

李焕

勇担社会责任的“排头兵”

一分执着,一分耕耘。郑州三和水工机械有限公司总工程师李焕带着毕业之初为中国建筑机械发展发光发热的初心,用勇于担当、一丝不苟的工作态度扎实工作,用自己的一言一行演绎着工匠精神。

“水利部科学技术进步一等奖”“河南省科学技术进步奖二等奖”“河南省科技进步奖三等奖”“郑州市科技进步奖一等奖”,近日,记者在他的工作室看到他的众多荣誉牌匾。“作为一名技术设计人员,我就要担当好社会责任,不断创新出新产品,为国家的经济建设贡献自己的一份力量。”李焕说。

李焕于1993年来到荥阳,就职于郑州三和水工机械有限公司,从一名技术员一步步成长为公司技术总负责、总工程师,他一直用“勤奋、坚持、用心、创新”要求自己,工作中兢兢业业、勤勤恳恳,近年来获得国家发明专利6项、实用新型专利26项、软著4项,多次被评为公司技术创新先进个人,今年被评为荥阳市劳动模范。

“我们要让国内产品代替国外产品,决不让别人卡我们的脖子。”李焕是这么说的,也是这么做的。郑州三和水工机械有限公司作为一个科技研发型企业,科技创新是企业的生命。2006年,郑州三和水工机械有限公司对大型JF4800型自落式搅拌机进行立项研发,李焕作为技术主管带领研发团队担当了这个重任。那段时间李焕带领研发团队钻研,加班成了家



常便饭,每次遇到技术难点,李焕都和同事们一起论证确定方案、跟踪实验、上线调试。最终,在2008年成功研制出我国第一台大型JF4800型自落式混凝土搅拌机。经过相关专家评审,其性能优于国外同类设备,填补我国大型双锥自落式砼搅拌机的空白,现如今已成功运用于我国溪落渡、大岗山等水电项目。

“李总工程师一直跟我们说,作为一名技术人员,就是想不断创新,提升技术,为客户提升效率、为企业带来效益,为社会提供便利。”郑州三和水工机械有限公司技术部雷先生说。2014年,李焕主持研发了环保型一楼双机干粉砂浆楼,在研究过程中,李焕多次调整方案,在降粉、降噪、节能方面不断探索,技术不断突破。最终,环保型一楼双机干粉砂浆楼成功投产,获得客户点赞,项目经专家评审,认为达到国内领先水平。

荥阳时报 邓浩浩
通讯员 高申杰 文/图

牛林浩

带领村民奔向好日子



“多亏了牛书记修的这条路,现在天天去镇里上班可方便了。”行走在荥阳市高山镇穆沟村杨树沟组至前门组的水泥路上,吉姓村民由衷地感叹着。

这个村民口中的牛书记就是在荥阳市高山镇穆沟村干了6年的“老黄牛”牛林浩书记。2014年10月,牛林浩当选荥阳市高山镇穆沟村村支书。任职以来,牛林浩始终与群众心连心,踏踏实实为群众服务,实实在在带领村民发展。

近日,走进牛林浩家,眼神坚定,表情严肃认真是他给记者的第一印象。面对记者,牛林浩说:“我就想干些实事,让穆沟村的村民们生活越来越好。”

牛林浩上任之后,一心想着提高村民的收入。石榴是荥阳市高山镇穆沟村的主导产业,在牛林浩的构想中,“要让村民不离家乡就能赚钱,必须

要发展石榴种植。”2015年,牛林浩牵头村集体推进石榴种植、统一技术培训、寻找销货渠道等。截至2019年,全村完成石榴种植1700亩,人均收益达到3000元。

“晴天一身灰,雨天一身泥。”这是当年荥阳市高山镇穆沟村杨树沟组至前门组的土路的真实写照。“修,一定要把这条路修好。”2019年10月,走在这条长达1150米的坑洼土路上,牛林浩暗暗下定决心。

穆沟村“家底”薄,修路的钱从哪里来?牛林浩二话不说,将自己的部分收入捐了出来,同时四处“化缘”,从政府部门、企事业单位到个人,他硬着头皮敲门拉赞助。花费了半年的时间,他终于筹得了70万用于修路的钱。

路修好了,就要扮靓村庄。牛林浩在村里新修道路两旁安装了120盏路灯,保障村民安心、舒心出行;接着,牛林浩还带头在村主要干道3.5公里路两旁种植各种绿化树3万多棵;同时,牛林浩还在村集市中部建了一处水冲式公厕。一件件实事,大家都看在眼里,记在心上,牛林浩在村民中树立了很高的威望。

