

演练设定事故发生总部一厂的中压试验室,一名试验员在试验过程中突然触电昏迷,邻近的试验员立即切断电源,并拨打120急救电话求助,同时报告试验室负责人、部门领导及安环办。各位领导第一时间赶到现场指挥救援,并做好保护现场工作,指派人员到公司门口引导安排救护车。与此同时,其余人员立即使伤者脱离带电体,并用两件上衣做成的简易担架将其抬到通风处,检查伤者呼吸、脉搏,确定其伤势,并立即对其进行胸外按压及口对口人工呼吸进行抢救。救护车到达后,相关人员向救护人员简要介绍了事故发生的经过,初步判断伤者的伤势以及已采取的急救措施,救护人员查看伤者,判断其伤势并展开抢救,根据情况决定将其送医院进一步救治。

处理完紧急情况,各善后工作也有条不紊地展开:试验人员拉断总电源,检修各试验设备,修复受损的设备、设施,排除安全隐患;相关部门负责人组成事故调查组,询问有关人员分析事故原因,处理相关问题,其余人员则就本次演练中的所感所想进行交流。总结如果真的发生此类事故时该如何应对,以及需要改进和提高之处。

在本次演练中,每位员工学到了触电急救事故处理的正确措施:发现有人触电,首先断电并使其脱离带电体,然后进行抢救,同时打电话求助及报告有关领导,保护事故现场;急救时胸外按压及口对口人工呼吸方法要正确有效。事故发生后要要及时查找事故原因制定整改措施并落实,防止此类事故再次发生。通过此次演练,使我们深刻体会到部门对搞好安全生产的决心,安全生产关系到公司的发展前景、生产成本、工作环境、员工的身心健康,安全生产已不再是口头上要求,或停留在书面的教育上,已经落实到实际操作中;通过各种演练,使我们每位员工都有处置突发事件的应急能力。同样,我们每位员工都应自觉遵守公司的各种安全生产操作规程和制度,经过各种安全教育及演练之后,做到“不伤害自己、不伤害他人、不被他人伤害”做到“安全生产,人人有责”。(品保部)

责任编辑 姜纪荣

编者按:在公司团委举办退团仪式与新员工座谈会上,青年员工畅谈了自己在公司、团委工作的感受,编辑部从中选取了青年员工代表的感想与大家分享,一同期待青年员工在工作中更进一步,为太阳电缆贡献智慧与力量。

### 离团感言

★我于2002年加入中国共产主义青年团,一晃16年已经过去了。青春一晃而过,青春已然成为往事,在这16年里,我作为一名普通团员积极参与团的各种活动。即将离团的同志都跟我一样百感交集,团组织是我们成长的大家庭,有难忘的青春,现在我光荣的离团了,但我没有退出积极向上的青年队伍。

在福建南平太阳电缆股份有限公司的这几年,团组织的每一个活动都充满了欢声笑语。这段美好的记忆我会一直珍藏在心底,这个充满青春、充满激情、充满阳光的友爱和天地。

我想我的一段旅程已经结束,同时代表我新的征程即将开始,无论在什么岗位,做什么事情,我都一定会充实自己,保持年轻的干劲,脚踏实地,埋头苦干,兢兢业业,做出新的成绩,常含感激之情,感恩之情,心中要有“爱”。

最后,还是要感谢团员经历让我生活更加精彩。(物控部 胡向荣)

★我是来自总部一厂超高压分厂材料管理员——胡文珍。本人也曾经担任过超高压分厂团支部书记,在任职期间,我的团支部团员给予我积极的配合以及鼓励,让我出色的完成各项团委书记以及主席分配的艰难任务。我很感谢他们,也因此为了不辜负众望,我不敢怠慢,也丝毫不敢松懈我的积极性,尽力的去完成任务。

虽然现在面临的是即将退团之痛,心里很舍不得。但是,我的心永远跟随团委。只要团委轻轻挥挥手,我便紧随其后,奋力完成

青春虽已褪色,但我们有一颗五彩斑斓的青春之心,又何惧它的斑驳褪色,未来的我们将会更加绚烂夺目!(总部一厂 胡文珍)

