



董事长王文其每日心语分享

◆1.生活困难时，别忘了雪中送炭之人；风光无限时，别忘了一起打拼的伙伴。要知道能伸出援手的人，都是相信你的人，不可辜负他们的信任。能在落魄时候，陪着你的人，都是爱你的人，不可让他们寒心。做人，贵人指导之恩不能忘，陌生人滴水之恩不能忘，父母养育之恩更不能忘。无论发生什么事，无论身处何境地，都要懂得知恩，感恩，报恩。人活一世，不可做忘恩负义的小人，要做人品端正，知恩图报的君子。

◆2.人这一生，没有多少时间可以挥霍，别为无聊的事，生无聊的气，留不住的不留，得不到的不要，看不惯的不看，处不来的不处。该翻篇的就翻篇；该过去的就过去。烦事烂事，睁一只眼闭一只眼；荣华富贵，不过是过眼云烟。过得好是精彩，过不好是经历。昨日已成历史，明日尚不可知，只有现在才是上天赐予我们最好的礼物。

◆3.许多人以年纪大为由，放弃了自我提升，也渐渐丧失对生活的热情。觉得人到了中年，只能被压在现实的大山下，他们学会了对生活俯首称臣。很喜欢这么一句话：变老并不是一件悲惨的事，心老了才是走下坡路的开始。想要生命有更多可能，就要留住自己的好奇心，保持自己的求知欲。人生后半程，经营好自己的技能，拓宽自己的思维和眼界。只有不断更新、重启，才能不断增强生命的韧性，迎来崭新的自己。

◆4.幸福像是一杯水，极容易获得，却又常常被忽略，喝了才知道它的甘甜滋味。经历过奔波辛苦，就知道知足是福；经历过跋涉之累，就知道安定的滋味；经历过忙碌的疲惫，才知道清闲之美。人的一生，没有岁月可以回头，没有时间可以倒流。阅历是一种成熟，经历是一笔财富，生命是一种懂得，完美是一种追求，幸福是一种体会。

◆5.你贡献不大，别人就会忽视你；你能力不强，别人就会淘汰你。只有翅膀硬的人，才有更多选择权。未来社会，需要的是专才和多才。要么，你在一个领域做到极致，成为领头人物；要么，你掌握多项技能，成为复合型人才，不可替代。否则，便注定淹没在入潮之中，随波逐流，远远抛在后面。良田千顷，不如薄技在身。无人替代的实力，才是一个人最大的底气。没有一劳永逸的铁饭碗，投资自己，升级自己，才能立于不败之地。

◆6.这辈，只要生命存在，就不能屈服于困境，每时每刻都应该进取，都应该向上，都应该成

长。也许，这辈？有过很多迷茫，但每次迷茫都是一次历练，它能让你吸取教训，积累经验。人生总有不同的机遇，机会抓住了就不要放弃，没有抓住的也不要气馁，只要不放弃，只要有信念，幸运总有一天会降临。

◆7.尝尽人间百味，还是清淡最美；看过人生繁华，还是平淡最真。生活可以很复杂，也可以很平凡，关键是用什么心态去对待。平凡并不可怕，可怕的是带着面具，活在虚荣的梦幻里。平凡不是平庸，平凡是努力过后的坦然，平庸是随遇而过的必然。平凡的人知道自己平凡但依旧脚踏实地，热爱生活；平庸的人则容易随波逐流，得过且过。

◆8.困境未必能将人打败，失街会让人陷入慌乱，越乱越找不到生活的支点。遇到难事，不沉溺其中，把重心转移到如何过好当下，眼盯一处，才能更好发力，或许一开始是苦乐参半，但终将迎来顺畅的明天。心态的平衡，其实就是看重与看淡的权衡。权衡出孰重孰轻，就能平衡出该走的路。人生，真的会遭遇各种各样的困境。请不要把它们想成只针对自己，它们可能发生在任何人身上。事情的好坏，完全取决于你怎么看待它。

◆9.快乐不能让你大富大贵，但可以让你活得精彩；快乐不能让你一身名牌，但可以让你比同龄人更年轻；快乐不能让你天天燕窝鱼翅，但可以让你远离疾病；快乐不能让你远离烦心事，但可以让你简单幸福；快乐不一定能成就你的将来，但却能让你享受现在。快乐不仅要有兴趣，还要有坚持。快乐不能让你万寿无疆，但确实能让你长寿，为了长寿，坚持快乐吧。

◆10.自古以来，成大事者，皆因能沉住气，遇事不慌，沉着冷静，方能成大器。真正的强者，不害怕一时的低落，他们的目标是长远的未来。如果时机未到，那就沉住气，等待下一个机遇。不管发生了什么，意志上不能输，一点点自信，就能改变结局。越是运气不好，越要沉住气，奋力操作，静待转机，就会发现自己到底有多强大。

◆11.人生有顺逆，天气有阴晴。世事如同过眼云烟，看似波澜壮阔，实则风浪云轻。那些热热闹闹的故事，都只是一时狂欢，而非人生的常态。人啊，总是生在福中不知福，直到有一天尝到了苦，才对比出以前日子的甜。所以甜中总知苦，福中总知祸的人，最能感受幸福。其实，三餐吃饱就好，房子够住就行，不图大富大贵，只求一世平安。

◆12.杨绛先生说：“这个世界看似纷繁复杂，本质上却还是你一个人的世界。平淡的过着，简单的活着，风来听风，雨来听雨，人生百味，随意就好。”你要明白，自己的生活与别人无关，过最接地气的生活，生活不会辜负那些用心生活的人。每个无法重来的日子，对自己好一点，让自己在酸甜苦辣中品出诗意。幸福的生活，不在别处，诗与远方也不在别处，就在自己的心里，就在自己的生活中，若是懂得，朴素的生活，最抚凡人心。

◆13.人生就像一杯没有加糖的咖啡，喝起来是苦涩的，回味起来却有久久不会退去的余香；人生就是一场旅行，不在乎风，在乎的是沿途的风景，以及看风景的心情；人生就是一条坎坷曲折的路，即使不断的跌倒，也一定要爬起来，坚持自己的梦想，坚定心中的信念，别轻易说放弃，只有全力以赴，才能早日踏过风霜，走出阴霾。

