

草根达人

# “偷懒”，可是门大学问

## 镇海港装载机司机任一辉的绝活靠脑袋炼成

■记者王海霞

谁能想象到，平时用来运输木头的大叉车，竟能把电焊条准确地插进瓶口直径仅15毫米的酒瓶里？在宁波镇海港区，叉车司机坐在3米多高的驾驶室里，一拉操作杆，巨大的夹齿像人手一样，“捏”住一根电焊条从一个啤酒瓶里缓缓拉出，再前进约半米的距离，把这根电焊条插入第二个瓶子里。

为了确保电焊条是否真的插进了酒瓶，司机还要操作夹齿左右晃一下。别小看这一下，也是要功夫的：晃动幅度稍大，就可能带倒酒瓶。操作室距离酒瓶大概5到6米，这一系列的操作，靠的全是常年积累的经验 and 手感。

最终，司机成功将电焊条放进了啤酒瓶。他下车，抹了一把额头上的汗。他叫任一辉，开了快30年的车。

动脑筋是一种乐趣

1986年，任一辉初到镇海港区，开的是装载机。说起装载机，人们很容易想到司机操纵着铲斗将货物铲装至车厢内，似乎很简单，初学单斗驾驶的任一辉也这样想。结果没想到，几个工作日来他就腰酸背痛，单斗开不快，总像行进在坑坑洼洼的路面上，劳动强度大，效率也不高。

一开始，任一辉以为是自己不够熟练的缘故。可是渐渐地，他发现自己技术熟练了，可问题还是没解决。

“那时我就在想，会不会是这个操作方法本身存在问题？”任一辉说道。

任一辉开始想办法找问题了。他分析作业过程中的每一个动作，通过调整它的快慢、与其他动作的先后顺序等来感受车身震动与作业效率的变化。慢慢地，还真让他找着了问题！

“我发现‘铲货物时将铲斗完全收回到限位位置’这个动作会对车身产生冲击力，这就是我开车总感觉坑坑洼洼的原因。然后我就想，这个动作能不能改善呢？”随后，他便开始了不断地尝试。任一辉发现，如果仅收回七八分不仅不会影响作业进度，反而会因为少一分冲击力而感觉平稳，同时又能节约1秒钟时间。这个动作的改变，不仅提高了驾驶的舒适度，还提高了效率。

“偷懒”是一门学问

动一动脑筋，带来的是省心省力，任一辉体会到了“巧干”的重要性。

“我常说，工作中要学会‘偷懒’。偷懒不是说应付工作，而是要干得聪明，而不是一味地苦干、蛮干。”任一辉说。没多久，他就又找到了目标。

“我们装煤的时候，都是一铲子把煤铲起来，然后倒车，调整方向，再把车开到货车前面，放煤。我当时考虑，这种工程用车倒车时是很危险的，而且每一下操作油耗都很高。这个流程要是能够优化，不仅能提高安全性，还可以节能提效。”任一辉说。

任一辉开始考虑怎么“偷懒”了。他发现，如果能够在货垛与汽车形成的钝角之间铲装物料，同时充分利用单斗往返移动的时间来提升动臂，就能使动臂在半空中走出一条圆弧状捷径，铲装一斗比以往节约2秒钟。

“我们以前倒车都是各自凭感觉，现在我们只需要轮胎倒退一圈半就可以了。算下来，一个班次能多装300吨煤炭！再加上省下来的油钱，不得了。”

就这样，他的单斗操作技能不断提高，并将这份“琢磨”劲儿不时应用到其他装载机操作中。10多年来，同事们无不对他“稳、准、快、柔”的操作风格翘大拇指。

心中要有“斗”