## 新进员工感受

我是综合部的李彤,今年2月份刚进入公司,现在是太阳电缆报编辑部的一员。

进入公司之前,我的工作是一名记者,每天奔波于单位和采访地之间,有一种生活之下,生存之上的疲于奔命感。而在进入太阳电缆之后,有了一种全新的工作体验。每月一次的升旗仪式,看到大家穿着整齐划一的工作服,我感受到一种力量。还有日常工作中同事间和睦的气氛,让我有了一种归属感,也多了一份对这个“家”的期待。

在工作中,我个人认为“爱与期待”十

分重要。所谓“干一行爱一行”,“爱”能让我们对工作不感到厌倦,而“期待”又能驱使我们更有信心和动力去完成每一项工作。

“爱与期待”是一种力量。这种力量不论放在工作中还是生活中,都同样奏效。我也用“爱与期待”来理解我们公司的企业文化。爱工作,爱同事,爱公司,因此我们凝聚在一起;对工作有所期待,对自己有所期待,对公司有所期

待,因此我们能够携手并进,共创未来。太阳电缆,因为有了我们每一个人的“爱与期待”,才成为最温暖的大家庭。

“家是最小的国,国是最大的家”,“家文化”作为公司的企业文化,内涵深远广阔。这个家不仅需要温暖,也需要我们有所贡献。古人云:“修身、齐家、治国、平天下”。也许我们个人没有能力做到治国、平天下。但每个人都应走上“修

身”的锻炼之路。

作为一名团员,党早已给我们指出了方向,点明了方法。认真贯彻落实“一学一做”是我们每个人都能够做到的“修身”之法。在坚定自身理想信念的同时,我们应该多学习,多积累。在理论学习之余还要积极付诸于实践。只有敢行动,才能出真知。不行动,是最糟糕的。坐而论道,并不会使我们进步。

聚沙成塔,集腋成裘,于平凡工作中不断学习积累,我们一定能够成为更好的自己,也能够为公司这个家庭做出更大的贡献。(李彤)

# 辉煌六十我先行 太阳青年勇担当

## ——2017年太阳电缆举行“五四”青年节团队竞技赛

五月四日,由公司团委举办的“五四”青年节活动团队竞技赛在太阳电缆多功能厅开展。此次活动围绕着“辉煌六十我先行,太阳青年勇担当”的主旨,激励青年员工具有积极向上、乐观进取的精神。

这次活动有着各种各样有趣的游戏,首先组建团队。以报数决定队伍,4支队伍分别为红队、黄队、蓝队、绿队。游戏一共分为5场,分别为赤脚夹光碟、你演我猜、指压板趣味跳绳、多人多足、以及公主保卫战。在太阳青年的默契配合下,整场的气氛愈发的活跃。最后蓝队、绿队、黄队、红队分别获得第一、第二、第三、第四名。活动结束后公司党委书记黄祥光为青年团员们颁发活动奖金,并合影留念。

纵观整场活动,大家从一开始的缺少配合到之后的默契配合,从一开始的紧张到之后的放开。在活动中,大家的激情得以释放。可以看出这次的“团队竞技赛”是激励青年们的一种有效方式。能够使我们发挥自己的脑力和体力。大家的热情激发了团队的凝聚力,活跃了五四青年节的氛围,达到了这次活动的目的。(黄家晟)



### 党 团 风 采

◆4月14日,以“历史与展望——为了人民健康的65年”为主题的爱国卫生运动65周年纪念暨第29个爱国卫生月启动仪式在市激情广场举行。根据全省统一部署,并结合我市城市环境综合整治“百日攻坚战”,与全省同步组织开展一次环境卫生专项整治。我公司派出8名青年志愿者,在团委委员张春花的带领下参与了此次环境卫生专项整治启动仪式。为清理城乡的生活垃圾和杂草,消灭卫生死角,开展除“四害”消杀活动,进行寨卡及登革热防控知识宣传等贡献自己的绵薄之力。(曾琳林)

