



7 月份烈日炎炎,持续高温,奋战在各个项目部一线工人的生产生活如何,始终牵动着恒尊集团公司领导的心,7 月 9 日以来,根据公司领导安排,集团公司工会、安全部、工程部等部门在党委副书记、工会副主席张竹昌带领下开展了高温慰问,这是公司自 1987 年以来,连续 26 年不间断高温慰问一线工人。

慰问组一行奔赴普陀、定海、六横等 50 多个在建项目部,向 6000 多名奋战在一线的工人送去公司领导的关怀,并送上人丹创可贴、绷带和饮料等防暑降温用品,并嘱咐工人一定要穿戴好劳保用品,做好个人防护和防暑降温、安全防护,千万不能麻痹大意。

慰问组一行还深入各项目部工地现场,对工程质量、进度、安全等进行了检查,并同项目负责人亲切交谈,详细询问了各项安全防护措施和高温防暑措施以及抗台措施的落实情况,要求项目部高度重视高温安全生产,认真落实各项防暑降温措施,做好劳动保护工作,全面排查治理安全生产隐患,合理安排作息时间,错时施工,为职工



创造良好的工作生活环境,确保高温季节施工安全。同时,公司领导还对各项目部的民工指纹考勤、视网膜考勤等工作进行了调研,要求各项目规范考勤,保障劳资双方的合法权益,进一步构建和谐。

(恒尊工会 杨文君)

空调病产生的原因

空调病大多数是因为室内外温差过大而导致的。不少现代化的写字楼多呈现出一种封闭的状态,如果空调温度过高,就会导致与室外温差过大,人们猛地一出去就会感觉到不适,容易患感冒。通常情况下,室内外温差应该不大于 7℃。

空调病症状

- 1、因室内外温差大,忽冷忽热,而导致的咳嗽、头痛、流涕、发烧等感冒症状。
- 2、因长期处于干燥的环境中而产生的皮肤干燥、喉咙嘶哑、嘴唇上火等症状。
- 3、长期处于封闭的环境,空气不流通,导致空气中含氧量下降,二氧化碳指数增加。二氧化碳作为一种温室气体,人们长期处于其中就会产生头晕、恶心、健忘、食欲下降、反应迟钝的症状。

- 4、因室内温度过于温暖导致大肠杆菌等细菌在空气内滋生,通过呼吸道进入到人体内部,造成呼吸道感染。

对空调病的认识误区

- 一、误认为感冒
通常在使用空调时都会关上门窗,此时室内与外界几乎隔绝,室内的氧气不断消耗而得不到补充,空气中的二氧化碳浓度就会升高,空气因此变得污浊,人长时间处在这样的环境里,大脑就会缺氧,患上空调病,主要表现为头晕、发热、盗汗、身体发虚等,很多人将其误认为是感冒。

- 二、盖被子吹空调不能防病?
盖着被子吹空调只能防冻却不能防病。有的人盖被子之后把空调的温度调得更低,而睡觉时人的新陈代谢放慢,更容易被病菌侵袭,冷空气从呼吸道进入人体,睡醒后则则口鼻发干、头痛、重则打喷嚏、流鼻涕,甚至患上严重的呼吸道疾病。

如何预防空调病

- 第一,温度要适中。室内温度最好控制在 25℃—27℃左右,室内外温差不要超过 7℃,冷风出口处不要直接对着人和办公室。

- 第二,保持定期通风。开启空调前,先开窗通风 10 分钟,尽量使室外新鲜空气进入室内。空调开启一段时间后,关闭空调,再开窗通风 20~30 分钟,如此反复,使室内外空气形成对流,让有害气体排出室外。同时,在空调房中待时间过长可以出去透透气,如此一来,可以避免因长期处于封闭性环境下诱发大脑缺氧或供氧量不足的情况。

- 第三,多给皮肤补水。长时间呆在空调房里因为干燥皮肤很容易缺水,所以要及时进行补水。身体缺水会导致口渴干燥,引起唇炎,另外还会导致上火。补水的方式有很多种:首先可使用加湿器或在室内放一盆水;其次人体最直接的是喝水。多喝水,不仅可以预防感冒还可以缓解因干燥引起的喉咙干痒。其次,多吃蔬菜、水果,多吃蔬菜水果可以为人体补充维生素 C,提高免疫力。同时,多吃柚子、梨子、奇异果等新鲜水果,有益身体健康,既滋润又降火。

