

第9期 2006年1月



安康职业安全保护服务部 出版



### 服务目标

- ☑ 内部资料
- ☑ 免费赠阅
- ☑ 欢迎投稿

- 提高工人及企业的职业健康和劳动权益的意识及认识
- 提高工人（尤其是女工）解决工作上所遇到困难的能力
- 培训朋辈教育及组织者以协助更多工人解决问题

## ★ ★ ★ 本期目录 ★ ★ ★

### 安全卫生近期资讯

职业健康	给可爱又可恨的大哥.....香兰	3
	印刷行业职业危害与预防（化学品篇）...谢童	5
打工生活	一个女工的自述.....兰兰	7
	我的“传销”经历.....阿健	10
工友园地	公交车上.....菟丝	13
	无情伤害 ◇ 忘不了.....佚名工友	13
	致《安康通讯》.....砚磊	14
	折翅的天使.....砚磊	14
	打工——忍功.....莽莽	15
	童年旧事——爬火车.....阿荣	16
	学会自我解脱.....忍冬	17
	那一年端午节.....思棣	18
健康知识	女性贫血知多少.....阿荣整理	19
	禽流感及其防治.....本刊整理	20
中心活动	深秋行——烧烤聚会.....封底内页	
	坑口社区健康咨询.....封底	

### ☆ 安康服务部 ☆

电话：(020) 8157 4255（下午 2:00—晚上 9:30）

地址：广州市 芳村区 陆居路 9 号工人文化宫办公楼一楼  
（邻近芳村地铁站 B 出口）

邮编：510370 电邮：[ohrc@clsn.org](mailto:ohrc@clsn.org)

网站：<http://clsn.org/ohrc/>



## ■ 广东北江水镉污染事件

据环保部门监测发现，北江韶关段出现镉超标现象，并沿江下移，高桥断面镉超标近 10 倍。记者还发现：广东省环保局在 2005 年 1、2、3 季度的环境监测季报中，都已明确指出北江韶关段受到镉污染；当地人多年来不敢饮用北江水。该厂被停产整顿，并关闭西污水排放口。韶关市 14 家小冶炼厂也被下令立即关闭。受影响的英德市启动了备用水源，改由长湖水库供水，但因新接的自来水管网承受不住压力而爆裂，以致大面积停水。下游广州、佛山、清远也实施了应急预案。上游水库则加大排水量以稀释污染物。

镉是有毒重金属，是致癌物质，过量吸入会导致骨质疏松，损害肾、肝脏和免疫系统，还会遗传。去年发生的惠州、深圳市 3 家电池厂工人因缺乏卫生防护造成镉超标、镉中毒的事件，就曾经轰动全国。

## ■ 地方重发展轻环保 水污染让农村田园风光不再

资料来源：南方日报 2005-12-19 作者：童学群 刘茜

记者调查了韶关、台山等市的一些开发区，发现地方重发展轻环保，造成水资源严重污染：鱼塘的鱼全死了，菜叶枯黄，水稻减产，井水异常。企业不愿投入资金改善工艺、增加污染防治设施，或虽有设施，为省钱而不用，白天排清水，天黑排污水。甚至工业园的排污管道也只修了一半，污水则排进农田保护区的主灌溉渠中。环保部门虽有检测，但即使限期整改时限已过，污染企业仍照样生产。此外，养殖场对水资源的破坏也相当严重。

去年环保投诉有 8 万宗，仅次于治安、社保，以水污染问题为主。农村环境及水源恶化尤其突出。群众上访事件急增。广东近期发生的佛冈氧化铬泄漏、英德砷中毒、中山氢化物污染事件，反映了环保部门监管能力严重不足。基层环保部门缺乏应急设备、仪器，茂名市环保局作为重点化城市的环保部门，居然连进入事故现场采样所需的防毒面具都没有。很多市县污染监测物往往要三五天后才能拿出数据，发生水污染时，污染面已扩大了。

## ■ 吉林石化双苯厂爆炸 百吨苯类流入松花江

资料来源：南方报业集团各报纸 2005 年 11、12 月

11 月 13 日，中石油吉林石化分公司双苯厂发生爆炸事故，共造成 5 人死亡，1 人失踪，100 吨左右苯类污染物进入松花江，周围上万居民疏散，吉林松原停水七日，哈尔滨因停水而迅速开凿地下水，并从各地紧急运送 2000 多吨活性炭用于净水。国家环保总局解振华引咎辞职。吉林石化总经理于力等负责人被停职检查并接受调查。从 2001 年到 2005 年，吉化共爆炸 16 次，大型爆炸 4 次，死亡 10 人以上。吉林省已投入 7000 多万元用于防治松花江污染。此次重大事故引起国际关注，对生态环境的影响尚来不及全面评估。

国家安监总局召集了中央管理的 18 个化工企业开了紧急会议，并派出督查组，以靠近江河湖海的化工企业为重点，进行排查隐患的安全督查。除吉林石化分公司双苯厂爆炸之外，尚有：10 月 26 日，北京首钢动力厂发生煤气泄漏事故，死 9 人；11 月 24 日，重庆市垫江县英特化工厂爆炸，死 1 人，伤 5 人，1 万多居民疏散，小河污染；11 月 28 日，广东中山市小榄镇固力保安制品有限公司因设备安全事故致使含 12 千克氰化物的 500 升电镀液流入市政下水管道，污染镇内河涌；12 月 1 日，江苏省江都市化工厂丙烯腈储罐爆炸，6.6 吨丙烯腈起火；同日，沈阳市东陵区天久化工厂液化罐爆炸，实验室的苯等发生泄漏；12 月 2 日，江苏省淮安市淮阴区发生交通事故，一辆槽罐车装载的 9 吨甲醛全部泄漏在 205 国道两侧的雨水沟中。

## ■ 被劳动厅曝光后 8 家血汗工厂无动于衷 依然故我

资料来源：南方都市报 2005-12-08 作者：田霜月

9 月 22 日广东省劳动保障厅向社会公布了第一批严重违反劳动法规的 20 家“血汗工厂”，并予以公开谴责。据悉，目前有 12 家企业进行了整改，尚有 8 家企业未完全纠正或未完全履行有关处理处罚决定，将被继续公布，包括：1、广州市汉林制衣有限公司；2、深圳市亮点三六五企业管理咨询有限公司；3、深圳市成博数码科技发展有限公司；4、珠海市拱北新时代保健按摩中心；5、韶关市新三联纺织企业有限公司；6、陆丰市华粤酒店有限公司；7、鹤山麦迪斯家具有限公司；8、湛江市霞山区富林酒楼。

