



中明环保集团
ZhongMing Environmental Protection Group

地址：四川省眉山市东坡区复盛乡中塘村七组
电话：028-38600111
传真：028-38603101
邮箱：zm@chinazmhb.com
网址：http://www.chinazmhb.com/



09

导视9期
2019年07月

Z 中明视界

HONG MING HORIZON

以人为本 保护环境 开拓创新 追求卓越

本期 导读

- 东坡区生态环境局到我厂开展法制宣传讲座
- 欢迎重庆市专家莅临重庆中明调研指导工作
- 眉山市生态环境局周代军局长率队前往中明环保集团眉山基地调研
- 四川中明首次举行对外公众开放参观活动



Z 中明视界
HONG MING HORIZON

特别顾问：何中明
王先锋
总编辑：叶发春
执行主编：郑征成
何成明
编辑顾问：汪冰
责任编辑：吴小英
版面编辑：朱成勇

一、走近中明

- 1、中明环保集团简介.....1
- 2、眉山市中明物流有限公司简介.....3
- 3、四川中明朗天商业运营管理有限公司简介.....4

二、热点新闻篇

- 1、东坡区生态环境局到我厂开展法制宣传讲座.....5
- 2、欢迎重庆市专家莅临重庆中明调研指导工作.....7
- 3、眉山市生态环境局周代军局长率队前往中明环保集团眉山基地调研.....8
- 4、四川中明首次举行对外公众开放参观活动.....9

三、新工艺新技术篇

- 等离子体焚烧的发展与展望.....11

四、安环篇

- 安环百日专项整顿行动正式启动.....14

五、政策法规篇

- 解读最严《广告法》.....15

六、企业管理篇

- 1、留人比招人更重要.....18
- 2、让员工与企业共成长.....19

七、人文篇

- 1、运动起来，告别亚健康.....22
- 2、我终于相信：热爱是最高级的自尊.....25
- 3、跑步与环保.....27
- 4、学习心得.....28



走近中明



中明环保循环经济示范产业园(基地)

中明环保集团 简介

GROUP INTRODUCTION

中明环保集团成立于1999年，总部设在眉山市东坡区。中明环保集团由四川省中明环境治理有限公司、重庆中明港桥环保有限责任公司、四川省中晟环保科技有限公司、眉山市中明物流有限公司、四川省中明再生资源综合利用有限公司、四川中明朗天商业运营管理有限公司、上海盘龙实业有限公司等11家公司组成，在职员工2000余人，合作客户达7000多家，主营业务是危废处置、电子拆解、环境监测和环保“管家”服务。

四川省中明环境治理有限公司及重庆中明港桥环保有限责任公司是我们集团的主营业务公司。2019年初，四川省中明环境治理有限公司技改扩能完成，集团综合处置能力由3万多吨提高

到27万吨，增长8倍多，集团公司危废综合处置能力将位列川渝两地前茅。

四川省中明环境治理有限公司成立于2009年7月，规划用地1000亩，主要以危险废物收集与处置为主营业务，公司现配有焚烧车间、固化车间、水处理车间、线路板拆解车间以及4个危废暂存库，成立了专业的危险废物运输公司，可处理46类危险废物中的33大类，技改完成后危废综合处置能力提升至132814吨（其中综合利用2万吨）。

重庆中明港桥环保有限责任公司成立于2011年8月，公司以工业、医疗废物的收集、处置和利用为主，可处理39大类危险废物，处理废物规模达138440吨/年。

目前，集团正在倾力打造中明环保循环经济示范产业园（基地），园区位于成都经济圈重要地域的眉山市，北靠省道106，东临岷江东路快速通道，地理环境优美，物流运输便利。园区规划用地5300亩（其中工业用地3600亩），计划总投资154.8亿元，致力于循环经济产业发展，打造一条从废物收集，到分拣加工，再到循环利用以及最终处置的完整产业链。2018年4月，中明环保循环经济示范产业园（基地）概念性总体规划方案顺利通过专家评审和眉山市东坡区规委会，目前已进入详规编制和规划环评阶段，集团正在协调地方政府及相关部门进行调规。

中明环保循环经济示范产业园（基地）对中明集团的发展具有极其重大的意义，该园区的建成预计可实现年产值超500亿元，利税120亿元，增加就业岗位近四万个。

鲲鹏展翅，志在千里。集团正在立足眉山，辐射全国，未来拟在安徽、贵州、广西、陕西、

湖南、湖北、福建、云南、内蒙古等省份布局建立危废收集、处置中心，从而进一步布局建立循环经济产业园。目前已经完成了部分省市的危废市场调研，为集团开疆扩土打好了前站。

中明环保集团坚信未来的环保产业一定是循环经济的舞台，因此中明环保集团于2017年10月开启了环保管家业务，为循环经济示范产业园（基地）开辟业务道路。中明环保集团联合有关高等院校、科研院所、重点环保企业组建中明环保管家服务平台，致力于为各级政府、工业园区、企事业单位提供全方位、一揽子、“保姆式”环保管家服务，统筹解决客户环境问题，有效降低客户环保治理和管理成本，同时降低环境产业链各个环节脱节产生的高昂交易成本。

中明环保循环经济产业园区（基地）的建设，以及环保管家服务平台的开启，为集团园区经济发展模式创立了一个优质的模板，其终将为中明环保集团带来跨越式的发展。



眉山市中明物流有限公司 简介 >>>

眉山市中明物流有限公司是四川省中明环境治理有限公司的全资子公司，成立于2013年7月23日，位于眉山市东坡区复盛乡中塘村7组，是取得危险货物运营资格的专业物流公司。公司投资900万元，自购车辆28台，从业人员30余名，自建标准化停车场占地约2000平方米。

公司拥有一支具有专业资质的资深运输驾驶员的优秀运输团队及一批经验丰富、尽职尽责的专业运输管理人才。公司主要致力于四川省内的危险废物运输业务，主要保障四川省中明环境治理有限公司的危险废物的运输工作。公司所有危险品车辆均导入ABS防抱死系统、GPS定位系统和视频监控系统，实现远程实时监控，有效保障人员和货物的安全。

公司通过了3级道路危险货物运输企业安全生产标准化验收。先后被评为质量信誉考核“5A级企业”、地区“十佳优秀企业”、“先进单位”等称号。



四川中明朗天商业运营管理有限公司 简介 >>>

四川中明朗天商业运营管理有限公司（以下简称为“中明朗天”）创立于2017年3月，是四川省中明环境治理有限公司的控股子公司。公司致力于工业废物的资源化利用与无害化处理，配套发展环境监测、环境治理、环境评价与咨询、环境工程、环境设施运营等的市场业务，构建完整产业链，铸造以废物资源化为核心的多层次环保管家服务平台，为环境管理提供整体解决方案，推动循环经济发展，为企业的不同发展阶段定制和提供一站式环保管家服务。