◆14.人活一生，不管贫富得失，适合自己的就是最好的。生活本身并没有名字，是我们的热爱才赋予了其意义，它远不止一种形态。不管我们选择的是何等模样，风光也好，普通也好，都不要去比较也不要去盘算。每个人的生活都有其价值性，只要是自己喜欢的，自己热爱的，那便是正确的选择。把生活调到自己喜欢的频道，在有限的时光中活成无限的可能。

◆15.靠谱的人，或许不是会说漂亮话的，但一定是言而有信的；或许不是实力最强硬的，但一定是有责任心的人；或许不是关系最亲密的，但一定是能带给你安全感的人。归根结底，就一句话：靠谱，是一个人最好的社交名片。靠谱是一种稀缺品质，与靠谱的人相处，不用猜疑、顾虑，不用提心吊胆。对一个人最大的肯定，不是“你很厉害”，而是“这件事交给你，我放心”。

◆16.无论今天发生多么糟糕的事，都不应该在悲伤中沉沦，要知道，离去的都是过往的风景，留下的才是真实的人生。生活再艰辛，从哭着控诉，到笑着对待，到头来，还是随遇而安最好。用释怀的态度面对一切，接受一切。释怀后，你会发现生活处处都美好，学会相信自己，学会欣赏自己，试着把自己最亮丽的一面找出来，并呈现在阳光下。

◆17.有人说，“早睡早起，是最高级的自律”。没有规律的生活，不仅消耗身体，还损耗精神，生活质量也会大大降低。有的人，晚上熬夜追剧不愿睡，白天没有精神起不来床；而有的人，早起

健康饮食，读书运动样样不落，晚上带着充实入睡，活得有滋有味。规律地早睡早起，能考验一个人的心性，也能看出一个人的追求。

◆18.人只能活一次，千万别太复杂，要想活得舒心些，就要活得简单些。做人须简单，不沉迷幻想，不茫然未来，走今天的路，过当下的生活。不慕繁华，不必雕琢，对人朴实，做事踏实。不吝啬，不固守，懂取舍，肯付出。不负重心灵，不伪装心境，不贪功急进，不张扬自我，成功时低调，失败后洒脱，让脚步轻盈，保住人生的底色。

◆19.路，走后才知长短；人，经历过才懂悲喜。用眼睛去看的，那是别人的故事；用脚去丈量的，才是自己的人生美景。走好自己的路，输要输得清清楚楚，赢要赢得理所当然。人生一世俯仰间，一撇一捺立天地，做人做事，德行在先，看淡得失，顺其自然。人生一路，经历无数，嘴风暴雨，坎坷崎岖，多一份淡然，才会多一份心安。

◆20.我们活着，一定要答应自己，开开心心享受每一刻，今天过去人生就没有第二个今天了，不管今天遇到什么样的心事，大事，小事，几天后就是故事，凡事，琐事，过去了就是往事，心宽一寸，路宽一丈，不要计较太多，记住让他人低头那叫厉害，让自己快乐那才是本事。

◆21.每一件与众不同的绝世好东西，都无以伦比的勤奋为前提。要么是汗，要么是血，要么是大把大把的好时光。没有谁的生活是容易的，想得到什么就得付出相应的代价。成年人的世界，不要试图用泪水博得同情，而要靠汗水去赢得掌声。快糊不住的时候，再逼自己忍一忍。总有一天，你流下的汗，都会化作渡你的河。

◆22.人生没有永远晴朗的天空，也没有永远平坦的路程。征途上，总有一些悲喜要品尝，总有一些苦乐要吞咽。心情郁闷时，不妨听昂扬的歌曲，那欢快的节奏，动人的旋律，都会拂去满身的疲惫，点燃生活的激情。只要有信念，没有什么事是跨不过去的。只要激情在，没有什么事是解决不了的。记住，这一秒不放弃，下一秒就会更美好。

◆23.人生最好的活法就是，顺其自然，随遇而安，不沉溺过往，不畏惧将来，该忘的忘掉，该放的放下！只要心里乐呵，这日子就没白活！时间不会因为你不睡而停止，生活也不会因为你糟糕而停滞不前，所以你要好好过你的人生。人之所以痛苦，在于追求错误的东西，如果你不给自己烦恼，别人永远不可能给你烦恼。

2022年

11月 森信之窗

WINDOW ON SENXIN

总第一百九十期

农历壬寅【虎】年

新闻热线：65606818-8031

热线短号：6660



森信投资控股集团主办

本期8版

森信集团组织学习贯彻党的二十大精神



11月4日，森信集团组织召开党的二十大精神学习讨论会，传达学习党的二十大精神，安排部署贯彻落实工作。

会议由集团董事长王文其倡议召开，森信建设总经理王海军、森信控股总裁王铭豪及部门/项目主要负责人与部分骨干员工到场参会，外地项目视频参会。党支部书记杨晨主持，并对党的二十大精神进行了领学。

党的二十大是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会。习近平总书记代表十九届中央委员会所作的报告，主题鲜明、思想深邃、高屋建瓴、气势磅礴，是党和人民智慧的结晶，是党团结带领

全国各族人民夺取中国特色社会主义新胜利的政治宣言和行动纲领，是马克思主义的纲领性文献。

会议强调，要深刻领悟“两个确立”的决定性意义，不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。要深刻把握过去五年工作和新时代十年伟大变革的重大意义，深刻把握习近平新时代中国特色社会主义思想的世界观和方法论，深刻把握以中国式现代化推进中华民族伟大复兴的初心使命，深刻把握以伟大自我革命引领伟大社会革命的重要要求，深刻把握团结奋斗的时代要求，在新的赶考之路上交出新的优异答卷。

会议要求，各部门、分公司（项目）要持续组织好党的二十大精神的学习贯彻，不断在工作中

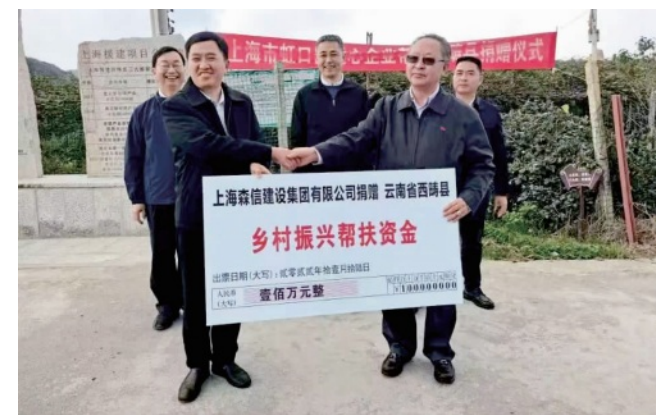
加强领会、提升意识，深刻理解党的二十大精神丰富内涵和核心要义，贯彻落实到工作全过程，在对标对表中勇担使命，在把握大局中增强主动，在应对挑战中保持定力，在继往开来中守正创新，奋进新征程、开创新业绩。

