



名人谈端午

沿街卖的“粽子”，包得又小又俏，有加枣的，有不加枣的，摆在盘子里齐整可爱。

今日何日？

我家老妈子曰：“今天是五月节，大门上应该插一些艾草菖蒲，点缀点缀。”

我家老太太曰：“今天是端午节，应该把钟馗捉鬼图，悬在壁上，孩子脸上抹些雄黄酒，辟邪辟邪。”

小孩子独曰：“今天不知是哪一天，就知该吃粽子！”

我参考众意，觉得今天叫做“粽子节”比较的亲切些。

——梁实秋：《雅舍谈吃》

端午知多少（答案见A3版）

端午节

农历五月初五

中国汉族的传统节日

中国首个入选世界非遗的节日

端午历史悠久

始于春秋战国时期

至今已有 2000 多年历史

端午习俗多

吃粽子

赛龙舟

悬钟馗像

饮雄黄酒

佩香囊荷包

挂菖蒲艾草

端午是一种情怀

童年时

端午是语文课本上的屈原

是妈妈包的肉粽蛋黄粽蜜枣粽

是盛夏时节的燥热

与内心的狂喜

长大了

端午是一张漂泊的船票

承载了岁月和乡愁

是加班忙碌后的两三天假期

看孩子初尝粽子时嘴角扬起的笑意

自己却再也找不回的

家乡粽子甜蜜

时光变幻

乡情依旧

思念如酒

回味心头

端午又至

小编祝您

深情粽意

长长久久

1、早在春秋时期，就有用茭白叶包黍米做成牛角状的食物，叫作“角黍”。到了____代，粽子被正式定为端午节食品。

2、端午节，人们会用雄黄泡酒，在小孩的脑门、手腕、脚腕这些地方抹上一点雄黄酒，蚊虫、____、蝎子、____、壁虎、____等等毒物就不敢靠近了。

3、小孩子过端午节佩戴香囊，传说有避邪驱瘟的意思，香囊里有____、____、香药，用布包好，再以五色丝线弦扣成索，作各种不同形状，结成一串，小巧可爱，清香四溢。

4、屈原是中国浪漫主义文学的奠基人，他创立了____这种文体，被称为中国的诗祖，他主要作品有____《九歌》《九章》《天问》。

2018年06月18日

戊戌年 五月初五

第6期（本期4版）

总第18期

内部刊物 欢迎索阅

春蕾

【我和你，一起成长】

Great

格雷特起重机，提鼎问天下

Great crane, win the world

公司网址: www.jsplt.cn



格雷特重工科技码头 600t 龙门吊主梁完成吊装

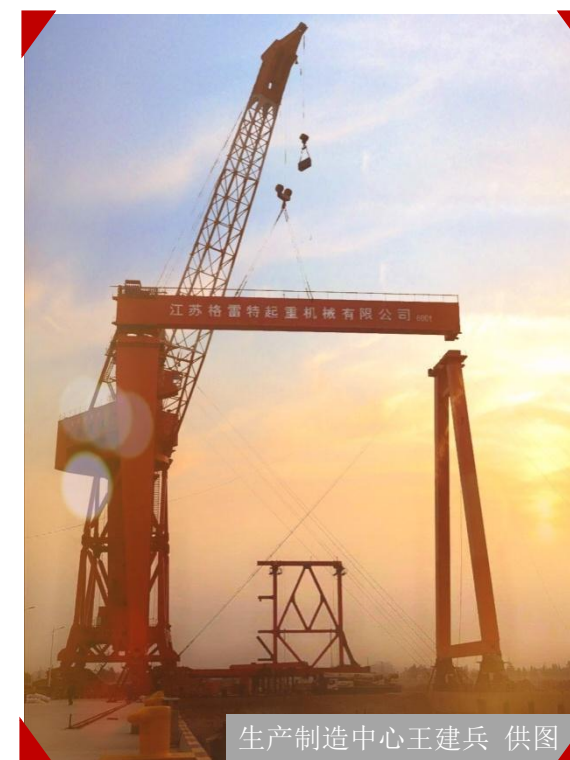
预计月底投产 为大型设备码头组拼保驾护航

6月5日清晨，江风徐来水波不兴，格雷特重工科技码头 600t 龙门吊主梁顺利吊装到位（下图左）。公司总经理王建春、安装部长刘祥、生产部长王志峰等人现场见证了这一历史时刻。