任一辉经常借助网络、媒体来评析国内外装载机司机的操作水平，取长补短，力争自己的操作环节精简、科学，达到“劳动强度最轻、油耗最省、效率最高”的目的。

在熟练驾驶各种装载机的同时，任一辉还兼管所有装载机的一、二级保养。在他看来，保养工作多动些脑筋，不仅能够延长设备使用寿命，为企业节约成本，还可以提高团队的生产与维修效率。为此，任一辉乐此不疲地留心各种装载机的运行状态，学习、掌握结构原理，记录、分析相同设备故障规律，还多方搜寻、整理装载机各种资讯。他桌上摆起约两尺高的工作本记载了各装载机的“健康动态”，它们的使用寿命均有不同程度的延长，其中部分装载机发动机已使用1.2万小时以上，预计能延长到1.5万小时，令厂方钦佩不已。

任一辉总是说，“自己开的车不摸透它怎么行，装载机司机心里就得始终有‘斗’！”

## 慈溪供电：绿色通道推进锅炉“煤改电”

“没有了浓烟，也没有了呛人的气味，还能节省空间，新改造的电锅炉，当真是既安全又环保。”近日，开关闭合之后，各类设备正常通电，这标志着慈溪市掌起镇第二小学锅炉煤改电项目顺利完成。该校的罗雷校长看着这个新“装备”笑得合不拢嘴，向忙碌了半天的慈溪市供电公司的工作人员再三道谢。

为积极响应国家节能减排政策、使用清洁能源，掌起镇第

二小学打算在暑假期间将不环保的煤锅炉替换成电能，确保该校600余名师生的就餐、生活供水需求。7月初，慈溪供电公司根据节能减排相关政策方针，第一时间与学校取得沟通，完成了供电方案答复和其他相关事项，并开辟绿色通道，在开学前对原用电量装置进行改造。

据悉，自7月份以来，慈溪市供电公司申请电能替代的客户开辟绿色通道，保证服务

效率和质

# 病房里，那个点缀“花香弥漫”的人

## ——驻守在精神病科的杭州“十佳护士”王建女

■记者吴晓静 通讯员吴怀能

2015年度的杭州市“优秀护士”近日出炉，在这项由杭州市卫生计生委、市妇联联合开展的评选活动中，护士队伍“救死扶伤、爱岗敬业、乐于奉献、文明执业”的精神风貌，为人称道。其中，有10名护士被评为2015年度杭州市“十佳护士”称号，同时推荐为杭州市“三八红旗手”候选人。杭州市第七人民医院护士王建女就是其中之一。

精神病医院也要与死神作斗争

与其他医院不同，在杭州市七医院，如何做好精神病人的护理工作，成了王建女参加工作时面临的最大困难。早年读书时，她就读的学校并没有开设精神病护理学科，而现存的知识又不多，这该怎么办？王建女决心迎难而上，

工作中的细致观察和虚心学习也让她慢慢热爱上了自己所从事的这份工作。

一次，住院部来了一位抑郁症病人。这名病人在家时多次自杀，家人束手无策之下将她送到医院治疗。入院后病人情绪非常低落，表示已对未来丧失信心，认为活着就是给家人和社会拖累。一天夜里，恰逢王建女值夜班，巡查时看见这位病人蒙着头睡觉，出于责任心她掀开棉被一看，眼前的场景却让她吓了一跳：病人正用长筒袜结成的长绳，一头栓在床档上，一头勒紧自己的脖子正使劲往下拉。当时还经验尚浅的王建女吓蒙了，但马上反应过来，一手尽量托起病人的身体，一边呼叫工人最后剪断袜子，挽救了该病人的生命。

事后几天一想到这个场景，王建女的心脏就“噗噗”跳得飞快。也因为这件事，她意识到，原来在精神病医院也要与死神

作斗争，学校里学的急救知识用上了。

她至今还记得病人康复出院当天的满眼热泪，这份来自患者的感谢是她工作后受到的第一次心灵震撼。这件事也让王建女下定决心，今后要付出更多的爱心、耐心、真心和责任心，为患者送去关怀和温暖。

患者的真实体验最重要

2008年，由于工作出色，王建女走上了护理管理岗位，就任老年精神科病房的护士长。

老年精神科病区收治的病人大多是老年痴呆病人，很多的病人之前都是单位的领导受人尊敬，家里的顶梁柱，但生病后他们记忆力丧失，日常生活不能自理，失去了往日的尊严和自信，甚至还有嗜食的危险。怎么能使这些病人得到更好的服务和护理呢？摆在她面前的又

