铝城诗苑 侯建云

奥运梦想今成真

漫漫历史长河
骤然间在北京汇聚
奔走不息的时针
立马在这里定格
2008 年 8 月 8 日
神州不平凡的一天
百年奥运
梦想成真
举国欢庆舞翩跹

为了这一天
华夏儿女等了很久很久
为了这一天
中国人经受了无数磨难
落后 屈辱 被动 挨打
凝结成一串串噩梦
长夜难眠
我们的落后化为屈辱的符号
我们的善良变成列强的皮鞭

聪明的中国人发明了火药
精制成美丽的烟花爆竹
供人观赏
西方列强却用它造成火炮
猛轰中国的大门
毫不手软
精巧的中国人发明了指南针
七下西洋
开辟丝绸之路
西方列强却用它引导战舰
霸占中国大片领土
毫不汗颜
和善的中国人发明了印刷术、针灸术、
　地震仪……
造福人类
改地换天
但是
改变不了西方强盗的本性和价值观

世界本无等号
弱者必须自强
中国人卧薪尝胆迎奥运
盼了一年又一年
东方睡狮醒来
地球为之震颤
加速度赶超先进
追日月快马加鞭

看京城
万国齐聚奥运会
开幕式
盛况空前歌舞喧
点燃圣火

心灯熊熊不息
挑战极限
为了同一个梦想
五环旗下的奖牌
正等着勇士摘取
营造和谐世界
还需要更高更快更强
赛场上激烈角逐
输赢都是英雄
加油啊加油
永不言败
为奥运会添一道亮丽风景
明日又是艳阳天

馨香一束

锻炼的快乐

李 红

北京奥运隆重开幕，我国运动员喜报连连。铝城上街处处充满了喜庆气息，国旗、奥运五环旗飘扬在铝城的上空，人们相聚说得最多的话题是奥运。

清晨，我迎着霞光来到体育广场，和早来的太极拳爱好者愉快地打着招呼。大家兴奋地说着奥运会上中国运动员们辛苦拼搏，每天所获得的金牌数。围绕北京奥运对全民健身运动的促进，每个人都发表着自己的见解。

6 点钟大家开始跟着太极拳协会会长李守明进行热身运动。

太极拳不同于其他健身运动，习练者要通过热身运动让身体动起来的同时让心情静下来，并伴随着腹式呼吸开始练习。热身运动完成后，会感觉到全身的筋骨不再僵硬。当悠扬的音乐响起，大家跟着教练静下心来，把呼吸调匀，沉肩坠肘，气沉丹田，把太极拳的一招一式都打到位，就会感到周身血液循环加快，汗流浃背而不累。

练习太极拳讲究中正安舒，心静体松，内外相合，虚实分明，刚柔相济，倡导身心俱静，不强己所难。太极拳协会刚成立时，有很多人都是身体不太好，想锻炼又不能做剧烈运动，找不到适合自己的锻炼方法，抱着试试看的态度参加协会组织的锻炼活动来到这里。经过这一年多的练习，他们的身体和精神面貌都有了极大改善。平时经常感冒的，现在很少感冒；刚来时血糖、血脂高的，现在去医院一化验，基本正常了。

三八节热力厂进行登山比赛，女工段立红很轻松地就以第二名的好成绩爬到了山顶。别的女工羡慕地问她为什么爬山的速度这样快还不觉得累，她很自豪地说：从练太极拳以后，我就觉得干什么都有劲，今年爬山也不觉得累了。

很多人参加太极拳锻炼都深深地体会到了其中的好处，也深深地爱上了这项运动，工作之余聚到一起琢磨自己练太极拳的不足之处，大家在一起快乐地交流。太极拳协会会长李守明，在繁忙的工作之余，不图名不图利，每天早早来到体育场，带着大家锻炼。他怕自己不来或来晚会影响大家坚持锻炼的积极性，无论刮风下雨，严寒酷暑，除了出差或晚上值班，从不迟到。他经常热心劝身边的人练太极拳，讲练拳的好处。

风轻轻地吹着，身披阳光，我们认真地习练着太极拳的动作。“白鹤亮翅”、“海底捞月”、“青龙出水”……连绵不断的动作如行云流水，如蝴蝶在花朵芳香的舞台上为生命舞蹈，我们在脚下这片生命的热土上尽情地舒展自己。

