太陽電缆

太 阳

福建南平太阳电缆股份有限公司主办

报名题字 张家坤

(闽)内资准字 H 第 2017025 号

总第 340 期

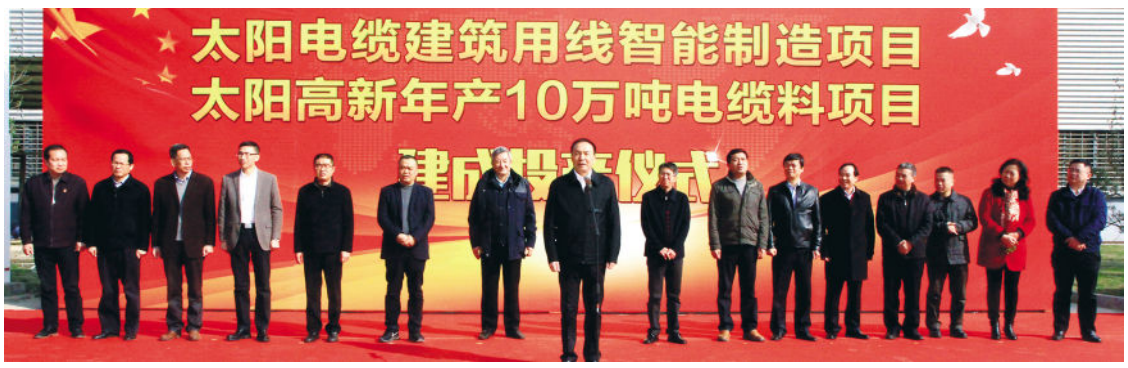
2017 年 12 月 8 日 星期五 农历丁酉年十月廿一

中国太阳 温暖世界

公司服务热线:400-850-2300

太阳电缆建筑用线智能制造项目、太阳高新年产 10 万吨电缆料项目建成投产

南平市市长许维泽出席仪式并宣布太阳电缆项目胜利竣工



12 月 18 日上午，太阳电缆建筑用线智能制造项目、太阳高新年产 10 万吨电缆料项目建成投产仪式在位于太阳电缆城的项目现场隆重举行。南平市市长许维泽隆重宣布“太阳电缆建筑用线智能制造项目、太阳高新年产 10 万吨电缆料项目胜利竣工”。

仪式上，公司常务副总裁林芳代表公司致辞，林总说“太阳电缆建筑用线智能制造项目是为了响应国家智能制造的号召，努力降低企业人力成本，提高生产效率，项目位于南平市江南新区机电装备园，项目占地 20000 平方米，新建厂房 16000 平方米，新上全自动生产线 10 条，生产线采用智能机器人，可实现成圈、扎带、包膜、热缩、贴标、装袋等工序自动完成，同时采用了国际先进水平的双层共挤绝缘新技术，双重守护使产品更安全、更环保、更省电、更阻燃、更长寿。项目建成后可实现年产建筑用线 80 万公里，人均生产效率提高 50%，将产生良好的经济效益。

随后，太阳高新高长虹董事长代表太阳高新致辞：“太阳电缆与杭州高新橡塑材料股份有限公司，上下游企业强强联合，合资成立专业研发生产电线电缆高新材料的福建南平太阳高新材料有限公司，并与上海电缆研究所、上海交大等科研机构紧密合作，实施年产 10 万吨电线电缆新材料项目，项目位于南平市江南新区机电装备园，占地面积 20000 平方米。项目分两期进行。一期新建厂房 30000 平方米，新上生产线 10 条。项目建成后可实现年产 PVC、低烟无卤、中压绝缘 PE 料、硅烷交联 PE 料、橡胶胶片约 5.3 万吨，在技术上达到国际先进水平。项目计划投资 2 亿元，项目达产后可新增产值 10 亿元，增加就业岗位 120 多人。将产生良好的经济效益和社会效益。”

在投产仪式结束后，公司董事长李云孝陪同许维泽市长一行考察了智能制造与太阳高新的生产车间，并详细介绍了项目的智能化特点以及项目规模等情况。

市人大常委会副主任、市委秘书长潘剑才，市政府副市长黄苏福，市政府秘书长兰林和，副秘书长张长发，延平区委书记何明星，区长赵明正以及市直各职能部门负责人和公司高层领导参加仪式。

（姜纪荣）

太阳电缆获赠“情系教育正德厚生”称号

日前，福建南平太阳电缆股份有限公司受武夷学院所赠“情系教育 正德厚生”称号，以示太阳电缆为武夷学院教育事业所作出的贡献。公司董事长李云孝被聘为武夷学院第二届董事会副董事长。

（综合部）

太阳电缆举办第七届『太阳杯』软式排球邀请赛

为庆祝十九大胜利召开，我公司举办“新时代、新征程”暨第七届“太阳杯” 混合软式排球邀请赛，比赛发扬了前六届“太阳杯”的优良传统，弘扬“团结友爱、互助进步”的精神，增强身体素质促进各单位之间的交流。