目前，公司重点开拓工业废物处理和环境检测的市场业务，积极拓展环境治理的关联业务。经过短短两年多的市场洗礼，公司组织架构稳定，管理体系持续完善。同时，凭借在工业废物和环境检测领域的专业水平和成熟的技术，通过不断拓展市场渠道，开发新客户，维护老客户，培养优质客户，公司逐步赢得了市场和客户的广泛认可，在行业内享有良好的知名度和美誉度。现已发展成为西部地区最具规模的专业化危险废物处置市场服务商和综合性的检测机构以及大型环保技术服务提供商。公司业务涉及汽车、医药、能源、化工、机械、电器电子等各工业领域以及各级政府部门，与公司建立了长期合作关系的客户达7000多家，二噁英检测客户覆盖全国。

公司将牢牢把握行业发展的历史机遇，在处置模式创新、环保技术创新等多方面进行不断探索，重点推进检测专业化、废物资源化和无害化工艺协同处理，不断开拓，追求卓越，以技术为核心、视质量为生命，从管理机制、企业文化、客户服务等方面持续改进，以专业管理提升服务水平，以优质服务扩大市场份额，逐步从西部辐射全国，致力为客户提供超越期望的优质服



热点新闻篇



东坡区生态环境局到我厂开展环保法治讲座

文章来源：事业部
作者：冷雨欢

2019年7月9日，眉山市东坡区生态环境局组织相关人员来到我公司，开展了一次环保法治宣传教育讲座。公司领导对此高度重视，指定公司中高层管理者及生产系统主管人员参加了此次宣传讲座。

本次宣传主讲人是东坡区生态环境局法治科杨主任，他结合实际，深入浅出，分别就践行“绿水青山就是金山银山”理念，推进绿色发展；打好污染防治、蓝天保卫、净土保卫三个攻坚战；履行主体责任，做守法企业，履行社会责任，做生态环境保护的



宣传者、践行者和推动者等方面进行了宣讲。

事业部总经理赵兵先生也参加了这次讲座，并在会上表示：“要牢固树立绿色发展理念，深入学习贯彻落实环保法律法规，不断完善环境治理措施，努力担当社会责任，为子孙后代造福，为建设天蓝、地绿、水净的美好家园而不懈努力。”

此次宣讲，让我们进一步认识到“既要金山银山，更要绿水青山”的环保理念。在我国越发重视环保的今天，机遇与挑战并存。作为一个名环保人，我们更要努力提高生态环境保护意识，依法合规的处置经营，为公司的发展保驾护航，为我国的碧水蓝天事业添砖加瓦。



区局法治科宣讲人在作宣讲



事业部总经理赵兵先生作发言



眉山市生态环境局周代军局长率队前往中明环保集团眉山基地调研

文章来源：行政人事中心

2019年4月28日上午，眉山市生态环境局周代军局长一行在东坡区周学梅副区长等领导陪同下，来到中明环保集团眉山基地调研。

中明环保集团总裁王先锋先生全程接待了调研组，副总裁叶发春、张明、焦小刚等集团领导及相关负责人出席了座谈会。会上，总裁王先锋先生向调研组一行领导汇报了集团公司整体生产经营情况及园区规划情况。

周局长一行领导对中明集团的发展以及集团为社会做出的贡献予以高度评价，充分肯定中明环保集团的发展理念，指出中明环境集团是一家环保设施设备健全、配套设施完善的现代化环保企业，而环保又是朝阳行业，中明集团抓住了时代的脉搏，布局长远，前途无限，并高度赞扬了中明集团始终坚持发展绿色环保、循环经济的精神。



通过此次调研，眉山市生态环境局及东坡区领导对中明集团业务发展情况有了更全面和深入了解，对中明集团在环保行业中所扮演的角色有了全新的认识，并表示未来将加大对中明循环经济产业园区的支持力度。



周局长等领导对中明集团进行视察



重庆市环保局高级工程师卓吉华等领导亲临重庆中明检查固体废物处置项目

文章来源：重庆港桥
作者：杜茂兰

2019年6月5日，永川区创建国家卫生区工作迎来重庆市级技术评估专家检查。12名市级技术评估专家分成创卫迎检工作综合组、爱国卫生组织管理组、健康教育和健康促进组、市容环境卫生组、环境保护组、重点场所卫生组、食品和饮用水安全组、公共卫生与医疗服务组、病媒生物预防控制组、职业健康组等10个组，深入永川街道、园区、社区、企事业单位等地进行检查。

(图为专家们现场查看在线数据监测)



当天上午，由市环保局高级工程师卓吉华率队的市级技术评估专家环境保护组，首先对重庆中明港桥参与永川区创建国家卫生区开展市级技术评估。现场实地查看了重庆中明港桥医疗废物处置车间、焚烧车间的环保在线数据监测、固化车间、物化车间、安全填埋场等区域的危险废物处置情况。专家们认真听取了我司固体废物是如何进行分类、交接、转运及处置等相关问题介绍，现场查看了固体废物转运五联单，并与生产车间相关工作人员进行交流具体的处理情况等。市专家对我司固废的规范化管理及在创卫工作中取得的成效给予充分肯定，同时建议公司在医废处理车间新增设一个大的显示屏。公司何志总经理当面表态立即按检查组的建议增加大的显示屏，公司一如既往严格依法合规经营，为保障生态环境安全和区域的碧水蓝天做出应有的贡献!



四川省中明环境治理有限公司 举行首次公众开放参观接待活动

文章来源：事业部
作者：冷雨欢

2019年6月3日，在“6.5世界环境日”即将到来之际，眉山市生态环境局组织了四川工商学院数十名师生代表来到我公司开展了一场别开生面的环境日主题参观活动。这是我公司被正式列为全国环保设施和城市污水垃圾处理设施向公众开放单位后的首次面向社会公众开放的参观活动。

我公司于今年4月正式被四川省生态环境厅批准列为第二批全国环保设施和城市污水垃圾处理设施向公众开放的企业单位。公司对此高度重视，责令安环部门对接主管单位，了解并落实相关要求；指定行政人事部作好接待前期工作，包括拟定参观方案，规划参观路线，落实厂区美化整改，邀请集团中心出谋划策，精心布置会场等，尽可能将参观活动的各个环节、细节都考量准备到位。



当天上午10:30左右，一辆满载四川工商学院各专业师生代表的大巴车驶入四川省中明环境治理有限公司的厂区大门。随行的还有眉山市生态环境局领导、眉山市电视台新闻媒介记者等相关人员。四川省中明环境治理有限公司危废处置事业部赵兵先生、副总经理葛升云先生等相关领导参与了接待陪同。

根据活动既定流程，参观人员首先到公司会议室观看了中明环保集团宣传片；行政人事部部长蒯俊介绍了四川省中明环境治理有限公司的相关情况，包括公司的发展历程、资质荣誉、公司的安全环保工作；同时蒯俊还向参观人员宣讲了进入生产区域参观的安全事项。

介绍完毕后，四川工商学院的师生代表们按要求穿戴了安全帽、口罩，整齐有序地进入到了我公司生产区域进行参观。

在公司调度部周小根部长的引领和讲解下，工商学院的师生代表们分别参观了公司的危废暂存库房、焚烧车间、水处理车间、固化填埋车间以及相关污染治理设施。

虽然当天烈日高悬、骄阳似火，但酷热的天气并没有阻挡大家的步伐。沿途中，工商学院的师生们时而翘首以盼，时而驻足观看，认真的聆听着周小根部长的介绍，同时还积极的向公司陪同人员询问，陪同人员都热情地一一作答。参观结束后，工商学院的师生们一致给予了公司高度评价，满载着收获对危险废物处置和污染治理的知识而归。