◆2017年4月15日,南平团市委在祥生·艺境花城举办《青·缘》大型青年交友公益活动,300名市直机关、企事业单位青年才俊、俊男靓女汇聚一堂。活动从一个又一个的游戏开始,为大家搭起友谊的桥梁。公司团委也组织单身青年参与此次活动。据悉团市委还专门创建一个青缘青年交友活动微信群,让参加活动的单身男女能够更好地沟通交流,在活动的同时,团市委还结合开展青春同行,助孤行动,计划为闽北500名孤儿募集60万救助金,用爱和温暖照亮孩子们成长的道路。

南平团市委的“青·缘”青年交友活动是今年团市委新建的品牌工作,也是践行中共中央国务院《中长期青年发展规划(2016-2025年)》,加强青年婚恋观、家庭观教育和引导,以及切实服务青年婚恋交友。据悉,“青·缘”青年交友活动为持续的系列活动,请有意的单身男女青年抓紧向公司团委报名,联系电话:8736319。(团委)

◆4月28日上午,特缆分厂用盘点召开全体员工大会之机,举行授旗仪式和表彰活动,厂长纪昌庆将“拾金不昧”的锦旗和贰佰元奖金授给成缆班组老员工、共产党员周学福同志。为了宏扬正气,传递正能量,坚持开展“两学一做”活动,分厂鼓励员工树立社会主义美德,高度重视精神文明建设,培植企业高素质员工团队作为重点工作来抓。(特缆分厂党支部)

◆为纪念“五四”运动98周年,大力弘扬爱国、民主、科学的“五四”精神。展现我市各级团员青年在建设新南平中的良好思想境界和精神风貌,团结带领广大团员青年为我市项目建设、重点工作“百日攻坚战”贡献青春力量。2017年4月21日下午,南平团市委在南平广播电视台举办了“奋斗的青春最美丽——青年故事分享汇”演讲比赛——市直单位赛区,我公司青年员工李彤代表公司团委参加了此次比赛。市直单位赛区共有22名选手意气风发站上讲台,用生动的诗篇放飞青春梦想,展示青春风采。整场比赛气氛热烈,展现了青年人爱岗敬业、积极向上、朝气蓬勃的精神风貌。经过激烈角逐,一等奖由南平电视台播音员获得,我公司李彤以《青春,因奋斗而精彩》荣获优秀奖。(张琪)

◆为积极响应共青团南平市委、南平市青年志愿者协会在全市团员青年中开展“争当文明使者·奉献青春热血”无偿献血活动,“五四”前夕,公司团组织公司部分青年志愿者,前往激情广场开展义务献血活动。

到了献血现场,大家填写完献血登记表后,依次等待血站工作人员抽血化验例行筛查。青年员工蒋婧是第一次献血,心情既紧张又忐忑,却毅然献出300ml。队伍中唯一的男同志江雄与多次无偿献血的党员郭红华都各自献出400ml。志愿者们相互鼓励、互相扶持,圆满完成了义务献血活动。

撸起袖子奉献青春热血,太阳青年们用自己的善举,传递着爱心,用着特殊的方式度过了一个有意义的五四青年节。(团委)

我是来自太阳电缆的李彤。很高兴能代表公司团委参加“奋斗的青春最美丽——青年故事分享汇”演讲比赛,将公司青年员工的优秀事迹与在座的每一位分享。我的演讲题目是“青春,因奋斗而精彩”。

不知道大家最近有没有听到过这样一则新闻:按照联合国对于青年的定义,即年龄在“15至24周岁”才称为“青年”,那这就意味着92年出生的人已经开始步入了“中年”。当我看到这个消息的时候,不由感到当头一棒,因为我是91年出生的。我还没有做好准备呢,就被迫跨入了中年的行列?但其实对于“青年”的定义,在国内外的不同社会中是不同的。比如我国的国家统计局按照我国人口不同年龄层的人数,将“青年”定义为15至34周岁,这么一看,我还正当年,正青春,正是意气风发的时候!