是一个严峻的难题。

担任护士长工作期间，她更加严格要求自己，细心琢磨着如何带领护理团队，边琢磨、边实践、边总结，对病人从生理、心理到社会各方面实施个性化整体护理，最大程度减轻病人的精神和肉体的痛苦。

2013年，因工作需要，王建女调到了精神科五病区担任护士长。这个科室是重症精神疾患伴严重躯体疾病的病区，患者治疗风险高，护理压力大。作为护士长的她，每天深入病房亲自查看每一个重病人、体验病房环境的安全性是否可靠，寻找最安全、方便的管理方法。

几点关灯，什么时段用餐，哪几个洗手间有安全隐患……事无巨细，王建女都要亲自观察过，在她眼

里患者的真实体验才是最重要的！

工作20年来，病房内上班最早下班最晚的永远是她。她的态度也影响着整个的护理团队，“温暖”是病人们最常用来形容这个团队的词语，她所在的病区因此一直都是优质护理示范病房。

“将这一径长途，点缀的花香弥漫，使穿杖扶叶的行人，踏着荆棘不觉痛苦……”这是冰心先生歌颂护士时写过的一段话。在漫长的求医路上，所有人都希望能遇见这样的白衣天使，让她陪伴自己战胜病魔。

王建女说，“做护士，必须一切都以病人为中心。”她愿意做那个病房里，点缀花香弥漫的人。

工人笔谈

## 守规矩 关键靠定力

■阮向民

据媒体报道，“杭州的斑马线前车辆让行已经变成了一道风景线，不能让让地铁候车线也变成一道风景线？”

候车不排队、不等下车乘客下完车就一拥而上等现象，前段时间被不少市民游客热议。8月13日，杭州地铁集团正式宣布启动“先下后上，排队候车”文明乘车活动，并在各站点安排志愿者和站务人员进行劝导。如今半个月过去了，效果如何呢？前天，记者对部分地铁站进行了实地探访，发现乘客不排队、上车时一拥而上的现象，仍较为普遍。

中国历来是个排队大国，讲究先来后到，一直是约定俗成的规矩。即使是这样，大家能安分守己排个队，却从来不是件易事。

杭州地铁倡导“先下后上，排队候车”文明乘车活动，然而半个月下来，记者现场采访所得到的成绩单却不尽如人意，车门一开乘客一拥而上的情形依然是常态。尽管有关方面认为这其中也有客观原因，比如有些人还是第一次乘坐地铁，对乘车

规矩不甚了解；而有些站台乘客数量不多，排队似乎也显得有些多余等等。如果对于“先下后上，排队候车”这样浅显的常识，也非要按个“不知者无过”的理由，实在是过于牵强。

有意思的是，在记者的采访中，几乎每个人都支持“先下后上”，也几乎每个人都认同“排队候车”。那么，问题来了，为什么我们的意识和行动总是步调无法一致呢？大家的回答也基本雷同，不是我的问题，而是有人坏了规矩。既然规矩已经破了，那么我也无须遵守。

这样的论调，很容易联想到过去一段时间炒得沸沸扬扬的“中国式过马路”之争，从心理学的角度说，那就是人的从众心理，最终让规矩消于无形。

所以，守规矩关键还得靠定力。可以肯定地说，无论何时何地，总有无视规矩者横冲直撞，问题是我们该不该效仿，该不该趋同。如果绝大多数人有守规矩的定力，那么久而久之，那些无视规矩者也会效仿，也会趋同，因为他们，同样不乏从众心理。