本次对外公众开放参观活动的圆满举行，公众收获了危险废物处置和污染治理知识，公司收获了公众对环保企业的了解、理解和宣传。

公众开放刚刚起步，环保之路任重道远，公司将在集团公司的正确引领下，不断总结经验，丰富完善宣传内容，持续改进接待方案，把公众开放接待日活动越办越好。





新工艺技术篇

等离子体焚烧技术的优势与展望

文章来源：事业部
作者：税思荣

上世纪 90 年代，美国、英国、法国等发达国家的一些企业将等离子体技术应用到废物处理中，包括美国洛克希德公司旗下的 Retech 公司、西屋等离子体公司、英国Tetronics 公司、法国航天公司以及以色列 EER 公司等。这些企业利用热等离子熔融技术处理的危险废弃物包括含氟有毒废液、感染性医疗垃圾、城市生活垃圾

焚烧飞灰、污泥、石棉工业废弃物、舰船甲板废弃物、船坞废弃物、化学及重金属污染土壤等，并实现工业化应用。

等离子体处理危险废弃物是采用等离子火炬或火炉将废物加热至超高温（一般控制在 1100~1600℃），此时基本粒子的活动能量远大于任何分子间化学键的作用，物质的微观运动

以原子热运动为主，原有的物质被打碎为原子物质，以破坏有害成分或使其丧失活力，从而将复杂的物质转化为简单的无害物质。

一、相比传统的焚烧技术，等离子体技术主要有以下优势：

1) 热等离子体具有较高的温度和能量密度。传统的焚烧技术以燃料为热源，一个“氧气—燃料”火焰的最大热量通量大约为 0.3kw/cm²，而等离子体一个直流转移弧的热量通量可以达到大约 16.0kw/cm²。具有如此高的热量通量是因为其具有较高的温度、较高的气体流动速度以及较高热导率的等离子气体。由于热等离子体具有较高的温度和能量密度，能够熔融飞灰等热值很低的危险废弃物。

2) 维持等离子体弧所需要的气体体积比靠燃料燃烧的焚烧炉要少很多。对于给定数量的处理物质，等离子体系统所需的气体体积仅为燃料焚烧炉所需气体的 10%左右，这也意味着对于等离子体系统的尾气处理系统能极大的简化。

3) 等离子体系统的能量供给与系统中氧气的浓度是能够独立控制的。等离子系统的氧化性、还原性以及惰性气体环境是独立于反应器温度之外可控制的。而对于传统的焚烧炉能量通量与氧气的浓度不能独立于反应器的温度。这使得等离子体系统在极高的还原性或惰性气体环境下具有极高的能量通量成为可能。

二、等离子体焚烧发展展望

传统无害化焚烧方式处置过程将会产生大量的二次危废待处置，分别为生活垃圾飞灰、回转窑残渣及飞灰、医废焚烧残渣及飞灰等。随着我国危废填埋场资源越来越紧俏，填埋价格逐步攀高，特别是经济较发达的沿海一带，危废处置企业回转窑焚烧灰渣和飞灰的处理费用占比也越来越高甚至找不到去处，大量积压在库房。而等离子体技术将完美的解决焚烧灰渣和飞灰的问题，因此该技术越来越受到大家的青睐，特别是产废企业。

目前等离子体焚烧技术用于综合性危废处置技术不成熟，主要制约的原因是：综合性危废处置所收集的危废成分复杂、种类多、热值情况不一，玻璃体形成条件约束，对配伍技术要求较高等，增加了工艺过程控制难度和处置成本的管控。目前等离子体焚烧对于产废企业自建危废处置设备将是最佳选择，因其危废种类单一，相对于传统焚烧方式其二次危废产生量大大降低，对企业的整体运行成本优势明显。

等离子体焚烧将向多工艺、多危废之间的协同处置方式发展，其可适用性、经济性等会得到大大的改观。资源化才是未来危废处置的主流方向和发展，等离子体焚烧处置技术将是继水泥窑协同处置技术后，下一个危废处置技术的未来。在实现无害化的前提下，进一步实现危废的资源化，促进循环经济、低碳经济发展，践行绿色发展观。



安环篇 >>



WATER IS LIFE
SAVE THE WATER!

WE, TONGRO IMAGE STOCK, SINCE COMMENCE WITH PRODUCING
DIGITAL IMAGE SLIDE TRANSPARENCY BUSINESS IN 1992.

安环百日专项整治行动正式启动

文章来源：安环中心
作者：杨超

2019年5月22日10:30，集团“安环百日专项整治行动”启动会在眉山和重庆两个会场同步召开。

叶副总裁主持了眉山片区的启动会，副总裁叶发春、焦小刚、何细华、张明出席会议，两个会场共有130余人参加启动会。

会上，叶副总裁介绍了活动背景、宣读了活动领导小组成员任命。安环中心副主任介绍了具体活动方案，对活动内容进行了安排，对活动重点进行了强调。张明副总裁、何细华副总裁作了大会发言和强调。即日起至8月31日，集团将开展安全、环保、职业健康、消防领域专项百日专项整治行动，安环中心将聚焦“监督检查”职责，督促各板块、各职能部门全面落实安全生产、环境

保护、职业健康、消防安全属地责任、监管责任。焦副总裁作了总结讲话，对活动提了四点要求：一是强化安环意识，严格履职尽责；二是坚持从严监管，夯实安环基础；三是加强全员培训，提升工作执行；四是狠抓活动落实，重视阶段总结。

“安环百日专项整治行动”是集团全力全面推进的一项安环专项活动，是对一季度安环管理的延伸和拓展，是对当前安环工作的巩固和强化。各单位一定要高度重视，按照集团统一部署，以务实的作风、坚决的态度、严格的措施，认真落实各项工作，确保此次活动取得显著成效。





文章来源：网络摘抄

自2015年9月起，国家正式实施新广告法，企业网站、微博、微信广告行为也受监督，其细致条款引发了业界和坊间的广泛关注。这一重大法案的出台，给无数商家敲响了一记响亮的警钟。

对于广告用词的规范，网上流传着一个巨大的词库，究竟这些“极限词语”是不是都被“封杀”，广告文案应该遵循什么样的原则？

针对这些热点问题，小编深思熟虑，汇集众多权威文章及政府资料，搜集整合出以下选项，供大家了解熟悉新广告法中的那些违禁词。经总结，凡是广告语中带有“最、一、级/极、首/家/国”等前缀或者后缀的词汇，都有可能被判定为绝对化用语，请各大家谨记！

先来一个知识小问答：安全无毒属于极限词吗？（答案见文末）

《广告法》在开篇伊始就界定了该法适用的范围。商品经营者或者服务提供者通过一定的媒介和形式直接或者间接地介绍自己所推销的商品或服务的商业广告活动，适用本法。”

