

# 郑锅报

郑州锅炉股份有限公司主办 总第二十七期 2015年4月

## 拿手机 得奖金 不断攀升的销售业绩引领公司开创新局面

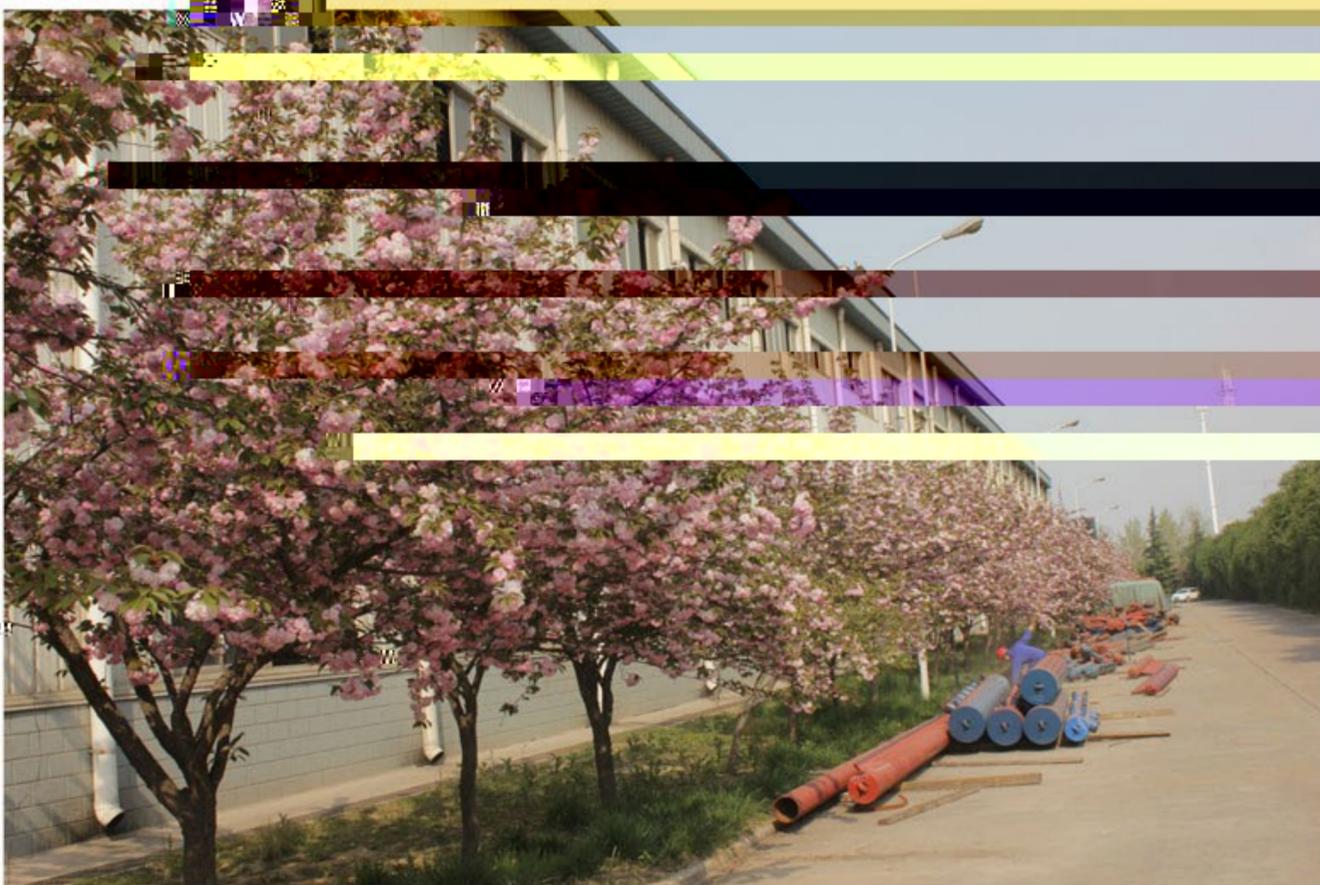
—— 董事长崔红旗、销售总监崔长虹为销售业绩前四名颁奖

2015年4月7日，公司对取得2015年第一季度销售业绩突出的张伟东、翁立保、杨志周、高必全给予丰厚的奖励。奖品不仅有10000元现金，更有多部iPhone6手机。以资奖励给业绩突出的他们。会议中，总裁王国华对销售公司前三个月的业绩做了总结，并对四月份的工作做出规划