第七届“太阳杯”混合软式排球邀请赛于 2017 年 11 月 13 日在太阳电缆体育馆拉开帷幕，经过前两轮激烈的比赛，太阳电缆一队、工行南平分行、农行南平分行、太阳电缆二队、邮储银行代表队暂列前五名。“太阳杯”软式排球比赛是我司开展文体活动规模较大一项赛事，公司董事长兼总裁李云孝先生为本次邀请赛开球；软式排球运动以其特有的魅力在我司蓬勃发展。预祝第七届“太阳杯”软式排球赛圆满成功。

本次邀请赛共有来自金融、税务系统，工商银行南平分行、农业银行南平分行、建设银行南平分行、邮储银行南平分行、中国银行南平分行、兴业银行南平分行、交通银行南平分行、南平地税局、南平国税局、太阳电缆一队、太阳电缆二队 11 支代表队参赛。

（工会）

公司党委召开“学习十九大”专题学习会

12 月 1 日下午，福建南平太阳电缆股份有限公司党委召开会议，专题传达学习党的十九大精神，并对太阳电缆党委各支部学习贯彻十九大精神的工作进行了部署。会议由太阳电缆党委书记、副总裁黄祥光主持，党委委员林芳、陈清福、徐建忠、王金书、廖文胜、张丹红，各支部书记及党办人员参加了会议。

会议对党的十九大精神进行了传达解读。公司党委书记、副总裁黄祥光强调，学习贯彻十九大精神，是当前最重要的政治任务和头等大事，要按照中央、省委、市委、市国资委党委的统一部署，认真学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，切实把思想和行动统一到党的十九大精神上来；要毫不动摇坚持党的领导，牢固树立“四个意识”，坚决维护党中央的权威和集中统一领导，与以习近平同志为核心的党中央保持高度一致。黄书记要求，各支部要及时召开会议，采取多种方式传达学习党的十九大精神，迅速掀起学习热潮。要在学深学实学全面上下功夫，原原本本学习党的十九大报告，准确把握科学内涵，全面领会精神实质，以“两学一做”学习教育常态化制度化为抓手，要以高度的政治责任感和使命感，迅速、认真组织党的十九大精神的学习宣传和贯彻落实，实现学习宣传贯彻工作的全覆盖。

通过集中学习讨论，公司党委委员、领导班子和党员、群众凝聚和提升了向心力，形成了一致性的共识。中国共产党第十九届代表大会，是在全面建成小康社会决胜阶段、中国特色社会主义进入新时代的关键时期召开的一次十分重要的大会。不忘初心、牢记使命，坚定不移以新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践，坚决贯彻新时代中国特色社会主义思想和基本方略，使十九大精神成为推动公司发展的强大思想武器。

（李文）

台湾产业总工会庄爵安理事长一行莅临公司参观

12 月 7 日，台湾产业总工会庄爵安理事长一行在市总工会林安顺副主席陪同下莅临公司参观。促进闽台交流，产业发展。公司党委书记黄祥光、工会主席林嵩敏陪同参观了总部二厂的生产车间，详细介绍了企业的生产经营、产品、先进技术装备等情况。

随后庄爵安理事长一行来到展厅，详细了解公司的历史文化及发展历程，一同观看了企业宣传片。

（黄家晟）

责任编辑 姜纪荣

习近平近日作出重要指示强调

纠正“四风”不能止步作风建设永远在路上

新华社北京 12 月 11 日电　中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平近日作出重要指示强调,纠正“四风”不能止步,作风建设永远在路上。

习近平是就新华社一篇《形式主义、官僚主义新表现值得警惕》的文章作出指示的。他指出,文章反映的情况,看似新表现,实则老问题,再次表明“四风”问题具有顽固性反复性。纠正“四风”不能止步,作风建设永远在路上。各地区各部门都要摆摆表现,找找差距,抓住主要矛盾,特别要针对表态多调门高、行动少落实差等突出问题,拿出过硬措施,扎扎实实地改。各级领导干部要带头转变作风,身体力行,以上率下,形成“头雁效应”。在即将开展的“不忘初心、牢记使命”主题教育中,要力戒形式主义,以好的作风确保好的效果。

新华社的文章反映,党的十八大以来,从制定和执行中央八项规定开始,全党上下纠正“四风”取得重大成效,但形式主义、官僚主义在一定程度上仍然存在,如:一些领导干部调研走过场、搞形式主义,调研现场成了“秀场”;一些单位“门好进、脸好看”,就是“事难办”;一些地方注重打造领导“可视范围”内的项目工程,“不怕群众不满意,就怕领导不注意”;有的地方层层重复开会,用会议落实会议;部分地区写材料、制文件机械照抄,出台制度决策“依葫芦画瓢”;一些干部办事拖沓敷衍、懒政庸政怠政,把责任往上推;一些地方不重实效重包装,把精力放在“材料美化”上,搞“材料出政绩”;有的领导干部热衷于将责任下移,“履责”变“推责”;有的干部知情不报、听之任之,态度漠然;有的干部说一套做一套、台上台下两个样。