会上，总经理指出，集团上下要全面准确把握党的二十大精神确定的新时代民营企业的新任务新要求，扛牢使命担当，发扬长征精神，踔厉奋发、勇毅前行，充分发挥技术优势、人才优势，推动公司向精益化、数字化方向发展，实现由产品向品牌转变；立足企业现状及发展阶段，不断增强企业创新能力和核心竞争力，加快转入高质量发展轨道，在竞争中赢得更大的优势，以企业的提升发展诠释中国式现代化发展。

董事长对学习也提出要求。他说，学习贯彻党的二十大精神，是当前和今后一个时期首要的政治任务。集团上下要以鲜明的政治态度和强烈的政治责任，深入开展学习研讨，确保学习教育全覆盖。坚决拥护以习近平同志为核心的党中央的领导，在锚定第二个百年奋斗目标、为实现中华民族伟大复兴的中国梦而不遗余力的新征程中，进一步提高站位、找准方位、明确定位；在主动融入新发展格局中担当作为，勇于立足新发展阶段、贯彻新发展理念、积极参与构建新发展格局、推动高质量发展，积极为建设新时代中国特色社会主义及社会主义现代化国家贡献经济力量。

文 / 综合管理部 吴迎春 图 / 机电公司 陈平

董事长深入西畴助力乡村振兴



近日，虹口区工商联主席、森信集团董事长王文其随虹口区区委、副区长也彤带领的虹口区党政代表团一行走进云南文山州的西畴县，助力乡村振兴。

董事长向西畴县捐赠100万元，定向用于兴镇东升达嘎片区罗氏沼虾养殖项目、法斗乡法斗村委会人居环境提升项目、西酒镇连翘种植产业发展建设项目及西畴县2023年中国流动科技馆区域焕展资源项目。

森信的捐赠义举是民营企业对社会公益事业的奉献之心，

是对困难群众的殷切关心，是真诚回报社会的高度责任心。森信通过自身的义举带动更多有社会责任心的企业关注农业、农村建设，将进一步巩固脱贫攻坚成果，促进乡村全面振兴，让更多的群众过上更加美好的生活。

多年来，董事长一直坚持不懈地履行自己的公益承诺，尽己所能为弱势群体多提供帮助、为社会多尽义务、为员工多谋福利。

文 / 综合管理部 吴迎春

同济大学附属澄衷中学项目开工仪式隆重举行

11月8日上午10时许，我司承建的同济大学附属澄衷中学(Q17街坊新建学校)项目开工仪式隆重举行，上海市委常委、虹口区委书记郭芳到场并宣布项目开工。

同济大学党委书记方守恩，同济大学党委副书记、校长陈杰，虹口区委副书记、代区长吕鸣，同济大学常务副校长吕培明，虹口区委副书记杜松全，虹口区常委、副区长周嵘，虹口区常委、副区长关也彤，中国教育学会副会长、上海市教育学会会长关尹后庆等领导出席开工仪式，开工仪式由虹口区副区长陈筱洁主持。

虹口区委办局相关领导及参建单位代表参加了开工仪式。

虹口区工商联主席、森信控股集团、森信建设集团董事长王文其，森信控股集团总裁王铭

豪，森信建设集团总经理王海军出席开工仪式，总经理王海军代表我司作表态发言。

王海军总经理表示，有幸参与到“办好人民满意教育”的行动中，倍感荣幸和自豪。在接下来的项目管理中，将秉承“诚信服务，追求卓越”的管理宗旨，精心组织、规范施工，全面抓好项目的质量、安全、进度和文明施工管理，确保项目建设，安全、高效、优质开展，并将项目打造为优质工程、精品工程。

森信建设集团生长于虹口、扎根在虹口，将以党的二十大精神为指引，不断进取、砥砺前行，以更加奋发有为的姿态助力虹口打造“上海北外滩、浦江金三角”。

同济大学附属澄衷中学新址位于虹口区北外滩HK117地块，占地面积2.92万平方米，总建



筑面积8.6万平方米，建设内容包括新建24班初中部教学综合楼和24班高中部教学综合楼、宿舍楼、体育馆、校史馆(蒙学堂)、风雨操场、游

泳池等，并复建澄衷中学历史风貌、华兴坊里弄风貌和沿街风貌。

图并文 / 综合管理部 吴迎春

森信控股 12月员工生日愿望

12月生日愿望

12月1日 农历十一月初八 寿星:屈振威 祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!	12月6日 农历十一月十三 寿星:冯玉龙 祝公司繁荣昌盛,家人平平安安!	12月12日 农历十一月十九 寿星:杨晓慧 祝公司兴旺发达,家人开开心心!	12月14日 农历十一月二十一 寿星:邱永 祝公司兴旺发达,全家幸福安康!	12月24日 农历十二月初二 寿星:郭文娜 祝公司兴旺发达,全家幸福健康!
12月4日 农历十一月十一 寿星:吕占明 祝公司兴旺发达,家人健康幸福!	12月10日 农历十一月十七 寿星:田砚荣 祝公司蒸蒸日上,家人平安快乐!	12月12日 农历十一月十九 寿星:张玉富 祝公司蒸蒸日上,家人平安幸福!	12月14日 农历十一月二十一 寿星:陈宝骏 祝公司蒸蒸日上,家人健健康康!	12月25日 农历十二月初三 寿星:丁荣艳 祝公司蒸蒸日上,家人身体健康!
12月5日 农历十一月十二 寿星:姚进伟 祝公司兴旺发达,家人健健康康!	12月11日 农历十一月十八 寿星:张玉贵 祝公司兴旺发达,家人平平安安!	12月13日 农历十一月二十 寿星:冯永亮 祝公司兴旺发达,全家幸福健康!	12月15日 农历十一月二十二 寿星:周卫东 祝公司繁荣昌盛,家人幸福健康!	12月31日 农历十二月初九 寿星:郭勇军 祝公司兴旺发达,家人平平安安!