与安排。董事长崔红旗也感叹到：“公司本月得奖人员还是比较多，我希望我面前放着奖品的桌子能够比现在更大，桌子上的奖品比现在更多、更丰厚！”希望全体销售人员再接再厉，共创佳绩。

(行政部 贾鑫)

## 赏樱何须去郑大 郑锅院内樱花开



董事长崔红旗为销售第二名翁立保颁发奖励



董事长崔红旗为销售第四名高必全颁发奖励

4月中旬，公司模式壁南墙一条街上万朵樱花竞相开放。引来了许多职工工作之余欣赏樱花美景。



## 热烈祝贺郑锅股份连续第四次被认定为省高新技术企业

2015年3月25日，郑州锅炉股份有限公司在全体员工的集体努力下，通过层层审核，终于被河南省科学技术厅、财政厅、税务局联合认定为河南省2014年度第二批高新技术企业。这已是郑锅第四次被认定为高新技术企业。

家创新体系建设进程中的“主力军”。

为了响应国家“大众创业、万众创新”的号召，郑锅股份积极申请高新技术企业认定。尤其是郑锅研发的大型循环流化床发电锅炉低排放技术的开发应用，得到了相关政府部

2015年4月，经国务院批准，科技部、财政部、税务总局三部门联合出台《高新技术企业认定管理办法》（简称“高企认定办法”）。办法规定，经认定的拥有自主知识产权的高新技术企业可享受15%的企业所得税率优惠。该政策旨在通过政府部门协调联动，运用税收杠杆“撬动”企业自主创新与技术研发活力，成为国

高新技术企业的再次认定，是激励郑锅在自主创新和技术研发道路上勇往直前的一颗“定心丸”。相信郑锅在相关政策的推动下，在生产绿色节能环保、提高锅炉能效的道路上越走越远！

(电子商务 李梦嘉)



扫一扫，关注郑锅官方微博！  
郑锅微信公众账号

# 郑锅股份召开中高层质量管理专题学习会议

4月18日，郑州锅炉股份有限公司召开了中高层质量管理专题学习会议。郑锅总裁王国华、总经理杨予华及各部门领导出席了此次会议。会议由郑锅质量总监能江岭先生主讲，主要宣贯《锅炉质量保证手册》，强调质量管理的重要性。

## 一、特种设备质量概念

质量通常指的是工作产品的优劣程度。产品的内在质量是指产品的可靠性、稳定性、安全性、先进性方面。锅炉作为指涉及生命安全、危险性较大的能量转换设备，安全生产、质量第一是重中之重。郑锅股份作为国家大型企业，中西部地区最大的锅炉生产厂家，自始至终都秉承着

“科技领先，质量第一”的理念。

## 二、质量管理与服务

质量保证体系构建了以“质量保证体系、质量控制点”为主线的质量管理链，采用层层展开的系统管理方法，促进了产品质量的提高。技术的采用、质量概念的更新、市场战略、社会需要和环境条件等的变化，不断改进对产品质量检测的管理评审，及时反馈市场信息，加强人员考核制度，不断提高产品服务。

## 三、质量宣贯总结

产品质量事关生命、财产的安全，是企业生存的根本所在，是企业

在激励的市场竞争中立于不败的根本保证。每一位郑锅人都要牢记公司“铸造品质，服务客户”的宗旨，树立“产品就是人品”的观念，为企业可持续发展和产品质量持续提高，尽心尽责，努力工作！

(电子商务 李梦蕊)



# 春思

今早艳阳依旧，昨夜有雨谁知。都说春雨希贵，谁料金岁不休。轻裳仍觉寒，花开是旧时。樱落缤纷洒，笑语林中扬。风来花散乱，现实无可奈何花落，梦中旧时何时归。

(仓储部 陈国强)



# 迎A级换证生产部门自查

4月份按照公司A级换证迎检计划要求，生产部门开始对生产现场和生产程序

部门对A级换证迎检内容自查自纠，工作要做到有计划、有落实，而且要有完整记录。自查分两部分：生产现场物料堆放、运行。

4月16日，生产部组织相关部门领导，对生产现场区域存放、工装胎具摆放、标识、仪表有效期和现场管理等进行了检查。针对发现的不合格项下发了整改要求，要求相关部门对整改内容进行整改，随后将对整改内容进行再次检查和落实。

4月18日至4月21日，生产部长与集箱等部门对生产现场生产程序、运行等内容进行了严格审查，对查出的问题，下发整改要求，限期整改，为A及换证迎检做充分准备。

(生产部 周倩)