这里没有山野的寂静，没有万紫千红的烂漫，可拂过脸颊的风很温柔，我们觉得自己比花朵上小憩的蝴蝶轻盈，比山溪水中的鱼儿悠闲。

几套拳路下来，虽然大汗淋漓，但大家都觉得精神抖擞，浑身充满力量。

北京奥运，百年梦圆。奥运精神激励着我们更努力地投入锻炼。企业要壮大，要和谐发展，需要员工有健康的体魄和积极向上的精神状态。我们用自己的行动祝福奥运，支持奥运。

宏达杯文学作品征文

铝城诗苑 王洽智

传递梦想与激情

从 5 月 4 日到 8 月 8 日，
来自古希腊的奥运圣火，
在中国进行传递活动。
两万多名火炬手，
四万多公里行程，
传递着我们的百年梦想，
展示着十三亿人的激情。
就是在这雄壮的队伍里，
也有我们中国铝业的员工。

当被告知自己是一名火炬手，
很难掩发自内心的激动。
要以最好的精神状态，
展现出最佳的英姿风采，
传递好自己的一段行程。
有火炬手对祥云火炬亲吻，
那是情不自禁，那是动情。
当火炬点燃的一瞬间，
内心也是一片圣火熊熊。
参与、拚搏、挑战，
正义、顽强、公平……
奥林匹克精神，
奥运圣火传递，
它是人类历史文明的
传递和象征。

当火炬点燃阳光，
风把橄榄枝举过头顶。
弹起和弦，
谁能不加入这健美的竞争？
高高擎起火炬圆梦。
和平鸽化为祥云朵朵，
飞上万里晴空。

对我们大多数人来说，
干好你的一份工作，
也会是一个火种。
这都与火炬传递，
所表达的精神，
一脉相承，心心相通。

近日，长铝建与荥阳驻军某部举行了军民共建篮球友谊赛。杨 磊 摄影

后勤服务管理中心
举办第三届“服务杯”软式排球赛

本报讯 （**通讯员** 马义林）为喜迎奥运和中铝郑州企业建厂 50 周年，7 月 29 日至 8 月 7 日，后勤服务管理中心在计量管理科大院举行了第三届“服务杯”软式排球赛。

本次比赛历时 10 天，有 5 个基层分会的代表队参赛。经过 13 场扣人心弦的精彩比赛，第一分会、第五分会和第三分会的代表队分别获得本次比赛的第一名、第二名和第三名。

文化高速路

▲8 月 8 日，公司体协、钓协精心组织了迎奥运钓鱼比赛。众鑫公司的王玉成及 100 中学的赵壁在比赛中分别取得了单尾和总重的冠军。 **（赵 彬）**

▲8 月 8 日，氧化铝一厂空压站举办了“迎奥运”乒乓球赛。 **（张 静）**

▲8 月 3 日，水电厂供电车间在职工之家举行了迎奥运乒乓球赛。 **（张 芸）**

▲8 月 1 日，水电厂举办了迎奥运趣味活动。 **（岳永红）**

▲7 月 31 日，水电厂电气试验室组织女工学习了《女工专项集体合同》。 **（王晓红）**

▲7 月 31 日，碳素厂为员工发放了《方法总比问题多》一书，并开展了读书活动。 **（李红霞）**

▲7 月 31 日，水电厂黄河水源车间开展了安全文化宣传教育活动。 **（高建华）**

▲7 月 30 日，水电厂排水车间开展了“劳动竞赛小故事”征集活动。 **（康宏伟）**

▲近日，氧化铝一厂电气车间举行了“庆祝建厂 50 周年、与奥运同行”乒乓球赛。 **（袁 媛）**

▲近日，后勤服务管理中心计量科开展了“劳动竞赛小故事”征集活动。 **（张家兴）**

▲近日，氧化铝一厂八车间二工序开展了我与奥运同行系列竞赛活动。 **（耿喜荣）**

万紫千红总是春

——中铝郑州企业两公司开展群众性文体活动纪实

□ 周玉梅 奚望丞

走进铝城，浓浓的文化气息扑面而来。

近年来，中铝郑州企业两公司大力推进文化强企战略，以文体设施建设、文体队伍培育带动群众性文体活动的全面开展，以品牌活动创建、文化精品创作促进企业文化品位的提升，先后举办各种展览、展演、比赛等文艺会演等 100 余场次，直接参展、参赛、参演人员达到 2 万余人次，共出版了《跨越辉煌》、《铝城放歌》等系列丛书 33 套。

积极向上的系列文体活动，弘扬了企业精神，有力地促进了各项工作的顺利开展。中铝郑州企业两公司资产总值和销售收入连续两年突破“双百亿”，成为亚洲最大的铝联合冶炼企业，荣获全国五一劳动奖章，荣获全国文明单位等荣誉称号，两次被中华全国总工会和国家体育总局评为全国群众体育示范单位。