## 一条腿也能站成一道风景

### 一名80后公路人的磨难和坚守



赵晓伟在勘查违法现场。

■见习记者张泽媛 文/摄

那一年，他还是个大男孩。一场突如其来的变故，命运由此改变。但他选择了不向命运低头，他用自己的行动证明：一条腿，也能站成一道风景。

失去了右腿，原来平常的事变得不平常了

他叫赵晓伟，1986年出生于江苏省南通市，2007年4月进入杭州市公路管理局高速公路管理大队，现在杭州市公路管理局公路指挥中心工作。

2008年1月17日，大雪纷纷扬扬，赵晓伟在杭新景高速公路上处理一起交通事故，在疏散驾乘人员的时候，突然有一辆车冲进了事故处理区，来不及做任何反应，赵晓伟被撞飞出去，失去了知觉……“等我醒过来时，已经是3个月后才了。这期间发生了什

么，在我脑海里至今都是一片空白。”赵晓伟说。

此次事故，致使赵晓伟右腿高位截肢。那一天，赵晓伟还未满22周岁，距离他参加工作还未满一年。

“从来没想到，过去那些平常的事，突然有一天成了难事。”赵晓伟说：“就拿简简单单上下楼梯来说，对于正常人那是轻而易举的事，但对于我而言却特别费劲，只能一个台阶一个台阶扶着扶手上下。穿戴假肢也是一种煎熬，夏天套在腿上，里面全是汗水，冬天套在腿上，冰凉冰凉的。”

5年处理案件近2000起，零投诉

2008年11月，伤情稍有稳定，赵晓伟就主动申请重返工作岗位。为了照顾他的身体，大队领导安排他在中队窗口负责事故处理、台账整理等内勤工作。

苦夏百业系列报道(七)

# “筑巢行动”开弓没有回头箭

## 网店新手：这个夏天，为爱奔跑

■记者阮向民

很多人都在盼着“夏天夏天悄悄过去”，俞晓杰也是其中一个，倒不是因为七月流火日子难熬，而是期盼着快点度过夏天这一天然的淡季。

25岁的俞晓杰是衢州人，今年夏天和他哥哥在杭州开了一家卖童装的网店，开始了一段创业之路。

女友一句话，他启动了“筑巢行动”

俞晓杰说，他天生就不是个安分的人，大专毕业后在杭州之后，虽然只有短短3年时间，倒是杂七杂八地干过不少活。“我也不知道自己究竟适合干什么行，干一段时间觉得不合适，就换个行当。”

他的女友小薇跟他从衢州一起来到杭州，在社区找了个活干。都怪生活的兴转转眼即逝，接下来，他们面临着的是许多新杭州人同样的难题：在这里安一个属于自己的家。

“当初根本就沒考虑这个问题，可是女友的一句话让我清醒了，我告诉自己不能再这样混日子了。”晓杰说，其实女友是个善解人意的姑娘，对于未来的生活没有太高的要求，也从来没有给他什么压力。过年后的一天，两人看了一场晚场电影，手牵着手一路回家。说是家，其实是租在城西的一间老房子。女友轻声叹了口气说，“唉，哪一天要是有一个我们自己的家就好了。”

晓杰知道了，女友这话不是抱怨，只是表达了内心的期盼，但听起来轻描淡写的一句话，触动了晓杰，“可能是出于男人的自尊心吧，我觉得我有责任为所爱的人筑一个爱的小巢。”

晓杰说，他要启动一个“筑巢行动”，但是如果仅仅靠他俩打工的这点收入，再省吃俭用，也很可能完成这不是一般难的计划。所以，要想完成这一计划，只有创业一条路。

没有资金，没有人脉，没有专业特长，没有创业所需要具备的一切资源，这路怎么走？一次偶然的探访，让他看到了希望。

童装网店，在淡季中开张

这次偶然的探访，发生在过年后不久，晓杰去萧山一个老家乡玩。老乡在萧山开服装网店已经快5年了，这次探访让晓杰羡慕不已，网店开成了公司，车子也换成了宝马。

回家的路上，晓杰的脑海里迅速地盘算着。开网店不需要太大的资金投入，启动资金主要就是流动资金，几万元钱就可以满足。开网店也没什么风险，最大的风险就是房租。更重要的是，开网店没有太高的门槛，不需要过高的专业技能，只要能吃苦耐劳就行。