热烈祝贺森信建设集团再获上海市“公众信任企业”



上海市“公众信任企业”评选活动是上海市委宣传部、市文明办、市住建委、市商务委、市场监管局等多家政府部门共同设立的在全上海市范围内企业诚信类的社会评价体系。

公司荣获2022年度上海市“公众信任企业”，这已是我司连续第三年获此殊荣。获评伊始，公司就按照参评要求及评价指标积极组织参与创建评选活动，在经过组委会严格统一标准的审查及筛选，并顺利通过评委会审核后，公司最终再次被授予上海市“公众信任企业”，并领取证书。

上海市“公众信任企业”的创建评选是新时代企业社会评价体系的创新之举，是运用新科技、新思路探索社会管理的创新模式，也是社会认识一个好企业的基本符号。“公众信任企业”将成为新时代企业社会评价体系的新标杆，成为所有企业共同追求的目标，也必将在社会上形成“公众信任企业才是好企业”的崭新共识。

文 / 公共关系办 屈晓刚

总裁王铭豪被授予“优秀志愿者”荣誉称号



近日，为表彰社区志愿者在抗疫中的敢为人先，无私奉献的突出表现，赞扬他们以自己的实际行动诠释了无私的志愿服务精神和昂扬向上的精神风貌，曲阳路街道党工委、曲阳路街道办事处授予总裁王铭豪等八名志愿者“优秀志愿者”荣誉称号！

自上海新冠肺炎疫情防控阻击战打响以来，区人大代表、集团总裁王铭豪率先垂范，积极响应公司党支部的号召，勇担社会责任，迎难而上，参与社区疫情防控志愿服务工作，始终奋战在疫情防控前线。

疫情之下，有人负重前行，有人逆流而上，有人默默奉献。以总裁王铭豪为代表的森信志愿者，积极响应号召，众川赴海，风雨同舟，以“散是满天星，聚是一团火”的力量迅速参与疫情防控工作。他们或在社区、或在项目、或在方舱，充当疫情防控的宣传员、战斗员，以实际行动展现了森信志愿者的责任担当，充分发扬了“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神！

在此，森信党支部号召更多的森信人加入志愿者服务行列，帮助他人，服务社会，以奋斗之我，奋楫笃行，为构建幸福美好的上海贡献力量！

文 / 综合管理部 吴迎春

总经理王海军获评“优秀法务工作者”、森信建设获评“优秀法务工作团队”

近日，第七届华东地区建筑企业法务工作经验交流会在浙江绍兴举行，大会对华东地区建筑企业法务工作优秀个人和团队进行了表彰。

总经理王海军获评“2022年度华东地区建筑企业优秀法务工作者”；森信建设获评“2022年度华东地区建筑企业优秀法务工作团队”。

此次获评是对森信依法合规经营管理工作充分肯定。近年来，在董事长的领导下，总经理王海军带领森信集团在制度建设、法治推进、合规管理等方面持续发力，坚持问题导向，聚焦风险防范，不断强化员工的合规意识，优化完善公司的法务风控管理体系，全方位提升公司法务工作支撑保障能力和风险防控能力，切实筑牢依法治企根基，保证了公司在法治轨道上稳步推进。

文 / 综合管理部 吴迎春



总经理王海军荣获“虹口区北外滩高质量发展、高品质生活、高效能治理先进个人”

近期，虹口区年度评比表彰视频会隆重召开，会议通报表彰了虹口区“北外滩高质量发展、高品质生活、高效能治理先进集体、先进个人”和“新时代奋斗先进集体、先进个人”。

虹口区政协委员、森信集团总经理王海军荣获“虹口区北外滩高质量发展、高品质生活、高效能治理先进个人”。

一直以来，总经理王海军立足虹口，切实把公司发展方向，积极融入虹口发展，全方位探索市场，以“大市场、大项目”为切入，以点带面，促进市场培育，以“稳拓业务、稳增效益、稳步推进”的“三稳”工作方针推进公司各项工作稳步提升。

本次表彰是虹口区委、区政府对深入贯彻习近平总书记“人民城市”的重要理念，全力打造“上海北外滩、浦江金三角”，加快推进北外滩开发建设过程中，涌现出的先进集体和先进个人的肯定和褒扬；先进群体充分展示了虹口区优秀人才的精神品格和价值追求，发挥先进典型的示范引领作用，进一步激励各领域人才，推动北外滩新一轮建设。

文 / 综合管理部 吴迎春



森信建设参加创建全国文明城市中期评审



11月18日上午，虹口区创建第七届全国文明城市中期评审会在曲阳社区文化中心四楼举行，市文明办、区文明办、区纪委监委、区人民法院、区发改委、区生态环境局、区文旅局、区卫健委、区应急局、曲阳路街道相关领导作为评审组成员出席会议。受董事长委托，我司党支部书记杨晨代表公司作中期评审汇报。

本次虹口区参加预申报全国文明城市的还有中共四大纪念馆、欧阳路街道办事处、上海中医药大学附属中西医结合医院、虹口区检察院，我司是创建团体内的唯一一家“两新”组织。

公司自明确创建目标以来，在董事长的领导及王铭豪总裁、王海军总经理的共同推动下，一直以“价值引领、贴近员工、实干实效、广泛参与”为原则，不断探索精神文明建设的

新方法和新途径，将精神文明建设与企业生产经营、思想政治工作、企业文化建设融合，以强大的凝聚力和向心力推动各项创建工作有序开展。

会上，我司从思想政治建设、公民道德建设、法治诚信建设、单位文化建设、社会责任建设及创建机制建设六个方面将公司前期创建工作及后期创建安排向评审组作了详细汇报。

后续，区文明办还将组织市民巡访团到公司实地巡访并查看创建材料，详细检查公司创建情况。公司希望全体员工高度重视，以高度的政治责任感和饱满的工作热情积极参与、融入到创建工作中，高质量推进、高效率落实文明创建工作。