黄河岸边满眼春。根植于黄河岸边悠久历史的铝城文化，历经岁月的雕琢，带着新时期的新风新潮绽放出夺目的光彩。

一、舞台、展台，精彩纷呈春光好。

音符飞扬，国乐飘香。2007 年 4 月 29 日，长城铝艺术宫舞台，河南省民族乐团正在进行精彩演出。一曲《高山流水》传诵着钟子期和俞伯牙亘古不变的友谊……台上台下，心弦共鸣，演员观众，沉浸在相同的意境中。

这是中铝郑州企业文化生活的一角。

建设铝城品牌文化，打造职（员）工文化艺术盛宴，是近年来中铝郑州企业文化活动的一项工作重点。围绕“和谐、共赢、发展”的主题，2005 年、2007 年中铝郑州企业举办了两届艺术节。参与文化艺术节活动的总体人数近 7000 人次，直接受众 3 万余人，全面检阅了企业文化活动的成果，展示了中铝郑州企业团结协作、和谐发展的新成就、新形象，发挥了聚人心、鼓士气的作用。

回首，奋进的歌声伴随着企业前进的步伐，成为铝城精彩的风景。

2003 年，公司工会以“铝业儿女共庆中铝郑州企业建厂 45 周年和 70 万吨氧化铝项目奠基”为主题，精心策划并成功组织了万人签名、千人健康长跑、篮球比赛、趣味游泳比赛、书法美术摄影展和“辉煌跨越”大型文艺会演等“六个一”系列活动。活动历时两月，主题突出，参与面广，营造了“同心谋发展，携手创辉煌”的良好氛围。

活动不断，精彩连连。

中铝郑州企业文联各协会本着贴近生活、贴近实际、贴近群众的方针开展活动。书协组织会员到车间、班组培训职（员）工写好值班记录，春节期间义写春联；美协为基层车间美化宣传橱窗；影协把镜头对准生产一线，聚焦敬业爱岗的劳动模范；作协采写先进单位、一线员工的人物通讯；音乐、舞蹈、戏曲协会把企业的新变化和职（员）工的新形象编成歌舞、小品搬上舞台。公司职（员）工合唱团，舞蹈团利用业余时间组织排练了 30 多个声乐精品节目，演出 50 余场。

中铝郑州企业两公司积极组织职（员）工参加全国、省市文联和各级工会组织的文化艺术活动。

2002 年，公司作为有色行业唯一参赛单位参加首届中国职工艺术节，共参加了音乐展演、舞蹈展演、书法美术作品展评和摄影作品展评 4 项活动。2007 年，公司选送书法、美术、摄影和声乐作品参加了第二届中国职工艺术节，取得了舞蹈展演银奖 1 个、音乐展演和摄影展铜奖 3 个、书法美术展优秀奖 12 个、创作奖 4 个，公司获得优秀组织奖。在“庆祝建国 55 周年全国产业（企业）美术书法摄影精品展览”上，有 30 件作品入选并分获不同奖项，公司文联获优秀组织奖。参加中国铝业公司举办的纪念邓小平同志诞辰 100 周年书法美术摄影展，有 15 幅作品分别获得金奖、银奖和铜奖。在全总举办的第 14 届“名城杯”全国城市歌手大赛，运输部员工刘春雨荣获全国城市歌手大赛通俗唱法第一名，歌词作者新闻中心职工周玉梅获创作奖。

离退休老同志“老有所学、老有所为、老有所乐”。红枫叶艺术团多次参加省、市、区和公司开展的文化活动，展示了中铝郑州企业职（员）工及离退休人员和内退职工的风采。郑州老年书画研究会长铝公司分会的老同志精心创作了迎奥运、庆厂庆百米书画、诗词长卷，代表广大离退休人员和内退职工向 2008 年北京奥运和中铝郑州企业 50 周年厂庆献礼。

二、赛场、广场，百花齐放壮春色。

公司灯光球场作为企业和各单位举办运动会的主赛场，一年四季各种赛事不断。各基层单位职（员）工代表队在篮球、排球、乒乓球等比赛中大显身手。职（员）工拉拉队彩旗飘扬，鼓号齐鸣，加油声此起彼伏。