12 月 9 日,中共中央办公厅印发通知指出,习近平总书记的这一重要指示,一针见血、切中时弊,内涵丰富、要求明确,充分表明了以习近平同志为核心的党中央坚定不移全面从严治党、持之以恒正风肃纪的鲜明态度和坚定决心,对于全党深入学习贯彻党的十九大精神、加强党的作风建设具有重要指导意义。

通知要求,各地区各部门要迅速传达学习并切实抓好贯彻落实。要认真组织党员、干部学习讨论习近平总书记的重要指示,结合深入学习贯彻党的十九大精神和习近平新时代中国特色社会主义思想,深刻领会指示的内容和精神实质,牢固树立“四个意识”,不断提高政治站位和政治自觉,以永远在路上的坚韧锲而不舍抓好作风建设;各地区各部门年底召开民主生活会和组织生活会,要把贯彻落实中央八项规定精神、转作风改作风情况作为对照检查的重要内容,切实按照习近平总书记的重要指示要求,认真查找“四风”突出问题,特别是形式主义、官僚主义的新表现,采取过硬措施,坚决加以整改,务求取得实效;要坚持从各级领导干部做起,以上率下、层层带动,继续紧盯元旦、春节等时间节点,从一件件小事抓起,坚决防止不良风气反弹回潮,不断巩固和拓展落实中央八项规定精神的成果。

十九大是我国宪法实施的重要里程碑

今年 12 月 4 日是我国第四个国家宪法日。宪法日的设立对于增强全社会的宪法意识,弘扬宪法精神,全面推进依法治国和依宪治国,意义重大。当然,要想使宪法的理念和精神真正在人们心中落地生根,还有赖于宪法条款在社会生活中的有效落实。中国共产党一贯高度重视法治建设,在宪法实施方面起着重要的领导作用。党的十九大提出诸多举措,为我国宪法实施提供了制度层面和思想层面的保障,是我国依宪治国道路上的重要里程碑。

首先,合宪性审查制度是宪法实施的重要前提。为了推进宪法实施,世界上大多数国家已经建立起符合其本国国情的合宪性审查制度,通过一套行之有效的机制,纠正违背宪法的规范性文件和违背宪法的具体行为。习近平总书记在十九大报告中明确提出要推进合宪性审查工作,这是中国共产党首次在党的权威性文件中引入“合宪性审查”的概念。伴随着合宪性审查制度的完善,宪法的“牙齿”愈加锋利,宪法的生命和权威才能得到更好的保障。

其次,中国共产党领导是宪法实施的政治保障。党的领导、人民当家作主和依法治国是统一的整体。中国共产党是人民利益的代表,宪法和法律是党领导人民制定的,其根本目的在于保障公民的基本权利,而基本权利又是人民利益在宪法和法律层面的表现。因此,健全社会主义法治,核心在于党的领导,加强党的领导能够有效促进宪法中基本权利条款的落实。需要注意的是,虽然宪法和法律是由党领导人民制定的,但是党必须在宪法和法律的范围内活动,而且只有执政党带头模范地遵守和执行宪法,其他党派、组织和广大人民群众才会上行下效,自觉地遵守和执行宪法。这一点在十九大报告中也作为重点内容提出。

第三,公民的宪法意识是宪法实施的思想条件。宪法的实施是公民宪法和法律意识产生的条件,公民的宪法和法律意识对宪法的实施也具有能动的反作用,两者相互促进、互为前提。十九大报告指出,要加大全民普法力度,建设社会主义法治文化,树立宪法法律至上、法律面前人人平等的法治理念。只有加强公民的宪法和法律意识,才能创造遵守宪法法律的社会大环境,而良好的守法环境也会强化公民遵守宪法和法律的意识。

第四,对国家公权力的监督是宪法实施的手段。宪法的一个重要使命就是通过控制国家公权力来保障公民的基本权利。宪法一方面为国家公权力的行使设定了界限,防止其对公民权利的肆意践踏,另一方面规定了国家公权力对公民基本权利进行保障的积极义务。十九大报告指出,任何组织和个人都不得有超越宪法法律的特权,绝不允许以言代法、以权压法、逐利违法、徇私枉法。对于国家公权力的行使来说,“法无规定即禁止”,任何权力的行使都必须以法律的授权为前提,不存在宪法和法律规定之外的权力。