- 第四,家用空调每年可请专业人士进行一次全面清洗和消毒,特别是室内机的蒸发器。必须使用合格的消毒剂 and 正确的配比方法,由专业人员操作。消毒后,把消毒剂残液清洗干净,防止残液挥发对健康不利。在空调使用期间,应经常清洗过滤网(用清水直接冲洗即可),最好每周一次。

- 第五,定期清洗空调。空调的长期使用会积聚灰尘、纤维,滋生大量细菌、病毒、霉菌、螨虫等。当空调开启时,这些灰尘和病原微生物就被空调吹送出来,造成室内空气污染,引起疾病的传播。此外,螨虫是强过敏原,可引起过敏性哮喘、皮炎、鼻炎等,因此,我们要做好定期清洗空调。

(集团综管部)

空调病的症状与预防

送清凉 送安全 送健康

集团连续二十六年不间断高温慰问一线工人

安全防台抗台常识

夏季是台风的高发季节。“苏力”过后,会平静一段时间,但不久台风将会再度横扫,社会公众在关注台风动向的同时,做好防台措施至关重要。因此,对于防台小常识的了解则显得尤为重要,它能提高我们的自救及互救能力。

台风特点

根据近几年来台风发生的有关资料表明,台风发生的规律及其特点主要有以下几点:

- 1、季节性。台风(包括热带风暴)一般发生在夏秋之间,最早发生在 5 月初,最迟发生在 11 月。
- 2、台风中心登陆地点难准确预报。台风的风向时有变化,常出人预料,台风中心登陆地点往往与预报相左。
- 3、台风具有旋转性。其登陆时的风向一般先北后南。
- 4、损毁性严重。对不坚固的建筑物、架空的各种线路、树木、海上船只、海上网箱养殖、海边农作物等破坏性很大。
- 5、强台风发生常伴有暴雨、大海潮。

台风来临前的预防措施:

- 1、密切关注台风动向,注意收听、收看有关媒体的报道或通过气象咨询电话、广播、电视、气象网站等了解台风的最新情况。
- 2、取下悬挂的东西,检查电路、煤气等设施是否安全,电话线路是否正常。
- 3、关紧门窗,紧固易被风吹动的搭建物。

- 4、加固高空物体防止坠物。台风来临之际,由于强风的横扫,高空坠物容易伤人。强风到来前市民应检查一下门窗是否牢固,并及时关好窗户,取下悬挂物,及时将花盆搬离阳台,及时清理日常放在防盗窗上的杂物。要提前对室外广告牌、店招牌、室外空调机等高空物体检查和加固。对受风易倒的树木要提前做好保护措施,及时绑扎、加固,防止树倒伤人,或者影响交通。

- 5、露天集体活动或室内大型集会应及时取消,并做好人员疏散工作。
- 6、要了解安全撤离的路径以及政府提供的避难场所。
- 7、从危旧房屋中转移至安全处。
- 8、地势低洼的居民区,在台风来临之前,可以事先砌好围墙,或者备好挡水板,配备小型抽水泵,及时挡水或者排水。最好将自家的排水管道检查一遍,有条件的话,最好能疏通一下。尤其是住在一楼或者底层的住户,包括一些临街的商铺,尽量把一些碰不得水的电器、货物以及衣鞋,尽可能转移到高处。离开前,要先切断电源,以免进水受损。
- 9、公众要做好充分的准备,如准备充足的且不易腐坏的食物、净水以及常用药品、应急灯、漂浮器材以及有关的生活必需品等,检查通讯设备。
- 10、有急事外出时,尽量乘坐出租车或公交车,千万不要在河边或小桥上行走,不要在强风影响区域开车。
- 11、手头准备一定数量的现金。

节选自网络(集团综管部)

忠诚企业 成就事业



文化是
企业的
核心力

爱人者,人恒爱之;
敬人者,人恒敬之;
尊人者,人恒尊之。

云在青天,水在瓶。

企业员工 忠诚度培训

2013 年 5 月 25 日下午,恒尊集团有限公司对全体员工举办了为期半天的“忠诚企业,成就事业”课程培训。本次培训邀请了杭州紫越程企业管理研究院高级讲师吴峻作为课程的主讲师。

在课程中,吴峻通过介绍员工的职业生涯规划、讲解企业员工的职业心态,并采取与员工互动的方式,使全体员工深刻认识到培养正确的职业心态,树立“忠于职业、忠于岗位、忠于企业”三忠概念的重要性。本次课程还融合了企业员工先进代表的发言,切身体会与课程理论的结合展现,使在场的每位员工都心有感触,课程的气氛也随之达到了高潮。

(集团综管部 庄蕾)

导航目录:

>2-3 员工忠诚专栏

>4 员工生活

