2019年余平企业年度聚餐联欢会完美落幕

金猪辞旧岁，瑞鼠迎春来。回首过去，满怀激情；展望未来，任重道远。公司为感谢全体员工一年来的辛劳与付出，于2020年1月14—15日举行了年度聚餐联欢会。全体员工齐聚一堂，共度联欢，整个年会在和谐、温馨、激情、欢乐的气氛中落下了帷幕。

1月14日中午，全体员工在广州市番禺区四海一家共进自助餐，大家其乐融融，吃得津津有味，脸上洋溢着幸福的笑容，一片片欢声笑语回响耳边。

1月15日在广州修复中心举行了年度总结会议及各式各样的的联欢活动。各部门经理对2019年的工作进行了汇报和总结。取其精华、弃其糟粕，大家相互学习，总结经验。陶建强董事长对2020年公司的发展规划做出了大体的讲解和展望并呼吁全体余平人在新的一年里携手并进，共创辉煌；不忘初心，发扬工匠精神，为历史文化保护修复做出更大的贡献。同时陶董也指出了2019年公司存在的不足，明确2020年余平人要把自己的心态摆好，严格要求自己，对大家提出了新的要求，寄托了新的期望。

紧接着进行了团队游戏环节，套圈抛钱活动，抽奖环节，大家激情高昂，玩得十分尽兴，收获了丰厚的礼物与奖品。最后的抓钱活动更是激动人心，把年会的气氛再次推向了高潮。

欢声如歌，笑语如梦，向2019年依依作别，载满希望，我们一起憧憬公司2020年新的辉煌！不忘初心，努力前行，一起书写余平发展史上的崭新篇章。

余平企业消防 安全培训及模拟演练

为提高员工消防安全防范意识和技能，提高处置突发事件、应急自救的能力，以及预防和遏制安全事故的发生，我公司在2020年一月份开展了消防安全知识培训及模拟演练,由广东省粤消安应急管理中心专业消防员刘教官进行指导培训。

活动分为知识讲座、消防安全疏散逃生及灭火演练。消防员刘教官首先为大家讲解了灭火器材的使用、火灾扑救的要领、逃生自救等方法。讲座完毕后进行实地疏散演练，听到警报声，大家以最快的速度有序有组织的走进楼道向紧急疏散点逃生，直至最后一名员工到达目的地后，由负责人进行清点人数。此次疏散演练在紧张而不慌乱，人多而不拥挤的场面下结束。最后进行灭火演练，消防员刘教官亲身示范，讲解各类灭火器的正确使用方法，每位员工都参与其中，按照正确的操作，使用灭火器进行模拟灭火。

此次演练，让员工进一步掌握了火灾的处理流程，增强了大家在火灾中互救、自救的意识，以及在处理突发事件过程中的协调配合能力，为切实防范和减少火灾事故发生奠定了坚实的基础。

余平的蜕变

查找资料时无意翻到一本精装笔记本，外表看上去已有些年头，前辈告知是公司以前自己加工制作的笔记本，到现在基本没有保存多少了。估计再过些年，这笔记本都可以被拿来当公司历史见证物供员工学习公司成长史之用。

从进公司那刻起，更多的是从言语中了解到公司以前的样子。从中认识到公司原来主要是经营哪方面的服务业务，在经营的过程中遭遇了多少危险与机遇，才有了现在人们眼中的“余平”。

1988是余平创建的年份，虽然那时它还没被真正称呼“余平”。从装订起家，经历了出版印刷、包装，到现在的专业修复。三十一年间，已不知经历了多少次的蜕变。而为了实现这蜕变的背后所隐藏的艰辛又岂是言语可以说清道明的呢？余平能从一颗未成熟的种子到长成“而立之年”般的庇荫大树，得益于一代代余平人的辛苦浇灌。他们遇到问题不退缩，乘风而上，迎浪往前，一步一脚印，慢慢地打下了坚实的基础。而接着的人，在前人的基础上勤恳实干、兢兢业业地添砖加瓦。随着时间的推移，一代人离开，又有新的一代人加入进来。而余平还在这里，从未改变，但也有了改变，不变的是初心，改变了的是容颜。