第五,坚持中国特色社会主义法治道路是宪法实施的方向。十九大报告指出,中国要坚持中国特色社会主义道路。中国宪法的制定和实施是中国特色社会主义道路的核心组成部分。由于国情不同,没有一个国家的宪法制度及其实施情况是相同的。中国在宪法实施过程中,受到西方法律思想的影响,一些不切合中国实际情况的宪法观念被引入,有的学者甚至不加鉴别地用西方的标准及西方宪法学理论评价并解决中国的宪法问题。然而,中国是社会主义国家,中国的根本政治制度和基本政治制度不同于西方国家,这一实际情况决定了中国宪法实施路径的独特性和西方经验的不可完全复制性。因此,在宪法实施过程中,要注重中国宪法实施经验的总结和对中国自身问题的反思,进而结合中国的具体国情进行必要的制度创新。

由此可见,党的十九大的召开为中国法治现代化揭开了新的历史篇章,从理论层面、制度层面和思想层面为宪法实施指明了正确的方向,使宪法的生命和权威得到了有效保障。可以说,十九大的召开是中国特色社会主义宪法实施道路上的重要里程碑。

(袁冬冬　宪法学与行政法学专业博士)

强化训练　提升素质

保卫部为更好提升保卫中队整体素质,11 月 14 日至 12 月 8 日开展为期 20 天的年度军训。军训聘请南平武警支队教官进行:1、“起步、正步、升旗、敬礼”等警容仪表的训练;2、进行“擒拿格斗,单打格斗”等体能强化训练;3、加强消防技能培训。

每个队员在军训中发扬“不怕苦、不怕累”的精神,不计较得失,克服困难,利用休息时间积极参加年度军训,通过军训每个队员不仅提高了自身素质和工作能力,同时强化了保安中队的组织纪律性,进一步提高队伍的凝聚力和战斗力。　(保卫部　封节平)

学习互助　安全生产

——班组学习心得体会

公司领导对各分厂班组建设的重视和对员工们的殷切希望,使我们绞线班组全体员工倍受鼓舞并一致表示,定要紧密团结,以安全为中心,以质量为重点,6S 管理不懈怠,坚持分工协作,责任到人为切入点,按时完成生产任务提高出线率为目的,努力搞好绞线班组建设。

在班组会上,大家踊跃发言,献计献策,互相交流经验。在安全生产方面,师傅们声情并茂讲述了以往血的教训,为新员工的安全防范意识敲响了警钟,认识到安全生产的重要性。在技能方面,师傅们坚持老传统“传、帮、带”对新员工进行技术交底,传授如何更好地在完成任务的同时,把好产品质量关,节约成本,新员工则是认真、虚心向师傅们请教生产经验,他们表示一定要努力学习尽早上岗。同时不能忽视 6S 管理工作,整理、整顿、清洁是每天必做的功课,只有在干净整齐的环境中才能更好的工作,出大效益。

通过此次组员之间的沟通交流,形成了相互理解信任、团结互助的氛围,营造了积极向上的团队精神,增强了班组的凝聚力,坚信今后能更好地完成生产任务。　(特导分厂)

责任编辑　姜纪荣

太阳电缆永远在路上

□保障部　邹际平

这是一片孕育希望的土地，
到处充满着激情与活力。
华灯初放 延平湖畔，
168 米高金光闪闪的立塔正面上镌刻着
耀眼夺目的四个大字——太阳电缆。
啊 太阳电缆，
是你 用半个多世纪的爱心总和，
把九百六十万平方的山河照亮；
是你 在闽北大地吟唱出一首首和谐奋进的动人乐章。
让我们穿越时光，
寻觅太阳电缆的足迹，
记录那刻苦铭心的岁月，
曾记得五十九年前的夏日，
一群来自四面八方的人，
挂牌建厂 从零开始，
在白纸上描绘出一幅幅争创一流的蓝图。
每当历史的机遇来临之际，
我们都紧紧的抓住不放，
从 1994 年的实行股份制，
到 2002 年的资产重组；
从 2007 年的厂区扩建，
到 2009 年的股票成功上市，
再到 2014 年的退城入园……
一次次的自我超越，
使我们的综合实力越来越强，
产品市场占据全省的半壁江山，
迈向了全国走向了世界，
稳步进入了全国线缆行业的第一方阵；
一次次的自我超越，
生产区域不断扩大到五倍之多，
仅把一个一号厂房的面积，
就盖成了相当于十八个的足球场，
堪称同行业中的巨无霸；
一次次的自我超越，
太阳人的生活越变越好，
在这装饰华丽的
太阳多功能厅里表演，
仿佛是在维也纳金色大厅里歌唱，
从太阳体育馆里传出助威加油声，
如同北京鸟巢一样激情荡漾，
依江而建的太阳人才公寓即将封顶，
生活小区要变得更加美丽如画。
啊　太阳电缆，
近六十年我们同风雨、共患难，
我们忘不了为之奋斗的一代又一代，
我们庆幸：
太阳电缆的大家庭里，
有一个开明的大家长；
我们欣喜：
太阳电缆的队伍中，
有一位仁厚的好领袖。
我们深信：
大海航行靠舵手，
遵守着诚信宣言，
塑造了敬业理念。
面向未来、豪情满怀，
向着既定的产值超百亿，
做百年老店的目标奋进！
正如您说的那样：
太阳 无私 博大 普照四方，
太阳电缆 团结 奋斗 大爱无疆，
太阳人永远自信，
太阳每一天都由零开始，
太阳每一天都是新的，
太阳电缆永远在路上……