青春,因梦想而绚丽,因奋斗而精彩。26岁的我又来到了南平,这片曾今滋养过我的

土地。是的,我并不是一个南平本地人,我出生在闽西龙岩的客家土楼里。然而,我虽不生于南平,但却成长在南平。都说大学时代是人一生中最好的时光。我的大学时代,呼吸过武夷山原始森林的清新,品尝过大红袍的焦香浓郁,更是行过武夷山水的九曲回肠。相信大家猜到了,我的母校,是武夷学院。

而今,我就职于太阳电缆,以一名“记者”的身份。在大家的广义理解上,记者是从事媒体信息采集和新闻报道的职业。而我将记者理解为“记录者”,即收集故事并记录的人。在工作中,我也收集到了不少青年员工的奋斗故事。

在太阳电缆,有这样一位技能大师,他叫吴水金。2013年他被评为“福建省技术能

手”,2015年又被授予“福建省首届技能大师”工作室带头人。自1992年进入公司以来,他先后在挤橡、挤塑、交联三个工种和岗位上工作过,他善于解决实际生产中各类高、尖、难的问题,共计参与公司十多个技改项目,解决了几十个生产难题,为公司技术改革攻关克难、节能增效作出了重大贡献。正是凭着爱学习、肯钻研的奋斗精神,吴水金同志从一名普通电线电缆初级工一步步成长为今日的高级技师。

而今的他已是步入中年,但他将青春时光奉献给了太阳电缆,也激励着我们这些后辈。2015年,青年工艺员吴才金同志通过一年的搜集问题、分析原因,到最后的敲定方案,为公司解决了高压电缆牵引头

进水的问题,这项技术的改进,让高压电缆的产品质量又上了一个台阶。同年,公司搬迁至“太阳电缆城”,是青年工艺员江雄同志毅然前往电缆城主持“裸线工段”设备安装调试工作,确保了总部二厂能顺利完成投产。彼时的他们,不过跟如今的我一般年少。

在太阳电缆快速发展的道路上,这样的人物和事迹还有很多很多,他们都有一个共同点,那就是在平凡的工作中始终勤勤恳恳,兢兢业业。他们通过踏踏实实的青春奋斗,助推企业做大做强。在科技创新、管理提升、降本增效、安全生产、营销服务等各项工作中,他们始终站在公司利益的最前沿;他们敢于勇立潮头、勇挑重担,充分体现了青年人的价值,展现了青春的无限风采。

回到这次演讲的最初,我认识到了“青年”的定义,但不知道大家有没有关注过青年的人数。不论是在学校,还是在日常的生产工作中,不可忽视的是,青年自始至终都是建设社会、建设国家的最大中坚力量。太阳电缆也不断地汇聚青年力量,使其拼搏的动力源源不断。

青春的活力在创造中飞扬,青春的价值在奋斗中彰显。太阳电缆青年紧密团结在以习近平总书记为核心的党中央周围,凝聚在团旗下,有那么一种鹰击长空的冲劲,有那么一种敢为人先的拼劲,有那么一种力争上游的干劲。我很荣幸成为其中的一份子,我想我们这群南平青年,也会像所有为南平建设作出贡献的各位前辈一样,在人生路上,在工作日常中,为自己奋斗,为南平奋斗,为祖国奋斗。(李彤)

责任编辑 何红莺

# 兴趣的培养十分重要

4月15日下午，科一团支部团员青年一起参加了支部组织的“DIY之我是烘焙师”的主题活动。活动主要是制作卡通饼干，看着烘焙工作室里老师的精美作品，和她娴熟的技巧，让我在脑海里不禁发出对“兴趣”的思考。

类似这样的工作室有许多，在与这些烘焙老师的交往中我知道，她们一开始成立工作室很多是源于“兴趣”。因为对烘焙感兴趣，开始了学习，学有所成后又将其投入到了物质价值的创造当中。

其实，兴趣原本就是以需要为基础。需要又有精神需要和物质需要。人们若对某件事物或某项活动感到需要，就会热心于观察、接触这件事物，积极参与其中，并注意探索其中的奥妙。

人们时常感慨业余时间不知如何加以利用，其实，培养一门兴趣足矣。

有的人的兴趣是健身；城市中有很多晨跑或者夜跑一族，很多人疑惑如此单调的运动如何让人感到快乐？其实，锻炼会提升大脑分泌多巴胺的能力，这是一种能让人感到快乐的化学物质。而且专注健身后，身体免疫力增强了，身材变