尊敬的又让我鄙视的，  
可爱又可恨的钟主管大哥：

当我提起笔，此刻的心境，是那么地复杂和矛盾。让我不知如何抬起头，如何来表述，我踌躇，忐忑，我……

想起我刚进厂没多久，那是一个漫长而躁闷的雨季。一天风来了，越刮越大，显然是台风。那时您一脸焦虑。您检视着车间每一扇窗，往公司本部和相关部门打电话，询问着原材料几时到达。您在电话中一再地说：“材料不到，我们就得停产，停产就意味着我们将延误交货期，延误交货期就意味着我们商誉的受损。”那时，我跟所有的人一样，想当然地认为：“这事与您有何相干，肉食者谋之，关你什么事，莫不是想在领导面前表现表现？”我自然地把您划为擦鞋佬、马屁精、精于权谋者。直到，直到我们渐渐熟悉了，您认我做干妹了（那时，我是多么幸福和骄傲）。有一天，我偶然提到这件事，您淡淡地笑了笑，说：“被人误解是正常的，只要你哥我扪心自问，对得起天地良心就好。”您告诉我，公司的利益大于天。您说：“公司的任何损失，最后都将间接地摊到每个员工身上，这就是皮与毛的关系。皮之不存，毛之焉附？所以呀，我并不在乎人家的议论。而关心公司的损益，也就是在捍卫和关注我们每个人的利益。”我说：“那你为什么不



当面把事情说清楚呢？让别人委屈你。”您告诉我：“但丁说过：‘走自己的路，让别人说去。’”哥（让我再这么亲切地叫您一次罢），那一刻，您知道那一刻我是什么心情吗？就像鲁迅先生面对着他在“一件小事”里写到的那个车夫一样，我被您榨成了厂服底下的那个“小”。哥，您知道吗？从那一刻起，我崇敬您。

……那一刻，我不能忘记。同样，有很多事我不能忘记！它已深深铭刻在我的记忆深处。记得前年，因为家庭问题，那一晚我喝多了，第二天犹带着宿醉。我挣扎着却爬不起床，没去上班。我摇着沉重的头，想像着可怕的后果。宿舍门开了，您走进来，板着脸，带着嗔怒，说：“喝酒能解决问题吗？你不是在解决问题，是在回避问题，在重新制造问题。”顿了顿，您转身给我倒了杯开水，打开药瓶，说：“见你没上班，问她们，说你喝多了，有什么想不开吗？来，小丫头，把药吃下去。”末了，您抚着我的额头，关切地问：“头还痛不？小丫头，出门在外难免遇到不遂心的事，今后遇到这种事可不能胡来。有什么话跟哥我唠嗑唠嗑，知道不？要爱惜自己。”那一刻我的眼睛模糊了。我被您的关切感动了。在我眼里，您是那么亲切和和蔼，像父亲、兄长。我在日记中写道：“您是一家之主，像父母一样，照顾着每一位员工。”

但我怎么也想不到的是，就是您，就是那个曾让我崇敬的可爱的您，在那次员工集体中毒事件中。当公司不负责任地解雇我们，而我们拒不接受，您却违背事实，违背我们的意愿，为公司出头，在“终止劳动合同证明书”上签下您的大名。对，到现在我还怪罪您。虽然我能理解，我是个马上要被公司扫地出门的人，而您为了家庭（您对我说过：您努力地积攒每一分钱，想给您家人的生活多一分保障），为了您的未来，为了保全您来之不易的职位，所以迫不得已……我可以理解。您多次提及您的家庭，说您出生在一个穷困的山区。您告诉我，因为没有钱，您眼睁睁看着本可救活的亲人，慢慢地，痛苦地抱憾而死。幼小的您就在心底说：我要努力地攒钱，让我亲人的生命多一分保障。于是您过早地离开您向往的学校，在那并不流行打工的时代，含泪离家，到这属于别人的城市来谋生了。提起过往，您总是感慨不已。您还流着泪告诉我，您最早的恋人，就是在一次工伤事故中，在资方拒不表态，在没有足够手术费的情况下拖延着、悲伤地死去。那一晚你也喝醉了，哭着念起何其芳的那首小诗《花环》，说：“钱，都是没有钱。我只能看着两个我最爱的人的生命一点一点地凋谢。我看着父亲死去，又看着我最爱的人死去。”我深知您的不易。真的，我知道，因为这是我们每个农民工的不易。

哥（我还想这么叫您），但这次，

妹真的不想您再像待妹我那样了。眼看公司要解散，面临的是全体员工的生命安全。我希望您在给员工开会时能提醒他们，指导他们。我知道您真心认我做妹，也真心把我们当成亲妹。相信，在内心里您是希望我们快乐幸福的。其实健康就是幸福。职业病像魔鬼一样可怕，和我一起被解雇的有140多人，其中只有我跟李利芳两人做了离职体检，证明身体状况都有问题，她们呢，又会是怎样！想想每年都有几百个不明不白走了的工友，唉，我真为他们不甘心呀！哥，难道你真忍心，让您丧亲的悲剧重演吗？您真忍心看着人家的妻子、恋人、孩子、父母，茫然不觉地被职业病吞噬？您真忍心让您失去爱人的悲剧再度重演吗？

哥，我知道，这样一来，公司要承担一定的负担，但这正是它造成的。您想过吗？如果那些兄弟姐妹们带病离开公司，被抛向社会，将是多少家庭的悲剧和损失，又将给国家和社会带来多大的负担。哥，无论从情感上还是为社会着想，您都应该觉悟！

哥，我多么希望，希望今后叫您哥时，不用带着这么复杂这么矛盾的心情，好吗？我只想那样简单地叫您一声哥，那曾让我崇敬的、可爱的哥。

末了，我还想说的是，如果明年您再去给您最初的恋人上香时，也替我在她的坟头献上一束鲜花吧！

香兰拜上

## 化学篇

謝童

## 印刷行业的职业危害与预防



随着技术的不断进步，印刷已从最初的活字印刷，发展到今天的全息照相、电脑分色的彩印，成为大规模产业。各行各业都用到印刷品：精美的包装盒、纸箱、广告、海报、年画和商品标签。日常生活用品中也有许多是印刷品。不过，印刷过程中使用的化学品给从业人员带来的职业危害亟需重视，尤其是因有毒原料造成的职业中毒事件。以下作一些相关介绍。

印刷**制版**分，有平版印刷、凹版印刷、网版印刷和柔性版印刷。不管哪一种，都要经过印前制版、印刷、印后的产品处理三阶段。印刷**工序**存在各种职业危害，如机械、噪音和有毒化学品，这里谈谈化学品危害。

