

# 三建简报

诚信敬业·惟实励新

内部刊物 2023年9月(总第224期)

学习丰盈智慧，书香浸润心灵  
锡山三建开展主题党日活动

弘扬工匠精神，打造精品工程  
公司启动2023年度“质量月”活动

情满中秋 礼赞国庆  
锡山三建组织“迎中秋 庆国庆”系列活动



无锡市锡山三建实业有限公司

XISHAN NO. 3 CONSTRUCTION INDUSTRIAL CO., LTD. WUXI

诚信

# Contents

## 目 录



### 要闻时粹

- 2/ 学习丰盈智慧，书香浸润心灵  
锡山三建开展主题党日活动
- 3/ 弘扬工匠精神，打造精品工程  
公司启动 2023 年度“质量月”活动
- 3/ 开展节前安全检查，把好“双节”安全关
- 4/ 情满中秋，礼赞国庆  
锡山三建组织“迎中秋 庆国庆”系列活动

### 视点景象

- 5/ 匠心筑未来，给特殊儿童一个“关爱之家”
- 5/ 龙渚项目部举行节前安全教育活动
- 6/ 同心同力，决战决胜  
锡山三建奥润项目召开冲刺动员大会

### 知识分享

- 7/ 不断深化对党的理论创新规律性认识

### 企业文苑

- 8/ 守一份匠心，照一方净土
- 9/ 师徒“传帮带”，青蓝共成长
- 10/ 如何有效阅读一本书

### 生日烛光

#### 祝福 10 月生日的员工

何伟龙 张荣勇 陆天柱 施凌峰 华 益  
何真洁 龚志敏 唐淑华 顾文达 钱 琳  
杨立奇 蒋喜红 唐中明 张剑峰 刘 欢  
黄金焯 张筱乐 孙茜茜 顾霏晗 陆 炯  
袁小明 邓志健 韩菲菲 龚新杰 俞 洁  
蒲开金 吴锦龙 高琪琪 曹卫冲 裴 俊  
张俊杰 夏国安 朱敏峰 卢嘉鹏 任 亮  
张志强 李炳运 冯天艺 胡大劲 李 伟  
胡建明 周玉浪 王健涛 李凌晨 吕 庆  
王东流 马海涛 秦 豪 顾 超 张 森  
章 颜

公司总经理郭晓携全体员工恭祝你们  
生日快乐，身体健康，阖家幸福，万事  
如意！

### 卷 首

九月，仿佛是转眼之间，夏天便被秋意替代。但在这一瞬的交替中，却蕴含了无尽的魅力和希望。这个季节，既是收获的象征，也是梦想的新起点。

九月，是秋天的启幕，大自然的画笔开始涂抹金黄的色彩。枫叶逐渐变色，宛如燃烧的火焰；稻田披上金黄的外衣，仿佛一片金色的海洋。这个季节，是丰收的季节，人们欢庆着一年的辛勤成果。

九月，是梦想的起点。夏天的热烈和躁动逐渐平息，我们开始沉淀下来，思考自己的梦想和目标。这是一个适合反思和展望的季节，也是一个适合追逐梦想的季节。

在九月，让我们一起拥抱收获，迎接新的开始。让我们在金色的田野中感受丰收的喜悦，在书香中品味知识的甘甜。让我们在这个季节，种下梦想的种子，用辛勤和智慧，培育它们茁壮成长。



## 学习丰盈智慧，书香浸润心灵 锡山三建开展主题党日活动

为深入推进书香企业建设，营造爱读书、读好书、善读书的浓厚氛围，提升员工队伍文化素养，9月13日下午，锡山三建党支部举办了“学习丰盈智慧，书香浸润心灵”主题党日活动。三十余名党员、团员和员工代表围坐一起聆听分享，汲取知识。