2020年是个不安分的年，仿佛这个在中国春节期间大爆发的新冠病毒疫情就是一个警示。不可避免的是，我们的企业也受到了很大的影响，但“余平”前进的脚步不能停止。有了前面这些年的发展作为基础，余平企业要朝着更高级别的修复殿堂进发。今年企业的可移动修复资质证书已经补发下来，我们企业也在努力的准备着申请增加要求更高的业务范围。倘若成功，这就意味着我们的企业层次得到了升级，“余平”又实现了一个新的蜕变。至于以后是什么样的光景，且还得一步一步踏实地走下去后，才能看到。

到了我们，幸福但又面临极大考验的一代。幸福的是余平已是一棵大树，我们还未付出辛劳却已经可以享受它给我们遮风挡雨的待遇。而充满考验的是创业成功后的守业问题，正所谓创业艰难，守业更难。在这看似安乐的年代，要守住精神、守住品质与信誉、守住健康都不是容易的事情。因为有时一个不起眼的微小细节都有可能给企业带来危险，使其倒退。在戒骄戒躁、忍耐寂寞、保持危机意识的时候，要不断地学习，紧跟时代的发展脚步,暗中蓄力，待机遇一到，便可乘势而发。

作者 何叶青

“我”的故事

我来自自然，是自然中树木的一份子。我的妈妈可能是一棵树，或者是几棵，她经过机器的层层切割，最终成为了碎片，粉末。然后人类又往其中加入清水与化学用品（也许这是我的爸爸），使得妈妈成为了纸浆水，又经过各种技术，让我与我的兄弟姐妹们出生。但是刚出生的我并不开心，因为我的出生是伴随着妈妈的牺牲换来的，这让我的内心很是忧伤。

人类并没有理解我的忧伤，他们高兴地将我与兄弟分成几十张几十张，捆绑在一起，并将我们送到一座古色古香的屋子里。几天或者几月过后，我们又被重新拿出来，放在一个文质彬彬的男子手中，男子把我们带到了另一个屋子里，并把我们放在了一个醒目的桌子上，于是我们就拥有了一个新的住所，也拥有了一个新的主人。这让我很是好奇新颖，原来我还可以出去不同的地方，不像妈妈一样，总是待在同一个地方，看同样的风景。然而我的好奇很快就被打破了，我的新主人并不友好。我呆在桌子上，亲眼目睹着我哥哥姐姐们被主人在身上写得面目全非，然后夹进不同的袋子里，送到不同的地方，我既伤心又害怕。伤心哥哥姐姐们的离开，而且被毁得面目全非，害怕自己也会跟哥哥姐姐们相同的处境。可是我的害怕并没有阻止或者改变我的结局，我也被写得面目全非，并且装进了一个袋子里，开始了我“暗无天日”的生活。我很哀怨，所幸的是，我在这里认识了一些与我经历相同的伙伴，我们相互陪伴、相互鼓励度过“暗无天日”的生活。不知过了多久，外面突然出现了一阵动乱，我跟伙伴们好像被放进了一个箱子里，在箱子关闭的一瞬间，我听到了人们在说：“现在国家时局动荡，这些资料记载了重要的信息，我们必须好好保管，不能让敌人毁了。”原来让我“面目全非”的内容是如此的重要，这一刻的我不再哀怨，反而觉得很自豪，原来我是如此的重要，我的责任感立即增加，我要好好保护自己。这一份责任感让我在接下来的日子里不再自怨自艾，反而在持续“暗无天日”的生活中，生活得自得其乐。又过了一段时间，我们又被重新从箱子里拿了出来，放在一个柜子里面，四周阴暗又幽闭，虽然很少有人来看望我们，但是我依然觉得自豪又满足。慢慢的，我的身体变得疼痛不已，低头一看，原来有虫子在啃咬我的身体，我被它们咬得身上出现了一个一个伤口。而且因为环境的潮湿，我变黄发霉，浑身瘙痒无比，其他伙伴们也出现了类似的情况。这时的我怨恨非常，人类不是说我们很重要吗？要好好保护我们的吗？为什么还要让我们生病？我们生病了，那我们身上的资料也没有了啊！