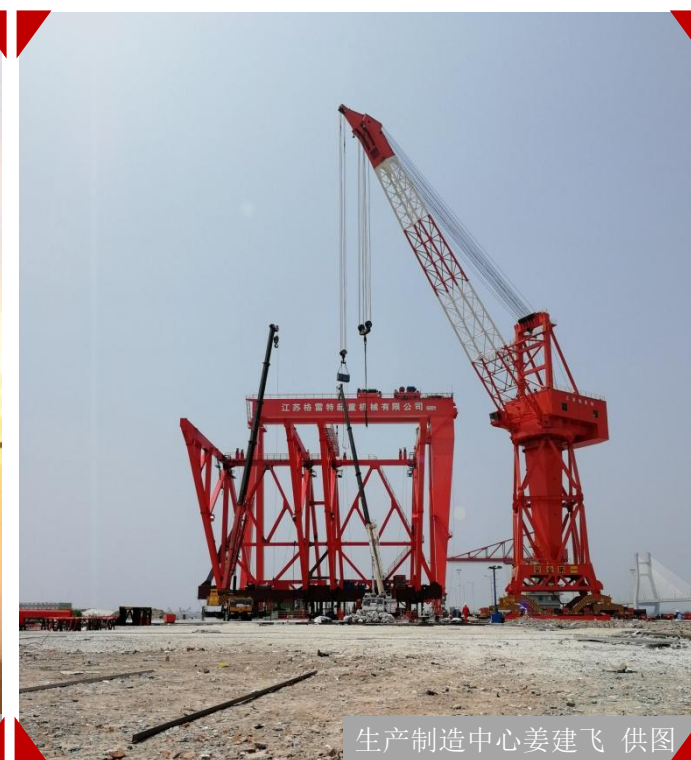
作为码头的标志性设施，600t 龙门吊预计 6 月底完成安装调试，与已经投入使用的 200t 门座机、150t 门座机、60t 吊钩电磁两用门机、32t 通用门机等设备，共同构成一道亮丽的风景线，工作半径完美覆盖整个码头 450 米长江岸线。该码头处于江、海、河联运的枢纽位置，作为格雷特集团生产链的重要一环，体现了王总远大的视野、格局和胸怀，将为格雷特带来新一轮宝贵而巨大的发展机遇，格雷特人“争创一流企业”方向更明、信心更足。

格雷特作为国内起重机行业的后起之秀，聚集优势力量，紧跟市场导向，注重对细分市场的开拓。特别是近年来，与中铁、中交两大集团紧密合作，先后研制了超大型架桥机、提梁机系列、铁路铺轨机、桥面桅杆吊、港口门座机等各型专用起重设备。

目前就有一台本月即将发货的 CQ1800 型架梁机，正在码头场地进行总装调试（下图右），后续还有三台同样规格型号的架梁机将于此预组装。600t 龙门吊的投产使用，必将进一步加快生产节奏，提升此批架梁机的组拼效率，对后续其他大型起重设备的码头组装也将裨益良多。



生产制造中心王建兵 供图



生产制造中心姜建飞 供图

标题新闻：格雷特接连斩获两笔大额订单，总价值约一个亿（详见 A3 版）

责任之我见

□生产部 施倩倩

德国文学巨擘歌德曾经说过：责任，就是热爱自己的工作。诺贝尔和平奖获得者、美国第28任总统威尔逊则指出：机遇，同你的责任感成正比。

然而，芸芸众生，达此境界者实不多见，准时上班、完成份内之事、到点下班，每月领取固定的薪水，生活就如一潭死水，了无情趣。两点一线，日复一日，看似忙忙碌碌，却也找不到什么不平凡的业绩。这，就是我一直以来对工作的看法。直到最近，公司发生了一些事，让我对责任有了更深的理解。经常听人谈起人生价值这个话题，对于上班族而言，履行好岗位职责，充分发挥自身能力，就是价值最好的体现。工作中难免会遇到各种问题，是找借口逃避、退缩，还是积极想方设法去克服。我想，大家都应该选择后者，这就是责任。

责任使人坚强，责任改变态度，责任激发潜能。责任，就是对本职工作的信守，是与公司共成长的使命感，更是人性的一种升华。敢于肩负责任的人，可能一路荆棘、磕磕绊绊，但最终一定会收货鲜花与掌声。反观我们：粗枝大叶，应付了事；办事拖拉，效率低下；推诿、踢皮球，甚至原本简单的日常事务，都演变成了部门间领导协调才能解决的“大事情”，这种人为设障，往往贻误时机，事倍功半。如此种种，实在令人汗颜。

有人说：假如你非常热爱工作，那你的生活就是天堂；假如你非常讨厌工作，你的生活就是地狱。快乐是一天，不快乐也是一天，何不永葆激情，享受工作成果带来的乐趣，这才是我要的生活。



实习体会

□实习生 方海文

时光荏苒，转眼又是一年毕业季。前些天收到辅导员关于回校答辩的通知，才猛然察觉来格雷特实习已一月有余。还记得《钢铁是怎样炼成的》里的保尔·柯察金说过：宝贵的生命应该是“不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞耻”。在格雷特的这段实习经历，用五个字概括就是“很忙很充实”。我认为，实习二字其实就是在实践中学习，好比麦子抽穗结籽，大学三年的“收成”如何就看实习阶段是否努力了。