支部特邀心理咨询专家陈小峰老师就家长们普遍关注的“孩子沉迷手机”现象开展专题讲座。

她围绕“亲子关系之手机约定”，深入剖析孩子心理发展特点、沉迷手机的原因，探讨了如何与孩子共同制定



手机的使用规则。陈老师讲课幽默风趣，并用实际案例呼吁大家理性看待手机，学会换位思考，给予孩子更多鼓励和认可，从而对孩子的行为进行针对性的引导改善。

接下来的活动环节精彩纷呈，来自公司各部门的员工分别进行了读书分享、诗歌朗诵和故事讲述。

大家畅所欲言，推荐了《如何有效阅读一本书》、《平凡的世界》等多本书籍，分享所思所悟；或抑扬



顿挫，激情朗诵了《廉洁颂》、《盛世中国》等诗歌，带人感受时代变迁，坚定理想信念；或深情讲述了自己的党员爷爷、中国红色金融事业的开拓者



毛泽东等红色故事，弘扬爱国情怀，激发奋斗力量。

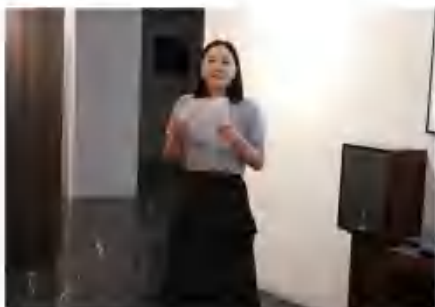
活动在轻松温馨中落下帷幕，支部委员王益民作总结讲话。他表示本次活动内容丰富，富有意义。同时鼓励大家要养成良好阅读习惯，修身养志，增长才干，

不断提高思想文化素质和职业工作素养，为建设书香企业，打造学习型组织，推动企业高质量发展贡献力量。



建设书香企业，热在一时容易，久久为功不易。公司始终坚持以人为本，把文化建设作为一项核心工程抓紧抓实抓细。未来，公司将持续开展书香企业建设系列活动，积极倡导“终身学习，持续改进”的理念，使阅读成为职工的良好习惯和进步阶梯，为企业和谐稳定发展提供文化支撑和思想保障。

行政人事部：刘瑶



## 弘扬工匠精神，打造精品工程 公司启动 2023 年度“质量月”活动

9月23日，锡山三建2023年度“质量月”活动启动会在龙渚项目部顺利召开。

今年是全国第46个“质量月”，本次活动主题为“增强质量意识，推进高质量发展”。公司深入贯彻落实党的二十大精神，落实《质量强国建设纲要》部署，充分研读贯彻省住房城乡建设厅关于“质量月”活动的有关要求，着力于提升建筑工程质量品质，为全面推进质量强省建设提供有力支撑。



生产副总何伟龙对本次活动开展提出具体要求：一是公司各部门要通力合作，大力宣传营造质量月活动氛围；二是要有重点针对性开展后续系列活动，确保活动落实落地落细；三是要以此次“质量月”活动为契机，推动建立公司质量工

作长效机制。希望通过系列活动，进一步提高全员对质量工作的认识，狠抓严管，强化过程管理，加强作风建设，严格责任追究。

副总经理助理杨学辉强调质量是企业生存和发展的基石，要以高标准、高要求、高质量地开展工程建设。他指出公司的质量要求对照上级目标仍然还有差距，希望相关部门要查缺补漏，进一步增强质量工作的责任感和紧迫感，营造人人重视质量、人人关注质量、人人宣传质量、人人参与质量的良好氛围，推动质量管理行稳致远。

会后，公司组织开展了质量示范工程观摩会，重点对建筑施工工程质量、施工细节等方面作了实地观摩，交流分享质量管理方面的经验，进一步总结先进经验和做法，牢固树立“安全第一，质量先行”的理念，全力打造精品工程，彰显公司管理实力。

行政人事部：刘瑶

## 开展节前安全检查，把好“双节”安全关

为保障中秋、国庆“两节”期间安全生产形势平稳，9月25日，锡山三建总经理郭晓带队安全生产委员会小组成员对各项目部开展节前安全生产检查，并安排部署了双节期间安全生产工作。本次检查小组以《重大事故隐患专项排查整治行动实施方案》为指导，对马山、绿城、龙渚等项目进行了重点检查。

检查组实地查看施工现场，详细询问项目经理、各级负责人履职及安全重点工作落实情况、实际排查情况、应急响应处置等内容。重点摸排了模板、基坑工程、脚手架、高处作业、临时用电、施工机具大型机械、劳防用品、消防设施与配置、办公区与生活区等安全隐患；全面检查了相关用品合格证、检测报告、实名制资料管理与工资发放等资料。