感恩企业　感谢有你

□品保部　伍慧兰

我叫伍慧兰，是 2010 年 3 月份进公司的，我很珍惜有这样一个机会站在这里发表我的心声。

我们太阳电缆公司创于 1958 年，是我国从事专业研发和生产电线电缆历史最悠久的企业之一。太阳电缆是中国 100 家最大电气机械及器材制造企业，高新技术企业，全国“五一”劳动奖状单位。公司本着“质量第一、顾客至上、诚实取信、和谐发展”的经营理念让中国太阳，温暖世界！

今天我要借着这个平台，衷心地感谢我们太阳电缆的大家长李云孝董事长。以及关心我帮助我的领导们、同事们。在去年那个秋高气爽，天高云淡的 9 月，我原本沉静在一个终于如愿从原工作岗位转到自己从一进公司就非常想进的部门——品保部的喜悦当中，以及家庭经过一波又一波的困难刚转安静美好的时候。一个突如其来的噩耗降临到我身上，它就是“癌”。一个我避而远之且非常害怕的一个字，它就像中了百万头奖一样砸到了我的头上。像我这样一个普普通通且家中已有一位癌症病人的家庭而言如同天塌下来了一样。这样突发的困境，让我们家原本就靠我与丈夫那微薄工资维持日常生活却又幸福知足的家庭顿时陷入了无底深渊。然而，在我陷入谷底，家人为我的医疗费用一筹莫展的时候，公司领导与同事给了我新的希望，公司领导得知我的病情与家庭情况后，马上组织工会同事与我部部长、班长一同到我家及住院治疗时探望我、安慰我。同时还批准了我的职工困难补助申请，我非常感激公司领导给予我的帮助与关心。同时我还要衷心地感谢我现在的部门品保部郑新明部长，是他带领我们检验部全体同事为我爱心捐款。以及我原来班组特缆分厂连硫班长林昌卫师父带领连硫班组全体同事为我爱心捐款。我知道同事们手头上并不宽裕，但是为了挽救我的生命，您们慷慨解囊，特别是那些曾经一起工作过现已转岗的同事们得知我病情也自发捐款。还要感谢许多不认识的同事。在这虽不是一家人但是我却体会到家人的温暖，我非常荣幸自己是太阳电缆这个大家庭的一员，认识你们。对于你们的帮助，我和我的家人再次衷心表示感谢，祝您们心情愉快，身体健康，工作顺利！

最后，我祝贺我们太阳电缆六十周年快乐！一个企业的成功是一个激情团队的成功，在这个团队中只要我们紧紧拧在一起，我们就是一道闪电、一束火花，我们聚在一块我们就是整个太阳，整片天空，我们站在一处就是用心灵结成的铜墙铁壁，让我们大家携起手来共同创造公司一个又一个的辉煌吧！

家

□法务部　陈仕鹏

今天，我们放下了矜持、放下了胆怯，鼓起勇气走上了这个演讲台，用我们平实、朴素的语言来表达我们内心真实的情感。今天，我的演讲题目是“家”。

“家”这个字在我们的心中都不陌生甚至是非常的熟悉，因为有了家，生活才变得有趣；有了家，工作才能顺心；有了家，才懂得什么叫关爱，什么叫珍惜。家是我们拥有的第一个属于自己空间的地方，也是我们无论身在何处甚至异国他乡，却经常能够想起甚至在心里永远也放不下的一个地方。“家”让我们多了一份情感，多了一份思念。刚才所说的，是属于我们自己的小家，但是在浩瀚的社会里，在这繁杂的环境当中，我们还拥有另外一个属于自己的家，那就是我们在一天的绝大部分时间里为之奋斗、为之努力的企业。太阳电缆，就是这样一个属于我们自己的家。

近 60 年来公司从一个名不见经传的小厂一跃成为如今的福建省电缆行业龙头企业，我想，这都离不开我们一代一代”太阳人”的辛勤付出和不懈的努力，特别是国企改制以来我们身边不断地在发生着变化，诚如大家现在所看到的，工作环境越来越宽敞了，福利待遇越来越高了，生产车间看不到懒懒散散的聚堆闲聊，迟到、早退的现象没有了，取而代之的是井然有序的工作场景，摧人奋进的企业文化。先进而科学的管理模式改变了太阳电缆的一切，我们“太阳人“做出了以前不敢想象的产量和效益，同时在我们企业文化的普照下，更做出了自信和希望。