文 / 综合管理部 吴迎春 图 / 机电公司 陈平

森信建设在第五届“建模大师杯”全国BIM建模大赛斩获佳绩

虹口区海门路630号地块是森信建设承建的一座集办公、娱乐、休闲、商业于一体的大型综合工程，项目位于中心城区，整体施工难度大，管线排布复杂。

在项目实践中，森信建设BIM团队克服重重困难完成包含构件信息的基坑支护、建筑、结构、机电及现场场布等模型建立，并通过模型建立与分析、碰撞检查与净高分析、管线综合优化、工艺模拟、实景漫游等实现BIM技术的应用，为我的项目成本管控、高质量推进提供了强有力的支持。

时代当下，拥抱数字化变革。住建部印发的“十四五”建筑业发展规划指出，以支撑建筑业数字化转型发展为目标，研究BIM与新一代信息技术融合应用的理论、方法和支撑体系，开发工程项目全生命周期数字化管理平台。我司将以此为目标，不断加大科研投入，加快自身信息化建设，为“十四五”新型智慧城市建设贡献森信力量！

图并文 / 技术中心 周伟



森信集团开展爱国卫生运动志愿活动

为深化全国文明城市创建工作，以整洁、优美、文明的城市面貌迎接第五届中国国际进口博览会，庆祝党的二十大胜利召开，森信集团组织青年党员、干部利用工作间隙开展爱国卫生运动志愿活动，以实际行动践行新时代雷锋精神，当好文明理念与文明思想的推动者、传播者、践行者，营造企业良好的社会形象。

活动中，志愿者们热情高涨，积极发挥奉献精神，个个奋力争先，不怕脏，不怕累，对办公区周边、项目部周边绿化带及卫生死角、白色垃圾、杂草等进行清理，并按垃圾分类原则进行分别处置。志愿活动为周边居民和企业提供一个干净、卫生、整洁的居住和办公环境。

同时，还对来往行人进行了文明宣传，鼓励自觉履行文明行为，爱护环境，养成文明健康的生活习惯，为城市整洁、优美、文明的卫生环境贡献自己的力量。

未来，森信集团将继续组织开展各类文明志愿活动，积极营造共同参与的良好氛围，以实践增强员工的文明意识，充分发挥文明单位示范作用，助推文明城市创建工作，用志愿者的美丽风景线为文明城市增光添彩。

文 / 综合管理部 吴迎春 图 / 海门路王海军 机电公司 陈平



森信集团开展消防安全检查、消防演练活动



11月9日，第31个“119全国消防日”之际，森信集团各分公司(项目部)、部门积极响应集团号召，围绕“抓消防安全，保高质量发展”的消防宣传月主题，开展多形式消防宣传教育，排查消防隐患、组织消防演练。

结合现场实际，公司组织管理人员对区域内消防水带、消防栓配件配置进行逐一检查；对将过期或压力接近临界点灭火器进行更换；对现场、办公区或宿舍区用电设备、线路进行全面排查，坚决杜绝违规用电、一闸多用、私拉乱接等现象；对危险

品库房、动火区域周边可燃品、易燃品进行清理，及时消除安全隐患。

森兰国际D3-2、中西医结合医院、长沙名士豪庭等项目还根据《项目应急处置预案》组织应急小组及施工班组进行消防应急实战演练，指导施工人员正确使用消防水带、灭火器，对演练活动中存在的问题进行统一讲评，确保所有人正确使用消防设备设施。

消防系列活动的开展，进一步提高了全员消防安全意识，增强

了项目防火减灾能力，强化了应急救援队伍的综合素质，为公司的安全生产打下了坚实基础。

安全无小事，防微杜渐是关键。自10月8日开展“百日安全竞赛”以来，森信集团各分公司(项目部)、部门坚决贯彻集团关于抓好安全管理工作的系列部署要求，以争创全国文明城市为主线，聚焦施工现场、严格日常管理、严防各类事故、加强隐患排查、压实安全责任，积极保持全员抓安全的良好态势。

图并文 / 工程部 钱宜武

好书推荐



书名:《情绪断舍离》
作者:加勒特·克莱默
价格:40元(简装版)
编辑推荐:

★从日本到欧美,“断舍离”已经形成了一股风靡世界的力量!

在这个充满竞争和压力的年代里,想要拥有一份简单的生活和一种快乐的心态,似乎已经成为了一件奢侈的事情!正是在这样的情况之下,“断舍离”的概念——切断对“不必需、不合适、令人不舒适”的东西的依赖和眷恋,已经成为了一股风靡世界的力量!从给生活做减法,到给情绪做简化,越来越多的人已经开始实践“断舍离”的生活主张!如果你也希望拥有简单快乐的人生,不妨也尝试一下这种让无数人受益的思维方式吧!

★学会“情绪断舍离”,人生从此不一样!一直以来,我们都被各种各样的情绪所左右。每当我们的意见遭到反对,每当我们的生活遭遇挫折,内心的情绪就会不由自主

的跳出来,影响我们做出正确的选择。如果我们能够摆脱负面情绪的干扰——断掉沉迷放纵、舍弃焦虑敏感、远离消极悲伤,我们就能够拥有一个清明的思想、平和的心态,无论遇到什么样的艰难困苦,都能够从容应对!

★欧美情绪管理大师加勒特·克莱默25年经验巨献!

《情绪断舍离》的作者加勒特·克莱默是“内在运动”咨询机构的创始人,25年来,他一直为运动员、教练、演员和商业领袖提供优质的咨询服务。在帮助人们突破自身瓶颈方面,他有着丰富的经验。加勒特曾受邀在《纽约时报》《华尔街日报》《体育画报》和《福布斯》等多家著名媒体、杂志发表自己的观点。他独特的问题解决方式得到了广泛的关注,在体育界、商业界引起了不小的轰动。

内容简介:

人生有许多不必要的烦恼,是因为我们理清不清自己的情绪而造成的。如果少了负面情绪的干扰,我们就能够保持清明的头脑,

从而做出正确的选择。

《情绪断舍离》重点讲述了让我们脱离负面情绪干扰的七大关键步骤,它们分别是了解情绪的来源、合理看待目标、合理看待环境、从内而外地构建现实、利用直觉作为向导、排除负面情绪干扰以及培养情绪抗压力。如果我们能够遵循这些步骤,就能够实现情绪的“断舍离”,从而发展出一种敏锐的洞察力。这种洞察力能帮助我们解决各种生活难题,重新寻回轻松愉快的生活。

作者简介:

加勒特·克莱默,“内在运动”咨询机构的创始人。25年来,他一直为运动员、教练、演员和商业领袖提供优质的咨询服务。他成功将“直指内心的自我探索”方法带入了许多团体之中,帮助他们获得更出色的表现。