检查结束后，在召开的专题会议上，郭总为现场管理人员和从业人员提前送去了节日祝福，并强调各项目部要时刻紧绷安全生产这根弦，认真履行岗位职责，严格执行值班值守制度和信息报告制度，常态化落实安全隐患排查管理工作，防范各类安全风险，筑牢安全防线，守住安全底线。

接下来，公司将牢固树立“安全第一，预防为主”的理念，持续深入开展各类安全隐患排查，切实加强检查力度，突出重点敦促整改，强化安全监管并广泛开展安全生产宣传教育，形成闭环管理，进一步推进安全标准化现场管理工作，确保安全、有序，营造安全祥和的“中秋国庆”假日氛围。

行政人事部：刘瑶

## 情满中秋，礼赞国庆 锡山三建组织“迎中秋 庆国庆”系列活动

金气秋分染，丹桂满飘香。在国庆、中秋双节来临之际，为了营造浓厚的节日氛围，弘扬传统文化，培植爱国情怀，锡山三建党支部联合工会、团支部在公司食堂组织举办“情满中秋 礼赞国庆”主题系列文化活动。

本次活动共分美食盛宴、亲子手作、攒蛋比赛三个环节，吸引了职工及职工家属共100余人参加。清晨7点，食堂后厨已是一片繁忙景象，大厨和食堂阿姨有条不紊地洗菜、配菜、炸炒蒸……为中午的美食盛宴做准备。中午12点，一盘盘色香味俱全的美味佳肴摆上桌案，职工们带着亲属有序地排队取餐，边聊天边享受美食，脸上洋溢着幸福的笑容。

饭后稍作休整，活动正式开始。大家围坐一起给卡通石膏涂色、制作手工花灯。在家长们的辅助配合下，一件件精美的作品在孩子们的小手中呈现，亲子协作，乐趣无穷。另一侧的攒蛋区“厮

杀正酣”，30余名参赛选手配合默契，运筹帷幄，每个人都全神贯注，都抱着必胜的信念向冠军冲刺。层层角逐，惊心动魄，吸引了不少棋牌爱好者的围观，也为大家呈现了一场高质量的赛事盛会。

活动现场还设置了国庆祝福墙，大小朋友们纷纷选取中意的小贴纸，为祖国献上最真挚的祝福。

此次“情满中秋 礼赞国庆”主题活动还有手抄报比赛、视频拍摄等系列活动。接下来，锡山三建将进一步弘扬企业文化，持续推出更多以创新为动力、以职工需求为底色的精品活动，营造团结和谐、健康向上的工作氛围，激发员工工作积极性和创造性，为推进“幸福企业”建设汇聚更大力量！

行政人事部：席嘉希



## 匠心筑未来，给特殊儿童一个“关爱之家”

为贯彻国家的教育方针，根据残障儿童的身心特性和需要，提供相应的特殊教育和康复治疗，无锡市锡山特殊教育学校新建工程即将竣工。锡山三建装潢事业部有幸承接了该校的装饰装修项目，项目部全体职工高度重视，严阵以待，以周为节点，制定相关进度计划，严格监督执行，确保项目按期交工。

特校的室内装饰工作不乏亮点，针对受教育群体特殊，年龄较小，一楼餐厅的顶面用木工板分隔出蜂窝形状，搭配鲜艳的色彩，给师生营造出欢快、轻松的用餐氛围。教学楼、文体楼内的墙面均采用高密度碳晶板，此材料兼具防火、防潮、耐腐、无甲醛等特性，上下一体，既安全又美观。

目前特校的装饰装修工作已进入收尾阶段，项目部全体职工将进一步统一思想、开足马力，以饱满的工作热情和昂扬的斗志，紧盯目标任务精准发力，确保每一道工序安全、质量符合要求，为锡山特殊教育学校的建设贡献一份力量，给特殊儿童一个“关爱之家”。



装潢事业部：孙典

## 龙渚项目部举行节前安全教育活动

随着国庆小长假临近，为了确保项目部建筑工地的安全与稳定，结合集团下发的《关于切实做好中秋、国庆“两节”期间安全生产工作的通知》及公司、项目部相关制度要求，龙渚项目部组织了一系列节前安全教育活动。