印刷是将所需的文字、图案、信息通过处理，制定所需要的版面，在版面上刷上油墨，再转印到承印物上，比如纸张、布料、塑料、玩具等材料。印刷人员会接触到如下原料：

① **油墨** 由多种成份组成的化学混合物，是粘稠的、附着力极强的流质。主要成份是着色剂。依照颜色和印刷机的不同，所加入的着色剂成

份也不同，分成有机物和无机物。有**有机物着色剂**多含有苯、萘、蒽等有机化学品。**无机物着色剂**含铅、铬、铜、汞、铁等物质。此外，油墨中还含有快干剂、光油、稀释剂和溶剂。这些都含有苯、易挥发的树脂、芳香烃、正己烷等化学品。长期接触会对人体产生一定的危害。

② **清洗剂** 用于清洗机器部件、产品，除去杂物、灰尘。把清洗剂倒在碎布或其它物料上，用手拿着才能清洗。清洗不同的油墨、机器所用的清洗剂也有所不同，常用的有汽油、天拿水（含苯）、白电油（正己烷）、酒精（乙醇）、丙酮、乙醚等等。这些化学品有的气味刺鼻，有的芳香，都极易挥发。长期大量吸入这些清洗剂散发的气体会使人中毒。

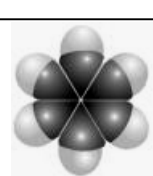
③ **稀释剂**（凡立水）油墨在使用过程中，通常会因为挥发而变得干硬，需要随时加入一定量的稀释剂变稀。稀释剂主要含正己烷、天拿水、苯、甲苯和二甲苯等。按油墨品种和制版材料的不同，加入油墨的稀释剂相应不同。

## 对人体的危害

油墨、清洗剂、稀释剂中所含的主要化学成份都有害于人体健康。长期接触会影响身体，导致中毒甚至死亡。印刷行业常见有三种化学品中毒现象：

**铅**

铅主要从口或皮肤进入人体。长期使用含铅油墨或接触用铅制成的版，易引起铅中毒，慢性中毒时出现精神障碍、噩梦、失眠、头痛等症状，严重者乏力、食欲不振、恶心、腹胀、腹痛、腹泻等。铅还可通过血液进入脑组织，造成脑损伤，产生昏迷，严重者可致死。



苯分子图

你知道苯有毒吗？

**苯**

在油墨、清洗剂、和稀释剂中，**苯**，以及含苯的二甲苯、甲苯、天拿水，都是非常普遍的原料。苯的气味刺鼻，可通过呼吸道进入人体。长期吸入含苯气体会引起中毒，出现头晕、头痛、乏力、失眠、记忆力减退等症状；女性则月经失调。严重者可能会患上全血细胞减少症、再生障碍性贫血、骨髓增生异常综合症、白血病。急性苯中毒容易致死。

**正己烷**

又名白电油，无色，带芳香味。在印刷过程中常以正己烷作清洗剂。正己烷的挥发性很强，用于清洗时会散发到空气中，被人体吸入。短时间少量接触没什么反应，长期大量吸入就会中毒。症状为：全身乏力、食欲减退，进而出现四肢麻木、无力、行走困难。严重者瘫痪。

印刷过程中用到的其它化学品，其进入人体的途径也相似，这里就不一一介绍了。工人们应当主动了解它们的性能，加强劳动安全防护。

## 印刷行业职业危害预防三要素

## 1、从原料着手，将有毒原料改以无毒或低毒的原料来代替

这种办法可以控制毒害的源头。工厂在采购油墨、清洗剂、稀释剂时尽量选用无毒或低毒的。比如水性油墨就不含有机物苯、烷、芳香烃等，不会导致工人中毒。选用清洗剂、稀释剂也应遵从同样的原则。

## 2、改善工作环境和设施，加强安全管理

印刷车间需要非常干净，才能保证产品质量。但有些工厂为防止灰尘、毛絮对产品的影响，把车间门窗全部封闭起来，甚至没有抽风、排风装置，这极易引起工人中毒。在设计印刷车间时，空间（高度）就要够大，并有足够的排气或抽风设备。在印刷机或上光机的正上方，要按一定高度来安装局部抽风装置，将生产过程中产生的毒气、废气过滤后，及时排出车间。

## 3、对工人进行全面的、必要的教育培训，增强预防意识

职业安全知识和工艺操作对印刷工人来说同样重要。工厂应组织工人进行相关培训。使之了解各种职业危害因素；指导工人对未用完的油墨、清洗剂、稀释剂及时封存，以减少挥发，并将其存放到指定的安全的地方；抽风排气装置要有专人负责管理、检查，保证正常运转；指导并严格要求工人正确使用防护用品（手套、防毒口罩等）。工人在建议和要求厂方改用低毒、无毒材料及改善工作环境、安全设施方面负有责任。

在这茫茫人海中，各自都有要去的方向，为何只有我到眼前一片漆黑，找不到出去的大门？

每当亲朋好友向我伸出援手，我心中充满着幸福和悲伤，幸福的是这份温暖和关怀鼓起我对生活的信心，因为他们不把我看作负担。悲伤却是因为总觉得自已连累了他们，让我更为自卑、自责。我想努力回报朋友和亲人，却心有余，力不足。想离他们而去，让他们不再为我操心，却又感到对不起他们……谁能明白我的苦衷！



## 爱情梦???

不知道认识他算不算缘分。他是孤儿，四川人，父母去世得早，家中一无所有。我是湖北人，家里还有个双胞胎弟弟。从小他都自强自立。那时他到我老家来做生意，不知怎地我就喜欢上了他。我的父母坚决反对。于是我们商量“私奔”，一起回了四川，心想着生米煮成熟饭，也就好了。没想到多番周折之后，父母亲仍不同意，怕我跟着他受苦受累。1997年，因为母亲病重，我回家探望。她叫我别再回四川了，她为了我的事几乎疯掉。看着病重的母亲，想着她为我姐弟操劳的苦，我终于含泪和老公办了离

婚手续。之后的半年里，许多人追求我，我心里却只装满老公和孩子的影子……我又偷偷到了四川。这“爱情”两个字，怎么会这样苦啊！

## 建房梦???

在四川的生活同样艰难。当时我们住的地方，只是一些石头搭的房子，外面下大雨，门里就下小雨。我还记得1994年8月的一天，下起了雨，忽然一声轰响，房子塌倒了一面墙。幸运的是没有砸伤人。我们没钱建房，只好用石头再把墙补上。谁知有一天砌墙的时候，不小心让一把大刀砸在我脚上，整整三个月，我没法走路——那时我已怀孕6个月了。