在我们生病，浑浑噩噩地过着日子的时候，一天，屋子的大门被打开了，透过门口的亮光，我看到了一名人类男子走了进来，他拿起一份档案去门外，看了一遍，然后震惊了一下，拿了档案匆匆忙忙地走了。随着大门的关闭，我燃起的希望之火，瞬间熄灭了。我又开始了浑浑噩噩的生活。过了不久，大门又被开启，走进来一群人，他们仔仔细细地检查翻阅着我们身上的伤口，把我们进行分类整理，然后送到了另一个地方。这个地方的人们对我们进行了除霉杀虫，并且对我们身上的伤口进行修复，使得我们重新焕发光彩，最后我们被送到了一个宽阔明亮的地方。这时的我既感慨又激动，感慨人们又记起了我们，知道我们的重要性，并且找人治好了我们，激动于我又能履行自己的使命，记载人类的重要资料，好好传承人类的文化。后来，我知道治疗好我们的医生的名字－－修复师，纸张的医生。

这就是“我”的故事，我激荡又坎坷的一生，现在我依然待在宽阔明亮的屋子里，履行着自己自豪又艰巨的使命。

作者 郭盛蓉

先学做人 才会做事 努力学习 取长补短 诚信待人 敢于创新

陶建强

广州市余平文史典籍保护实业有限公司
GZ.YP Ancient Literature & History Books Protection Industrial Co.,Ltd.

企业报
QI YE BAO

主 办：广州市余平文史典籍保护实业有限公司办公室
地 址：广州市海珠区赤岗江海大道2号粤信广场西座A1梯201-203#
电 话：020-84178458 邮 箱：ypbz@263.net 、ypbz@ypbz.com.cn
传 真：020-84178826 邮 编：510315 网 址：www.ypbz.com.cn
总策划：余平企业办公室
总审稿：陶建强 总编辑：彭剑芳 电脑排版：汤世恩
报 号：YPQYB 20-01（每季度出版1期） “企业报”陶建强题笔

本报专稿

抗疫，余平在行动

新冠肺炎爆发以来，全国人民众志成城，共渡难关。习近平总书记多次作出重要指示：“做好疫情防控工作，直接关系人民安全和健康。”他强调，要把人民群众生命安全和身体健康放在第一位，人民利益高于一切。

余平企业坚决贯彻落实党中央、国务院的决策，积极响应号召，提高站位，迅速行动，把疫情防控作为头等大事，把职工生命安全和身体健康放在第一位。复工前，企业制定好疫情期间上班制度，严格按照该制度执行。加紧采购洁净服、口罩、消毒液、测温仪等，各类防护物资储备充足。企业获批复工复产后，在厂区内，企业实行封闭式管理，努力把防控细化到每一个工作环节，尽力减少交叉感染风险。上班前后，组织人员对办公场所进行严格消杀，阻断病毒传播途径；员工测过体温、做好登记、穿好工装、戴上口罩后，方可进入工作区；为防止人际间传染，加大工位间隔；每天进行两次严格登记、监测体温，建立健康管理档案。

为增强全体员工身体素质和提升抵御疾病的能力，以更好的状态投入到工作中去，余平企业自2020年复工开始开展“工间操”健身活动。大家伴随着广播体操的音乐十分认真地做好每个动作，精神饱满、动作协调，充分展现了公司职工热情欢快、积极健康向上的精神面貌。

余平企业获得国家颁发《可移动文物修复资质证书》

经过专家组多次调研、论证，我公司在2015年得到批复文件，经过几年再次努力，成功取得可移动文物修复资质证书，既是对我公司修复技术力量、硬件设施等相关条件的认可，也是对我公司三十多年来对历史文化保护与修复工作的肯定。我公司会继续努力和培养更多修复技术人才，发扬工匠精神，推动历史文化修复与保护事业的发展，为更好传承保护历史文化贡献一份力量。