在中铝郑州企业首届运动会上，6700 人次参加了 18 个大项 123 个单项的竞技比赛，充分展示了职（员）工团结进取、奋发向上的精神风貌和豪迈气概。

在铝城游泳馆前的广场上，每天早晨，练习太极拳的职（员）工在教练的带领下迎着晨曦舒筋展骨。目前中铝郑州企业太极拳协会已从开始的几十人发展到 700 余人，经常被邀请参加国际、国内大赛和盛典。2007 年参加中国陈家沟国际太极功夫邀请赛，夺得金、银、铜牌各 1 枚；在中国焦作国际太极拳交流大赛上，获得团体一等奖；在河南省炎黄二帝塑像落成大典上表演，荣获优秀组织奖。

公司工会大力倡导快乐工作、健康生活的理念，先后组织职（员）工成立篮球、排球、乒乓球、游泳、太级拳、棋牌等 7 个唯特俱乐部，参加人数达 23000 人。

企业为基层搭建平台，提供场地、舞台、器械等硬件设施，培训教练员，提供技术指导，各二级单位积极自筹资金，修建了塑胶球场、乒乓球室、健美操室等锻炼场地，购买了各种体育器材。

两公司领导业余时间积极参加体育锻炼，打乒乓球、游泳、爬山……

他们用行动给职（员）工树立了榜样，促进了企业职（员）工健身热潮的形成。

一些职（员）工感慨地说：以前下班是相约喝酒，现在是相约锻炼，公司工会组织的体育活动使我们走上了与健康同行的道路。

工会主席纪行说：“今后运动的方向，要由精英型向普及型转变，吸引更多的职（员）工参与体育运动，使人人都能共享文体发展的宝贵成果。”

三、编书、送书，众手同织锦绣春。

公司工会着眼于满足职（员）工的精神文化需求，用高质量、高水平的文化精品影响、激励职（员）工。近年来，共收集整理出版中铝郑州企业职（员）工创作的诗歌、散文集《铝城放歌》和艺术节系列丛书“跨越辉煌”、中铝郑州企业两公司劳模故事《他们是真正的英雄》等书籍 33 套 6 万余册。这些来自企业、贴近生活的书籍受到了职（员）工的欢迎。

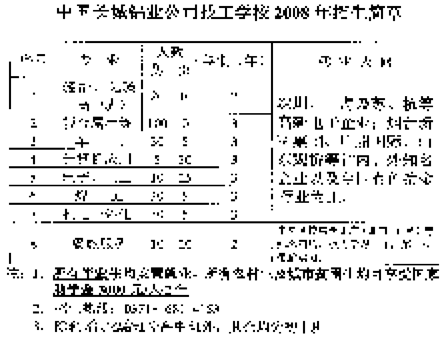
从 2007 年 4 月开始，公司工会启动了“送书下班组活动”，首批 3000 多册图书被送到车间、班组。现在，中铝郑州企业工会所属的 33 个基层工会 189 个分会 80%都有图书馆，1280 个工会小组 70%都建立了自己的阅览室。这些图书馆和阅览室里，企业自己编的书籍使职（员）工觉得很自豪。

各单位积极响应公司工会的号召，以提高职工素质为出发点，开展形式多样的读书学习活动，创造出了许多学习方法：一月一本书，一周一篇读书心得，一天一道题；班前会学一点，班后会学一点；一周一题，一事一议；干中学，学中干等等。这些方法有一个共同点，就是利用点滴的时间，积少成多，解决了一线职工因工作忙学习时间紧的问题，取得了很好的效果。

在开展文化活动中，公司还设立了“五一荣誉”奖励基金和“五一品牌”创新奖励基金。“五一荣誉”奖励基金主要用于在国家、省部级文化、艺术、体育等方面取得优异成绩的职（员）工。“五一品牌”创新奖励基金主要用于奖励各单位在“创‘五一品牌’，实施‘四项工程’”活动中工作有特色、有创新者。他们的经验在中铝郑州企业、中铝公司或被市总、省总、全总宣传推广。

活动丰富多彩，收获实实在在。近年来公司工会共收到合理化建议 48000 余条，其中采纳 6700 条，申报成果 68 项，获得国家专利 6 项，创造效益达到 7000 万元。

中铝郑州企业开展的职（员）工文化活动在铝城人心中播下了希望和收获的种子，这种子必将在铝城这片生命的息壤中长成希望的绿树，在中国铝业璀璨壮丽的风景中留下带着嵩山风骨、黄河涛声的奇丽画面，为企业的持续、快速、和谐发展注入勃勃生机……


国家级重点技工学校
中国长城铝业公司技工学校 2008 年招生简章
[illegible]