

高温天气作业防护

1.作业前应做哪些健康检查？

对于高温天气作业人员，一般在每年3月底以前完成健康检查工作，对确诊为高温作业禁忌症者，应及时调整生产岗位。

高温天气作业人员的就业前健康检查一般包括对职业史、健康状况及主观感觉、中暑史、一般临床检查（脉搏、血压、心、肺、肝、脾）及晶状体、视网膜的检查等。

2.怎样防止身体脱水？

高温天气条件下作业时，如果不及时补充水和盐，将会引起不同程度的水盐代谢紊乱。一般按照脱水的程度可分为轻、中、重三度。

(1)轻度脱水时，失水量占体重的2%左右，稍有口渴感，可通过自行及时补充清凉饮品缓解症状。

(2)中度脱水时，失水量约占体重的6%，口渴感明显，尿量减少，尿比重增加，可通过适当休息，并及时补充清凉饮品缓解症状。

(3)重度脱水时，失水量占体重的7%~14%。

除上述症状外，还表现为明显无力，并出现烦躁、谵妄与昏迷等症状，可先转移到阴凉处，通过饮用水、茶、碳酸饮料、运动饮料或清汤补充水分，并及时就医。

3.怎样做好个体防护？

(1)高温天气作业人员应穿耐热、导热系数小、透气功能好的浅色、宽大的工作服。

(2)根据防护需要，穿戴手套、护腿、眼镜、面罩、工作帽等。

(3)在高温天气作业过程中必须备好防暑降温药品及饮用水。

(4)高温天气条件下，人体消耗量大增，应保证足够的营养摄入。

(5)在工作一段时间后，或身体有不适感时，应及时休息，从事高温天气作业的人员还应同时保证足够的睡眠和休息。

4.怎样合理安排劳动作息时间？

夏季露天作业时应制定合理的劳动休息制度，在气温较高的条件下，应适当调整作息时间。

(1)早晚工作，中午休息，尽可能白天做“凉活”，晚上做“热活”，可以在一定程度上降低身体的热负荷。

(2)尽量缩短一次连续作业时间，采用小换班的方法增加工作休息次数，轮换休息有助于恢复体力，避免过度疲劳，保证下一工段的良好体力状态。

节选自中国工人出版社
《高温天气作业人员关爱手册》



济南举办外来工子女暑期科技体验活动

本报讯（记者丛民 通讯员程文 张守星）在中国共产党成立95周年和红军长征胜利80周年之际，济南市科技馆组织开展了外来务工人员子女暑期科技体验活动。

据了解，此次活动主题以“走近创客快快乐成长”为主题，让进城务工人员子女在紧张的学习之余，在快乐的暑期生活中，通过参加科技体验活动，增强学生的创新意识，锻炼提高学生的动手动脑能力。参加活动的300多名外来工子女在科技馆内亲身体验和学习青少年创客知识，观看4D电影，参观山东大学创客实验室以及艾克瑞特机器人教育工作室，进一步了解科技前沿知识，激发学习科学的积极性。

让职工信服的“技术尖兵”

本报讯（通讯员肖金辉 陈明磊）从业24年，李建强被评为路局优秀党员、山西省立功个人。但他不忘1992年当上一名信号工后，一次当班处理故障的延时让他暗自发誓，一定要练出真本领。1997年，他以每次班考“状元”的成绩完成了天津铁路成人中专两年半的脱产学习。李建强先后担任过工长、技术人员、车间副主任、党支部书记、车间主任。无论在哪个岗位，他都注重苦基本功，做好帮带，使所在班组、车间职工素质得到提升。他带领技术人员攻关解决了翠屏山站重车两道出站后机车信号显示不准、蓟县西站4DG接收器机架频用错、站内N+1设备架缺少线环等工程隐患遗留问题。