1995年，儿子出生了。三个月后的一天，下了整晚的雨。早晨，房子全倒了。好在老天有眼，没夺走我们的命——真是历尽了磨难！

好心的邻居把猪圈腾出来，让我们暂时住着，算是有个遮风避雨的地方吧。我们用石头起了两间屋。平时租地种，养10多头猪，可钱还没赚到手，那些猪不知患了什么病，全死了。我们背了一万多元的债。到了97年，几乎无路可走。母亲病重时我回了趟娘家，谁知接着就是离婚。我偷着回四川以后，就决定和他一起外出打工。我们要挣钱，要建房子，要一个更温暖的……

## 打工梦???



到了广州，我就一直在这家鞋厂上班。2001年10月13日上午，记得上班时心情还挺好，我随意地也很熟练地刷着胶。谁想到我们手中的毛笔刷和那一大盆“黄胶水”会夺走我们的健康。

下午一点半上班，厂里突然要我们300多人开会。文员给每个人发了张纸，一看，是离职清单。我心里奇怪，就问：“上午还好好地上班，为什

么下午却要我们离职？”文员说：“别问那么多，签名就是！”大家没有办法，都签了。只有我认真看了看那内容，写的是：本人保证不再和工厂有任何关系，不追究任何责任。我心里一惊，就不肯签名。只有我一个人不签。工厂对我的态度很不好，还威胁我，不给我工资。我只好也签了。去领工资时，我把签了字的离职清单偷偷拿去复印了一份，顺便打通了某报社的电话。可是远水救不了近火，当记者来到时，我们已被赶出厂了。我把离职清单复印件和工资清单交给记者，就回去了。当时我们都不清楚出了什么事。6月30日厂里体检，我结果正常。再说厂里规定体检过的人，10月不再安排体检。我和很多离职的工友一样，因为经济原因，第二天就回了老家。

2002年3月我再次回到工厂。厂里总算让我回原工位工作。8月份，有一次我连续上班26小时后，晕倒在车间。听说是保安送我到红十字会医院。工厂报销了我的医疗费，但是不给我工资。我想争取自己的权益，可一想到回乡时我把所有的钱都用来建房子，现在经济困难，太需要一份工作了，只好忍着。

从2002年至今，我再没看见过工资清单。工资发多发少也没规律，似乎每月要少100元以上。搞不懂厂里怎么发的工资。我还是忍着，一忍就是两年半。去年9月27日上班时我突然感到身体不舒服。10月里连续住院半个月，治疗费花了2000多元。这次

厂里就不肯我报销了。我又坚持上了一个多月班。到12月，捱不住了，又治疗和休养了20多天。工厂整个月才发46元工资给我。我要求厂里按《劳动法》给我安排带薪休假6个月。工厂借口合同年底到期，把我解雇了。2005年1月5日，厂里终止我的劳动合同以后，我要求做离职体检，工厂不肯。我天天去找经理，并且坚持打卡一个月。最后，工厂只好带我到医院做体检。体检结果是“不合格，白细胞低”。医生建议我复查，说我的身体状况可能和我的工作有关，因为“刷胶”所用的胶水中含有苯，长期吸入这种化学品会导致中毒。但是，工厂三番五次拒绝了我复查的要求。我越来越担心，不知自己的身体到底怎样了。2月23日，我自费到医院复查，结果仍是不正常。医生建议我做职业病诊断。当天我就申请诊断，回工厂要求厂方签名、盖章。这次厂领导采取了暴力来对付我。我怎么也想不通：



他们为什么会这样?!我到处上访，找很多政府部门讨说法，全都没用!幸运的是一些朋友

鼓励我，而且帮助我，我总算住进了医院。现在我还在继续争取我的权益。

### 能否圆梦?? ?!!!

不管在家还是在外打工，我都喜欢帮助他人，所以我的口碑很好。

我和老公都没文化，没有能力拿高工资。我自己娘家的负担太重，父母又多病。老公没机会上学，只能干些重体力的活，花更多力气、更多时间挣钱。老公的脾气本来不好，经常得罪人。朋友们都劝我离开他，说我一定可以再找到幸福。我想的是：他的境况越差，我就越要帮助他才是。有时他伤害了我，我也不生气，还同情他，体谅他。这些年下来，我们的感情越来越好了。现在，他跟我说话都尽可能平心静气，有时还主动问我，他有什么地方做得不好。我很感动。生活还算平平淡淡吧，除了常常想念小孩和父母之外，别的都还好。

现在，最难忍受、最让我痛苦的就是这体内的病魔。我希望能讨回权益，希望自己的身体能快点好起来!我也希望打工的兄弟姐妹能够多了解自己的权益，保护自己的身体健康，都平平安安。

## 我的传销经历 阿健

我是从湖北来的打工仔，在深圳某厂从事丝印工作，今年7月，无良的老板借口“工厂倒闭”，拖欠我的近五千元工资就这样硬是泡了汤，讨不回来了。屋漏偏逢连夜雨，正巧我又大病了一场。病才刚好，身心疲惫的我在父亲的义女——我的干姐姐——的怂恿下只身去了沈阳。据说，她现在是一家公司的主管。

到达之后，干姐热情地招待了我。她说，现在天气冷，先休息几天，再去找工作吧。随后，她带我到一间集体宿舍一样的房子里住下。这里住着好多人，有十几个吧，全是男的。另外还有一间住的都是女的。大家睡在地上，下面只垫了一层泡沫板。这时的沈阳，气温达零下十几度，可把我们冻坏了。他们操着各地的口音，其中湖北老乡最多，平时交谈说的都是一些发财之道，他们的谈话里充满着幻想和希望。一天吃两顿饭，中午和下午，两餐都只有一个菜——用煤炉煮的白菜，二十来个人挤在一起吃，锅里只有一点点猪油渣子，天天如此。吃饭时不允许我们说话。

我的干姐就是这里的一名业务员，用其他人的话说，是“领导”。带新朋友来，陪新朋友聊天是业务员们

主要的工作。“新朋友”来到以前，会有人作介绍，让整个寝室的人对他有个基本了解，包括家庭背景、爱好，最主要的是他的弱点。然后“领导”会找到合适的人去迎接他。“新朋友”到来后，就受到贵宾一样的礼遇，每个人都热情的对待他，我也受到了这样的礼遇。

