

华鸿铜管公司三个社团联合开展野外拓展训练

# 50名产业工人勇闯佛山第一峰



全体人员登顶后合影。

队、墨友堂三个社团盛情邀请我们去登山。这次最大的感悟是,那些以后能回忆起的日子,才叫真正的生活。我觉得这次的登山活动给我留下了美好、深刻的回忆,多年后回忆时定能想起,这才是真正的生活。

蒋杰:下山时我又选择了原来的路,因为看到另外一条没有走过的路坡度太长、太陡,对膝盖会造成一定的损伤。登山最重要的就是保护好自己膝盖,让自己觉得走起来舒服,所以就选择了另外一条看不见美景的路,虽有遗憾,但是也给自己留下一份遐想。

宋志坚:人生活就是为了乐趣。不要把生活看得很艰难,包括我们现在的工作也一样,你要把任何事情看得很重,总是放在心上,反而觉得生活很累。就拿今天的登山来说,如果你总觉得很难,那么你在前进中就会遇到很多困难;如果你有决心,一步一步往上走,累了就原地休息欣赏风景,调整好状态再出发,就一定成功。

上周六,华鸿铜管公司羽毛球队、足球队、墨友堂三个社团联合开展野外拓展训练,50名产业工人齐齐体验“全民健身、全民健康、绿色徒步”的旅游新方式。历时两小时,大家最终登上了海拔804.5米的高明皂幕山。

活动当天,经过近两小时的车程,产业工人们到达皂幕山脚下。时值中午,猛烈的太阳依然阻挡不了大家登山的决心。登山之前,大家早已在车上吃面包裹腹,只为了减轻登山的负担。

在登山徒步活动中,大家兴致勃勃、精神抖擞,一边走,一边呼吸着户外的新鲜空气,欣赏着山中的自然风景,一路上欢声笑语不断。登至最陡峭时,队友们更是你拉我一把,我扶你一下,更有男士用一根木棍牵着女士慢慢行走,画面甚是温暖。

据悉,5月19日正好也是中

国旅游日,选择在当天举办徒步登山旅游活动,旨在提升公司员工团队合作精神,打造一支召之即来、来之能战、战之能胜的企业员工队伍,提升员工的凝聚力、战斗力,活跃员工文体生活。同时进一步强化员工向心力,让员工体验“全民健身、全民健康、绿色徒步”的旅游新方式。

“员工们平时生活就是两

点一线,很少有机会沟通交流。所以,三个社团一起策划了这次的登山活动,希望带大家出来走一走,既能锻炼身体、活跃气氛,又能发挥大家互相帮扶、携手共进的团队合作精神。”活动负责人高育红表示。

历时两个小时,全体队员走过6666级石阶后,终于登上山顶,大家纷纷用手机拍照,记录登上佛山第一峰的快感与

自豪。“走到最陡的地方时,有些坚持不住了,瘫坐在石级上不想动。幸好有大家的鼓励,自己才没有半途而废,不然下次很难鼓起勇气再来一次。”一名产业工人感叹道。

## ● 产业工人声音

张文:感谢羽毛球队、足球队

撰文/摄影 李福云  
通讯员 高育红

创思驿站大讲堂走进菱王电梯

## 百名职工探寻成功成才的秘密

近日,创思驿站大讲堂走进菱王电梯股份有限公司。活动邀请了南海讲师团成员吕啸天,为100多名企业职工带来《寻找成功成才的秘密》课程。

讲座开始后,吕啸天讲述了自己20多年的奋斗经验。“我不能说现在的我成就有多高,但是对比从前的自己,我进步不少。”吕啸天说,成功靠的就是自己不懈的努力。“在深圳打工时我没房子住,日子过得极为艰难,但我也从未放下写作,曾试过一天写下1万字,成长的路上我一共发表了550万字的文学作品。”吕啸天表示,“人必须有自己的坚持,才能获得最后的成功。”

“你觉得你现在是成功的吗,你觉得成功成才的秘密是什么?”讲座过程中,吕啸天还与职工一同畅谈成功的秘密。“我认为成功秘密是具有坚持不懈的精神,不断进



吕啸天现场与企业职工交流。

取。”“我觉得我现在正在成功的路上行走,我要保持积极向上的阳光心态,不断向前。”职工们纷纷说出各自对于成功成才的见解,现场气氛十分活跃。

## ● 声音

菱王电梯职工骆静:

菱王商学院联合狮山创思驿站荣幸邀请《珠江时报》

狮山全媒体新闻中心主任、国家二级作家吕啸天老师为员工讲授《寻找成功成才的秘密》课程。吕老师讲述了自身和身边企业家淳朴而真实的故事,深深地引发了员工们的思考。每一个生动的故事和细节,都阐述和印证了成功的“秘密”,让我们受益匪浅。

撰文/摄影 曾雯  
通讯员 骆静

25名职工体验健康维护服务

## 做健康检测 学心肺复苏



企业职工现场进行健康检测。

5月19日,狮山镇北园职工、家社会服务项目链接狮北社区卫生服务站资源,组织佛山市溢钜鼎丰珠宝有限公司25名职工及其家属开展2018“世界家庭医生日”宣传活动暨职工健康维护服务。狮北卫生服务站家庭医生团队现场为职工们提供健康小屋体检服务、介绍全科医生技能培训中心功能、解读体检报告、解读家庭医生服务签约和示范徒手心肺复苏术。

当天,狮北家庭医生服务团队为企业员工进行健康检测。

参加者在健康小屋进行了包括身高、体重、体脂比、血压、肺活量等在内的多项人体健康数据的检测,并形成身体健康报告,了解到自身的健康情况。

此外,狮北卫生服务站家庭医生团队为每位参加职工进行了信息登记,并将家庭医生服务签约的好处向职工进行了解读。最后,医生通过理论和实践相结合的方式教导职工们徒手心肺复苏术。观看示范后,不少职工还亲身上阵进行技能实操。

整理/曾雯 通讯员 高楚华