### 一、加强安全理论知识教育

在安全教育方面，项目部采取了多种措施，如班前大晨会、特殊工种专题培训、节前再教育等。让项目部全体员工深刻认识到安全生产的重要性，加强操作规范，提高安全意识，筑牢安全防线。



### 二、做好大型机械的检查、保养工作

为了确保项目建设在国庆期间顺利推进，相关工作人员对项目部所有大型机械进行了全



面深入检查及维护保养。在检查过程中，发现问题立即查明原因并采取相应处理措施，确保机械的安全性能达到标准。

### 三、制定现场安全巡查计划

为了规范施工现场安全巡查工作，提高巡查效率，减少安全事故的发生，项目部管理组制定了详细的日常安全巡查计划表，妥善安排现场各巡查点的检查内容，并落实到各班组负责人，同时要求项目部管理人员定期复查。检查内容包括施工用电、脚手架、模板支撑、临边防护等方面。



国庆假期期间，项目部员工将把安全生产工作当成一项重要工作来开展，坚持“安全第一、预防为主、综合治理”的工作方针，保持大干快上的施工高潮，全力以赴圆满完成各个节点建设任务，为龙渚项目的建设谱写新篇章！

安全部：顾婷婷

## 同心同力，决战决胜 锡山三建奥润项目召开冲刺动员大会

9月8日上午，奥润项目百日冲刺动员大会在项目部会议室顺利举办。

东北塘街道党工委委员、党政办主任陈永光，园区办平源、高亚明，无锡奥润汽车技术有限公司、江苏翔顺工程管理咨询有限公司领导及管理团队，锡山三建副总经理何伟龙、项目经理李涛及项目部全体管理人员参加会议。

会上，甲方项目负责人浦文军对街道、园区、建设方的相关工作人员表示感谢，奥润项目的顺利开工离不开主管部门及建设单位的全力支持和协助，开工初期正逢新冠疫情爆发，工作人员坚守岗位，短时间内就完成了全部开工手续，使项目在既定时间内顺利开工，也为项目高质量施工打下良好基础。

甲方副总经理史克明提出，奥润项目拿地时就向政府做出“拿地必开工，年底必完工，竣工即投产”的承诺，在各方凝心聚力，团结协作，共同努力下，



承诺即将兑现。现在到了项目建设的关键阶段，希望建设单位在保证工程质量，做好安全文明施工的前提下，务必严阵以待，全力以赴，严格落实既定计划，确保高质量完成各项建设任务。

随后，李涛经理详细介绍了项目进展情况和主要施工节点，接下来项目部全体工作人员将严控每一道工序，以精益求精的态度全速推进工程建设。



何总在会上表示，奥润项目从年初开工到六月份主体封顶，不仅体现了三建团队强大的施工能力和上下团结一心的奋战精神，也离不开当地政府部门和奥润公司的大力支持，正是有了大家的团结努力，奥润项目的建设才会开展得如此顺利。针对后续的外墙涂料、室内收尾以及市政绿化等工序，何总提出，要压实工作责任，严格按照时间节点抓好工作落实，确保工作措施落地见效，目标任务按时完成，承诺如期完美的交付给奥润公司。



会议最后，东北塘街道陈主任表示，奥润项目进入最后的冲刺阶段，希望各参建单位及项目全体员工鼓足干劲、勇往直前，认真把握工程节点，并且贯彻“安全第一，质量为本，品质为先”的标准，全力推进工程建设，为项目工程画上圆满句号！



工程管理部：钦代红

## 不断深化对党的理论创新规律性认识

我们党的百年历史，就是一部不断推进理论创新的历史。习近平总书记近日在中共中央政治局第六次集体学习时强调，我们要不断深化对党的理论创新的规律性认识，在新时代新征程上取得更为丰硕的理论创新成果。这为我们做好理论创新工作提供了思想遵循和行动依据，也为我们进一步认识规律、更好推进社会主义现代化建设提供了理论和实践指引。