可移动文物修复资质证书

单位名称：广州市余平文史典籍保护实业有限公司

业务范围：从事古籍善本、碑帖拓本、书画、文件与宣传品、档案文书类文物的修复业务。

证书编号：粤文物修2015001号

发证机关：广东省文物局

2015年 8月31日

余平企业抢救修复珍贵历史报纸

历史报纸是新闻及文献的一部分，作为重要新闻文化传播载体，客观地反映了该时期的真实面目，具有较高的历史政治及各领域文化价值、学术价值、研究收藏价值，极其珍贵。

由于年代久远，这些珍贵报纸纸质老化、脆化、霉化、酸化等破损情况及其严重，为了更好地保护保存这些珍贵的报纸，我公司受某档案局委托，对其进行抢救修复与保护。

余平工匠们采取几十年自己独创的双面报纸修复技艺，对已经千疮百孔、支离破碎的双面有文字报纸进行修复、去污、杀菌除霉、除虫、脱酸等方式，在不影响原来文字的基础上以旧修旧，对修复后的报纸进行分类、装订成册、编制目录。修复后的报纸保持原貌，具有较高的耐折度，方便阅读和研究利用，同时可以长期保存，延续它的寿命，并得到了客户的高度认可和好评。

修复前

修复后

写给你的情歌

世人言
女儿是妈妈的小棉袄，
可我从不在你怀里撒娇、赖皮、无理取闹。
怎么你还给我数不清的好？

你向旁人夸耀我的乖巧，
可我也开始担忧，
担忧你发现失去了为儿女操心的美好。

我开始为芝麻小事和你吵吵闹闹，
我开始嫉妒你对亲戚小儿的好，
我开始惶恐，
惶恐你不再待我是宝。

可是为什么呢？
你依然会在清晨帮我掖好被角，
你依然会为我的消瘦絮絮叨叨，
你依然会因与我争吵暗自苦恼，
你依然会宣扬说我是你的骄傲。

归家时，
饭桌上的豆沙包，
整洁的床铺，轻轻的拥抱，
你说回家永远不用说打扰。

离家时，
早早打点的行李包，
临行的车票，路口的转角，
每一样都打上温柔的记号。

我不是棉袄，
我不懂撒娇，
可是怎么办呢？
你还当我是宝。
原谅我的傲娇，
愿岁月能饶，
妈妈不老。

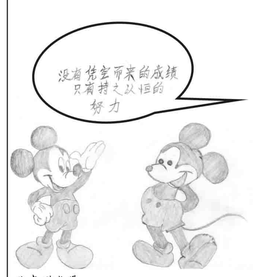
作者 胡舒莹

苦要自己扛 路要自己走

我们每个人都是在挣扎着活下去。
人生在世，
谁不是戴着面具往前走，
伤口痛的时候默默忍受，
就算再累也不敢说出口。
那些看起来风光无限的人，
也会有不为人知的辛酸；
那些看起来乐观开朗的人，
也会有无法言说的悲伤。
有些苦只能一个人扛，
有些路只能一个人走。

人在脆弱的时候，
都渴望有个可以依靠的肩膀。
心在无助的时候，
都渴望寻找能安慰自己的地方。
可这世上本没有什么感同身受，
也没有人有义务帮你分担，
生活中太多的苦涩，
只能你一个人品尝。

也许会很孤单，
但请不要绝望。
那些打不倒你的最终会成就你的梦想，
遗憾和惊喜都是生活的一部分，
人生的意义在于你曾努力生存。
别害怕失去，
也别太执着于得到，
你只需要努力活出自己的人生。
有信，有心，有信心！



作者 陈梅梅　　作者 梁经理

余平和我的那些小事

曾记得那是一个阳光明媚的午后，刚午睡醒来的我收到公司的录取通知时，差点跳起来，激动兴奋一点都不亚于拿到大学的录取通知书之时，现在回想起来当时的情景还记忆犹新，那是完全不同于拿到其他公司录取通知时那样担然，也许这才是期待已久的吧！

还记得第一次来公司上班，师傅给我们几个实习生开会时的情景。对于初初踏进社会的我们来说，一切既是好奇又是如此的陌生…懵懵懂懂中终于在余平找到了方向--师傅说改变自己，让自己成为值钱的人；师傅说学好本事再赚钱；师傅说，先学做人再学做事等等。不得不说每每听完他说的话，好像你做什么都很有干劲似的，让你总觉得未来可期。从走出校园那一刻，余平不仅仅是提供我一份工作，更是给了我安全感和对未来的期待。