免费体检惠及职工群众

本报讯 近日，为了让每位职工群众都能享受到免费体检，新疆生产建设兵团二师三十四团利用广播、板报、横幅、微信等加大免费体检宣传力度。据了解，该团委每年都为职工群众免费体检一次，已连续开展5年，体检项目有20余项，使职工群众能及时了解到自身的健康状况，做到“早发现、早预防、早治疗”，降低发病率，有效地改善了职工群众身心健康状况。目前，该团医院已有11000余名职工群众享受到免费健康体检服务。（明伟 杨妃霞）

不重视，嫌丢人，怕申请不到，误以为是高利贷……因不解助学贷款等好政策，每一年高考过后，都有贫困家庭四处借钱筹学费

守着好政策却愁“没饭吃”

本报讯（记者刘旭）每年高考之后，都有不少贫困家庭喜忧参半。喜的是家里终于考出了大学生，忧的是学费生活费没有着落。7月8日，辽宁省教育厅学生资助管理中心副主任钟万元在接受《工人日报》记者采访时不住地叹息，国家有助学贷款、政府奖学金、国家奖学金、国家助学金等不少政策帮贫困学子圆大学梦，然而，很多贫困家庭还是愁眉不展，不得不四处跟人借钱。

据钟万元介绍，辽宁省93个县区全部实行了生源地信用助学贷款政策。家庭经济困难的学生均可申请，用于交学费和住宿费，学生不需要办理贷款担保或抵押。在校期间利息由政府买单，毕业后按基准利率计息，最高可贷款8000元。还款期限为按本专科制加13年确定，最长达20年。此

外，一旦学生有突发意外还不上贷款，还可申请由政府代为偿还。每年政府都会把助学贷款政策的宣传册和入学通知书一起寄到准大学生手中。然而，还是有很大一部分符合条件的贫困学子没有享受到政策。

“以为是俺们农村的高利贷呢，早知道政策这么好，何苦到处去借学费。”马史军后悔地说。马史军家在辽宁省鞍山市台安县，他身体不好，妻子有精神疾病，去年儿子考上了沈阳农业大学，为学费发愁。儿子拿回过一张助学贷款宣传单，他以为是高利贷，需要很多钱，觉得不如向亲戚朋友借，没利息，碍于面子晚些还款也没问题。儿子上学后，说同学贷了款，上学期间借钱不用给利息，这让他有些后悔。

“天天欠着钱，面子上过不去，心里也不

舒服。”今年大二的赵俊平说。前年考上大学时，家里人围在一起商量了很久，决定不申请助学贷款。每年学费4200元、住宿费800元，4年2万元。“父母说努力还能赚出来，要是贷款，同学们都知道自己家里穷，怕被歧视。为此，我每天打工安装铝合金门窗，晚上又找了一份在小区当保安的工作，母亲也做起了家政服务。”

“以为是商家办理银行卡的推销单，没重视，随手就扔了”“看过了，想着是不是申请困难，不知道自己能否受益，所以没给父母看”“没敢提起，感觉丢人”……学生资助中心的工作人员告诉记者，他们在回访时发现，助学贷款政策宣传册都是由老师发放到学生手中，很多学生因为不重视，嫌丢人等想法，并没有将宣传册交到父母手中。

在一所镇高中教语文的张春雅老师告诉记者，通过家访了解到，班上28名学生，有近一半的家长文化水平很低。“贷款政策宣

传册即使发放到家长手中，有部分家长不识字，还有部分家长看不太懂，这也让好政策推行难。”



制图：赵春青

助学贷款 政府奖学金 勤工俭学 学费补偿……

辽宁：九大助学政策帮贫困学子圆大学梦

本报讯（记者刘旭）“国家的政策加上个人努力，就能基本解决学费、住宿费和生活费，让我不花家里钱就能顺利毕业。”7月8日，沈阳工程学院建筑环境与能源应用工程专业大三学生赵嘉文在接受《工人日报》记者采访时自信满满地说。辽宁省教育厅学生资助管理中心副主任钟万元告诉记者，目前，辽宁省有九大助学政策帮贫困学子圆大学梦。