两天后，干姐带我去“找工作”。其实是去听一节关于如何“发财致富”的课，具体地说，就是教你从事“产品直销”。课程内容讲的主要是“商业发展经历的三个阶段”、公司奖金分配制度和从事直销业的好处，教我们使用“技巧”或者“善意的谎言”吸引“新朋友”。我们终于明白，其实，到这里来的每个朋友都是被“善意的谎言”“邀约”来的。随后，一些业务员来给大家传授“成功的经验”。讲来讲去，那意思无非是告诉大家：直销业是中国发展的必然趋势，我们呢，就是开拓者。他们给直销一个动听的名字，叫“网络直销”，并一再重复地教导我们说：网络营销是21世纪贫苦大众翻身的最后一次机会，最后一班车。

事情还没结束。最后，讲课的人把包袱抖了出来：直销业前途无量……但要想赚钱，每个成员必须交

《安康通讯》向广大工友征稿，恳切希望工友们积极参与。你可以尽情倾诉你的梦想，或是打工生活中的种种酸甜苦辣，就像给亲人或朋友写信、聊天那样。如果不幸被工伤或职业病伤害，你也可以写下来寄给我们（附上姓名和地址），你将获得两期的通讯。我们在采用来稿后，将赠送纪念品一份。我们热切期待你的支持!

纳 2900 元,用来买他们的产品,也是“买营业执照”。到这时候,我们还没有见到所谓的产品是什么样子呢。我们只知道自己受骗了,所谓直销,其实就是传销。

我生气极了,可是,是干姐找来的啊,我怎么也没法把我的气愤说出口。接下来几天,干姐都没有找我,全是些“新领导”来跟我接触,谈心,同时又派人监视我的一举一动。随后的一天,发生了一件事情,两个被骗来的女孩子,在识破了组织的诡计之后,趁夜里“逃跑”了。我还听说,她们走的时候连鞋都没有穿。

接下来,有人给我出主意,教我怎样弄钱来买产品。干姐说可以借钱给我,在你们的团队里,干姐发展的人数已有了一定规模,据说达到 70 多人,现在她每月有万把块钱的收入。按这样的速度发展,几个月之后,她就能每月挣十万元了。但我想,这肯定也是骗人的!

不过,并非所有在这里的人都觉得自己受了骗。那些“成功”的人都从发展自己的亲戚做起。亲戚骗亲戚

是他们拉人、留人的主要手段,还美其名曰“家庭性介入”。一方面,因为一家人投入的太多,要想洗手不干,就要面对巨额的经济损失,所以很多人昧着良心继续做,越做越狂热。另一方面,亲戚的凝聚力强,合伙起来好骗外来人。于是,他们越来越口无遮拦地说大话,四处哄骗。总之,不会轻易放弃任何一个目标。

我自己呢?很早以前就曾经有过一次被传销蒙骗经历,所以现在,我一心只想着逃走。最后我不得不跟我的干姐摊牌,说我要去火车站,回南方。干姐沉默了,她送我到车站。路上,她对我说,她发展到这个地步不容易,希望我不要把做的事和现在的情况告诉任何人,她还想在圈子里继续发展人,来实现她的梦想。我一脸的茫然,知道怎么劝她都是没有用的,她已经不是以前的干姐了,我只能为她的所作所为感到羞耻。火车缓缓开动了,我想再对她说一句话,但最终还是强忍住没有说出来:“干姐,早日回头吧! ……”

相关报道: **疑无法摆脱传销团伙男子坠亡** (南方都市报 2005-12-25)

12月24日中午11时40分,在白云区太和镇和意某街,一名青年男子疑因摆脱传销团伙未遂坠楼身亡。有人随后目睹该男子坠楼的五楼房间窗户里有两男子探头张望。警方已确认其为“传销人员”。附近居民称,经常看到五楼的人从巷子里进进出出,中午及晚上回来,“都是附近一个传销团伙的。”医务人员表示:今年已接诊多个类似坠楼者,原因都是脱离传销团伙未遂。

★ 相关知识连接 ★

## 《禁止传销条例》

**第7条** 属于传销行为的有:

(一) 组织者或者经营者通过发展人员,要求被发展人员发展其他人员加入,对发展的人员以其直接或者间接滚动发展的人员数量为依据计算和给付报酬(包括物质奖励和其他经济利益,下同),牟取非法利益的;

(二) 组织者或者经营者通过发展人员,要求被发展人员交纳费用或者以认购商品等方式变相交纳费用,取得加入或者发展其他人员加入的资格,牟取非法利益的;

(三) 组织者或者经营者通过发展人员,要求被发展人员发展其他人员加入,形成上下线关系,并以下线的销售业绩为依据计算和给付上线报酬,牟取非法利益的。

**第24条** 有本条例第七条规定的行为,组织策划传销的,由工商行政管理部门没收非法财物,没收违法所得,处 50 万元以上 200 万元以下的罚款;构成犯罪的,依法追究刑事责任。

有本条例第七条规定的行为,介绍、诱骗、胁迫他人参加传销的,由工商行政管理部门责令停止违法行为,没收非法财物,没收违法所得,处 10 万元以上 50 万元以下的罚款;构成犯罪的,依法追究刑事责任。

有本条例第七条规定的行为,参加传销的,由工商行政管理部门责令停止违法行为,可以处 2000 元以下的罚款。

## 《直销管理条例》

**第3条** 本条例所称直销,是指直销企业招募直销员,由直销员在固定营业场所之外直接向最终消费者(以下简称消费者)推销产品的经销方式。

本条例所称直销企业,是指依照本条例规定经批准采取直销方式销售产品的企业。本条例所称直销员,是指在固定营业场所之外将产品直接推销给消费者的人员。

**第14条** 直销企业及其分支机构不得发布宣传直销员销售报酬的广告,不得以缴纳费用或者购买商品作为成为直销员的条件。

**第23条** 直销企业应当在直销产品上标明产品价格,该价格与服务网点展示的产品价格应当一致。直销员必须按照标明的价格向消费者推销产品。

**第24条** 直销企业至少应当按月支付直销员报酬。直销企业支付给直销员的报酬只能按照直销员本人直接向消费者销售产品的收入计算,报酬总额(包括佣金、奖金、各种形式的奖励以及其他经济利益等)不得超过直销员本人直接向消费者销售产品收入的 30%。

风儿它吹不散我的思念与无奈  
 岁月它带不走我对你的记忆  
 你自认为对我的好  
 于我却是无情的伤害  
 你——是我心底永远的伤痛  
 在我坚强的外表下  
 有一颗脆弱的心  
 它经不起暴风雨的洗礼  
 你如此地温柔  
 它怎能承受  
 伤了我的心  
 你怎去面对……