更记得这两年来生活在余平这个大家庭的点滴，我喜欢这里宛如一家人般的氛围，我喜欢在这里无论是工作上还是生活上都带着我成长……

今天，疫情肆虐，好多朋友同学都在担心吃住问题，可余平为我提供了港湾，给我归宿，免我后顾之忧让我安心工作，让我此时此刻还可以正常生活正常工作，这在当下这种境况是如此难能可贵，而我又是何德何能？幸甚至哉！有人说哪有什么岁月静好，只不过有人为你负重前行罢了。余平为我们负重前行，但我们却不能把这想成理所当然，因为谁都没那个义务，凭什么？是的，凭什么？我们都需要好好想想了!现如今真的不是工作需要我们，而我们真的需要工作。感谢!感恩!余平人加油吧！

作者 文丽秋

我想说

1.既有时间夺走的东西，又有时间给予的东西，把时间拉向自己这边是 一项重要的工作。

2.这个世界就像一面镜子，你可以从他人身上，看到另一面的自己。

3.谁都不知道下一秒会发生什么。有些事想了就要去做，有些人念了便要相见。

4.把坚持当成一种习惯，别人光鲜的背后都有加倍的付出。没有谁比谁更容易，只有谁比谁更努力，今天已成了过去，明天继续加油。

5.做一件事，开始时的斗志很重要，但更重要的是坚持不懈的毅力。行百里者半九十，畏惧艰难，凡事都浅尝辄止，就永远无法看到最想要的结果。把开始那一刻的勇气，变成此时此刻的坚持，你才有机会拥抱美好的未来。

6.所有的理想和追求，躺在床上玩手机是实现不了的。生活不是电影，没那么多戏剧性的故事。只有主动改变，承受之前忍受不了的苦，尝试之前没做过的事，才能过上不一样的人生。

又到一年毕业季，都说毕业等于失业，找工作难，不是专业不对口，就是工资太低廉，但是在2020年拥有一份安全又稳定的工作却已经是十分奢侈的事情。在席卷全世界的疫境中，人人都在恐慌，也有很多很多人消匿在其中，这时候活着就是上天最好的恩赐，别存太多奢望，也别太多抱怨。现在的我正处于一个让别人羡慕的年纪，但我有时候会特别着急，感叹这么美好的时光自己却少有所成，自己又怎样才能成就更好的自己呢？好在我有一份喜欢的工作，要努力啊，别浪费这大好年华。

回想自己当初去参加招聘会的时候，什么都没考虑，也没有做好充分准备，就是想得到这份工作，真是偏执得可爱。但是在面对前来招聘师姐提出的各种问题却无力招架的时候，才发现自己是多么的天真与无知，一个毫无充分准备的菜鸟怎么可能得到青睐呢？所以面试结果没来的时候，我的心就一直是悬着的，生怕自己压根就没有机会参加复试，就此无缘。但是幸运的是我被录用了。在那时，我就跟自己跟自己说，一定要好好努力，要好好表现，保住这一份意外之喜，所以无论什么时候我都告诫自己要清醒，要理智，不要好高骛远，不要贪得无厌。当很多人都渐行渐远的时候，我依然在这里，因为我喜欢，便加倍珍惜。

对于一个即将毕业的学生来说，我认为最应该感谢的是第一个给你提供发展平台，向你伸出援助之手，对你有知遇之恩的人。我很感谢师傅给我机会进入余平，让我更加清楚地认识和了解这一行，了解这一份有意义的工作并接触它。它真的拥有神奇的魅力，让我深深地被其吸引，让我终于有了成就感这种稀罕的感觉，很神奇是吗？在师傅再一次给我学习新的技能机会时，我也曾十分的志忑，但是却怎么也压不住那种被认可被肯定的喜悦，虽然有很多压力，但对于我来说却是最希望得到的，我绝不会放过任何一个让自己成长、前进的机会。希望自己天天进步，得到越来越多的肯定，希望自己有一天很有勇气和底气地说一声：“师傅，放心交给我。”

不忘初心方得始终，希望每一位余平人携手共进，共创辉煌，也祝愿余平年年有余，岁岁平安。

作者 郁如玉

行动起来吧

工作中，生活中,人们日常都会遇到难题。但是我们要把困难克服，做到遇事不慌，谨慎处理。正如习近平国家主席所言：“遇到了困难，不要埋怨自己，不要指责他人，不要放弃信心，不要逃避责任，而是要一起来战胜困难。”所以就要选择去解决问题，把想到的办法尝试进一步挑战。用行动去表示你的想法。