根据旧版《广告法》，广告发布者“法人或其他经济组织”。而新法中，无论是自然人、法人或其他组织，只要是推销商品或服务，自行或者委托他人设计、制作、发布广告，就构成了商业广告活动。如若发布的广告内容虚假，就必须受到相应的处罚。

特别要注意的是，新法规定新媒体与传统媒体一样要受广告法的调整规范，比如微博微信朋友圈，涉及广告的，也将受到监督。

新《广告法》的处罚，堪称“史上最严”。除了“行为罚”，还有“经济罚”和“资格罚”。“行为罚”指的是由工商行政部门责令停止发布广告，责令广告主在相应范围内消除影响。“经济罚”则是根据广告费用处以数倍罚款。而“资格罚”则是吊销营业执照或有关证照。“广告主若发布虚假广告，需在相应范围内消除影响”，这里是说“不能再黄金时间打虚假广告，却选择深夜来发布更正声明”。如果发布虚假广告构成犯罪的，还将依法追究刑事责任。

新广告法极限词（违禁词）大全

1、「最」最、最佳、最具、最爱、最赚、最优、最优秀、最好、最大、最大程度、最高、最高级、最高端、最奢侈、最低、最低级、最低价、最底、最便宜、史上最低价、最流行、最受欢迎、最时尚、最聚拢、最符合、最舒适、最先、最先进、最先进科学、最后、最新、最新技术、最新科学

2、「一」第一、中国第一、全网第一、销量第一、排名第一、唯一、第一品牌、NO.1、TOP1、独一无二、全国第一、遗留、一天、仅此一次一款）、最后一波、全国X大品牌之一、销冠（需住建委证明方可使用）

3、「级别」国家级、国际级、世界级、千万级、百万级、星级、5A、甲级、超甲级

4、「极限词语」顶级（顶尖/尖端）、顶级享受、高级、极品、极佳（绝佳/绝对）、终极、极致、致极、极具、完美、绝佳（极佳）、至、至尊、至臻、臻品、臻致、臻席、压轴、问鼎、空前、绝后、绝版、无双、非此莫属、巅峰、前所未有、无人能及、顶级、鼎级、鼎冠、定鼎、完美、翘楚之作、不可再生、不可复制、绝无仅有、寸土寸金、淋漓尽致、无与伦比、唯一、卓越、卓著

5、「稀缺」前无古人后无来者、绝版、珍稀、臻稀、稀少、绝无仅有、绝不在有、稀世珍宝、千金难求、世所罕见、不可多得、空前绝后、寥寥无几、屈指可数

6、「独家」独家、独创、独据、开发者、缔造者、创始者、发明者

7、「首/家/国」首个、首选、独家、首发、首席、首府、首选、首屈一指、全国首家、国家领导人、国门、国宅、首次、填补国内空白、国

际品质

8、「黄金」黄金旺铺、黄金价值、黄金地段、金钱、金融货币图片、外国货币

9、「品牌」大牌、金牌、名牌、王牌、领先上市、巨星、著名、掌门人、至尊、冠军、王之王、王者楼王、墅王、皇家

10、「领」世界领先、（遥遥）领先、领导者、领袖、引领、创领、领航、耀领

11、「虚假」史无前例、前无古人、永久、万能、百分之百

12、「权威」特供、专供、专家推荐、国家xx领导人推荐、使用人民币图样（央行批准除外）

13、「涉嫌欺诈消费者」点击领奖、恭喜获奖、全民免单、点击有惊喜、点击获取、点击转身、领取奖品、抽奖。注：礼品（需标明名称、价格、数量截止日期）

14、「涉嫌诱导消费者」售罄、售空、再不抢就没了、史上最低价、不会再便宜、没有他就xx、错过不再/错过即无（错过就没机会了）、未曾有过的、万人疯抢、全民疯抢/抢购、免费领、免费住、0首付、（免首付）、零距离、“价格你来定”

15、「文字」不得单独出现外国文字（出现外国文字需要注明汉语）、认不出毛笔字、繁体字、没有版权的字体（汉仪）

16、「肖像权」公民肖像权、儿童肖像权、明星肖像权、名人肖像权、名人卡通形象、动画片卡通形象

17、「教育」学校名称、升学、教育护航、九年制教育、一站式教育、入住学区房、优先入学、12年教育无忧、全程无忧、让孩子赢在起跑线上



企业管理篇 >>

留人比招人更重要

文章来源：事业部
作者：冷雨欢

企业中，人员的流动是一个再正常不过的现象。正常的人员流动，有利于为企业注入新鲜血液，带来新思想、新方法，让企业保持生机。但如果人员流失率过高，则会给企业增加成本，带来诸多不利影响。那么，一个员工离职，究竟会给企业带来哪些额外成本呢？个人总结主要有以下几方面：

1、招聘成本。有员工离职，必然会有新人补充进来。如果是对外招聘，那不可避免的将会产生一系列的招聘费用，例如印制、发布招聘信息的广告宣传费；参与招聘会的展位费或渠道费；招聘人员招聘过程中的时间成本以及交通、食宿补贴等费用；都是招聘新人员所产生的费用。

2、培训成本。新员工入职后，企业要对其进行相关的培训和教育，如入厂安全教育；企业文化及规章制度培训；上岗前的专业知识、操作技能的培训；而企业在组织这类教育培训时所花费的时间成本、培训讲师的补贴、培训场地的使用及管理等等也是一笔开支。此外，新员工上岗，企业要重新向其发放各类劳动防护用品、工作服。

3、过渡成本。新员工到岗后，从生疏到熟练，从磕磕绊绊到完全胜任肯定需要一个适应的过程。那么在此期间，他的工作效率、工作质量肯定无法立即达到企业希望的标准，那么在这个过渡期间由于他的不熟练势必也会对企业的生产经营造成损失和浪费。

4、额外工资成本。据统计，新招聘员工的工资水平可能会高于老员工该公司水平，因为优秀的人才往往在薪酬待遇方面会有更高的要求，如果企业负担不起，则会错失优秀人才，但如果要录用，势必付出更高的工资成本。

5、风险成本。如果是核心员工或是掌握企业关键技术的员工离职，那么该员工的离职给企业造成的风险无疑的是不可忽视的。这对于企业来说不仅会出现关键人才的断层，影响企业正常生产运作。还可能致使该员工流失到竞争对手那边导致知识产权或核心技术的流失，造成商业机密外泄或者客户的流失风险。从而削弱企业的竞争力。甚至某些核心人员的离职还会带走一批人，造成员工士气低落、军心不稳。

如此细算下来，才会发现一个员工的离职会竟然增加企业这么多的隐形成本，但这也从侧面反映了人员维护机制的重要性。招人是为了招到可用之人，而为了招人而招人是最没有效率的招聘，也是造成许多公司招聘工作繁、重、难的原因。很多时候，留人比招人更重要，应该成为一个企业HR或者高层领导的共识，否则企业将会陷入一个本末倒置的死循环中。当然，留人比招人更重要，并不是说招人不重要，而是说招人的最终目的在于留住有用的人才。而如何留得住人才，这就需要企业无论是从构建科学的晋升通道还是内部人才梯队的培养建设，亦或是从薪资待遇的完善再到企业文化的打造及贯彻上面都要跟得上脚步。

