“捂紧钱袋子，过好紧日子”

南沿江铁路经理部下好“五步棋”勤俭办项目

江苏太仓讯　习近平总书记近日作出重要指示，要求“坚决制止餐饮浪费行为”“在全社会营造浪费可耻、节约为荣的氛围”。为制止餐饮浪费，集团公司各单位机关食堂、项目食堂率先响应、积极行动，营造勤俭节约意识。日前，南沿江经理部下发《坚持勤俭办项目的若干规定》，通过下好“五步棋”出实招把好节流关，捂紧钱袋子，坚决杜绝铺张浪费。

下好精心部署“筹划棋”，确保认识到位。经理部以学习宣贯集团公司下半年工作会系列会议契机，大力弘扬“艰苦创业、勤俭办项目”的精神，宣传“爱企如家 勤俭朴实”的理念，把关于厉行节约的公开倡议精神制作成展板，把勤俭节约的标语口号贴在食堂、宿舍、办公楼等位置，形成了良好氛围。

下好公务接待“标准棋”，确保依纪合规。经理部公布公务接待标准，严格控制公务接待费用，要求经理部及各分部严禁内部相互宴请，同时对外接待原则上安排在食堂。经理部人员除陪同业主、上级单位领导检查外，严禁在分部、梁场用餐，严禁讲排场、比阔气、超标准招待。

下好办公用品“节约棋”，避免铺张浪费。经理部严格控制办公费用，立足节能降耗原则号召职工正确使用电脑、打印机、碎纸机等办公用品。上班期间，职工宿舍严禁开灯、开空调，经理部纪工委定期对办公期间宿舍开灯、开空调情况进行检查，对违反人员进行谈话。同时经理部严格执行办公用品领用计划报送及领用登记制度，把好办公用品“使用关”。

下好职工食堂“保障棋”，杜绝“舌尖上的浪费”。经理部职工用餐坚持适度取用原则，采取自助取餐模式，并严禁使用一次性餐盒。为准确掌握每日用餐人员，经理部每日8点统计各部门就餐人数，告知食堂后勤人员，严禁铺张浪费。

下好车辆使用“调度棋”，严禁公车私用。经理部全员用车需由综合办统一调度，未经综合办同意，不得擅自使用车辆。公务用车加油实行油卡加油，每月统一进行充值，车辆维修实行定点维修，并经主要领导签认维修申请表后方可进行维修。同时，车辆燃油、修理、保险费用等全部纳入预算管理，严格控制经费使用。

据了解，《坚持勤俭办项目的若干规定》实施以来，得到了广大职工的支持，经理部仅食堂费用一项就较七月份节约成本近1.5万元，压缩了非必要性支出。　（顾荣　吕登锋　李吉）

朝阳溪项目助力南宁『创城』工作

创城攻坚战 我们在行动

社会责任

南宁讯　近日，南宁市幸福花园小区物业为五公司南宁市朝阳溪项目部送来了锦旗，对该项目部为小区提供灭火器、消防水带及消火栓箱等物资表示感谢。

2020年是第六届全国文明城市、文明村镇、文明单位评选表彰年，为全力实现全国文明城市“五连冠”目标，自5月1日以来，南宁市就开展了“2020年创建文明城市百日攻坚行动”。为响应政府号召，南宁市朝阳溪项目部积极参与了南宁市创城活动，先后开展了文明施工大检查、为周边小区捐赠物资、开展交通疏导志愿服务等活动。

“我们根据政府近期创城督察工作提供的信息，发现部分老旧小区物业管理费低，小区内消防设备缺乏等现象比较普遍，而老旧小区一直以来都是创城工作的重点和难点，整治任务艰巨，所以我们就从这里入手。”五公司南宁市朝阳溪项目部党支部书记徐伯成介绍。在具体活动推进过程中，项目部挑选了良庆区17个老旧小区为捐赠对象，并与各小区物业负责人及社区管理委员会取得联系，征得了相关负责人的同意后才开始进入下一步工作。在捐赠活动中，项目部累计为各小区捐赠了灭火器、消防水带、消火栓箱、消防水枪灭火器挂架及路灯灯罩等共计4488个，并逐一给各小区送达指定位置，解决小区创城改造工作的燃眉之急，为广大居民提供安全的人居环境。

据了解，南宁市朝阳溪项目部是五公司进入水务环保市场的首个项目，高效建设好项目意义重大。今年年初，该项目积极响应南宁市政府号召，为疫情防控物资提供存放地点，根据政府安排采购疫情防控物资并分发至指定单位，为南宁市政府疫情防控工作作出了积极贡献，赢得了地方政府的一致好评。　（颜乔 彭文金）