无  
情  
伤  
害

枫写给林

你曾对我说过的话  
 也被风吹散在泪中  
 好想  
 好想  
 把你忘记  
 然而你的影子  
 却像幽灵一样  
 盘踞在我的脑海  
 赶也赶不走  
 忘不了你曾对我们未来的计划  
 忘不了你对我好  
 忘不了那想想的滋味  
 忘不了你我在一起的点点滴滴  
 忘不了……

想  
不  
了

## 公交车上

菟丝

公车，拥挤  
 在这不属于节假日的早上  
 我和朋友近距离呼吸，人体的气息  
 窗外，是一些不断更新、变换  
 的房屋、松树、花草。还有他们  
 后面的未知方向  
 我看到，路边的房屋，它啊  
 让我想到家乡村民幸福满足的眼神  
 陈旧的房屋，劳动的结晶  
 我看到，路边的松树，它啊  
 绿叶下有我童年嘻笑的记忆，追逐  
 无忧无虑，快乐的影子  
 我看到，路边的花草，它们啊  
 是我成长路上的良师益友，不怕风吹雨打  
 的精神永远是我学习的榜样  
 我看到，车厢内的自己，她啊  
 来自湖南一个小小的村庄  
 在早晨拥挤的公交车上，寻找着  
 属于自己站立的方向



《安康通讯》的工作人员：

你们好！

在外打工的日子，生活是苦闷而枯燥的，精神上是空虚的，远离家乡，无依无靠，工作永远是那长长的流不尽的流水线，耗去我们多少的青春时光！

在外面打工的多少男男女女，精神上不是无所依托，不想找个同伴来关心和呵护呢？哪怕有一点点家的感觉。

青春的季节，哪个少年不风流，哪个少女不怀春。在工作之余，谁不想找一个知心的人来陪伴。我何尝不是千千万万个打工者的其中之一呢！青春对我来说是美好的，但每天下班后，我好想有一个知心的人可以在一起说说话。

我是一个内向的男孩。虽然有爱，却只能把它埋藏在心里。我爱上了一个女孩，在我眼里，她是最漂亮的，最完美的。我可以为她付出一切，但是每次和她相遇，我总是羞于启齿，不知如何向她表达我的爱意。其实我真想把我这颗火热的心掏出来给她看。我真是爱得太懦弱了，总觉得配不上她。

我该如何去追寻这一份真挚的爱呢？我应该如何去诉说我心里的爱呢？我又有何寄托，寄托于她。我把她看作一首优美的诗，让我尽情在诗情画意里陶醉。我爱她，正如我追逐诗一般的甜美飘逸。

我想写首诗给她，不知她能否理解我受挫的心，能否接受我苦苦追求的心。

砚磊  
2005.10.30

（希望我这首诗能够采纳，  
我渴切希望你们的回信）



## 折翅的天使

天使在夜里哭泣  
 因为她的翅膀折断了  
 她再也不能够呵护每一个  
 需要关怀的人了  
 天使，在我们面前不曾落泪  
 却在背地里偷偷地哭泣  
 天使的泪  
 是每一个曾经受到过她的  
 呵护的人感到心痛的  
 天使在微笑  
 却再也无法掩饰自己内心的痛苦  
 谁不曾流过泪  
 天使有时也会心悲  
 今夜的细雨可是  
 天使在悄悄地落泪

10.20

砚磊好！

爱情是美好的，像诗，但也需要学习，就像学习一门艺术。需要了解对方，还常常要面对生活中的各种障碍和挫折。过于内向，尤其“太懦弱”，不是一件好事。希望你能尽量开朗起来，可以先从多与人交往开始。还有就是多学习，从精神、知识和能力上丰富和提升自己，充实地爱，而不是因为精神空虚而“爱”。“羞于启齿”是恋爱的正常心态，但何妨勇敢地迈出第一步。最后，祝你成功，幸福！

《安康通讯》编者





现在的社会，有权有势才会有尊严，有钱才不会遭人欺负……

无论你在哪一个行业，只要你还是一个打工仔，你就无可避免地要忍受这一切……

现实，是残酷无情的。很多时候，如果你不忍，你就可能会失去很多东西：职位，工作，亲情，甚至生命……忍了，或者你会有大把的好处，高官厚职……

当然，忍耐是有限度的。每一个人都不是铁石心肠，都有忍无可忍的时候。但是，我绝对不主张一味死撑，也不赞成犀牛品性，一味冲撞。我们只能学会坚强，归心平淡，有所放弃，有所取舍，毕竟找一份工作也不容易。如果仅为了这些小是小非而被炒了鱿鱼，值不值得？这只会毁了自己，毁了前程，有什么光彩？忍下去，你才会看到更多的光明。哪一间厂不是这样？转来转去，挣到的钱就这样用完了，逝去的时光也找不回来了。而你，还是在原地踏步，一点进展也没有……这样的人是成就不了大事的。我们要做大事，就得忍小谋大，不因小失大，珍惜眼前的每一分光阴，抓紧一分一文的积累：机会是要靠我们自己去创造的，有了资本，又怎会没有机会？……即使真是忍无可忍了，再做下去会“必死无疑”，你也应该审时度势，抓准时机才跳出去。假如贸然出去了，找不到工作，钱花光了，流落街头，举目人海茫茫，不也是死路一条？



忍一时所不能，我们才会有更多成大事的机会，才会有更多成功的希望。所以，我们要学会容忍，在主观能力尚未修炼到家，客观条件还不够成熟之际，暂时的委屈还是要忍受的。

其实，我们每天的打工生活，不正是 一个忍的过程？



那是 1970 年代，我出生在广州东郊一个小村庄里。村庄的旁边有一条铁路，是从吉山到黄埔港的专线。每当我经过铁路时，就会想起童年时的旧事：我们一群在铁路边长大的孩子，看了《铁道游击队》，觉得很好玩，就想模仿电影中爬火车的镜头，全然不知会有生命危险……