# 感谢错过

来“退办”工作。面对的都是些退休老人。他们在抚今追昔，忆及过去时，常为年少轻狂时的某些草率无知和机遇错过埋怨、懊悔、遗憾。每每提及，自责不已，追悔莫及。我则以为，这种情绪对于向着耄耋之年奔去的他们的身心健康极为不利。我以自己为例，谈谈我对选择和错过的看法。

大半生过去了，曾有过数次选择。关于职业，关于朋友，关于房子，关于……，不觉间，走到了并不起眼更不辉煌但也绝不算凄凉悲哀的现在。

因此，我很有底气地说，我没有错。没能登上激情澎湃，指点江山，挥斥方遒的人生顶峰，原因很多。一者，本事（能耐）很小；二者，起点很低；三者，不善经营（钻研）；四者，老坟地风水实在一般般。

看淡，人生事多，难以计较，所以从不抱怨。大半生经历了诸多坎坎坷坷、曲曲折折，再遇之，一瞥一笑烟消云散。再说了，每次选择，最终的决定权还是在自已嘛。

因为有多次错过，才有了今天的境遇。暮年时分，你说，哎呀，如果错过某次升迁，如果不是失去了某个朋友，……我现在当如此辉煌，如



此腾达。此说，有意义吗？没有点意义。不能设想，不失去那次升迁，你就一定前途无量，不错过那次机遇，你就会看到更美好。错过那位恋人，你就会有比现在更好的家庭、子女，……

繁华逝，热闹散，人到老年苍凉，唏嘘忆往事，方悟人生宜淡泊经营，更浮华不得，喧嚣不得，张狂不得。错过，意味着失去：失权、失宠、失势、失色、失财。但细想来，及而后悔于那逝去，平白两误什么，也就不怕失去什么。

老年朋友们，夕阳余晖里，一程山水一程歌。看淡过往，抚平心绪，放下心中块垒，真诚地感谢曾经的选择和往昔的过错。珍惜拥抱你现在的的生活，珍惜亲朋好友，珍惜拥抱每一个清晨与黄昏。

(离退休 宋力)

对于生命的看法，我是这样认为的。生命之所以叫做生命，在于生下来就照着自己的意愿活下去。只为自己而活，坚持自己的信念。无论在工作中还是在生活中都坚持做与日已想法一样的事情。

我始终相信生活中不会有绝境。不管多少苦难挫折，多少磕磕绊绊，我都勇敢奋勇向前；我始终相信，中国人口中所说的一句话，叫做“相信未来。热爱生命”。

信念和激情这两个词是相联系的，是有着牵绊的两对词语。激情是信念的一种外在表现，是信念的一种具现化；如果内心没有信念的话，外在的言行不可能产生激情。所以激情是源于对自己内心的一种认同。也就是说你内心认为你在事业上所做的事

是伟大的，你才能够对你自己、对你的家人和社会来展示你做这件事情的激情的时候，一般来说都是赋予的。这并不是激情泛滥的力量，而是可以装出来的，不过装出来的肯定是假的，是不能持久的。只有源自内心的为自己做的事情而激动，才是信念和激情的良好结合。世界上经常有这样一个矛盾状态，有很多国家、单



位、或者说做事情的人，在自身信仰相对比较完整的情况下，他做的信念，是不符合的，是背离的，跟自己的信念的初心是不相同的，或者是相差很远的。很多情况下是因为做事的名声、地位、利益的诱惑超过了他的信念，压倒了他的信念。利益战胜了良知。作为一个人为名利而中，委实背离了自己的信念。信念是支撑人的灵魂，信念是支撑人前行的动力。而往往像老舍那样，他始终保持着信念的人，现在已经变得很少了。或是我已经知道了。坚持的信念和我做的事情一致吗？还好，我觉得我还比较一致。不管是有钱还是有名，都不影响我对生命的看法。

(行政部 贾鑫)