习近平总书记强调，马克思主义中国化时代化这个重大命题本身就决定，我们决不能抛弃马克思主义这个魂脉，决不能抛弃中华优秀传统文化这个根脉。党的理论创新要坚守好马克思主义这个“魂脉”。坚持马克思主义的指导地位，以科学态度对待马克思主义是中国共产党进行理论创新必须始终贯彻的基础性原则，是关系党和人民事业前途和命运的根本性问题。党的理论创新要厚植于中华优秀传统文化这个“根脉”。中华优秀传统文化是中华文明的独特精神标识，为中国特色社会主义理论体系的形成和发展提供了坚实的文化根基。新时代推进党的理论创新，要在准确把握“魂脉”和“根脉”高度契合性的基础上，更加自觉地坚守二者的有机结合。不断将马克思主义同中华优秀传统文化有效、有序、有质地结合起来，既让马克思主义在中华优秀传统文化的丰厚滋养中焕发新的生命力，不断赋予马克思主义鲜明的中国特色，又让中华优秀传统文化在马克思主义的指导下实现创造性转化和创新性发展，充分激活中华优秀传统文化中蕴含的中国精神、中国价值和中国智慧。

在积极回应时代新课题中推进党的理论创新。一百多年来，中国共产党在革命、建设、改革、奋进新时代的伟大实践中，紧密结合新的时代条件和实践要求，运用马克思主义立场观点方法科学解答中国之问、世界之问、人民之问、时代之问，在理论与实践的互动统一中开辟理论创新的新境界，使马克思主义永葆蓬勃生机和旺盛活力。当前在“两个大局”同步激荡、相互交织的时代

背景下，我国发展迎来了千载难逢的重大机遇，与此同时，党和国家面临的形势之复杂、斗争之严峻、改革发展稳定任务之艰巨世所罕见、史所罕见，给我国社会主义现代化建设提出了一系列新的重大课题，迫切需要我们作出新的回答。“明者因时而变，知者随事而制。”在新的时代条件下，必须坚持实践第一的观点，不断推进实践基础上的理论创新，深刻把握中国式现代化的时代要求，不断赋予马克思主义新的时代内涵。

不断推进党的创新理论体系化、学理化。体系化要求各个理论要素之间有机连接，形成一个系统、协调、相互依存的整体，学理化要求运用理论和逻辑的思维方法，以理论的彻底性深入挖掘其内在精髓要义，两者相辅相成、相互促进，共同增益于理论创新的生命力和彻底性。习近平新时代中国特色社会主义思想的发展就是一个不断推进体系化和学理化的过程，通过将历史和现实相贯通、理论和实际相结合、国际和国内相关联，对一系列重要问题作出全方位、深层次、立体化回答，形成了系统完备、逻辑严密、内在统一的科学理论体系。“十个明确”“十四个坚持”“十三个方面成就”“六个必须坚持”内在贯通、有机统一，既包含改革发展稳定、内政外交国防、治党治国治军等各个领域各个方面，又蕴藏对马克思主义哲学、政治经济学和科学社会主义的重大原理性创新。不断谱写马克思主义中国化时代化新篇章，不仅要科学体系认识和把握各领域提出的新理念、新思想、新战略，以及对各方面工作提出的具体要求，还要通过严密的学理分析，不断夯实习近平新时代中国特色社会主义思想科学性真理性的学理依据，使其展现出更为强大、更有说服力的真理力量。

从人民群众的创造中汲取理论创新智慧。马克思主义群众史观认为，“人们自己创造自己的历史”，人民群众既是历史的创造者，也是推进



## 守一份匠心，照一方净土

有一种职业不分白天昼夜，不分严寒酷暑；有一群人不知疲惫，一刻也不停歇，他们就是奋战在一线的建筑工人。在我们的城市里，你们来自五湖四海，却是我们城市的脊梁。

作为一名建筑工人，青春是日夜颠倒，是风雨无阻，是舍小家顾大家，是从青葱少年到四十不惑……

一年中，最难熬的季节便是烈日炎炎的夏天和寒风凛冽的冬天。夏季，当人们在空调房中，看着电视，吃着西瓜，悠闲的与家人相伴的时候，他们不畏酷暑，挥汗如雨。他们的脸被晒得黝黑，豆大的汗珠像雨点撒了下来，再经他们一抹，简直成了“大花脸”。冬季，曾经茂密的叶子已经不见，北风像刀片一样割在人们脸上，可他们仍坚守在工地上，只见他们不时地朝手上哈一口热气，又投入到热火朝天的工作中。他们的脸上、手上随处可见皸裂的痕迹，我想，那是他们辛苦的“见证”。