多年来，公司致力于“家文化”的企业文化建设，“家文化”不提倡“舍小家，顾大家”，而是提倡“小家幸福，大家美满”。“员工是企业效益的缔造者，取信于员工、积极回报员工是公司发展的根本。”我们李云孝董事长始终坚持这一理念。我想，公司倡导“家文化”的初衷，就是努力让每个员工在太阳电缆都能感受到幸福快乐！

家文化的核心理念是“诚信、创新、和谐、卓越”。

这是一个“在路上“的过程，这些年，太阳电缆公司历经风雨勇于拼搏，主动变革，持续创新，坚持诚信，追求卓越，一步一步从福建走向全国，走向世界，2016 年营业总收入达到了 34.79 亿元，净利润达到 1 亿 5533 万元。可是，尽管有了这些成绩，但我们永远无法说我们的企业已经“卓越”了，更不能因为有了点成绩而停滞不前，因为要成为卓越的企业，那就要永远创新，永远进取，也只有这样才能实现“太阳电缆永远在路上”的美好愿景。

太阳电缆能有今天，离不开公司领导班子的高瞻远瞩、运筹帷幄，离不开员工的辛勤付出，更离不开“家文化”内涵本质。一艘航船的顺利航行是一个舵手的成功，一个企业的成功是一个激情团队的成功。在这个团队中，只要我们紧紧地团结在一起，我们就是整个太阳，整片天空。

同志们，让我们心中怀着“诚信、创新、和谐、卓越”的核心理念，始终坚持“真抓实干、马上就办”的作风，秉承着“亮剑”精神，朝着同一个目标、方向，共同努力，共同奋斗，让太阳电缆，让我们的家成为最受用户信赖的电缆龙头企业。

责任编辑　何红莺

厦门游记

11 月 18 日，我和两个老同学一起前往福州看许久未见的儿子。见到儿子后，我们简单吃了一顿便饭。随后儿子回到了学校，我则和两个老同学到三坊七巷逛了一圈。古色、古香又富有特色的古街吸引了不少的游客。巷中有各种各样的小吃，还有不少标志性的建筑以及各具特色的胡同，让我们流连忘返。

傍晚饭后，我们乘坐 17 点 09 分开往厦门的动车。本以为车上会很无聊，但我发现与两个老同学有说不完的话题。我们天南地北的聊，儿时的玩伴，同桌，趣事等等… …聊得不亦乐乎，不知不觉就到了厦门。多年不见的厦门让我无比的怀念。刚下车，一股清新的空气扑鼻而来。一路上映入眼帘的是绿树成荫，时不时还有带着海风吹拂的味道，洗去了我们一路的疲倦。

晚上来到了老同学的豪宅，我不禁感叹，那是我向往和憧憬的装修风格——带有中国味的西方装点。当然这只能想想而已，现实是没办法实现的。所以，就让我在这里好好享受两天吧！

第二天一早，我们就坐公交车赶往会展中心。我们都满怀信心地想要看金砖会议的会场，但结果很遗憾，那天每个大厅展出的都是小车，大家也都只是在会展周边拍拍照，感觉也不错。午饭后，我们又马不停蹄的赶往同安区影视城。这是一个历史的铭记，和北京的紫禁城一样。我想，也许是为了吸引旅客的缘故，所有建筑都建的一模一样，它让我们又铭记一回历史。它印证了中华民族的伟大与智慧，但也揭露了人性的贪婪。围绕着影视城一圈，我们在不同角度拍着照片，大家都玩的不亦乐乎。

次日清晨，我们来到厦门大学这个福建最高学府，它是我们仰望已久的大学。幸运的是一个同学的亲戚正好就在厦大工作，而且是生物馆的副馆长，这让我们激动不已。迈进厦大的大门，我的心里有一种莫名的兴奋感，仿佛自己也是这里的一份子。大概走了 200 米，一位老者已在一棵树下等候着我们，他就是同学的亲戚。他说话和蔼可亲，一下就拉近了我们的距离。寒暄了两句才知道他也是我们的老乡，原来还是南平地区的政法委书记，我们都叫他李教授。

中午，李教授带着我们去吃午餐。这是一个专门接待教授及客人的自助餐厅。餐厅里吃饭的人很多，但都井然有序的排着队。菜品丰富多彩，各种特色小吃都有。我们迫不及待的选了自己爱吃的菜享受一番，体验了一回贵宾的待遇！