18、「户口」承诺户口、蓝印户口、承诺移民、买个房啥都解决了

19、「风水」上风上水、聚财纳气、宝地、圣地、府邸、龙脉（贵脉）、东西方神话人物、龙脉之地、风水宝地、天人合一、天干地支品上山山水——享上等上城、堪舆

20、「封建」帝都、皇城、皇室领地、皇家、皇室、皇族、殿堂、白宫、王府（府邸）、皇室住所、政府机关、行政大楼、XX使馆、XX境线

21、「歧视性词语」贵族、高贵、隐贵、上流、层峰、富人区、名门、XX阶层、XX阶级

22、「活动」国家大型赛事（冬奥会、奥林匹克运动会、世界杯）、双十一（已被阿里巴巴注册不可使用）

23、「价值/投资」升值价值、价值洼地、价值天成、千亿价值、投资回报、众筹、抄涨、炒股不如买房、升值潜力无限、买到即赚到

24、「数据无证据证明」得房率%、XX亩、XX公里、XX平方米、热销X亿、%绿化率、%容积率、热销X亿、热销/成交XX套、XX位业主

25、「交通/设施」直达家门口、地铁上盖、咫尺地铁站、万亩公园、几大商场环绕、万达在旁、机场辐射区、超市、商场、学校、医院等名称、X条地铁、X条公交（经查证属实）、地铁旁（需1公里范围内）

26、「无法证明具体地理位置」CBD坐标、CBD核心、城市核心地段、你在城心、我在你心、中央、中心、重心、中枢、重点、腹地、地标、城市中央、凌驾于世界之上

27、「限时活动」限时必须具体时间（今日、今天）几天几夜、倒计时、趁现在、就、仅限、周末、周年庆、特惠趴、购物大趴、闪购、

品牌团（必须有活动日期）、随时结束、随时涨价、马上降价

28、「无预售许可证」无预售许可证：禁止提及开盘

仅是预售：禁止提及精装

如果没有建成：禁止体现装修风格（精工德式装修、源于百年传承、室内采用XX石材）。

29、「其他」国旗、国徽、国歌

30、时间表示距离、所有的无来源数据

31、规划中及建设中的交通、商业、文化教育设施（涉嫌做误导宣传）

31、文中所包含的所有图片均注明属性（样板间实景图/实景图/效果图）贷款服务：应该提供贷款银行，名称，贷款额度、年期（包括分期、日供）。月供按揭需要注明银行名称和贷款额度、年限只允许用人民币结算、不可使用国外货币。

32、关于排序名次：第一、第二、首家、三甲、十强等广告语内容夸张、不属实。折页里出现某某报纸、杂志、网站等内容。

以上就是新广告法规定的极限词（违禁词）大全，大家发广告，一般做好文案之后都要检查好几遍，先用软件检测，再用人工检测，毕竟小心使得万年船。如果不是专业写文案的，极限词这些也是经常犯的错误，大家写文案的时候可以参考一下上面的词，希望能给大家一点帮助。

（知识小问答答案：“安全无毒”属于极限词，这种都是有疑义的，可以用绿色，天然，环保，健康，舒适，惬意这样的词替代哦。）



让员工与企业共成长

文章来源：行政人事中心
作者：萧晴

面对企业人力资源管理的对象和环境的转变，只强调企业发展、企业成长，忽视员工发展、员工成长，很难行得通。

怎么样让员工和企业共同良性发展？

这里面想引用博弈论里面经典的模型，就是“智猪模型”，构造一个场景，比如说我们这里是一个猪圈，这个猪圈是长方形的，猪食槽是放在一头，食槽上有一个按钮，猪只要一按按钮就可以掉十个单位的猪食。猪跑过来按钮，再回来吃东西，大猪和小猪消耗的是二个单位，这时候我们看大猪按按钮回来吃猪食的时候，可以吃七个单位的猪食，如果小猪去按，再回来吃，可以吃三个单位的猪食。我们首先看大猪和小猪都去按，回来吃是什么情况？大猪净利润是五个单位，小猪的净利润是三个单位，这是两个猪都去按，回来吃食会出现这样的情况。如果大猪按，小猪不按是什么结果，大猪按按钮了，回来吃了七个，消耗掉二个，还剩下五个，小猪没有按，没有消耗能量，所以它是三个。如果小猪按按钮，消耗两个单位，回来再吃只能吃到一个单位，这样的话，它吃到这一个单位与消耗掉的两个单位相比，就亏损了。大猪没有去按，就没有消耗。

我们再看看两个都不按，结果当然很明显，没有猪食掉下来，谁也没有收益，也没有亏损，就是零。

这个模型就是为了解释博弈过程中策略选择问题。我们看小猪怎么做是最佳的，最优的一个策略？通过分析我们不难看出，小猪无非是按

还是不按。大猪按或不按，我们看看小猪如果去按的话，有两个结论，一个是获得一个单位的净利润，一个是亏损的一个单位净利润，如果不按的话，要么三个单位的净利润，要么就是没有亏损可以说在这样一个情况下，小猪采取不按是最佳策略。对它来讲有一个优先采用的战略，就是我不按，因为这样的话，它获得的利益是保持最大化。

大猪的最佳策略呢，如果小猪也去按了，大猪也跟着去按，得到的结果就不太好，如果小猪去按，大猪不按，它得到九个单位的净利润。如果小猪不按的情况下，再分析这两种结果，大猪按可以有五个净利润，如果不按就什么都没有。所以说对于大猪来讲，有的时候按获得好的效果，有的时候不按获得好的效果，这就看小猪采取什么样的策略，有就相应采取一个对策。这时候大猪是没有主动权，没有先机，只能看别人是什么样的策略，然后它再采取一个对应的做法。

因此在这里我们看到小猪是有主动权的，而大猪则取决于他人的策略，然后再出招，这个博弈过程中，我们就看出小猪是主动的。

为什么要说这个模型呢？这个就是在考虑员工和企业，共同良性发展的时候，受到这样一个模型的启发。因为我们感觉到企业和员工也是在进行一场博弈。因为它是事物的两个方面。在博弈当中，企业和员工是什么样的位置，到底怎么做才能占得先机？通过分析我们感觉到在企业里面，企业是大猪这一方，员工是小猪，员工有绝对的优先策略，而企业作为大猪是要提供员工一

个环境和条件，员工可以等待，但是企业不能等待。

因此我们企业必须首先采取行动，建立合理的制度，要营造理想的气氛。在企业 and 员工当中，共同认同的框架内合理解决利益和冲突，创造一个和谐的人力资源环境，这样的话最终达到企业和员工共同发表的目标。