心动不如行动，行动起来。努力地去寻找答案，总会有成果收获，哪怕是点点滴滴。久而久之，你慢慢会发现自己已经累积了丰富的经验。那么你便会成为敢作为，肯动脑，勤于思考难题的员工。

怕什么？没试过怎么知道行不行？如果连尝试的勇气都没有，你谈何进步，岂能成功？能自己做的，就自己做好。要从“怎么办？”到“让我来。”这意味着你在成长。成长就是：“学会了收拾自己的烂摊子。”例如：“工作中不认真造成的错误、生活中不小心或不注意引发的后果，要学会自己承担和把事情自行处理好，并引以为戒。

笑着面对，因为你的笑容是无价之宝。用充满温暖、充满自信和宽容的笑容感染你身边所有人。心情之美，既能给你的工作带来更好的效益，也能让你的身心更健康。

作者 黄国顺

敬畏，呵护，自省

在余平有一年多的时间了，有没有一两句话使你不言放弃,无畏艰阻？

我有，一年多的时间里，不算聪明的我每每问起自己怎么还在都会默默感谢一路支持和鼓励我的师姐们。感觉像是昨天，您告诉我：“对于档案，你可以去敬畏它，但不能去畏惧它。你说，你可以讨厌这份工作，但是你不能毁了这份工作，因为有人正在爱着它，用尽一生的努力呵护着它。”

你还说，一个人，去学羽毛球,学了几天就嚷嚷着这玩意真不好玩……的人，别人只会笑话他说：“你懂什么呀，学了几天就有能力说你不喜欢它，你压根就没认识它……”。但是，如果一个拿过冠军的羽毛球运动员说自己不喜欢羽毛球，大家就会觉得：“哦！那可能你是真的不喜欢吧！”在说喜欢和不喜欢这件事上，首先，我们要扪心自问，我们有没有资格去评价它。

一路走来，敬畏，呵护，自省提醒自己要成长，要进步。即使从修复转为装订，也要去做好每个当下。敬畏每一个流程。

作者 陈泳燕

2020年，我們一起擼起袖子加油幹，共勉！

作者 钟锦欣

企业官网改版升级啦：

为了更好地提升公司形象，加强宣传力度，为公司的经营和发展创造良好的条件，为更突出展示我公司的规模与实力，更好地展示公司的对外形象，广州市余平文史典籍保护实业有限公司官方网站http://www.ypbz.com.cn顺利升级改版完成，使网站内容更加丰富、更新更加及时。

网站的栏目设置、功能设计等都作了较大的调整，按照功能分区重新梳理，划分了“关于我们、修复与保护、包装与装订、艺术品复制、案例展示、客户服务、文献藏馆、员工天地”等多个栏目板块，进一步整合公司信息资源展示公司对外形象与规模实力，为客户提供更加全面高效便捷的服务。

改版后的网站还存在很多不足，我们正在努力完善。希望您在浏览的同时，留下宝贵的意见和建议。

扫一扫，关注我们

抗疫英雄

绘画者 赵燕文

感悟

宅了一年，想了一年都没有回过的家；馋了大半年家的味道；计划了大半个月的旅行计划；随着新闻渐渐地播出湖北武汉，再就是新冠病毒，再到封城，暂停出行，慢慢出现口罩，消毒水脱销，打乱了我所有的计划，打消了与朋友相约的机会，出行的计划也破灭了，开工时间被告知推迟再推迟，回来自觉隔离，饮食上要均衡，上班必须戴口罩，鞋套，做好防护措施等等。

疫情让我懂得健康的重要性，回想之前的生活习惯，是否存在着某些潜在的恶习，是否想过把这些恶习变成好习惯。利用这个时间去做有意义的事情，多陪伴家人取代手机的位置，写一份来年的计划取代多看一会电视剧，多运动一下取代多躺一会。规律的生活，均衡的饮食，适量的运动，让我们有一个健康的身体，清晰的头脑。比如我们陶总提议的健身操，一套做下来后，身体很放松，很舒服，虽是简单的动作，贵在坚持。