好了，人也更加自信了。

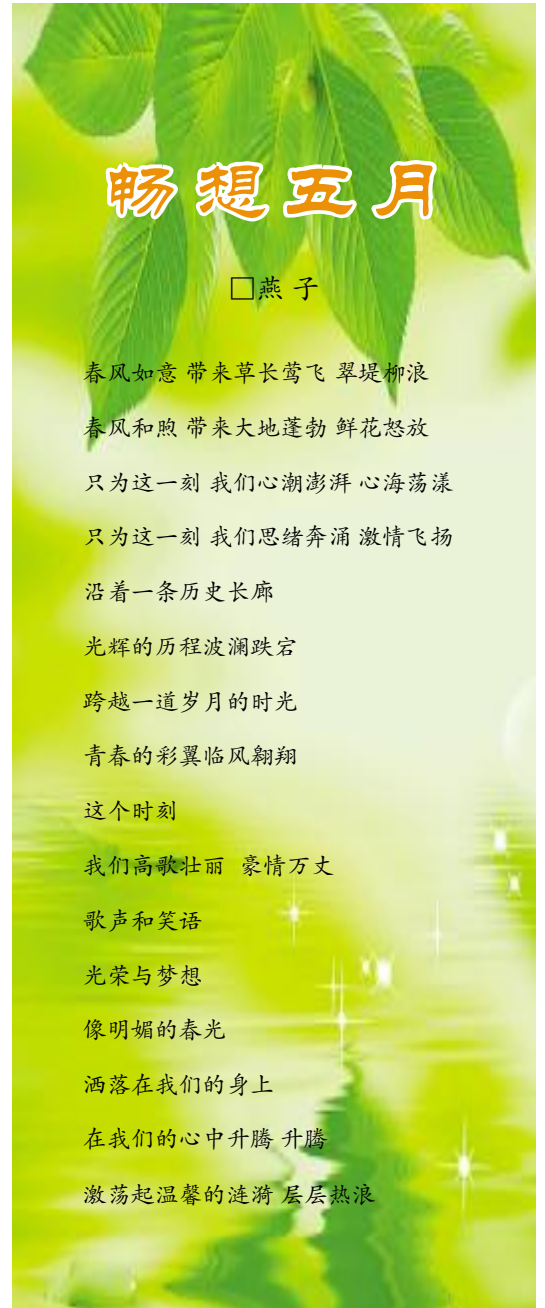
有的人的兴趣是音乐；无论是爱好唱歌还是学习乐器，亦或是简单喜爱一类音乐，

韵律感、节奏感以及悦音与生俱来的特质都能让你心情愉悦，舒缓压力。即使是感到悲伤，你也能在音乐的世界里找到回响。

有的人的兴趣是画画；不论你是否有过专业系统的学习，也能提笔肆意挥洒，随意涂鸦也是一种心情的释放。在生活中，色彩也以不同的方式影响着我们的情绪和感官。而今大热的手绘填色书让人人都能信笔拈来，提笔描摹，以色彩的外放抒发内心所想。

此外，阅读、写作、看电影、书法、摄影等等等都是兴趣。但兴趣不是越多越好，兴趣也需要专注和坚持。若没有这两样，又如何能在兴趣上有所收获呢？

一位作家说过：“人需要有一段好的感情，一份好的工作，一个能自得其乐的爱好。三个占一个，生活就能有盼头”，然而人生不仅需要盼头，我们能让工作精益求精，也应该让生活锦上添花。（李彤）