加勒特曾受邀在《纽约时报》《华尔街日报》《体育画报》和《福布斯》等多家著名媒体、杂志发表自己的观点。他独特的问题解决方式得到了广泛的关注,在体育界、商业界引起了不小的轰动。



浅谈工程粉刷质量通病防治



3、基层不平整较大,一次抹灰过厚收缩率较大。

防治措施:

1、必须认真做好基层处理工作,砼、砖墙基层表面凹凸明显部位,应先剔平或用1:3水泥砂浆找平,表面太光滑应捣毛或批刷界面剂(或用水泥掺801胶水批刷一层厚度为3mm),然后再进行粉刷。

2、粉刷前墙面提前2天浇水,每天2遍以上。使渗水深度达到20~50mm。

如果各抹灰层相隔时间较长,则应将底糙浇水湿润,以免刚抹上砂浆中的水份被底层吸走,产生空鼓。注意基层墙面浇水程度,一定要浇透,浇足。

3、抹灰用的砂浆必须具有良好的和易性,并且具有一定的粘结强度。

4、原材料应符合质量要求。5、底、面层砂浆配合比应基本相同,标号应基本相近,否则在凝结过程中产生较强的收缩应力,产生空鼓、裂缝等质量问题。

6、刮糙层不少于2遍,每遍厚度宜7~8mm,但不超过10mm,面层宜为7~10mm,抹灰层间隔时间不少于2天,每一遍抹灰均应揉压到位,每一遍抹灰前,对前一遍的抹灰质量进行检查,发现空鼓、裂缝及时处理。

7、护角必须在粉刷前做好,否则到粉刷墙面时,边粉边做护角,形成假护角,易损坏。

处理方法:

1、墙面空鼓裂缝:先用记号笔先画好,用电动切割机切一道边线,再将其清除。注意切口应向内倾斜,以保证新旧粉刷层结合牢固,然后

将基层清理干净,或将裂缝刮去1~2cm,以保证后补粉刷与基层结合牢固。找补前应浇水湿润,而后按正确的施工工序进行粉刷。

2、抹灰面不平整阴阳角不垂直不方正原因:抹灰前挂线,做灰饼和冲筋不认真,有的只做灰饼,不冲筋,阴阳角两边没有冲筋,影响阴阳角的垂直。有的不按规定在门、窗洞口,柱脚阳角做护角线,导致阳角不垂直不方正。

防治措施:

1、按规矩将房间找方,挂线找垂直和贴灰饼(灰饼距离1.5~2米一个)。

2、冲筋宽度为10cm,其厚度应与灰饼相平,为便于作角和保证阴阳角垂直方正,必须在阴阳角两边都冲筋一道,抹出的灰筋应用长铝合金刮尺依照灰饼标志上下刮平,铝合金使用时间易变形后要及时更换。

3、抹灰时如果冲筋较软,易碰坏灰筋,抹灰后墙面凹凸不平,但也不宜在灰筋干后再进行抹灰,以免出现灰筋高出抹灰表面及冲筋处出现裂缝。底糙要用长刮尺横竖刮。

4、抹阴阳角时,应随时用方尺检查角的方正,不方正应及时修正,抹阴阳角砂浆稠度应稍小,要用阴阳角尺上下窄面审直,尽量多压几遍然后用阴阳角尺抹光,用蘸水排笔理顺,观感舒服。

当然以上也只是我个人观点,在工作中我个人也是以此来进行检查,也是按照验收规范来进行管控施工,为了森信创造更大的效应,为自己积累更多的管理知识。

文/松江安置房项目部 周小鹏
审稿人/总工程师 陈海进



让自己在职场中更有价值



几年前,人人网被卖了,随之被卖掉的,是八五后的青春与回忆。2011年,作为曾经中国社交网络鼻祖的人人网,在上市当天市值直冲70亿美元,最高时达到94亿美元,可谓风光无限。然而,自此,人人网便逐渐陷入了“运营怪圈”,在一次次转型中,把自身最具优势的“校内社交”抛之脑后。如今,更是以2000万美元的“白菜价”,给自己找了个主。职场中,总有那么一种人,工作也很努力,经验也很丰富,却很难实现自己的工

作价值,获取较高的工资。职场中,并不是做得越多,得到的越多,当老板愿意给你开二十万年薪的时候,你给公司赚的,必定远远不止二十万。那么到底应该怎么让自己在职场中更有价值:

准确的定位

很多人,只知道自己想要干什么,却并不清楚自己擅长干什么。如果不能清醒的认识自己,了解自己的优势,那么再努力再勤奋,可能只会事倍功半。一旦盲从、缺少目标、随遇而安成为职



业生涯中的常态,实现自我价值就会变的遥不可及。就像人人网,它的优势是“校内社交”,它却在转型中丢掉了自己最重要的市场。所以后期无论怎么努力,都会变得越来越没有价值。所以,准确的评估自己的优势,并分析怎样的职业能充分发挥自身的优势,才会让自己变得越来越有价值。

不断的学习

学无止境,不学无术只是在学生时代。专业技能是你在职场中安身立命的根本,而不断的学习,才能让自己越来越有价值。职场学习不同

有效。其次是规划职业目标,先给自己定个小目标,等到实现以后,再去进行下一步。长此以往,你离成功就越来越接近,也会变得越来越有价值。

良好的心态

很多人,一入职就想着钱的事儿,占便宜的事儿抢着来,吃苦的差事却躲躲闪闪。有这种想法和行为的人,在职场中事绝对不可能值钱的。当你吃得苦中苦后,你才会发现,成为人上人并不是件难事儿。此外,有的人看到别人薪资比自己高,会觉得不平衡,就想着歪门邪道的方法。



于学校教育,职场学习需要更有针对性。职场学习是为了解决问题、提升能力,从而改善工作绩效,任何与此无关的学习都是毫无意义的。因此,必须将整个学习的心重放在“如何才能改变自己”上。

合理的规划

职场几十年,工作几个小时。怎么在这短短的时间里,最大化的实现自己的价值。首先要学会规划时间,将手头的工作按照轻重缓急合理安排,制定完工作计划。从而让你的工作变得仅仅