三公司安九铁路安徽段项目特别邀请部分“反探亲”职工家属——“小候鸟”担任光盘行动的监督员，监督职工节约用餐。　（盛敏 郑睿/摄影报道）

城轨分公司举办

第一届“优秀专业人员日”活动

上海讯　8月16日，城轨分公司38名员工和家属踏上归途，为期三天的城轨分公司第一届“优秀专业人员日”活动圆满结束。

近年来，城轨分公司历经多次优化重组，为进一步增强员工凝聚力，营造尊重人才、爱护人才的氛围，该公司自今年起将每年的8月15日定为“优秀专业人员日”，打造基层员工与公司与亲人沟通的平台，不断推进幸福企业建设。

活动首日，来自16个一线项目的38名员工及家属齐聚一堂，参观了集团公司文化展厅后召开座谈会。“这是重组后我第一次来到新公司，集团公司的辉煌成绩让我无比自豪，见到热情的同事们很有家的感觉，我想这就是咱们企业的家文化。”座谈会上，从公司发展到家长里短，领导与员工们无所不谈，其乐融融。公司党委副书记、副总经理（主持工作）孙小猛对大家的发言一一予以点评和解答。与会的集团公司领导对活动表示肯定并分享了工作经验，为基层员工能力素质提升指明了方向。

随后两天，公司工会、团委组织各位员工及家属游览了上海外滩、枫泾古镇等景点，并开展了趣味运动会、打水仗、钓龙虾、篝火晚会等亲子娱乐活动，大家度过了愉快且丰富的三天时光。

“这三天饱览了上海的万千风貌，更重要的是能跟家人呆在一起，我感到非常幸福！”杭富城际铁路项目的汤雪刚由衷地感叹。下一步，城轨分公司将持续推进家文化建设，加强重组后的内部融合，用真情与真心凝聚人心，不断增强企业凝聚力，促进公司高质量跨越式发展。　（凌霄）

阅读 让世界走到你的面前

炎热的夏季周末，喜欢在清晨第一缕阳光照射到大地之前完成晨练，回家洗漱后吃完早饭就坐在书房里看上一上午的书，对我来说这便是最美的惬意了。喜欢读书是一直以来的一个习惯，无论走到哪儿，都要置办一个或大或的书柜，摆上读过或是新买的书籍，内心才算充实和安稳。

在繁忙的工作生活中，常常会有各种琐碎的事情占用太多时间，想要片刻的宁静似乎都变得奢侈难寻。唯有在周末上午的时候享受真正属于自己的独处时间，关掉手机，泡上一壶茶，静下心来翻阅一本书，才算得上清闲和满足。

曾经的梦想仍然是书房里要拥有一整面墙的霸道书柜，当然还必须有一个更霸道的书梯，便于一路浏览。此刻这个梦想终于变成了现实，每当我最终爬上书梯取下那本锁定的书时，内心的那份欢悦就像是跨过千山万水与心仪的人相逢，炽热而幸福。

有一位同事多年来工作无论再忙也一直保持着阅读的习惯。他曾提起自己贫乏的童年，找不到书看，因此连各类说明书都会看得很入迷，阅读的渴求于是深深渗透在骨子里。成年之后，他的阅读量便大大增加，天文地理史学文学理学无所不通，且人到中年仍能过目不忘，着实让人佩服。暂且不去讲述他是如何通过读书走出贫瘠的山村，又是如何通过阅读不断提升做到现在的自己。不可否认的是当年那个赤着脚蹲在田间地头痴痴如醉地翻看说明书的少年，没有任何功利之心，只为心中的那份执着与渴望。而正是那时候的阅读积累，更大的世界也终于来到他的脚下。

感激这一路走来曾遇到的良师益友，确实是上天的恩赐。他们阅读的经历与感悟，是一份厚重的礼物，我何其有幸，能够拥有与收获。因为家庭、工作或是种种原因，现在很难每天都有足够连续的时间阅读，所以很多时候的阅读就是临睡前床头的那一盏灯……

记得还有位作家曾记录过在某次旅途中的书店邂逅的一位爱书的店主，说过一段记忆深刻的话：旅行，是你走出去看看这个世界；而阅读，是你静静的坐在那里，世界都会来到你的面前。我想的确如此，读一本书，就看到了另一个世界，而每一天都在读书的你，定是优于昨日的你。　（袁华）

扎根基层淬炼青春

——读《我是黄土地的儿子》有感

■ 邓　磊

青年，是一个追逐梦想的年纪，是一个不断学习、积累、沉淀，树立正确人生观、规划自己人生目标的年纪，通读《我是黄土地的儿子》，习总书记在梁家河插队，扎根基层的青春岁月奋斗史，让我更加坚定深入一线、融入一线、服务一线的信念。