2007年辽宁省出台了《关于建立健全普通本科高校高等职业学校和中等职业学校家庭经济困难学生资助政策体系的意见》，明确了国家助学金、国家奖学金、省政府奖学金、国家励志奖学金、师范生免费教育、国家助学贷款、学费补偿和国家助学贷款代偿、勤工俭学、孤儿大学生减免学费九项政策。

国家助学贷款让徐菲的学费和住宿费有了着落。两年前，看银行卡里转入了4800元的助学贷款，徐菲的心里特别踏实。徐菲那年刚上大一，老家在甘肃省武威农村。徐菲说：“拿着入学通知书，贫困证明等材料到银行，不用担保或抵押，就能办下来，最高能贷8000元。上学期间没有利息，毕业后13年内还清就行，等我毕业找到工作后，可以慢慢还。父母不用为我的学费操心。”

“大二学费、住宿费和生活费一分都不用家里拿钱了。”听到电话那头儿子的声音，远在云南省曲靖市陆良县农村的李文祥母亲特别自豪。李文祥通过努力拿到了5000元的国家励志奖学金和2500元的国家助学金。他的同学佟林子还拿到了8000元的辽宁省人民政府奖学金。钟万元告诉记者，每年在校生的15%能够拿到国家助学金，2.3万余人拿到国家励志奖学金，1500名学生拿到省府奖学金。

除了奖、助学金，勤工俭学也让很多贫困学子赚到了生活费。期末考试一过，大三的胡雪就在学校水吧里打工，这学期她做了3份兼职。“只要你肯努力，学校里有图书管理员、超市售货、保洁等很多勤工俭学岗位，每小时15元，平时购买学习资料的钱和生活费都够用了。我是学物业管理专业的，在勤工俭学的过程中参与实践，一举两得。”

教育部直属师范大学的师范生学费、住宿费全免，并补助生活费；应征入伍的高校生学费减免，办理的助学贷款由国家代偿；在省级以下公办高校就读的孤儿大学生学费和住宿费全免，残疾学生、烈士子女等实行部分减免；对于家庭经济困难的新生，学校一律先办入学，再根据情况采取不同办法资助。钟万元说：“政府想方设法资助，就是为了让更多的贫困学子圆大学梦。”

据学生资助管理中心统计，2015年，辽宁省高考考生近24万人，其中有3.2万名贫困学生在助学贷款、奖学金和助学金等方面受益，金额达2亿元。

文字整理：甘晖 制图：赵琛

设立家庭经济困难优秀本科学生奖学金，每年评定新生4000名

云南：优秀贫困学子每年奖5000元

优秀贫困学子奖学金奖励预分配名额下达各州（市）教育局、财政局。

优秀贫困学子奖学金由省政府出资设立，省政府大力支持和鼓励云南省家庭经济困难的优秀大学生走出去，到质量较高的中央部属院校深造，改变全省大学生在进入校园之前资助方式贫乏的局面。

2015年，云南省共计有3所省属高中和16个州（市）报送了3735名学生的优秀贫困

学子奖学金申请材料，按照《云南省优秀贫困学子奖励计划实施办法（试行）》，省财政厅、省教育厅组织专家按照公开、公平、公正的原则，对申请材料进行了评审，经公示无异议后，共有3650名学生符合申请条件。连同2014年审核通过的3475名优秀贫困学子，2015年共有7125名优秀贫困学子获得该奖学金。省财政已及时足额下达了奖励资金3562.5万元。

业，在管片拼装中独当一面。

“作为一名外聘农民工管片拼装手，拼装的时候比一般人更要能吃苦，所以我的衣服总是比别人更脏，坏得也比别人快。”魏大翻如是说。

为了保证盾构管片拼装质量，魏大翻每天都是最后一个下班，每一块管片他都要亲手打一遍螺丝才放心。他的汗水洒遍了两个盾构区间，他经常说：“每次坐地铁的时候，或者走在路上，想到自己曾参与这些城市地铁的建设，一种自豪之情就油然而生，工作再苦也不觉得累了。”