吃过午饭后，我们到李教授的办公室喝了一会儿茶，李教授说带我们一起去看生物标本。在李教授的带领下，我们首先来到厦大最早的教室，体会了一下当大学老师和大学生的感受。不管是站在讲台上，还是坐在教室里，我们都能感受到那份荣耀与骄傲！莘莘学子，我们垂青的地方。随后，李教授带我们参观了各种生物标本。有各种不同的鱼，天上飞的鸟，地上爬的、跑的，各种动物应有尽有。他们的形态各异，栩栩如生，逼真极了，仿佛身临其境一般。这也提起我对研究生物的兴趣，就和探险一样，一次次的发现神奇与奥秘。这不得不羡慕研究生物学的学者们了！更佩服做标本的学者们！如此伟大的智慧，让我们受益匪浅。

参观完生物标本后，我们一一和李教授道别。再一次到厦大周边逛了一圈，真是美景如画，绿草茵茵，热爱学习的学子们随处可见。我们四处拍照，为了留下这美好的印记！厦门还有很多我们向往的地方，这次就不去了。因为我们还会再来！那么厦门，下次再见。　　（叶子）

太阳电缆六十周年发展创伟业

12 月 18 日，太阳电缆建筑用线智能制造、太阳高新年产 10 万吨电缆料项目顺利投产，在太阳电缆发展征途中添加了浓墨重彩的一笔。回望太阳电缆的发展，就是一部勇于创新，不断变革的发展史。

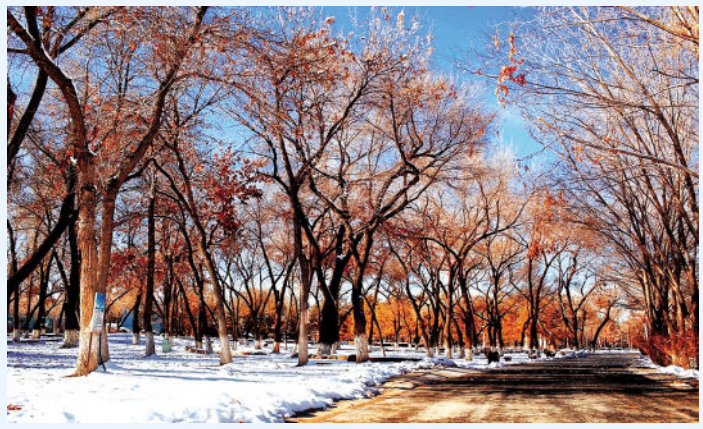
福建南平太阳电缆股份有限公司自 1958 年建厂，发扬主人翁精神，艰苦奋斗，主动变革，拼博创新，坚持诚信，追求卓越，历经 11 次技术引进、改造、消化、吸收和多次管理改进创新，以及国有股权多元化改革、上市（股票代码 002300）等，一步一步从福建走向全国，从中国走向世界。

从三明电缆厂筹建到福州电线厂搬迁到南平成立南平电线厂，太阳电缆一步一个脚印，到 2002 年股份改制，正式更名为福建南平太阳电缆股份有限公司。民营资本的注入，合理的股权结构，让企业焕发了青春。在管理上，公司引进了 SU-PEX、CO-MO 活动，员工的创新能力大大地被激发。《卓越绩效评价准则》运行，为企业卓越指明了前行的方向。企业步入发展的快车道，进行了多项技改：铝导线技改、新厂区奠基等。

企业规模不断扩大，2009 年 10 月成功登陆资本市场。随着企业的成功上市，企业的知名度和美誉度得以大幅度地提升。至此，公司开始实施“走出福建，布局全国”的战略，开足马力，一系列的生产基地应孕而生，2010 年 5 月公司参股成立了上杭太阳铜业有限公司，同年，太阳电缆（包头）有限公司部分项目也顺利投产。企业的南北布局、产业链的完善，为企业腾飞插上了翅膀。上市的成功，带来了巨大的效应，原有的生产已不能满足市场需求，2014 年实施老厂区退城入园、“太阳电缆城”建设项目。

太阳电缆取得了辉煌的业绩，得益于企业的领路人李云孝董事长，优秀的经营能力，受到了各界的赞赏，李董事长、董事李文亮也多次受邀参加国务院组织的中华人民共和国成立招待会，企业成为中国线缆行最具竞争力企业。正如李董事长所说的“太阳电缆永远在路上”，让我们再出发，努力奋斗，创造太阳电缆新传奇。

（姜纪荣）



冬季养生小知识

冬季饮食应遵循“秋冬养阴”、“养肾防寒”、“元忧平阳”的原则，饮食以滋阴潜阳、增加热量为主。

养肾为先：寒气内应肾。肾是人体生命的原动力，是人体的“先天之本”。冬季，人体阳气内敛，人体的生理活动也有所收敛。此时，肾既要为维持冬季热量支出准备足够的能量，又要为来年贮存一定的能量，所以此时养肾至关重要。饮食上就要时刻关注肾的调养，注意热量的补充，要多吃些动物性食品和豆类，补充维生素和无机盐。狗肉、羊肉、鹅肉、鸭肉、大豆、核桃、栗子、木耳、芝麻、红薯、萝卜等均是冬季适宜食物。