所以说从“智猪模型”的角度，我们分析一下最后觉得企业应该采取的是主动，要主动提供环境，创造氛围，让员工感到满意，有家的感觉。

下面我们就是从这样一个思路出发，来看一看，可以采取哪些活动和实践，采取主动让员工感到满意，创造一个和谐的良性的人力资源环境，这方面的一些实践。

这里面我们分三个方面：

第一个，我们要玩一个增和游戏，而非零和游戏。

第二个，我们要激发员工的激情，要做一个煽情高手，要把员工的激情激发出来。

第三个，要创造一个学习型的环境，创造一个让员工能够不断的成长和发展的环境。

首先我们要做增和游戏，而非零和游戏，这是个理念的问题。我们企业实际上和员工通过双方的共同努力，达到企业良性的发展和循环。员工在企业里面得到所应得到的部分，员工在企业里面，企业是一个平台，员工在给企业做贡献的时候，自己得到了成长和发展。他的职业生涯得到了一个提升。这样的情况，企业就会逐渐的走向良性循环，企业就会做大，而不是一个固定的。

蛋糕，企业和员工之间分掉，员工分的多一点，企业就少了。是这样一个固定的、僵化的零和游戏，我们不是做这样的游戏，而是做增和游戏。在企业的发展过程中，员工的能力在提升，他的激情不断受到激发，他的智慧和创造性得到不断的发挥，他会给企业带来丰厚的利润。因为企业是年年增长的，我们都知道一个指数系列，

在一个指数增长的过程当中，即便企业占到40%，如果你永远只拿到40%，基数在增长，是指数发展的盘子，这个40%会远远比一个固定的僵化的小蛋糕60%，甚至80%都多。所以说我们是抱着这样一个理念，要善待员工，要给他们所需要的东西。我们看到的是给他的激励，是对他后续所做出的贡献的激励，企业会受到更大的回报。

这样的话从企业基本建设上面，提供了有竞争性的薪酬体系，在这个基础上，加上科学的激励机制，以及包括非常系统化的职位系列的设置，全面发展的这样一些机制和手段。

在深入研究了员工职位价值与管理理论，以及员工职业生涯规划这些好的经验和理念之上，建立全员职位体系，无论是任何一个岗位，任何一个人都是在整个职位系列里面一个职位，一定有他特定的职位。每个职位里面，都分了不同的级，大级里面分不同的小级。大级之间，小级之间晋升通道都是畅通的。而且每个职位的提升都有客观评价依据，都有客观的要求，评价机制也是健全的。因此在任何一个岗位上的职工，都可以看到通过我的努力下一步可以到什么样的位置，这是全员的职位系列。

举个例子比如还可以分研发类的、管理类的、专业技术非研发类的，支持类的，像实验室等等。研究院就是管理人员、技术类的非研发人员。系统化的为这些类别规划他们的职业通道。

同时为了让员工得到一种家的温暖，得到一种归属感，各级领导对员工都是体现了一种真爱，真正的尊重、关怀，比如集团总裁们到现场看望、慰问加班员工的情况。对于晚上值班的工作人员，提供丰富的夜宵、晚餐。公司有很多非常朝气蓬勃的年轻人，工会可以有丰富多彩的活动，比如篮球、羽毛球、足球、游泳、健身等等这样的俱乐部常年开展。员工感觉是一种惦念，有时候觉得工作之余可以打打球很有意思。觉得这些活动是他的一份惦念，是使他愿意留下来的原因。

过节的时候，在发放鲜花或者礼品时，写上慰问信。有的家属真是感到一种温暖，他都觉得光荣。而且他的家人收到这个鲜花或者礼品的时候，还挺自豪，觉得家人在的单位很不错。还有一些小礼品的发放，特别是老员工，可以尝试有老员工活动，如果这个员工满了三年，就被列为老员工行列，老员工每年组织一次专门的活动，让他们感到企业对他是有回报的。同时他又有感恩之心，这样的活动都让员工感觉是满意的，因此他愿意在这样一个岗位上尽职尽责的发挥他的作用。同时他也在这样的平台上自身得到了提升。因为往往做得越多的人，提升的越快，提升的越快，越受到重视，这是一个良性循环。

接下来我们要激发员工的激情，首先这是一个企业文化来做保证的。我们看下面这16个字，就是我们以人为本、开拓进取、保护环境、保障安全、持续改进、追求卓越这样一个企业文化。

第三方面是谈到学习，我想企业要发展，刚才我们谈到增和游戏，企业的饼要做的越来越大，依靠的是员工，员工的知识必须要更新，快速的更新，因为现在是知识经济，靠的是人，所有的资源里面人是第一资源，人里面最重要的是他的头脑，他的知识要新。所以说必须要重视培训，有了人还得知识是最新的。准们的新员工培训，员工一进入，就把公司所有的情况，文化理念都要灌输给员工，让他很快进入这个系统，融入这个环境。还可以采用电子化学习，比如在 OA办公自动化系统上面，放有大量的专业类的，管理类的学习材料，员工可以利用业余休息时间，到上面学习他所感兴趣的任何资料，都是多媒体的，有专业系列的讲座，有的是直接的讲演，有的是PPT资料，大量的、丰富多彩的、各方面的学习内容，这就是一个网上大学，你可以打开任何你所需要的资料自学，这个没有任何费用，只要花时间就可以学到。

另外以能力模型为基础的培养体系，还有员工在职学历深造制度。再就是人才评测和后备人才培养和储备计划等等。

回到这次的主题，企业和员工要共同发展，企业和员工都分别是蝴蝶的一半，只有这两者都双赢，良性互动的发展，这个企业才能够腾飞，才能够健康的、不断的飞向前方！

人文篇

圣达立言，化成天下，人文也。
文明以止，人文也。

运动起来 告别亚健康

文章来源：事业部
作者：刘玲

体型和体态漂亮，才是最直观的训练痕迹！体重降了不等于瘦了，相反体重增长了也不等于胖了。

如果要身体健康，体型漂亮，就要多运动，而且要注意均衡发展！

关于体重、体脂与体型的问题。

健身中，体重、体脂只是反映身体成分变化的一些数据。

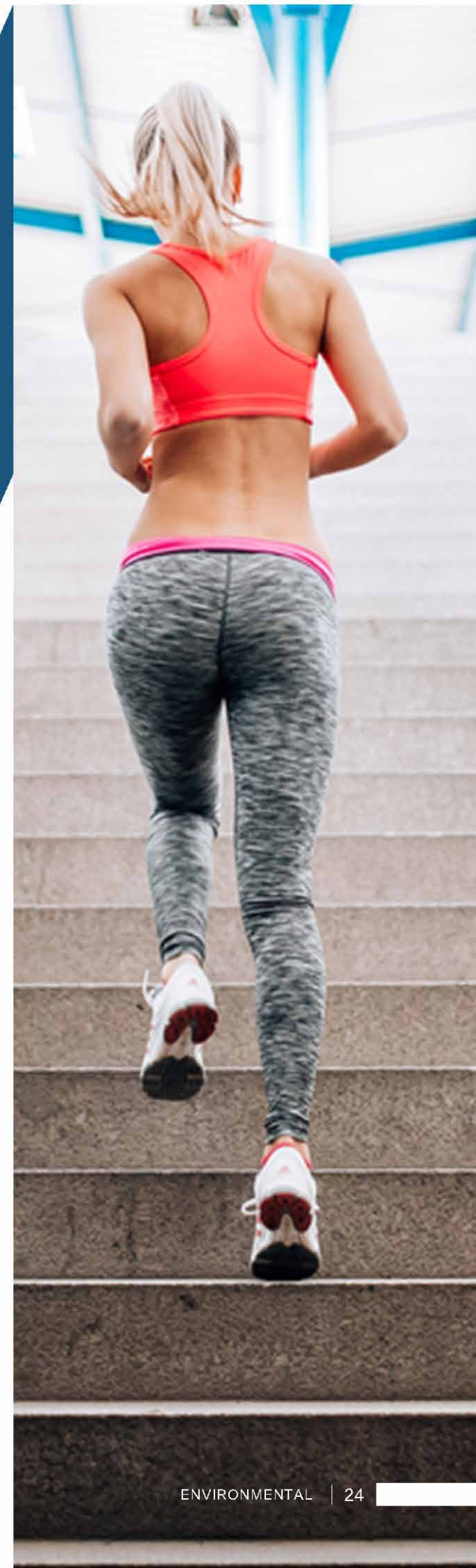
有很多刚接触健身的朋友觉得自己练了一周半个月没什么变化就放弃了，其实这是错误的，人体细胞在1-3月才更新一次，要想有明显的变化需要两个周期（也就是3-6个月），只要坚持（管住嘴，迈开腿）一定可以达到自己想要的身材。