游击队员们向前疾跑，双手猛地一抓，就跃上了飞快的火车……这些情节给我们留下深刻的印象。每每看到火车从村旁经过，我们心里就痒痒的，真想跳上去试试。

村庄距黄埔港口大约有七公里，加上这段铁路并非直线，而是半圆形的弧线，所以火车进出港口的时速只有 20 公里左右，比自行车的速度快一些而已。

为了掌握爬火车的技术，我们一班少年十分留意调车员跳上和跳下火车时的姿势和动作，还请教了他们好多次。调车员说：必须选择火车刚出站和刚进站的一刹那，以及拐弯的时候；起跳时要使劲助跑，双眼要牢牢盯死准备跳上去抓手的部位；起跳时双腿弹起，双手抓牢车厢旁的扶梯，这两个动作要在一瞬间同时完成；跳离火车时应躬低身体，重心向下，身体一落地就要急跑十来米，以缓和惯性和冲力；如果车速较快，跳下来时便会打跟斗。他说：其实像《铁道游击队》里那样爬上风驰电掣的火车，现实中很难做到。

我们知道得越多，越清楚，就越想去试一试。最初，我们选择调车后车速十分缓慢并将要停下来时，过了一段时间就练得很熟了。之后，便选择火车放慢开进港口的时间，我们在站台上小跑，爬上火车，跳下来，再跳上去。这样跳上跳下地真是好玩极了，虽然后来我们知道那是很危险的。个别同伴因为好奇，甚至随着火车进到港口里玩（港口不许无关人员进入），玩得尽兴了再走路回家。胆大的少年则选择火车离开港口，经过村庄旁边时跳下去。当时，有个年龄比我大一两岁的伙伴，因为长得胖，我们叫他“猪八戒”。为了“露一手”，他跳上火车后等引擎加速驶出了三公里再往下跳。我们看见他在路基上打了几个大跟斗。幸而铁路两边是农田，路基下晒着厚厚的稻草，所以他毫发未损。后来有些伙伴在“猪八戒”跳车的地方加厚稻草，模仿他跳下来，同时翻跟斗。也有胆小的，上了车以后不敢往下跳，被运到 3 公里外的吉山火车站，再步行回家，让同伴们狠狠取笑了一番。当然，我们跳车时要尽量避开大人的耳目，不然肯定会被他们责骂，甚至挨打也是难免的。

关于爬火车的事，我一直瞒着父亲。但父亲还是听到了风声，有一天，他在家谈到这件事，忧虑地说：“要是这帮小孩子跳车时给碾断条腿，长大后都不知道能干些什么？！”听了这话，从此我就再没有去爬火车了。

“天若有情天亦老”。如果老天真是有情的话，或许早就已经不复存在了！这个世界是无情的。无名无份，即便是有勇有为，亦只能是社会的“奴隶”。很多时候，无名就是无名，无份就是无份，同人不同命是很现实的。

人穷，读书读得再好，亦不会被人看好。人老实，工作得再出色，亦不会有人关注。感情专一，对人再好，亦不会有人赞颂……不知因为什么，天生我注定了要担起这样一种命运，注定了要如此做人。

好长好长一段时间，我每日都在屈闷、沉痛与无奈之中度过，就连吃饭也闻不到任何的香味。脑海里一片低沉，一蹶不振，无法自拔。曾经试过几次自寻短见，看不开而想了此残生：处处被人忽视、遭人排斥、受人冷落、无人认同的日子真是好难过的！……后来，不知因为什么，或者真是看透了人情冷暖、世态炎凉吧，我变得什么都无所谓，不在乎，甚至超脱了俗尘：既然什么都强求不来，又何必太过在乎这一切！有亦好，无亦好；有人理解亦好，无人谅解、被人误会亦好……明天的晴空里，阳光依然有我的一份，新鲜的空气依然会为我洗尘……我依然活着，可以做人。

从未试过拥有，我只求问心无愧，真诚善良过一生。哪怕见不到绿荫，我默默无闻，惜时如金。几多的成品里，聚满了我的艰辛。青春过了，是不会再回返的！人死了，亦只不过是一堆黄土，一副白骨……

任天意茫茫，终我一生，即使没有任何成就，但最起码我珍惜过光阴，对得住自己，对得住人生。



勇气减轻了命运的打击。——【古希腊】德谟克利特



一年一度的端午节，原本是佳节。可是我宁愿永远把这一天从日历上撕去。那是我平生最难忘，也最痛恨的一天。

那一天早上八点多，我心里忽然感到很不安，也没去上班。不多久姑姑回来了。我抬头看她，她的脸色不大好，像是哭过。我轻轻叫了她一声。她慢慢走到我面前，温和地说：你家里有点事，叫你打电话回去。我不禁奇怪：昨天我才打电话回家，祝爸妈他们端午节快乐呢，怎么今天又叫我再打一次？而且，现在时间还那么早。我问姑姑：家里怎么了？姑姑看了看我，似乎欲言又止，最后只说了两个字：“你……弟……”这两个字跳进我脑海里，带着一种不祥的气氛。我赶紧镇定下来，告诉自己应该没什么大事，可能弟弟有话要跟我说，或者是其它事情吧。我平静地走进电话厅，拿起电话，又放下。我低着头，看到自己的手在发抖。我想我今天怎么了。我打从心里骂自己：没什么啊，只不过家里有点事，让我打个电话回去而已。我尽力控制住自己的反应，拨着往日再熟悉不过的号码，迟钝地，一个键一个键地拨着。

嘟嘟嘟，响了三声，电话那边就传来带着哭泣的声音，有点听不清是谁，但很快我认出是伯母的声音。我

犹豫了一下，叫了声“伯母”。她一边哭，一边告诉我弟弟已不在人世了。接下来我们都成了哑巴，说不出话来。啊，怎么会这样，生命竟然会那么短暂！昨天他还在电话里高兴地对我说：姐姐你过年要回家。还说：我会努力读书……可是才隔一天怎么就……电话通了半个小时，我一直在哭，那边伯母好像说了一大堆安慰的话，我一句也没听进去。挂掉电话，仿佛还听到弟弟在叫我，喊我姐姐。我仿佛看到了他那双灵活有神的眼睛，看到他那薄薄的嘴唇正对着我微笑。可我知道那只是我在幻想而已：我连他最后一面也没见到啊！他就这样从世界上消失，无影无踪……

每当梦里和他一同去玩，一家人开心地呆在一起的时候，我真希望那梦永远也不醒。

可是，事实就是事实，谁也改变不了。当我伤心的时候，思念他的时候，埋怨老天不公平的时候，我会想：世上并不是只有我一个人遇到那样的事，每个人都会有跟自己的亲人分别的一天。我想把所有以前跟他一起的日子当作美好的回忆。我想说每当那种事情降临到自己身上时，是难免不伤心的，但不要沉迷太久，因为，要知道我们还活着。既然老天让我们活着，就应该去珍惜，应该去享受，而不是长久沉浸在对死去的人的怀念中无法自拔。