疫情让我懂得清洁卫生的重要性，一滴带有病毒的唾液可以感染若干人，进门第一件事就是消毒洗手，公司也出了一些文件或者建议，告知上班时休息的卫生习惯。让勤洗手，爱卫生，成为了新一年的嘱咐。

想想每天都在剧增的数据，这个可怕的数据从我国上升到顶点后到慢慢稳定下来，这靠的是无数医护人员的默默无闻的付出，大家的自觉性，响应政府政策。

相信武汉的樱花很美，你们也是新时代最可爱的人--医护人员。

作者 梁彩霞

生存

年初值班开始，和同事们自动隔离也有十几天了，这期间我们真正是不出小区门。也养成了勤洗手，勤消毒的好习惯。最远的距离就是扔日常垃圾的距离。不出门如何解决日常吃喝呢？师傅和办公室一起，亲自为我们购置食材，统一烹饪。为保证我们的免疫力，统一安排饮食，每天早餐加一个鸡蛋，至少吃一样水果，喝灵芝水，每天荤素均衡，食谱变换，健康又美味。

这期间，我们做到了从内至外防控病毒，保护好自己和身边的人，不给国家添乱。每天盯着微信群上的通知，生怕错过公司发布的最新消息。自除夕开始，公司接连发布疫情相关信息，最开始发布的是提醒大家有这个病毒的存在，注意安全；年初的时候又发布了有发热，感冒等症状的人员要居家隔离，等症状好了再上班，相继发布了疫情防控的相关知识；接着国家发布了延迟春节假期的通知，公司也根据国家政策发了延迟上班的通知；之后国家规定延迟至2月10日的时间到了，确诊数据依然在上升，疫情自然严峻。除了政府单位，各个企业大多不敢复工，也无法复工；公司在接连发布了几次延迟上班的通知后，采取了分批返工，分区隔离的复工方式。为此，公司租下的四套小区宿舍轮番调转、分开隔离完毕以及刚到达广州人员（宿舍距离近走路可到达），如此，既控制住了复工人员的人数，又保证了人员的安全。

我是第一批复工的人员之一，本来这个时间是轮到我值班的，所以我早早准备好了返程的车票。但是这个疫情席卷而来，公司发信息问过我:你可以选择来值班，也可以选择不来值班，自由选择。我的回答是:我可以的。我从来没想过不回。同时，我弟弟也收到了他们公司的通知，他选择的是“停薪留职”。对于我的选择，家人们很是担心，各种劝说我先不要去那么早了，说广州大城市还是没有家里安全。我就一句话:“我是要去的，而且到时候统一复工的时间到了，人多更危险。”我爸妈就不说了，忙着给我准备各种吃食，让我不要去市场……还问我有多少个同事一起，要给我准备多一些……其实我最担心的是路上沾上，会伤害到别人，所以一路上很注意保护自己，不吃东西，不喝水，不上厕所，远离人，不用手直接接触电梯等公共设施（还好我们家离广州就几个小时车程，哈哈）……到达宿舍后全面消毒，洗澡洗头，把一切外穿衣服、包包等消毒清洗晾晒。一个多月过去了，今时今日，我可以告诉我的家人，我在公司过得很安全，很健康，我们公司的防疫措施很到位，从生活到工作的方方面面，公司都为我们每一个人的安全想到了，做到了。作为余平人，安心！

疫情属天灾人祸，全人类共同抗击。因个别人的个人喜好（恶习），导致如此多人付出生命的代价，全世界陷入困境，全球经济被重创，多少企业被迫倒闭，多少人就这样被动失业了……本应繁华的春节城市，现如今却一片寂静……商家不能营业，无人出门消费……一切都是为了做好隔离，尽快结束疫情。

当全球的确诊病例接近100万时，当美国、意大利的确诊数据短短时间内攀升至十几万时，回头看看我国的抗疫成效，确诊人数控制在8万多，各地纷纷实现“零”增长。国家一声令下:“封城。戴口罩，少出门，注意消毒，不走亲访友，居家隔离……”。我们的国人，就照做了。照着新闻上的防疫方法，努力配合国家政策，实现宅在家也能为国家做贡献。全国人民尽己所能:孤寡老人把自己的积蓄捐出；小朋友把自己的压岁钱捐出；海内外同胞收集口罩防护服寄往武汉；企业老板改造设备生产口罩防护服……最最可爱的医护人员、志愿者、增援部队等等，你们啊用生命在守护我们的祖国。炎黄子孙们正在为同胞们尽自己最大的努力。作为中国人，自豪！