Ps：下图是我曾经从130减到106的过程，结果不重要，过程很美好，现在很多人属于亚健康状态，大家为健康运动起来吧！（健身是我一辈子要上的课程，10月再来逆袭人生）





中明跑马大神们



判断体能的5个标准

1 心肺耐力

心肺耐力是指肺脏与心脏将氧气输送到身体各组织细胞的能力。可在起床时测试心率，取连续3天的平均值，一般在72下/分钟左右，越低则心肺功能越好。

心肺适能越强，面对学习、工作、走、跑、跳、劳动时就会越轻松，并能够胜任强度较大的工作，而对较为激烈的运动能够逐步适应（比如长跑运动-马拉松）

2 肌力

肌力是肌肉可负重的力量，强壮的肌肉可以使身体更加稳定避免受伤，另外肌肉量大的人能量消耗也大，减肥会比较快。

每天的日常活动，如提重物、背书包等等，都需要肌力，而肌力也是支撑骨架、影响体态的关键。若肌力不足，容易弯腰驼背、拉伤肌肉、扭伤关节。

3 肌耐力

肌耐力是肌肉力量的持久度。是肌肉承受某种适当负荷时运动的重复次数的多少，肌耐力的重点在于持续时间变长、反覆次数变多这样。

就比如爬山，有人走上2、3个小时不觉得累，有人走半小时就不行了。

肌肉与肌耐力关系密切。通常要训练肌力，得先从肌耐力下手，慢慢增加肌耐力，肌力也会逐渐变好。

4 柔韧性

柔韧性是指用力做动作时扩大动作幅度的能力，好的柔韧性可以提高身体活动水平，维持正确的体态，减少运动器官损伤，改善动作效果。

你的手能不能在膝盖伸直的时候摸到脚尖？这是最常用来测试柔韧性的方式。柔软度差的人，若动作过猛，很容易受伤。

例如：白领因工作久坐，长时间维持相同的姿势，到周末假期如果进行激烈的运动，就很容易一弯就闪到腰，一跳就扭伤腿。

原因即柔软度普遍不佳，而这也是体适能各项指标中，大多数人最弱的一环。

5 身体组成

身体组成也可以叫做体脂百分比，指身体脂肪量所占身体体重的比例，体内脂肪的功能是润滑身体、保护内脏。

男性体脂率约在10~20%之间，女性约在17~30%之间为正常。

体适能的强弱与合理的控制体重和体脂百分比关系密切。

体重得当，体脂肪成分适宜是健康的标志。

体脂肪多不仅肥胖、影响运动能力，也破坏体态美感。

体重过轻对脑力、体力均有负面影响，容易出现体质虚弱，骨密质较差的现象。

健康好比数字1，事业，家庭，地位，钱财，亲人，朋友都是0；有了1，后面的0越多就越富有，反之，没有1则一切皆无，所以健康是人生的第一财富，锻炼身体，增强体质，抵抗疾病。

生命在于运动，运动需要毅力，毅力源于拼搏，把运动健身养成一种习惯，也许一月三月看不出变化，坚持一年半载就能看出惊人的变化，五年十年绝对比同龄人健康年轻很多。

希望大家看到此文，从今天开始，不要做低头族，不要回家就葛优躺，动起来吧！



我终于相信： 热爱是最高级的自尊

文章来源：董事会办公室
作者：王传月



今年过年，看的唯一一部电影《飞驰人生》。

看完很久，那种酸酸的感动与刺痛都一直在。不管外界如何评价，在我看来，它是今年春节档期我最喜欢的一部作品。

我真的很喜欢电影，它在两个小时的时间里，用丰富多彩的信息去传递编剧、导演及更多演员的思想，它是一大群人智慧的呈现。

而这样的一群人，对我这个层次的普通人来讲，是无比卓越的。他们给我角度、广度、深度，让我见识人生百态，并从中拿到属于自己的人生礼物。

像看《乘风破浪》时候一样，笑着笑着就哭了。

“有的人活的是造型，有的人活的是人设，我活的是本事。”

张驰开场的自述，其实就是韩寒自己在表达他对赛车的热爱与执念。他把自己对赛车事业的

满腔热血倾注在了张驰这个人物的身上。

电影刚开始就很有笑点，他拿出红色绣有“张驰”名字的赛车服对儿子忆过往、凹造型，当时只是觉得好笑滑稽，事后想想，也多了几份心酸。那身显得破旧被儿子笑话说穿着像外卖小哥的赛车服，对张驰来说意味着什么？

那是他开赛车获得五届拉力赛冠军的日子，那是他人生最辉煌的时刻，也是他离梦想最近的时候。这身赛车服是他那些日子的见证，是他为梦想奋不顾身的印记，也是他走下神坛凭吊失去的凭证。而现在呢？

因为犯错，曾经在赛车界叱咤风云的赛车手，变成了穷困潦倒在大排档以卖炒饭为生的厨子。禁赛五年，他没有碰过车，可他的心里对赛车的喜爱没有一丁点淡化。他用扫把、垃圾桶、玩具椅等令人发笑的练习过程何尝不是带着满满的无奈？

五年来，他每天都会在脑海里虚拟练习赛车，每天20遍，一共36500遍。巴音布鲁克全程的1462个弯道，每一个弯，他都记得一清二楚。

我被这种坚定的热爱戳到心痛，甚至流泪。好在，张驰有了重新来过的机会。

找老搭档，考驾照，拉赞助，组装车……张驰的复出过程，极其好笑也满带心酸。他要面子，他也想成功。当他面对自己的对手，面对曾经他拒绝让其帮助自己的对手，要说出求赞助的时候，他的那份犹豫和倔强，以及他的那份妥协，在我看来，太让人心疼了。

当我看到他们在KTV不惜突破自己的过往限制，低三下四，不顾尊严，只是为了奉承讨好大哥，拉到购买赛车的100万赞助金时，让我眼眶湿润，心疼与感动涌上全身，就像怜爱受委屈的自己一样。