读大学，真正目的绝非是为了考试过关拿张毕业证，而在于开启明智、奉献情怀、追求真理，小处说是为了培养文化素质、获取生活技能，往大了说是发掘个人价值、奉献国家社会。如何将学到的文化知识与工厂生产实际有机结合，是我实习的最大目的。在格雷特这个大家庭，我有幸遇到了一个经验丰富的带教师傅，结识了很多不吝赐教的领导和同事，他们的关怀和指导让我少走了弯路，更快地融入生产部集体。

作为一名实习生，没有任何工作经验的职场新人，我明白，要不怕苦累，多做事多请教，才能更快适应工作岗位，更好实现个人价值。因为公司不比学校，没有老师，没有作业，没有期中期末考试，一切都要靠自己主动学习、靠实力去争取。我所在的生产部，作为制造型企业的核心部门，平时要和很多兄弟部门打交道，部门领导、项目经理、同事、客户驻厂监理，比在校期间老师同学间相对来说更为复杂的人际关系，该如何妥善处理，也是不小的难题。经过分析总结，我觉得，人与人之间相处，要多沟通，学会去换位思考，做事情要全面考虑，这样才能事半功倍。

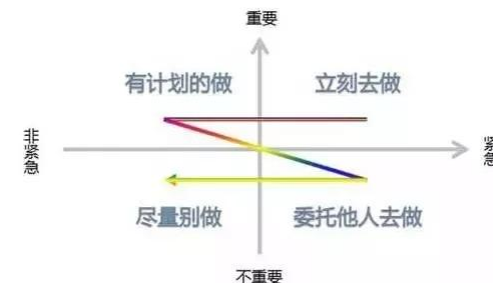
最后，我要再次感谢公司给予我实习机会，感谢我师傅和各位领导同事对我的关怀和帮助。谢谢你们！在接下来的日子里，我会用实际行动来证明自己，做一名更优秀的格雷特人。

□本期责任编辑：陈晓东 □地址：江苏省南通市平潮沿江工业园区蛟龙路18号 □电话：0513-86572777

如何有效地进行时间管理

a. 列出任务条目

当手头事情一大堆时，不妨列在笔记本上或者在手机上设置日程提醒，根据时间管理四象限法则（见下图）按轻重缓急进行分类。优先做“紧急又重要”的事，快速完成“紧急不重要”的事；至于“不紧急不重要”的事，可千万别在那上面耽搁太久。



b. 细分目标

太大、太遥远的目标，让人望而却步。建议在定好大方向后，尽量把目标分得细致一些，精确到每月、每周、每天。

例如安排结构班组计划，“今天焊接完成两个台车架”就比“这周完成大车结构件制作”更利于过程管控。

c. 提前做第二天计划

划

如果事务繁杂，傍晚下班前可以把第二天要做的事情大致归纳一下，做到心中有数，到时才能得心应手、不慌不乱。

d. 果断排除干扰

很少有人能从头到尾、不受干扰地做完一件事。

遇到突发事件，比如临时任务等，除非必须你去实施，否则最好坚持自己节奏，一件一件来。

工作时不要把手机放在手边，避免经常查看、打断思绪。

e. 学会创造时间

如果把人的抗压能力比作一个杯子，当压力源源不断注入时，若能同时保持良好的饮食、睡眠、运动习惯，杯子的容量就会变大，心理学上称之为“杯子理论”。吃好睡好，增强抗压性，保持充沛的精力和相对愉快的心情，自然事半功倍，也就等于“创造”出了更多工作时间。

f. 定一个最终期限

如果一个任务规定一个月完成，人们通常会等到月末才加班加点。如果一个任务没有期限，人们往往会无限期地拖延。因此，最好能给自己设定一个合理的、略微紧迫的、可以刺激自己不断努力的时间期限。

【端午知多少小测验 答案】1、晋； 2、蛇 蜈蚣 蜘蛛； 3、朱砂 雄黄； 4、楚辞 《离骚》

格雷特接连斩获大额订单

6月15日，南通市通州区公共资源交易中心寄发的中标通知书，标志着象屿600t造船门机EPC总承包项目正式花落格雷特。该项目合同总价6000多万，上/下小车最大可抬吊600t，跨度175m，起高70m，机电配置均选用国际知名品牌，与象屿船坞原有一号600t龙门吊可联动操作，更好服务船体总段模块化生产。

前不久，格雷特刚刚中标了中交二航局温州交通城建工业化生产基地总承包项目一批通用桥门式起重机，合同总价3000多万。据公司副总经理兼销售总监顾玉成介绍，温州项目后续还有四连杆门座机等多种起重机进入招投标阶段，未来双方还有更多合作机会。

短短不到半个月的时间，格雷特接连斩获两笔大额订单，总价值约一个亿，充分证明了企业综合实力及市场影响力。

□销售部 张慧

格雷特集团子公司服务热线 □博欧电动葫芦销售：0513-86701221 □重工科技码头招商：0513-86716658