温食忌硬：黏硬、生冷的食物多属阴，冬季吃这类食物易损伤脾胃。而食物过热易损伤食道，进入肠胃后，又容易引起体内积热而致病；食物过寒，容易刺激脾胃血管，使血流不畅，而血量减少将严重地影响其他脏腑的血液循环，有损人体健康，因此，冬季饮食宜温热松软。

增苦少咸：冬天肾的功能偏旺，如果再多吃一些咸味食品，肾气会更旺，从而极大地伤害心脏，使心脏力量减弱，影响人体健康。因此，在冬天里，要少食用咸味食品，以防肾水过旺；多吃些苦味食物，以补益心脏，增强肾脏功能，常用食物如：槟榔、橘子、猪肝、羊肝、大头菜、莴苣、醋、茶等。

睡眠调节：冬季作息时间应“早睡晚起”，起床的时间最好在太阳出来之后。因为早睡可以保养人体阳气，保持温热的身体，而迟起可养人体阴气。待日出再起床，就能躲避严寒，求其温暖。睡觉时不要贪暖而蒙头睡。被窝里的空气不流通，氧气会越来越少，时间一长，空气变得混浊不堪。人在这样的环境中睡觉，就会感到胸闷、恶心或从睡梦中惊醒、出虚汗，第二天会感到疲劳。

生活中有哪些必须要知道的急救知识

一、足踝扭伤急救法

轻度足踝扭伤，应先冷敷患处，24 小时后改用热敷，用绷带缠住足踝，把脚垫高，即可减轻症状。

二、触电急救法

①迅速切断电源。②一时找不到闸门，可用绝缘物挑开电线或砍断电线。③立即将触电者抬到通风处，解开衣扣、裤带，若呼吸停止，必须做口对口人工呼吸或将其送附近医院急救。④可用盐水或凡士林纱布包扎局部烧伤处。

三、动脉出血急救法

①小动脉出血，伤口不大，可用消毒棉花敷在伤口上，加压包扎，一般就能止眩。②出血不止时，可将伤肢抬高，减慢血流的速度，协助止眩。③四肢出血严重时，可将止血带扎在伤口的上端，扎前应先垫上毛巾或布片，然后每隔半小时必须放松 1 次，绑扎时间总共不得超过两小时，以免肢体缺血坏死。作初步处理后，应立即送医院救治。

四、儿童抽风急救法

发现小儿抽风，不宜惊慌失措，乱摇患儿，以致加重病情，不要灌水喂汤，以免吸入气管。应打开窗户，解开患儿上衣让呼吸通畅。将筷子用布包裹塞入患儿上下牙之间以免咬破舌头。发高烧引起的抽风，可用毛巾蘸冷水敷于额部。详细记录抽风的时间、症状，立即送医院治疗。

五、狗咬伤急救法

被狗咬伤后，应在伤口上下 5 厘米处用布带勒紧，用吸奶器将污血吸出，然后用肥皂水冲洗伤口。咬人的狗应加隔离，一旦确诊为携带狂犬病毒，应即处死。

六、救护骨折者的方法

①止血：可采用指压、包扎、止血带等办法止眩。②包扎：对开放性骨折用消毒纱布加压包扎，暴露在外的骨端不可送回。③固定：以旧衣服等软物衬垫着夹上夹板，无夹板时也可用木棍等代用，把伤肢上下两个关节固定起来。④治疗：如有条件，可在清创、止痛后再送医院治疗。

七、急性腰扭伤急救法

腰突然扭伤后，如伤势较轻，可让病人仰卧在垫厚的木板床上，腰下垫 1 个枕头。先冷敷伤处，1~2 天后改用热敷。如症状不减轻或伤重者，应急送医院治疗。

八、脊柱骨损伤急救法

脊柱骨损伤的病人如果头脑清醒，可让其动一下四肢，单纯双下肢活动障碍，提示胸或腰椎已严重损伤；上肢也活动障碍，则颈椎也受损伤。先使患者平卧地上，两上肢伸直并拢。将门板放在患者身旁，4 名搬动者蹲在患者一侧，一人托其背、腰部，一人托肩胛部，一人托臀部及下肢，一人托住其头颅，并随时保持与躯干在同一轴线上，4 人同时用力，把患者慢慢滚上门板，使其仰卧，腰部和颈后各放一小枕，头部两侧放软枕，用布条将头固定，然后急送就近医院。

九、韭菜治误吞金属异物法

取一把韭菜，不切断，投入沸水中氽熟，拌些麻油服食，能将误吞的金属等异物裹住，然后顺利排出。

十、猫咬伤急救法

被猫咬伤后，应在伤口上端用止血带扎紧，并用生理盐水或凉开水冲洗伤口，再用 5% 的石炭酸腐蚀局部。　（佚名）

责任编辑　何红莺