要知道,职场是没有接近可以走的,一旦迈出第一步,往后就是无穷无尽的后悔。

拒绝频繁跳槽

任何一份工作,想要做好,都需要积累的过程。不经历几年的积累,很难对一份岗位有深入的理解和把握。所以频繁的跳槽不仅让你丧失储备的机会,更会让你在领导心目中大打折扣。没有领导愿意信任频繁跳槽的员工,没有机会,你的价值,就永远得不到体现。

文/本刊编辑部摘自 新浪网

心灵的震撼

——重温长征路

十一月五日到十一月八日第三批重走长征路我们在福建的长汀,江西的瑞金红色景点进行参观学习。



随着导游和景点讲解员的讲解,我们了解了在艰苦的岁月里,中华人民共和国的缔造者和革命先驱者为建立新中国舍家抛业,呕心沥血。听着讲解,仿佛中华苏维埃埃临时中央政府成立简陋场景就呈现在我们的眼前,低矮的房屋祠堂内,各部委在木板隔成的仅容一桌一床的小房间里办公,我们的耳边仿佛听到毛主席在对部委领导说,我们的办公室主要在田间地头,在军队在战场,在实际工作中,那里才是我们真正的办公室。毛主席耐心做村民们的思想工作,破除迷信,带领警卫战士奋战十几天,让水贵如油,十年九旱的沙洲坝村民喝上了清甜可口的井水,让“有女莫嫁沙洲坝,天旱无水烧头帕”成为历史。



由于左倾军事教条主义无视中国战争特点,采用错误的战略方针,导致红军在第五次反“围剿”中陷于被动,屡遭失利,中央苏区严重萎缩。为了保卫家园,守卫临时首都瑞金的东大门,红军和苏区人民在长汀松毛岭武装到牙的国民党军队进行了殊死的战斗,在红军战士心目中,保住了松毛岭,就是保住长汀,保住了瑞金,保住了整个中央苏区。红军是步枪、机枪、手榴弹等轻型武器,而国民党是飞机大炮,红军不足六千人,地方武装二千人,国民党军六个师一个炮兵团。红军指战员不畏艰险,不怕牺牲,在地方武装和村民的配合下与国民党军队熬战七天七夜,终因力量悬殊,弹尽粮尽,被迫放弃松毛岭,从长汀钟屋村(中复村)前往瑞金红都,开始了举世闻名的二万五千里长征。松毛岭战役是长征前的最后一战,也是异常惨烈的一战,万余无名红军战士撒松毛岭。据长汀县志记载“死亡枕藉,尸遍山野,战事之剧,空前未有”。站在松毛岭无名烈士墓前,讲解员娓娓道来的这段历史,强烈的震撼着我们每个人的脑海,进入我们每个人的灵魂。



隆隆的枪炮声早已消失,弥漫的硝烟早已烟消云散……但没有枪炮声,未见硝烟的战场依然存在,反腐倡廉永远在路上,脱贫致富、致富反贫的战争仍在进行,新的长征仍在前行。



一切向前走,走得再远,走到再光辉的未来,也不能忘记走过的路,不能忘记为什么出发,回顾过去革命先烈走过的艰难曲折,峥嵘岁月,我们更能理解,没有共产党就没有新中国,只有社会主义才能救中国的真谛,更应该不忘初心,牢记使命,踏着先烈的血迹前进。

图并文/宝山顾村项目部 田砚荣

[上海市住建委]关于印发《上海市建筑施工安全生产标准化考评实施细则》的通知 沪住建规范(2022)9号

上海市住房和城乡建设管理委员会文件

沪住建规范〔2022〕9号

上海市住房和城乡建设管理委员会关于印发《上海市建筑施工安全生产标准化考评实施细则》的通知

各区建设行政管理部门，各特定地区管委会，各有关单位：
为进一步加强建筑施工安全生产管理，规范建筑施工安全生产标准化考评工作，依据《建筑施工安全生产标准化考评暂行办法》（建质〔2014〕111号）等有关法规，我委制定了《上海市建筑施工安全生产标准化考评实施细则》，现印发给你们，请遵照执行。

2022年11月2日

（此件公开发布）

— 1 —

上海市建筑施工安全生产标准化考评实施细则

第一章 总则

第一条（目的依据） 为进一步落实企业安全生产主体责任，完善建筑施工安全生产标准化考评工作，提高建筑施工安全生产管理水平，根据《建筑施工安全生产标准化考评暂行办法》（建质〔2014〕111号），结合上海市实践经验，制定本实施细则。

第二条（适用范围） 本实施细则适用于在本市行政区域内新建、扩建、改建、装饰装修的房屋建设和市政基础设施（非交通类）工程施工项目和从事各类工程施工的建筑施工总承包、专业承包及劳务分包企业。

第三条（管理单位） 上海市住房和城乡建设管理委员会负责本市建筑施工安全生产标准化考评工作的监督管理。上海市建设工程安全质量监督总站（以下简称市安质总站）负责本市建筑施工安全生产标准化考评工作的日常具体实施管理。

第四条（考评机构） 建筑施工项目由受监监督机构负责考评；建筑施工企业年度考评由市区两级监督机构负责。

第五条（考评方式） 实行信息化考评方式，企业和施工项目登录上海市住房和城乡建设管理委员会网站（http://zjw.sh.gov.cn/，以下简称“网上”）进行安全生产标准化的各项操作。

h.gov.cn/，以下简称“网上”）进行安全生产标准化的各项操作。

第二章 施工项目考评

第六条（项目要求） 施工项目应当依据《现场施工安全生产管理规范》（DGJ08-903）建立健全安全生产管理体系，按照《建筑施工安全检查标准》（JGJ59）及相关法律、法规、规范性文件等进行检查，并按《施工现场安全资料和记录实施标准》（DG/TJ08-2334）做好记录并建立台账，由专人负责归档。

第七条（总包申报） 总承包企业以该施工项目建设单位发包的施工合同为单位，生成安全生产标准化管理单元。施工项目开工后10个工作日内，总承包企业在网上进行安全生产标准化管理信息申报，由受监监督机构审查受理，主要管理信息包括：

- (一) 参建各方；
(二) 三类人员；
(三) 专业承包及劳务分包企业；
(四) 危险性较大的分部分项工程；
(五) 建筑施工机械；
(六) 文明工地创建申报；
(七) 其他按规定需要填报的内容。