其实在张驰身上可以轻易看见自己的影子，我曾经离梦想那么近，而现在离梦想似乎有点远。相信不仅仅是我，被电影感动的你也会有的吧。

而且，现实不是电影，生活里大多数的我们，都没有像张驰那样重新来过的好运气，甚至，都没有像他那样，重新来过的勇气。而他那份不得不收起骄傲与倔强，向生活低头的那份妥协，才是大多数人的常态吧。

“不是非得赢，我只是不想输！”这是张驰克服万难都要返回赛场的原因，赛道上，张驰在没有领航员的情况下，独自开上巴音布鲁克赛道，上千的弯道没有任何提示，他从头到尾都不是和对手较量，而是在挑战自己。

赢是要赢别人，这份输更是不能输给自己。从人生至高点跌落，这样的张驰，受过万人吹捧，也受过万人唾弃。他站在巅峰傲娇过，也摔入低谷挣扎过，还是那句话：过去5年都没有面子了，还在乎这一天有没有面子吗？

这场拉锯战赢不了林臻东又能怎样？但他如果输了自己，就真的什么也没有了。

比赛场景的那场戏，真的是很棒很出彩，像极了生活的隐喻。生活的弯路不比赛道上的少，如果稍微松懈或怠慢，终点前，我们就会像其中

一辆那样，坠崖身亡，什么都留不下。

电影的最后，张驰说：“当一个人对自己失去信心的时候，他才是真的过时了。”我非常理解他突破重重阻碍急于比赛的初衷，只是想证明自己曾是个优秀的赛车手，自己自始至终是个赛车手，也算给这些年满带执念、心怀向往的自己一个交代，也给年轻时候满怀热血、勇往无前的自己一个交代。

自己，从来没忘过年少轻狂做过的梦，也从来没丢了做梦的资本。

这场电影让我彻底深刻领悟了“热爱”二字的含义及重量，以及“追梦人”还有的虔诚的姿态。张驰这个角色的演绎让我羞愧，我过往到现在所谈及的热爱是多么的表浅，不过是往自己脸上贴金，让自己显得有追求。

就说张驰所爱的赛车吧，放下过尊严，放下过自我，豁出过勇气，品尝过落寞，付出过时间，执着的坚持，砸过高于自己能力的金钱……还有更多。

张驰让我相信：为了心中所爱丧失尊严并不是件羞耻的事情，相反，热爱才是最高级的自尊！

韩寒在电影的最后说：“此片献给你所热爱的一切。”那此文就送给所有怀有梦想的朋友们吧。

共勉。

后记：

文字码到现在已经凌晨零点整了，睡前内心的感动与心疼还在，借由这部电影我梳理了过往离自己最近的这几年的时光，我似乎都未曾像张驰、孙宇强那样热爱过，甚至都不配谈热爱，自己的行动力真的没资格用这两个字。

可我依然嘉许自己，哪怕不够好，我也一直在坚持。



跑步与环保

文章来源：超临界水氧化项目组
作者：郭婷源

人类天生就会跑。早在原始社会，人们尚无其他工具可以借助的情况下，为了生存会对动物进行围猎，交替追捕猎物不使其休息直到猎物累倒在地。那时的跑步自然而纯粹，无需借助其它，甚至有科学表明赤足跑会对身体更有益。

随着人类文明的不断进步，慢慢的跑步变成了一项运动，按照距离长短，分为短距离、中长距离、马拉松、超级马拉松等等。枯燥、寂寞是跑步项目的标签，马拉松距离的比赛人们像是做机械运动，超马的距离完全就是自己跟自己的死磕。

我理解，跑步是最好的耐力运动，倾听身体，回归自然，身心俱佳。好比人体自身的“环保”。更为重要的是，跑步坚持一段时间跑步以后，个人收获健康的同时，还会给家庭、朋友、同事带来积极、向上、坚韧、自律、勇气、拼搏，这些都是书本里学不到但是可能通往成功路上必备的诸多优秀品质。

跑步能锻炼强健体魄，我们地球家园的山山水水、一草一木也与我们的生存息息相关。随着科技日新月异，人类用智慧勤劳的双手创造家园的同时，也在一并毁坏它。土壤的破坏，气候变暖，物种灭绝，森林面积锐减，淡水资源的污

染，脏乱的城市，化工污染，空气污染，海洋过度开发，极地臭氧层空洞等等一系列环境问题，正威胁着人类的生存。

地球作为人类的家园，人类为了更好地生存，为了子子孙孙，亟待对地球进行着坚持不懈的保护。

由于自然环境长期持续遭受破坏，纵使科技再发达，环保也不会立竿见影。尤其觉醒的人还在少数。

作为少之又少的从事环保事业的人们，如同在跑一场艰苦卓越的超马运动员一般，需要超强的体魄、毅力，为了青山、绿水永不放弃。不同的是，这场超级越野赛的距离是4万公里，相当于1000场马拉松的距离。

为了这项利在当代功在千秋的事业早日完成，我们不光要自己跑起来，还要接力跑，一起跑，带动身边的人参与到环保事业中。

跑步和环保，前者是对自己身心的保护，后者是对地球家园的保护。二者都需持之以恒，都当迫在眉睫，都应率先垂范。

为了身体，为了家园，奔跑吧！



学习心得

文章来源：中明朝天
作者：叶凯

对这份工作的热情与奉献，这样的精神和态度值得我们学习和发扬，也坚定了我要努力学习更加专业的知识，为了在自己从事的环节给他们提供更专业的支持贡献一份力量。

经过这次学习，丰富了我对危废处理行业的认识，加深了我对危废处理技术的了解，更重要的是看到了一群志同道合的战友，坚定了我对从事环保行业的信念和动力，为公司、国家、社会的环境保护添砖加瓦。

为了能够更专业的服务市场，5月10号和11号由市场部与生产部组织市场人员到厂学习，我和同事们来到生产部焚烧车间与固化车间进行参观学习，对危废处理有了更深刻的认识。我虽然隶属市场部，但此次学习机会让我更加全面深入地了解危废处理的基本流程及相关的工艺。

这次回转窑项目学习感受颇多，首先我们到焚烧车间回转窑中控室，由车间主管带领、技术员陪同结合LED屏向我们展示了新投产的回转窑系统从投料破碎一直到尾气排放的工艺流程，把流程细分几大单元，详细完善地给我们讲解了各个单元的设备结构及其工艺参数、要求，并在重要环节分析阐述了必须保证各项工艺参数、要求的具体原因，讲解的十分到位，对专业知识的了解让我们深表佩服。期间我们踊跃提出了各自的疑问也得到了解答，受益匪浅。

接下来，我们一起走出来熟悉一下现场设备，料坑、破碎机、行车、回转窑、二燃室、锅炉等等，随处可见的操作规程、设备标识标牌、安全警示标语与安全防护措施体现他们对工作、对自己、对公司的认真负责。因为回转窑系统正处于烘炉调试阶段，到处都是忙碌的身影，我能看得到他们的辛苦与疲惫，但是也能感受到他们