一年中，最让“打工人”期待的就是一周中那一两天的休息日。人们按下工作暂停键，尽享休闲时光，大街上、商城里、娱乐场所处处都是人们在享受着惬意的时光。但对于建筑工人，对他人来说的休息日，对他们来说也只是平凡早起工作的一天。他们放弃与家人时时刻刻相聚的时光，带着父母的嘱托，妻儿的期盼，在他乡不辞辛苦，只为生活更美好。

这一抹朴实无华的身影，他们都是时间观念“很差”的人，通宵达旦忙加班、披星戴月来回赶；他们都是家庭观念“很弱”的人，一心牵挂工地事，



难顾妻儿忘小家；他们都是自我意识“很淡”的人，不图虚名不牟利，甘为他人做嫁衣。

作为一名建筑工人，为的是初心不改，本色不变；为的是不辞辛苦，无怨无悔；为的是大千世界，芸芸众生。

钢花的四溅、机床的轰鸣、挑砖块、拌砂浆……他们的日常工作琐碎而平凡，用脚步丈量着城市的一砖一瓦，一分一寸，皆是匠心。他们穿戴着简陋的防护用具，手握着重重的工具，攀爬在脚手架上，他们没有豪言壮语，没有鲜花和掌声，他们用自己的行动诠释着劳动的尊严和价值。他们没有轰轰烈烈，只有兢兢业业。

总有一个眼神，让他们披星戴月却无怨无悔；总有一个笑脸，让他们精疲力竭却幸福满怀！一天天，一月月，一年年，一栋栋高楼大厦拔地而起，望着辛苦劳动的成功，建筑工人们会心的笑了。

高楼上绽放的晚风，见证着成功的秋实。九垒之土，功于万丈高楼。不负建设的使命，革新时代的未来。让荒芜人烟变万家灯火，让世俗扰乱变温柔港湾。这就是建筑工人，平凡的工作者，他们在平凡的岗位上书写了不平凡的业绩。时光流转，城市变换，不变的是付出与坚守。

成本部：陆毅

>>> 上接第7页

马克思主义中国化时代化的主体力量。中国共产党的根基在人民、血脉在人民、力量在人民。在与人民群众生产生活实践的紧密结合中、在回应人民现实的需要与关切中进行理论创新，是一百多年来我们党的事业无往而不胜的伟大力量源泉。新征程上，我们继续推进党的理论创新，就必须

最大限度地发挥人民群众的力量，尊重人民群众的首创精神，从广大人民群众的创新性实践中积极概括、提炼和总结真正反映人民愿望、代表人民利益的理论，使之成为指导人民认识世界、改造世界的强大思想武器。

——转自中国共产党新闻网

## 师徒“传帮带”，青蓝共成长

“若能青出于蓝而胜于蓝，吾亦不敢忘桃李之教。”我的师父张志强可以说是我工作道路上的领路人，他毫无保留的教会我很多技术知识。在施工现场，我经常会遇到各种各样在学校、书本上没有学习到的实操问题，张师父总会耐心地、理论结合实操地教我解决问题的方式方法。“我从不怕你问我，我就怕你不问！”张师父经常会对我这么说。

初入三建，我被分配到了龙渚项目部，当我还在忐忑不知道要做什么的时候，张师父第二天一早就带我去了现场，带我熟悉施工环境和项目进度。当时

项目建设处于基坑施工阶段，张师父给了我一顶安全帽、一双胶鞋，便带着我一步一步走向基坑，对照着基坑布置图，一点一点讲解现场情况，



帮助我快速融入施工环境。在张师父悉心指导下，我快速的掌握了RTK、水准仪、全站仪等仪器的



使用方法及要点，并在基坑放线中作为张师父的助手，完成了项目中一部分放线任务，多次的现场实操，让我的测量放线技术有了长足的提升，也为我在今后的楼层放线工作中打下了坚实的基础。

师父带领我一路成长。现在，我已经从工地萌新快速成长为一个合格的施工员，工地生活很辛苦但也很充实。张师父处处以身作则，在亲身示范后给予我锻炼的机会，遇到错处也会严格指出并督促改正。在今后的工作中，我会更刻苦的跟着师父，脚踏实地的向他学习，争取在三建的大舞台上发光发热，也在人生的舞台上舞出自己的精彩！