不忘初心 筑梦青春

2007年7月，我怀揣着梦想和希望起航芜湖，迎接我的是中国中铁这个大家庭，那年我21岁，至今已有13个年头。从基层到机关、再从机关下基层，我经历了两个来回，唯一不变的是我一如既往的要求自己扑下身子、撸起袖子、甩开膀子，在干中长见识，在干中悟真经，在干中练真本领。

自从2012年调入一公司机关从事安全质量管理工作以来，我成功度过了“七年之痒”。在这七年间，我两次任职安质部，从一级职员到指挥部安全总监，再到安质部任副部长，从机关到基层，从基层到机关，开阔了我的眼界，拓展了我的视野，教会了我用全局理念抓安全质量工作。在这期间，我收获良多，“安全生产先进工作者、质量管理先进个人、蒙华公司优秀工程师、先进工作者”，沉甸甸的荣誉带来既是压力、也是我工作的动力，鞭策着我不断加强业务知识和专业技能的学习。

扎根基层 勤练功夫

在梁家河插队期间，面对特殊历史时期的苦难和磨砺，习近平没有抵触，没有怨言，而是迎难而上，努力奋进。在这里，他度过了农村的“四大关”；在这里，他写了八份入团申请，十份入党申请，终于成为了一名共产党员；在这里，他感悟了基层工作、团队协作的重要性，充实了自己的知识库；在这里，他坚定了自己的人生目标，理解了以实际出发、实事求是和群众的深刻含义。

2016年4月，我从一公司安质部调任到蒙华铁路项目部，在红25军军部所在地卢氏县，沿着革命先烈的前进步伐，作为安全总监的我走遍了44.86公里线路的每一个角落，17座特大中桥留下了我的身影，14座33.38公里的隧道踩满了我的脚印。在基层项目部，通过中国中铁项目管理实验室这块“练兵场”“试验田”的锻炼，我积累了更加丰富的工作经验，也让我明白想要不断提高综合素质，只有从基层做起，才有利于在实践中找到适合自身的岗位，不断激发潜力，完善自我，也更加坚定了我扎根基层的信念和信心。

面对机遇 敢于挑战

千里之行，始于足下。在2018年调回一公司安质部任副部长一年半后，我主动申请去新中标的常益长铁路挂职锻炼，再一次回到基层，面对一个新的机遇和挑战，我信心十足。龚家村隧道、烂竹村水库特大桥、益阳绕城高速特大桥、梁板场，征地拆迁、路地协调、手续办理，通过自身的努力，加上团队的协作，我们解决了用地困难的问题，实现了龚家村隧道率先进场施工的目标，一个个点的突破，带来的是施工现场的全面开花，我在从中不断提高和完善自我，循序渐进地积累了实力和经验，寻找到成长的支点。

机会，从来都是给有准备的人的，在常益长铁路挂职锻炼三个月后，根据安排，我被调任南通港铁路任党支部书记。虽然面对的是以前没有干过的党务工作，新的岗位、机遇和挑战，但我没有退缩，始终认为笨鸟先飞，勤能补拙。抓党建工作，要充分认识到党建工作的重要意义，做到与企业中心工作高度融合、与项目团队协作相融合、与施工生产经营相融合；只有让员工明白个人价值追求与企业发展目标是一脉相承的，员工个人得失与企业发展好坏是息息相关的，才能更好发挥出团队的战斗力和执行力。

在项目中标通知书下发一周内，我们承办了在标段新江海河施工现场举行的全线开工动员会，率先在全线完成首个混凝土拌和站、钢筋加工厂、项目驻地建设，一个个零的突破，是团队协作最完美的答卷。只有端正工作态度，树立扎根基层的理想信念，时刻认清前进的目标和方向，扑下身子、沉下心来、扎下根去，才能在火热的实践中茁壮成长。

我常常自念《沁园春 长沙》，这首词是毛主席抒写青春，追逐梦想，充满着对青年时代革命斗争生活的回忆，抒写了革命青年对国家命运的感慨和以天下为己任，蔑视反动统治者，改造旧中国的豪情壮志。时间不等人，逆水行舟，不进则退，在集团公司大步向前发展之际，人才发挥的作用越来越突出，只有进一步增强工作积极性和主动性，正确面对工作中的各种困难，做一个有责任感和使命感的有为青年，才能乘着新时代的浩荡东风与集团公司同进步、共发展，大步向前、蓬勃向上。

满江阅读