和女友一商量，她也很支持晓杰的想法，这一夜，他兴奋得失眠了。第二天，晓杰把他的思路和在杭州打工的

哥哥和盘托出，兄弟俩经过几天的“论证”，决定联手创业。

最终定下做童装是女友的建议，他认为童装市场前景好，而且做童装更给人一种温暖的感觉。她的提议也得到了兄弟俩的附和。接下来的日子，建网店，租房子，联系厂家，一切都进展顺利。到了6月份，晓杰的童装网店开张了。

不过，令晓杰有点失望的是，他的网店开在了一年中的淡季，夏天是服装生意最差的季节，第一个月基本没什么生意。“每晚守在电脑旁，眼睛都不敢眨，可是别说买的人了，问的人都很少。”晓杰说，这大热天虽然不用在外面跑来跑去，但受尽了蚊子的骚扰，点了蚊香也没用，每天晚上两条腿上都会新增好几个包。

为爱奔跑，开弓没有回头箭

到了8月份，生意慢慢有了点起

色，这段日子，每天能接到几十个单子。店里所有活，都是兄弟俩自己担当，联系厂家，与网友沟通，打包发货，都是自己来。“现在开始有赢利了，虽然不多，但毕竟看到了希望。”

转眼到了秋天，晓杰已经开始准备秋装了，生意慢慢转好，也让他信心倍增。这些日子，他也不忘向老乡取取经，老乡告诉他，只要坚持下去，肯定会有收获。老乡告诉他，服装生意的旺季是在冬天，尤其是在春节前，童装尤其明显，想想就知道，哪家的孩子过年不穿身新衣呢？这样想着，晓杰更加坚定了。

“就像跑步一样，起跑时速度肯定提不起来，跑一段就好了。”晓杰说，开弓没有回头箭。这个夏天，他开始了为爱奔跑。

电企传真

### 文成供电：“凝心菜园”凝心聚力

今年以来，文成供电公司非常重视和关注企业文化在班组的落地工作。如何抓好企业文化在基层班组“最后一公里”落地，如何将企业文化由“虚”转“实”，实现企业文化在班组落地生根，将企业文化

和员工身心健康紧密联系在一起，成为该公司思考的一大问题。建立“凝心菜园”的点子便在这种背景下应运而生。

2015年初，该公司决定利用南田得天独厚的地理优势，在南田供

电所试点推行“凝心菜园”项目，在有限空间内进行科学合理布局，根据时令和季节分门别类种上蔬菜和果类等无农药、无化学品的“放心”食物。同时，让员工在工作之外的空余时间可以体验种菜和丰收乐

况，为配网设备检修提供决策依据。该公司配电运检中心线路维护人员随身携带望远镜、定位仪、测距仪、相机等设备，分成4组对辖区内60条10kV线路及638台公

### 黄岩供电打响配网安全整治“攻坚战”

为加强配网设备安全管理，推进配网设备隐患排查工作常态化，8月25日，黄岩供电公司在管辖范围内开展配网设备安全隐患大检查，结合故障分析结果，全面梳理掌握配网线路设备的缺陷情

用变压器认真细致巡视，对线树安全距离不足、“三线搭挂”以及其他危及线路设备正常运行的隐患及时排查消除。同时全面开展配网设备调度规范化命名整治，截至8月25日，共完成29条10kV线路共

趣。这个小小菜园的建立，不仅能够成为为员工办实事的“民心工程”、改善员工餐盘的“绿色工程”、关爱员工的“聚力工程”、绿化环境的“生态工程”，也能够进一步令员工感受到公司的关爱之心，将心凝聚到工作上，实现公司与员工共发展。

刘林燕 周蕾

3000余张设备命名牌的更换工作，极大地降低了安全隐患。

下一阶段，该公司将重点开展防汛防台和重要用户保供电应急预案的演练，以及电缆故障仪、路径仪的操作培训，扎实推进隐患排查常态化发展，确保配网设备安全稳定运行。

应子震