工程管理部：刘祖超

• 徒弟宣言：师傅对我的谆谆教诲是我一生的宝贵财富。您在工作中严谨细致、认真负责，教会我的不仅仅是经验技术，更是恪尽职守、精益求精的工作态度。在今后的工作中，我将更加严于律己，不负您的期望！

• 导师寄语：祖超，你是一位勤恳踏实、谦逊有礼的工地新人。科班出身的你，具有较强的学习能力和可塑性，能很好地运用理论知识、结合施工现场，出色地完成各项任务。目前已经可以熟练使用各类仪器，深入理解施工图纸和图集规范，逐渐成为一名全面的技术人员。工程之路不会一路平坦，它充满着辛苦与劳累，这是工程人的主基调。希望你在接下来的工程道路上，能够戒骄戒躁，努力攀岩，把现在学会的技能，作为日后成长的基石，为三建公司创造更大的价值，也能早日实现自我价值！

## 如何有效阅读一本书

董卿说：“我始终相信，读过的书不会白读，它会在未来的某一个场合，帮助我表现得更出色。”确实，读书的好处很多，相信每个人都认同读书的价值，但你每年都读了多少本书呢？世界读书日数据显示，人均年阅读量是4.78本，也就是说大多数人差不多3个月才读1本书，这个数目真的算不上多。那为什么大家都不怎么读书了？

有人说没时间，有人说压力大，有人说自己不是读书的料……其实这些都是自我设限。我们读书并不是说每开始读一本书就要把它读完，也不是说每天都要读书，更不是说只有看完能把知识点都记下来的才算读书。读书这件事，每读一分钟就有一分钟的收获。

如果你读不进去书、读书效率低、看书记不住，只要有阅读难题，都不妨来看看《如何有效阅读一本书》。作者笨小钱结合了自己10年的读书写作经验，给我们分享了T型书单选书法、快速阅读法、平替式读书法、读书笔记法等技巧，一站式解决从阅读到输出的各种问题。



比如缺乏阅读兴趣，可以按照目的来选择书单。网上有很多知名官号发的书单，里面的书当然是好的，但不一定适合每一个人。所以在书的选择上，从自己的阅读兴趣、阅读能力出发去选书，会更“因材施教”。书单里70%的书，围绕你的年度目标，看看有哪些技能要提升；20%的书用于增加你的经验见识；剩下10%的书选能让你开心的兴趣书籍。这样既能提升个人竞争力，又能开阔视野，还能满足自己的爱好。

比如在不同心情、体力、脑力情况下，你读的书应该是不一样的，总不能在很疲惫的时候啃

个大部头，那不是让自己遭罪么。所以得找平替型书，也就是主题内容

相同但更好理解的书。比如《金字塔原理》讲到的方法都特别好，但这本书就不太适合新手读，太晦涩。同样讲这本书原理但读起来更好理解的书，可以看看《逻辑思维，只要五步》。



至于找平替型书籍的渠道，

可以从电子书阅读软件，直接搜想看的这本挺不好理解的书的书名，然后看看哪本书的作者引用了这本书，去看看那个作者是怎么解释的。

比如你看完书不知道怎么表达，看了仿佛跟没看一样，可以试试带着对象感读书。你记不住，是因为你没有用的地方。你看了就忘的原因，是因为你没有思考，尤其没结合应用点思考。像有些家长看的家教方法书，对自己教育孩子有帮助，看完可以用来解决实际问题，那自然而然就可以表达出来了，这种阅读方法就叫带着对象感读书。“对象”可以是自己，解决你生活中的烦恼；也可以是朋友，读完后想分享一些内容给他。带着对象感读书，看完就更有话说了。



其实读书的时候，那些阅读高手比普通人厉害不了多少，只要你围绕阅读目的去读，不用在意时间、频次、是否读完，挑适合自己阅读能力、对自己脾气的书，就能读的好。阅读是一种后天可以习得的行为和习惯，希望大家都能把读书变成一种生活方式，一起成就更好的自己。

财务部：汪雨婷



强化督导检查 筑牢安全屏障

地址：无锡市锡山区锡北镇锡港西路 107 号

电话：0510-83791637

传真：0510-83791637

E-mail: xssj@xs-sj.com

公司网址：www.xs-sj.com

邮编：214194