

焦化厂再掀学习劳模先进热潮

■特约记者 薛蕊 报道

本报讯 “今天，我们光荣地出席了厂先进表彰大会，感到备受鼓舞和鞭策。2016年全厂年度预算指标完成的难度非常大，作为劳模先进，我们将坚定信心，做好工作，为各项重点工作任务目标的实现作出新的贡献。为此，我们提出如下倡议：一是坚定信心，迎接新挑战……”在焦化厂先进表彰大会上，劳模炼焦作业区乙班班长程义武向全厂职工发出热情洋溢的倡议。表彰会的召开，使该厂再次掀起“学习劳模、比先进”的良好氛围。

好氛围。

焦化厂一年一度的先进表彰大会旨在引导更多的职工以劳模先进为榜样，学习他们的先进事迹，通过身边人身边事感染和带动更多的职工步入劳模先进行列，从而更好地促使全厂各项工作有序推进。会上，该厂对在2015年工作中突出的先进集体、先进个人、优秀技术能手、技术状元、优秀师徒进行了表彰，其中隆重表彰了赵治国、雷甲军等10名劳动模范。去年，在全体干部职工的共同努力下，该厂圆满完成了公司下达的预算指标，各项管理工作取得了长足

进步。今年该厂重点工作还将放在降本增效、环保、安全等方面，力求通过全厂干部职工的共同努力完成公司下达的各项任务。同时，该厂领导就如何进一步深入学习先进、更好地发挥劳模作用，向劳模们提出三点要求：一要让学习成为常态，用学习引领发展。二要让自主改善成为常态，用创新推动进步。三要向劳模学习，弘扬劳模精神。参会人员张美英激动地说道：“今天参加了先进表彰会，备受鼓舞，以后我要以劳模先进为榜样，努力工作，为焦化厂的发展贡献自己的力量。”

■记者 陈昕 报道

本报讯 3月30日，2016年太钢职工羽毛球比赛决赛在花园体育文化中心举行，来自公司25个单位的两百多名职工参加了此次比赛。

比赛为期7天，共有10支男子甲级队、15支男子乙级队和9支女子代表队参加。比赛中，选手们充分发扬顽强拼搏的精神，展现出了团结拼搏、奋力争先的精神面貌，现场每球必争的激烈较量赢得了观众阵阵喝彩。

经过激烈角逐，技术中心、热连轧厂、能源动力总厂分获男子团体前三名，公司机关、热连轧厂、炼铁厂分获女子团体前三名，能源动力总厂滑志强、陈立强获得男子双打第一名，工程技术公司侯晓红获得女子单打第一名，保卫部、不锈钢热连轧厂获得体育道德风尚奖。

太钢职工羽毛球比赛圆满落幕

美好睡眠 放飞梦想

总医院举办“世界睡眠日”义诊活动

■通讯员 薛富强 报道

本报讯 近日，针对社会群体日益增多的睡眠问题，为唤起职工家属及公众对睡眠重要性的认识，全面提高其睡眠健康水平，总医院神经内科特在迎新综合院区及心脑血管疾病诊疗中心举办“世界睡眠日”义诊活动，五百余名职工家属及来院就诊的患者参加了活动。

总医院神经内科专家提醒广大职工，关注睡眠质量就是关注生活质量，关注睡眠就是关注健康。失眠已经成为一个影响现代人健康的重要问题，它不仅影响人的情绪，甚至能影响人的免疫系统，更重要的是，失眠往往是身体潜在某种疾病的外在表现形式之一。人一生中有三分之一的时间是在睡眠中度过，睡眠作为生命所必需的过程，是机体复原、整合和巩固记忆的重要环节，是健康不可缺少的组成部分。人们在紧张的学习、工作和生活之后，通过睡眠消除疲劳、恢复体力、增强免疫力，促进生长发

育。睡眠帮助人体修复脑细胞、恢复和加强记忆功能，只有保证充足的睡眠时间和高效的睡眠效率，才能保证人们健康的体魄、充沛的精力，才能使人具有创新能力。世界卫生组织调查，27%的人有睡眠问题。据中国6城市的调查显示，成年人一年内的失眠患病率高达57%。睡眠医学是一个新兴的多学科交叉的学科，涉及呼吸、神经、精神、口腔、五官、中医、儿科等多个学科。有了睡眠障碍应及时到有关科室就诊，寻求医生帮助。