# 青春是用来怀念的

青春总要给你留下一些大大小小的伤，让你在余后的时光里想起时总会觉得隐隐作痛却又感恩。感恩那些伤让你成长，让你难忘，让你的青春有回忆可想。

我们那时会骂别人傻，后来却又羡慕一直傻的人。羡慕别人的不留余地。

我们无法理解别人疯狗般的行为，后来才发现那疯狗原来变成了疯狗。

去，那便没有任何意义。就如你曾经吃过的美味，时隔多年后再品尝，会发现它已不是原来的味。或许美味不变，变得是我们的味觉而已。

谁都在成长，这其中免不了悲伤。若都是必走之路，那便没什么好悲伤。那么多路人，你若不珍惜我。路过又算什么，我只珍惜，珍惜我的人。

时光自有筛选功能，将那些无谓的人，一粒粒筛落在时光里，任你美丽或狂妄，同行的那段时光一过，我就不再回忆。

时光自有沉淀功能，将那些往日轮回的花，一朵朵沉淀在你脚下，任过往狼狈或高昂，后来的日子，我要伴着花香。

往日如沙，随风飘吧。哪管他那时的快乐和悲伤啊。过去了你便回不去了。你若没有，那便更加无意义。



青春总要给你留下一些大大小小的伤，让你在余后的时光里想起时总会觉得隐隐作痛却又感恩。感恩那些伤让你成长，让你难忘，让你的青春有回忆可想。

我们那时会骂别人傻，后来却又羡慕一直傻的人。羡慕别人的不留余地。

我们无法理解别人疯狗般的行为，后来才发现那疯狗原来变成了疯狗。

去，那便没有任何意义。就如你曾经吃过的美味，时隔多年后再品尝，会发现它已不是原来的味。或许美味不变，变得是我们的味觉而已。

谁都在成长，这其中免不了悲伤。若都是必走之路，那便没什么好悲伤。那么多路人，你若不珍惜我。路过又算什么，我只珍惜，珍惜我的人。

时光自有筛选功能，将那些无谓

## 九句话告诉你为什么要控制情绪

- 1、你成不了心态的主人，必然会沦为情绪的奴隶。
- 2、我们最大的错误就是把最差的脾气和最糟糕的一面都给了最亲近的人。
- 3、发脾气是本能，控制脾气是本领。
- 4、当你能控制自己的情绪时，你就是优雅的；当你能控制自己的心态时，你就是成功的。
- 5、问题。
- 6、情绪时智慧不够的产物。
- 7、如果连自己的情绪都控制不了，即便给你整个世界，你也早晚毁掉一切。
- 8、不要把不良的情绪挂在脸上，因为那是一种令人讨厌的表情。
- 9、两个人的沟通70%是情绪，30%是内容，如果沟通情绪不对，拿内容就会给扭曲了，所以沟通内容之前，情绪层面一定要梳理好，不然误会只会越来越深。

(郑锅容器 何雪)



## 12种零食解馋又补脑

1. 果脯  
新鲜水果固然是好的零食选择，各种果脯也是不错的零食，如杏干、葡萄干、苹果干、香蕉干等。这些零食有点甜，且有嚼劲，富含纤维和钾。
2. 干麦片  
大脑需要的能量大多来自葡萄糖，葡萄糖也是人体代谢过程中最要的单糖，马夫托姆说：“吃低血糖指数的食物，如麸片等，会使葡萄糖以缓慢速度在血液中释放，这将减少血糖波动，并优化脑力、使精神集中”。
3. 冰冻香蕉  
冰冻香蕉是冰淇淋最好的替代品。一个中等大小的香蕉含有葡萄糖量，可以使大脑处于最佳状态。
4. 杏仁  
杏仁是蛋白质和健康脂肪的重要来源。黎巴嫩临床营养师妮可·马夫托姆表示：“杏仁含有9种人体必需的营养素，比其他坚果的蛋白质、纤维含量高。杏仁还含有丰富的维生素E(23个杏仁就可提供人体每天所需维生素E的35%)，以及不饱和脂肪，能够帮助提高好胆固醇水平。”
5. 低脂爆米花  
德法齐奥说，这种低热量的零食会满足你对咸脆食物的口腹之欲，而且它也富含纤维。
6. 新鲜水果  
水果一般均富含维生素、矿物质，以及具有天然甜味的口感。马夫

- 托姆表示，水果还富含抗氧化剂，可增强免疫系统能力，令上班族在工作中有更好表现。
7. 纤维奶酪或乡村奶酪  
如果你的办公室有冰箱，奶酪是蛋白质的良好来源。德法齐奥说：“蛋白质会保持血糖水平的稳定，不会让你昏昏欲睡。”
  8. 芥末豌豆  
芥末豌豆可以满足人们对咸、脆、辛辣食物的渴望，且芥末豌豆含有蛋白质和纤维，能帮助你保持血糖稳定。
  9. 煮鸡蛋  
煮鸡蛋是蛋白质的很好来源，且有饱腹感、能稳定血糖。但要注意鸡蛋的气味，最好在办公室厨房吃煮鸡蛋。
  10. 小胡萝卜和番茄汁  
德法齐奥说，小胡萝卜含有糖分和碳水化合物，以及其他营养物质。她还说，有时你以为是饿了，想吃点糖，但实际上你只是口渴。可以试试喝低钠盐番茄或蔬菜汁。
  11. 酸奶  
酸奶含有益生菌，还可提供蛋白质、钙、维生素、钾和镁等营养素。
  12. 苹果和花生酱  
苹果提供纤维和碳水化合物，花生酱(也可以是杏仁酱)提供健康的单不饱和脂肪和蛋白质，可以稳定血糖。德法齐奥说：“这种零食很好吃，还可令你几小时不觉得饿。”
- (行政部 王蕊)