在国内刚与病毒拼搏得精疲力尽时还是不忘当初友国们的恩情，尽己所能回报，出人出物资帮助友国抗疫、中国的抗疫经验分享给各国，今日之我国收到了来自世界各国的关爱，也受到了世界各国的尊重！作为中国人，自豪！

作者 李明珠

归心似箭，平地惊雷

跨过春运的人山人海，年味越来越浓，但天有不测风云，武汉地区发现不明肺炎疫情，钟南山院士临危受命，并呼吁大家戴好口罩，少出门。很快处于风暴之眼的武汉封城了，像被按下暂停键一样，整座城市前所未有的寂静。

八方驰援，神兵天降

众煦飘山，聚蚊成雷。疫情之下，许多平凡的人做出不平凡的的举动，他们的爱心插上翅膀长出脚，向英雄的武汉汇聚。严酷的战疫中，我们一次领略到中国的速度，短短10天火神山、雷神山医院拔地而起，犹如神兵天降。

壮士出征，众志成城

危难关头，解放军率先出征，乘风破疫，疫情就是军情，生命重于泰山。前方有人为你冲锋陷阵，后方有人为你严防死守，广大基层防疫工作者通力协作，为普罗大众提供了最坚实的后盾。

白衣披甲，鞠躬尽瘁

在“健康所系，性命相托”的使命召唤下，无数医护人员踊跃请战，毫不犹豫的投入到这场没有硝烟的战斗中，隔离病房中，医护人员像陀螺一样高度旋转，被密不透风的防护服包裹着，加上护目镜、口罩的束缚，稍一行动就汗流浃背，脸上的勒痕，深如刀割，双手也被捂得肿胀变形，筋疲力尽，他们几乎站着都能睡着，在这场与病毒的生死搏斗中，有些人倒下了就再也没有醒来，白衣披甲，破楼兰，赤子切记平安还！

匹夫有责，曙光乍现

在这场突如其来的疫情战斗中，我们不聚集、不走动、不添乱就是为国家做贡献，我们终于等到了好消息。截至3月25日24时，31省市新疆生产建设兵团现存确诊病例降至3947例，湖北新增出院391例，累积治愈出院61201例，这些日子，14亿中国人通力协作，将病毒打得七零八落，这片土地也恢复了它应有的生机。

春回大地，山河无恙

春回大地，万物复苏，我们每天都能听到好消息，英雄陆续凯旋，病毒节节败退，樱花盛开之处，万物皆是一片生机盎然的景象，我们再需坚持忍耐一下，等到疫情彻底退散时，山河如初，岁月如故，所有的美好都将如期而至。

作者 罗婷婷

檔案小知識普及

档案保护是档案工作的重要内容之一,其内容是采用一定的设备和办法对档案进行科学管理,研究档案制成材料的损坏规律并据此找到保护档案的技术与方法,其任务是维护档案的完整与安全,最大限度地延长档案的寿命。

档案保护的内容：

一、建设合格的库房：合格的库房是档案保护最基本也是最关键的条件。

二、科学管理库房：合理布局库房、选择规范的档案装具、挑选符合要求的包装材料、全宗及全宗内档案的科学排架。

三、研究档案损坏原因：影响档案寿命的主要因素，一是档案制成材料本身的性质，二是保护档案的环境条件。

四、研究档案损坏防治办法：

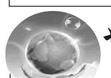
（一）改善档案保护条件；

（二）去除档案制成材料中的不利因素，对已损坏档案进行修复；

（三）档案的复制，使档案原件得到更好的保护。

摘自广东省档案馆编著《档案保护》

世界。



世界那么大,我要用双脚丈量,用双眼去看。

记忆中的每一次触动都是那么的清晰，我很怕自己对世界的认知停留在某种特定的想象。它或许美好、特别，却失去了双手触摸过的真实温度。很多事情尝试过才甘心，我希望自己抬到一半的脚跟能踏踏实实的落下。人很难预设某个时刻的心境，尤其是未经历过的，我所能做的就是做好自己，为未来做好铺垫。

作者 汤世恩