虽然如此，那仍然是让我和我全家最伤心也最痛恨的一天。

# 女性贫血知多少

血是营养人体最宝贵的物质，在血管中按一定方向循环，将营养物质送到体内各处组织。若发生贫血症时，血液对人体某部分的营养和滋润就减弱。脸部皮肤对贫血较敏感，会出现面色苍白或萎黄、唇色淡白，身体会出现头晕眼花、心悸失眠、手足发麻、脉搏细弱无力、容易疲劳。女性则会出现月经量少、延期，甚至闭经等一系列症状。

贫血的原因，多由于失血过多，或脾胃虚弱等，造成从饮食中吸收的铁等生物物质不足，造血原料减少，加上每月要失血，当然会引起贫血，并可能进一步影响到心、肝、脾的正常功能，形成三种类型的贫血。

**心型贫血：**在一般贫血症状的基础上，又有心悸、持续心跳剧烈、健忘多梦、失眠等症状。此种贫血者可以用熟地黄补血气。熟地黄有明显的强心作用，每次服用9—24克，或者与鱼肉煲成汤喝也行。

**肝型贫血：**在一般贫血症状的基础上，还有眩晕、眼花、手足发麻、肢体拘挛、手脚干枯、睡眠不安、月经不调、痛经，或经量明显减少等。这种情况下，可服用白芍、何首乌、鸡血藤，都有效果。可以单独拿10—15克煎水内服，也可以煲成补血汤饮用。

**脾型贫血：**在一般贫血症状的基础上，尚有食欲减退、精神疲惫乏力、四肢畏冷、月经不调、崩漏失血等症状。补血药材可选用当归、鸡血藤、黄花、白朮、四味一起煎成汤喝。

以上症状是长期贫血所致，会伤害心、肝、脾等内脏器官，所以补血的同时，再煲服这些药材进行补益，才能让身体全面恢复健康。

贫血较严重者，以上所列举的那些症状会特别明显，还有人蹲在地上较久时，一起身会有眼冒金星的现象，这表明体内红血球严重不足，铁质严重缺少，单靠食疗补血可能不够。最好还是尽快找医生诊断治疗，对症下药。

◎ 资料来源：广州市天河区中医院妇科（阿荣整理）



禽流感的本意是“发生在禽鸟（家禽和野鸟）身上的流行性感冒”，由A型禽流行性感冒病毒引起，轻则表现为呼吸道、消化道不适；重则影响全身，有出血、败血性症状，死亡率较高。各种鸡群都可感染发病，以产蛋鸡群多发。病毒污染的羽毛和粪便是重要传染物。受感染的病鸡精神沉郁，食量减少，消瘦；母鸡产蛋量下降。

禽流感有多种，有的易致病，有的不易或不会致病。其病毒不断变异。引起全球恐慌的禽流感是由H5N1血清型病毒引起的，在春、秋季最易发生，发病、死亡率都很高。病毒在凉爽、潮湿的条件下存活时间很长，在冰冻的肉和骨髓中可存活287天和303天，从而增加了在暴发流行后再感染的机会，以及野生飞禽接触和长距离传播病毒的机会。

禽流感主要通过空气传播，亦可经过消化道和皮肤伤口传染给人类，大约7天内可发病。早期与流感相似，起初发热，体温一般在39℃以上，持续1至7天，伴有流涕、咳嗽、咽痛、全身酸痛、结膜炎等。部分病人有恶心、腹痛、腹泻等消化道症状。稍后，约半数病例出现肺炎，部分伴有胸腔积液。大多数轻症病例预后良好。少数年龄较大、治疗较晚的患者病情会迅速恶化，出现合并症（如肺炎），导致多种内脏的功能衰竭而死亡。发病到死亡的平均时间为16天。

在禽流感高发期前为家禽注射疫苗是首要的预防办法。人用疫苗研制已用于临床。市场上有治疗禽流感的药物，如“特敏福”。当然，关键还是预防：

- ① 避免去疫区旅游；
- ② 尽量避免与活禽接触，也勿接触禽类粪便；
- ③ 重视疾病预防，养成良好的卫生习惯，建立健康的生活方式；
- ④ 禽肉、蛋类要彻底煮熟后食用；生食和熟食要分开来加工、保存；
- ⑤ 搞好厨房卫生，不生食禽肉和内脏；解剖家禽、家畜及其制品后要彻底洗手；
- ⑥ 重视高温消毒。禽流感病毒对乙醚、氯仿、丙酮等有机溶剂，高温及紫外线均很敏感。在56℃时加热30分钟，60℃时加热10分钟，70℃时加热数分钟，阳光直射40到48小时以及使用常用消毒药，均可杀死禽流感病毒。

如想了解更多禽流感知识，请联系安康服务部。



坑口社區健康諮詢



12月3日下午，安康服务部和芳村冲口街团工委、坑口经济联社、暨大青协医疗服务队在坑口市场联合举办了一场“社区健康咨询活动”，主要为社区居民、工人免费提供职业健康、生殖健康、大众健康、公共卫生、心理健康等咨询，免费量血压，

以及派发相关健康知识的宣传单张、服务部出版的《职业病防治法》扑克牌。这次活动受到了社区居民和工人们的欢迎，许多人前来参与，大家都就自己关心的问题向工作人员进行了咨询。不过，可把我们的工作人员忙了个不亦乐乎！

怎样前来服务部呢？

公 19、52、64、69、181、206、217、275 路  
交 到芳村站下，往陆居路走 200 米  
车 即芳宫 1 楼安康服务部。

地 乘 1 号线到芳村站下（B 出口）  
铁 乘 2 号线到公园前站转乘 1 号线

花地大道

● 地铁 B 出口

陆居路

★ 安康服务部

(芳村工人文化宫内，一楼)

珠江



深秋行



烧烤大餐……  
真过瘾！

雷崗公園

嘿，怎么自我介绍的？  
把大家都惹笑了~~



我们的全家福~~~

拿到幸运球的工友  
这下看你表现哦~~

服务部·快车

“天才表演”，听听  
……哇，是日语歌！



燒烤聚會



11月27日上午，服务部和安康快车的义工齐聚在南海平洲的雷岗公园，举办了一次工友烧烤聚会。那诱人的烧烤大餐就不用说啦。熟悉和不熟悉的工友们介绍起自己来，竟然个个都那么恢谐、风趣，哈！还有自告奋勇的“天才表演”和激烈的问答比赛……那火热又坦诚的气氛，感染着每一个人，也把快乐和友爱带给了每一个人……



欢迎加入安康

成为我们的义工

“抗议裁判！  
我的手可是举得最快最高啊！”