## 畅想五月

□燕子

春风如意 带来草长莺飞 翠堤柳浪

春风和煦 带来大地蓬勃 鲜花怒放

只为这一刻 我们心潮澎湃 心海荡漾

只为这一刻 我们思绪奔涌 激情飞扬

沿着一条历史长廊

光辉的历程波澜跌宕

跨越一道岁月的时光

青春的彩翼临风翱翔

这个时刻

我们高歌壮丽 豪情万丈

歌声和笑语

光荣与梦想

像明媚的春光

洒落在我们的身上

在我们的心中升腾 升腾

激荡起温馨的涟漪 层层热浪



责任编辑

何红莺

## 五月情怀

五月，朝气蓬勃地走来，充满着活力，张扬着奔放，显示着奋发，预示着成熟。

五月的天气逐渐暖起来，弥漫着季节的花香。五月没有了春风拂面的冷风，而是凉爽而温暖。领略这五月的绿茵，一副喜气洋洋的景色。

五月充满着鲜花和掌声，五月飘荡着欢笑和歌声。

五月的天空，湛蓝蓝的，花儿争相绽放，树叶最绿，果实露出微笑，大自然散发着生机和活力。

美丽的五月，阳光艳丽。一个缤纷多彩热情的季节。

走进五月，一身清香，一身灿烂。

走进五月，感到一种力量，一种充实，一种温暖，一种享受。

走进五月，就有一种青春的朝气，一种年轻的美丽。（心说）

如果说，四月是大自然奉献给人间最美的画卷。那么五月，注定是让我们在铭记绚丽的四月之后，又迎来的久别重逢的温暖……

高尔基说过：“世界上的一切光荣和骄傲，都来自母亲。”一个成功人士，他之所以能成功，都归功于他的启蒙老师——母亲。可见母亲对我们的影响是多么的大。而我的第一个启蒙老师，也是我的母亲。

相信大家听过“世上只有妈妈好，有妈的孩子像块宝”这句歌词。

小时候不懂事，经常惹母亲生气，但是母亲总是耐心的教导我，告诉我什么是对，什么是错。记得小时候最盼望的就

是周末，不是因为周末有双休日，而是只有周末才可以见到母亲。一到周末回到家，我总是粘着母亲叫她陪我玩。有一次醒来发现母亲不在，我的内心惶恐不安。半小时后母亲回来了，提着一袋沉甸甸的包装袋，我才明白母亲是去买菜了。

现在，哪怕我不成功，哪怕我很失败，哪怕我犯了错，母亲依旧会包容我。因为我的任性，总觉得毕业之后应该要出去大城市混生活。因此母亲也拿我没办法，只好包容我的任性让我去大城市。直到我碰壁回家之后，母亲也未说过什么。无论我做出什么样的选择，母亲都是默默的支持着我，却从未提起过“累”字。

突然想起母亲对我说过：



□夏朔

# 母亲

“不管你几岁了，在我心里你仍然是一个长不大的孩子”。我很想说：可是母亲您已经老了，今后由我来照顾您。但是却始终说出口。

这个世上，只有母亲的爱是最无私也最伟大的。祝天下的所有母亲节日快乐，希望天下每个母亲都能长命百岁。

快乐才是人生  
一切皆为过往

□佚名

置之不理才是一种智慧。  
话不投机，不如静心沉默，  
不如一笑而过，让时间给出答案；  
遭遇误解，努力争辩大多徒劳，  
人心越宽，快乐就越多；  
人心越淡，伤害就越少；

看看他人的非，再体谅他人的难。  
看看别人的错，再想想自己的过；  
大千世界，人无完人，  
活着，就会有烦恼。  
追求，就会有失望；

母亲

你若不究，无人能扰。  
你若平和，无人可恨；  
能伤害你的，往往是自己的想不开。  
能干扰你的，往往是自己的太在意；  
埋怨他人不如即听即忘。  
喋喋不休不如观心自省；  
人要心静，言多必失，  
一生一落，一落一生，  
人心如叶片，  
你若不究，无人能扰。  
你若平和，无人可恨；  
才会面朝阳光，轻装而行。  
时常刷新，时常清空，  
人心是容器，  
都有嫩芽悬于枝头；  
每一个光阴流转的季节，  
一生一落，一落一生，  
人心如叶片，  
别让外界浮躁了自己。  
冲动来自激情，平静来自修炼，  
就会轻松自在一些。  
乐天随缘一些，  
花开一季，人活一世，  
才能品尝幸福。  
放下了贪念，看淡了得失，  
才能品赏幸福。  
一切皆为过往，快乐才是人生。  
成不了明星，就做平凡的百姓。  
成不了大路，就做最美的小径；  
做不成太阳，就做最亮的星星；  
才能品赏幸福。  
放下了贪念，看淡了得失，  
才能品赏幸福。