## 春季体育锻性的6个好方法

- 春夏交替之际，我们常常会感到疲倦。那么在繁忙的工作之余，让自己动身身心得到放松，同时提高免疫力来为大家简单介绍几个体育锻炼的方法：
- 方法1：室内添些花草，做深呼吸。春天最好的提神方法莫过于闻闻芬芳的花儿。因为香气能刺激人的大脑，使人整个身体的平衡恢复正常。
  - 方法2：骑自行车春游。花红柳绿的春天，外出骑自行车旅游，既锻炼身体，又能放松心情，实在是多惬意的事情啊。如果能骑10公里以上，就会燃烧400卡路里，还会加速心血管的运作，同时，骑自行车可是一种塑造完美体型的好手段。
  - 方法3：跳绳。跳绳要保持膝盖弯曲，肘部弯折在身体两侧，不要跳得过高，节省体力。这项运动，既不受场地设施限制，又能达到最好的锻炼效果，确实是一项非常实用的运动项目。而且跳绳可以帮助排毒。
  - 方法4：仰卧起坐。科学的方法是：抬起身体时呼气，躺下时吸气，

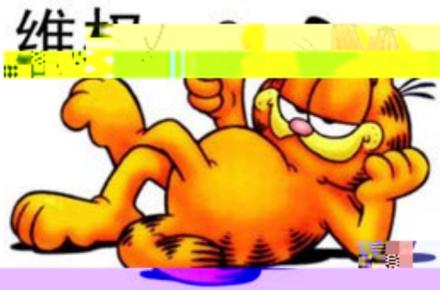
- 下巴抬起，双肘张开。
- 方法5：捡肥皂运动。捡肥皂运动是俯卧撑的升级版，做起来更简单，做起来更有趣。捡肥皂运动做起来更简单，做起来更有趣。捡肥皂运动做起来更简单，做起来更有趣。
- 方法6：各类球类运动。比如：篮球、羽毛球、乒乓球等。打羽毛球的好处：a. 锻炼手脚的敏捷性；b. 锻炼身体(腰、肩)的柔韧性；c. 锻炼身体各部的协调性；d. 参与者的反应能力将得到充分锻炼，反应速度将明显提高。



## 加菲猫

《加菲猫》有一段讲，加菲和欧迪无意中走失了，加菲被卖到宠物店，很痛苦，担心主人乔恩会思念它成伤。但在一个清晨，乔恩走进了宠物店，老板上前询问需要宠物吗，他看见了加菲，喜出望外。立刻把加菲买回去，一家团圆，皆大欢喜。故事的最后，那只举世闻名的肥猫在日落下说了这样一句话：我永远不会去问乔恩，那天他为什么会走进宠物店。看懂了之后，又反反复复于无遍，突然明白一个道理。你们呢？

(郑锅容器 安静)



## 请你微笑远离“垃圾人”

2014年的夏天，麦当劳杀人案，那个受害女子一定没有听过“垃圾人定律”，当正常人遇到垃圾人是不可以用正常方式去回击和反映的，希望善良的朋友们谨记！

女友被三个男人强奸，男友说犯不上跟男人较劲，男友说犯不上跟男人较劲，男友说犯不上跟男人较劲。

男友被捅了三刀，在医院抢救无效死了，临死问了女友一句话：我现在算男人了吗.....

如果北京那位被摔孩子的妈妈知道这定律或许就可以避免孩子的悲剧！

现在的世道真的很恐怖，悲剧往往就是一念之差，退一步海阔天空，得饶人处且饶人。

许多人就像“垃圾人”，他们到处跑来跑去，身上充满了负面垃圾：充满了沮丧、愤怒、嫉妒、算计、仇恨，充满了傲慢与偏见、贪心不满足、抱怨、比较，充满了见不得人好、愚昧、无知、烦恼、报复和充满了失望。他们总需找个地方倾倒；有时，我们刚好碰上，垃圾就泼到我们身上。我们自己的路就行！千万别将他们的负面垃圾接收再扩散给我们的家人、朋友、同事或者其他路人。

不要让“垃圾人”接管自己生活当中的任何一天！人生短暂，绝对不要浪费心思和精力在这些事上！生活中遇到这样的人一笑而过！

(蛇形管分厂 李盟)