新闻链接：睡眠是人体的一种主动过程，可以恢复精神和解除疲劳。充足的睡眠、良好的心态、均衡的饮食和适当的运动是国际社会公认的四大健康基石。为唤起公众对睡眠重要性的认识，2001年，国际精神卫生和神经科学基金会主办的全球睡眠和健康计划发起了一项全球性的活动——将每年的3月21日定为“世界睡眠日”，今年的主题为“美好睡眠，放飞梦想”。

斤级、女子500公斤级，各作业区和两支外协队伍共22个队两百多名职工参加了比赛。参赛队员个个精神抖擞，信心十足，在拉拉队的全力助阵下拧成一股劲，竭尽全力，赛出了成绩，更赛出了风格。整场比赛在激烈、热闹、和谐的气氛中进行。

此次拔河不但是力量对抗的比赛，更是欢乐、团结的团队之战，队员们团结协作，众志成城，表现出了坚强的意志力和“一股绳，一条心”的团队精神，充分展示了全厂职工的凝聚力和向心力，每一名职工也从中体会到了团结协作的力量和快乐。



近日，原料开发采购部组织开展青年志愿者服务活动，一方面为排队卸车的司机耐心指引车辆按流程有序排队待卸；另一方面在耐心倾听送货人员诉求和建议的同时，为司机送上热气腾腾的开水，让送货司机感受到了浓浓的暖意。

杜慧兵 摄

东山矿食堂开展文艺活动凝心聚力

■通讯员 高爱忠 王丽萍 报道

本报讯 为了活跃食堂文化氛围，提升团队合作意识，近日，东山矿生活部食堂组织开展了以“团结协作，开拓进取”为主题的文艺趣味活动。

此次活动分为文艺表演和游戏比赛两个部分，活动还特别邀请了矿领导参加。在雄浑嘹亮的大合唱《团结就是力量》歌声中，活动拉开帷幕，职工们载歌载舞，尽情演绎了《高原蓝》《女人花》《萍聚》等歌舞。一曲《回娘家》，职工魏志萍表演得惟妙惟肖，引发了观众放声大笑，将活动推向高潮。

在趣味比赛环节，矿领导也参与其中，与职工抢凳子、绑腿跑，同场竞技，“打”成一片，整场活动自始至终充满了欢声笑语。

东山矿食堂在2015年荣获“公司军事化成果运用十佳”单位，被评为东山矿年度“先进班组”，班长周强还被评为了“矿山标兵”。这次活动的开展，一方面舒缓了职工的工作压力，使职工在紧张繁忙的工作间隙放松心情，积蓄力量；另一方面也通过这种形式肯定了职工们的付出，进一步坚定职工打赢生存保卫战的信心，为今后再创佳绩作出应有的贡献。

简 讯

■通讯员 郝咪咪 报道

▲为丰富职工的文化生活，进一步激发职工迎难而上、奋勇拼搏的精神，近日，炼钢二厂开展了拔河比赛。

该厂此次拔河比赛分为男子600公

钢企公司表彰安全先进激励员工士气

■通讯员 金晓青 报道

本报讯 近日，钢企公司举行仪式，表彰2015年度安全生产先进集体、优秀管理者和先进个人。3个安全生产标杆单位、8个安全生产先进单位、10名安全生产先进厂长（经理）、30个安全生产先进集体、20名安全生产先进管理人员、70名安全生产先进个人受到表彰。

2015年，钢企公司上下坚持“以人为本、生命至上”安全方针，认真全面落实逐级安全生产责任制，在各级领导高度重视和广大员工共同努力下，通过加强安全生产基础管理，强化员工安全思

想教育；通过开展多种形式的安全检查活动，积极消除各种事故隐患，全公司安全生产形势实现了明显好转，安全生产工作取得了建厂以来最好水平，并涌现出一批安全先进单位、先进集体和先进个人。为表彰先进，树立典型，进一步推动企业安全生产持续进步，营造安全生产创先争优氛围，该公司对先进集体和个人进行表彰。

该公司希望各基层单位及广大员工，在2016年要进一步提高对安全生产工作重要性的认识，加强安全生产管理，自觉遵守安全生产各项规章制度，夯实安全基础，为全面实现公司2016年度安全生产经营目标作出贡献。

图片新闻

近日，禄纬堡大耐公司领导与来访的炼铁厂领导及相关技术、质量、生产等部门人员，就进一步加强合作进行了交流。

刘劲松 摄