“牛书记当村干部有6个年头了,工作中勤勤恳恳,踏踏实实,他就像头‘老黄牛’,为穆沟犁出了一片新天地。”细数村庄变化,村民牛玉冠不禁竖起大拇指。

荥阳时报 邓浩浩

车扬帆

“柔弱女”蜕变为“铁娘子”

在郑州市荣龙泵业有限公司,有这样一位“铁娘子”。她任劳任怨,永不言弃,在工作中奋力进取,不断钻研,她就是下线车间小组组长车扬帆。

9月20日,见到车扬帆时,她正将一根又细又软的铜线从电机的槽孔里一匝一匝穿过去,做到一匝压一匝,严丝合缝,同时在穿的过程中将每一根线捋直顺。面对记者,车扬帆说:“学如逆水行舟,不进则退。我每天都会提醒自己,给自己加压,一点点进步……”

今年27岁的车扬帆是荥阳市广武镇人,2016年6月,刚来到公司的她,主动要求到公司车间去当一名下线工。入职5年,她坚持“身在一线、心在一线”,在烟熏火燎中淬炼意志,增长本领,工作突出的她今年被评为“荥阳市劳动模范”。

“车扬帆就像是一个机器人,平时干活都不知道累,她是我们厂的女强人,铁娘子。”她的同事这样评价。刚到公司时,车扬帆在工厂师傅的带领下进行学习。每天下班后,她都会主动要求加班到9点,一点一点熟悉工作。一个月后,车扬帆成功出师,单独工作,而和她一起学习的同事,最后用了整整3个月时间才出师。2016年12月,车扬帆的工作效率达到全厂第一,工厂中的男工一天能够穿好12台电机,在同样的时间内,她也能穿好15台。

车扬帆是一个热心肠,总能跟身边的同事打成一片。2018年6月,车扬帆在和女同事聊天时,了解到她的



儿子得了白血病,车扬帆将身上仅剩的400元都给了女同事,并将此事报告给了公司领导,公司组织了捐款,最终筹集了3.8万元。

“车扬帆有毅力,总是不断给自己加压,不断地突破自己。担任小组长后,责任心更强,什么事交给她都放心。”厂长王有平说。

19日下午6点,郑州市荣龙泵业有限公司接到了一笔紧急订单,需要在两天时间内加工30台电机。此时工厂的工人都准备回家了,不愿意留下来加班。车扬帆主动要求留下,并加班到晚上11点。第二天早上6点,车扬帆早早地来到了公司,投入到了工作中去。直到晚上6点,车扬帆成功地完成了这笔订单。

“不做最好,只做更好,我会不断地提升自己的技术,争取做到更快的速度和更精湛的技术。”车扬帆说。
荥阳时报 邓浩浩

知识科普 健康促进

主办:荥阳市健康促进办公室
支持:荥阳市人民医院

入秋渐凉泡泡脚 这样泡脚更养生

中医讲“百病从寒起,寒从脚下生”——作为人的第二心脏,双脚上存在着与各脏腑器官相对应的反射区,泡脚可以刺激脚部的穴位和反射区,促进人体血液循环,加快体内新陈代谢,调理内分泌系统,增强人体器官机能,达到防病治病的保健效果。

该怎么“泡”

水温不宜过热或过凉。许多人觉得只要在自己的承受范围内,水温自然是越高越好,其实并不尽然。成年人的泡脚最佳水温在38℃~43℃,比人体温度稍高一点便可,老年人和小孩子的泡脚最佳水温在35℃~40℃。假如水温过高的话,脚上的血管容易过

度扩张,体内血液更多地流向下肢,反而容易引起心、脑、肾等重要器官供血不足,对身体不利。泡脚不同于洗脚,水位最好高一些,以没过膝盖为宜,可以对足部和小腿部的穴位都起到作用。泡30分钟为宜。老人泡脚时间20分钟为宜。

用什么“泡”

在热水中加入不同的材料可以达到不同的效果。加牛奶可以滋润皮肤,加薰衣草可以改善

睡眠,加剩茶叶可以治疗脚气,加生姜可祛除寒气、加艾叶可温肺等。

泡的禁忌症

太饱太饿时不宜泡,因为此时泡脚,会加快全身血液循环,容易出现头晕不适的情况,还会影响胃部血液的供给。有特殊疾病的患者不宜泡,心脏病、心功能不全患者,低血压、经常头晕的人,都不宜用太热的水泡脚。因为这会导致人体血管扩

张,全身血液会由重要脏器流向体表,导致心脏、大脑等重要器官缺血缺氧,出现头晕目眩等症状。对有心脏病、低血压的人群来说,就会增加他们发病的危险。另外,糖尿病患者、皮肤病者、静脉曲张患者、女性经期及儿童不宜泡脚。