— 3 —

为“优良”。

- 1. 对分包的月度考评等级无“不合格”；
2. 对分包的月度考评等级2/3及以上为“优良”。

(二) 有下列情形之一的，对分包的竣工确认及复核等级为“不合格”。

- 1. 对分包的月度考评等级1/3及以上不合格；
2. 对分包的月度考评等级连续2个月及以上为“不合格”。

(三) 以上两种情形以外的，对分包的竣工确认等级为“合格”。

第十六条（总包竣工确认） 受监监督机构收到建设单位、总承包企业、监理单位共同签署确认的工地完工报告，以及施工总承包企业填报的施工项目安全生产标准化竣工考核申报表，经查验符合完工要求的，在网上进行施工项目安全生产标准化竣工确认。

第十七条（项目完工条件） 施工项目完工的条件如下：
(一) 施工项目完成合同约定的相关施工内容；
(二) 现场用于施工的设备、设备等已拆除撤离，施工队伍已清场后。

若发现施工项目已竣工备案、合同履约已完成或已投入使用但未办理总包竣工确认的，受监监督机构书面通知总承包企业和监理单位（详见附件5），限期1个月内办理安标竣工自

— 6 —

（上接6版）

第二十六条（网上核查及公示） 市安质总站对建筑施工企业确认的考评结论进行核查和分类汇总，排名评定，并于15个工作日内上报至上海市住房和城乡建设管理委员会审定，审定后在网上进行公示。公示结束后，由上海市住房和城乡建设管理委员会发布考评结果。

第四章 考核要求

第二十七条（总包管理） 总包应充分行使管理权力，对进场施工的各分包进行考评并及时进行月度评价和竣工确认，分包的不合格结论，不影响总包的考评等级。

第二十八条（监理单位） 监理单位充分利用安全生产标准化的管理手段，加强过程监管，督促总包对分包的管理，督促现场做好危险性较大的分部分项工程的识别、上报与监控工作，并及时完成周检查、月考评的复核。

第二十九条（企业管理） 施工企业应对所属施工项目安全生产标准化考评开展情况进行检查、分析、指导和考核。

第三十条（监督管理） 各监督机构应结合首次监督检查、日常监督等手段，加强对施工项目上月的管理信息对比、监管，并督促施工项目做好整改落实工作。

第三十一条（结果应用） 建筑施工安全生产标准化考评结果录入上海市住房和城乡建设管理委员会“在建筑企业信用”

— 11 —

信用信息系统，作为建筑业企业信用评价的信用信息和建筑施工项目招投标的重要依据，同时考评结果将报送政府相关部门，作为信用评价、评优评优、投资、保险等重要参考依据。
第三十二条（考评优良） 对于建筑施工安全生产标准化考评等级为“优良”的建筑施工企业，分类发文通报。
第三十三条（考评不合格） 对于建筑施工安全生产标准化考评等级为“不合格”的建筑施工企业及其承建的项目，采取以下措施：

- (一) 列入安全生产许可证延期严格审查名单；
(二) 在企业主要负责人、项目负责人办理安全生产考核合格证书延期时，责令限期重新考核，对重新考核合格的，核发安全生产考核合格证书；对重新考核不合格的，不予核发安全生产考核合格证书；
(三) 实施媒体及网上公示；
(四) 企业及其承建项目列为下一年度重点监管对象，各监督机构应加大监督力度和频次。

第五章 附则

第三十四条（操作权限） 本细则涉及的总承包企业、监理单位管理行为由企业层面负责实施；本细则涉及总包、监理单位管理行为由项目总包管理团队和管理监理单位负责实施。

— 12 —

第三十五条（有效期） 本细则自2023年1月1日起施行，有效期至2027年12月31日。

- 附件：1. 上海市建设工程安全生产标准化评价表
2. 上海市建设工程安全生产标准化施工企业月度自评确认表
3. 上海市建设工程安全生产标准化监理单位月度复核表
4. 上海市建设工程安全生产标准化竣工确认复核表
5. 上海市建筑施工项目安标竣工自评催办单

— 13 —

附件1

上海市建设工程安全生产标准化评价表

Table with 5 columns: 序号, 项目, 考评内容, 扣分点, 扣分标准, 得分. Rows include safety management and site management.

— 14 —

附件2

上海市建设工程安全生产标准化施工企业月度自评确认表

Table with 4 columns: 序号, 评价, 优良, 合格, 不合格. Rows include safety management, site management, and overall evaluation.

注：月度考评复核的等级分为“优良”、“合格”和“不合格”。（一）“优良”指满足1-3所有条件；（二）“合格”指有1-3中任何一项，即判定为合格。若2-3中有任何一项，可填报评分等级。（三）以上两种情形以外的，月度考评等级为“合格”。

— 16 —

附件4

上海市建设工程安全生产标准化竣工确认复核表

Table with 4 columns: 序号, 评价, 优良, 合格, 不合格. Rows include safety management, site management, and overall evaluation.

注：季度确认等级分为“优良”、“合格”、“不合格”和“未达标、未结论”。（一）“优良”指满足1-3所有条件；（二）“合格”指有1-3中任何一项，即判定为合格。若2-3中有任何一项，可填报评分等级。（三）以上两种情形以外的，季度确认等级为“未达标、未结论”。

— 18 —

附件3

上海市建设工程安全生产标准化监理单位月度复核表

Table with 4 columns: 序号, 评价, 优良, 合格, 不合格. Rows include safety management, site management, and overall evaluation.

注：月度考评复核的等级分为“优良”、“合格”和“不合格”。（一）“优良”指满足1-5所有条件；（二）“合格”指有1-5中任何一项，即判定为合格。若2-5中有任何一项，可填报评分等级。（三）以上两种情形以外的，月度考评等级为“合格”。

— 17 —

附件5

上海市建筑施工项目安标竣工自评催办单

（总包企业/监理单位）：

你企业承建/监理的工地_____

（工地编号：_____）经营已施工结束，请于接到本通知

1个月内在安标系统内进行安标竣工自评/复核，如有特殊情况，请

书面说明情况。

逾期未办理的，该工地安标竣工确认将直接判定为“不合格”，

并计入当年度企业安标年度考核。

监督机构（章）

年 月 日

责任企业签收人（并注明企业、职务及本单签收日期）：

年 月 日

本表一式两份，当事人和监督机构各一份

— 19 —