2000多来，魏大翻拼装管片达到1592环，足足有2公里多，相当于围绕75个篮球场跑了一圈。

“他做事特别用心，有一种劲头，所以每次遇到新的盾构管片拼装任务，都放心交给它。”项目领导这样评价魏大翻。

今年“五一”，魏大翻获得中国中铁劳动模范称号。此前，他多次获得“出彩盾构人”和“优秀群安员”荣誉称号。

2年拼装管片1592环，多次获得“出彩盾构人”称号

一名管片拼装手的“工匠梦”

本报记者 陈华

本报通讯员 陈国平

在创业失败后，30岁的魏大翻开始“转行”到工地上打工。即便在如此“大龄”阶段才开始接触盾构施工，魏大翻并没有停止朝着“工匠梦”的方向努力前进的脚步。作为来自农民工输出大省的安徽人，魏大翻个子不高，但身上有着一股不怕苦的韧劲。

技术过硬的“小工匠”

2013年9月，中铁四局五公司首次进行盾构施工，公司急需这方面的人才。30岁的魏大翻当时刚经历创业挫败，看到消息后，决定应聘该岗位。

经公司培训考试合格后，魏大翻随即上岗。在岗前培训和实践学习中，魏大翻被分配到了南宁地铁1号线13标从事地铁管片拼装

工作。

刚到南宁地铁时，魏大翻每天早上5点多起床，总是班组中第一个到岗、最后一个离开的人。实习期间，他一边打螺丝一边学习拼装，刻苦钻研拼装成环方式，一直拼搏在盾构一线最艰苦的管片拼装岗位上。

作为一名管片拼装手，首先要保证管片拼装的质量和打螺丝的安全，其次就是拼装的速度和质量，只有认真、细心和大胆，才能做好这项工作。

一环管片有6片，纵向穿过3个、横向穿过2个，两边有螺丝帽弯曲连接杆28个。遇到管片拼装中不了解的地方，魏大翻就细心向老拼装师傅请教，主动问，主动看。他还准备了一个日记本，把自己每天的管片拼装都记录下来，一有空闲，就拿出日记本“对症下药”慢慢琢磨。

渐渐地，魏大翻从同一批开始盾构工作的农民工中脱颖而出，由于技术过硬被同事

称作“小工匠”。

在每个月的班组劳动竞赛中，魏大翻总是名列前茅。几年磨练下来，他已成为一名外聘农民工管片拼装手兼群安员的生产骨干。

成绩突出成“导师”

在封顶块管片安装中，为了防止管片损伤、密封条剥落，精确地插入封顶块管片，每当一环管片拼装后，魏大翻都聚精会神地使用遥控盾构千斤顶均匀施加压力，充分紧固轴向连接螺栓，在盾构继续掘进，盾构千斤顶推力和脱出盾尾后，及时拼装和紧固连接螺栓。

为此，他苦练本领，仔细使用扭矩扳手再一次紧固连接螺栓，冒着盾构隧道50摄氏度高温，每天管片拼装在12个小时以上，安全顺利完成民族广场站至麻村站盾构区间右线管片拼装安全生产360多天。

片拼装637环。

“为了完成管片拼装计划，魏大翻放弃了很多休息时间，带领农民工在盾构第一线打了一个又一个漂亮仗。”对此，项目负责人对他也表示感激。

去年7月，魏大翻告别南宁地铁，来到天寒地冻的沈阳地铁，负责沈阳地铁10号线14标开展右线管片拼装施工。

为确保“井冈山2号”盾构成功平稳的首次穿越管段六个一级风险源，在管片拼装中，魏大翻千方百计减少管片错台的产生和管片破损的数量以及管片偏移情况，确保管片拼装工程质量合格率达到100%，优良率到达98%以上，杜绝安全事故苗头10多次，实现盾构管片拼装安全生产360多天。

由于成绩突出，魏大翻很快成了公司的“导师”。

在该公司开展的“导师带徒”活动中，魏大翻带领的3个徒弟目前已经能独立上岗作

