



安康通讯

服务目标

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



2008年5月12日

★ ★ 本期目录 ★ ★ ★

职业健康	工作中,请保护你的眼睛.....本刊整理	1
	这种情况是工伤吗?.....江中明	6
劳工知识	《劳动争议调解仲裁法》浅说.....海浪	3
地震专题	孩子,别哭!你们都有爱.....小不点	7
	来自灾区的工人享受的特殊援助.....本刊摘录	8
	发生地震时怎么办?.....本刊整理	9
	祝福汶川地震中受灾的人们.....满园	12
工友园地	我们是机器(诗).....霍小牙	12
	我的打工生涯(3):慈溪十个月之一.....耗子	13
	听《女人花》有感.....园园	14
	用具终于发放了!.....阿建	15
	围裙比赛.....阿园	16
幽默·民谣	《监狱和工作单位》、歌词改编等.....本刊收集	17
	劳动安全近期资讯	19
安康活动	2008年五月聚会.....封三、封底	

☆ 安康服务部 ☆

电话: (020) 8157 4255 (下午 1:30—晚上 9:30)

地址: 广州市 荔湾区 明心路 7 号之 11

(芳村地铁站 B1、B2 出口, 沿芳村大道东走 300 米后左拐进明心路 50 米即是)

邮编: 510370

电邮: ohrc@163.com

网站: <http://www.ohrc.net.cn>

欢迎加入安康 成为我们的义工



(本刊整理)

在工作场所，眼睛可能受到的伤害主要分为两种。一种是工作中的有毒有害因素直接损害眼睛，造成工伤和职业病；另一种跟工作时间、工作姿势有关，对眼睛的伤害较难察觉，但给工友们的生活、工作带来很大不便。在这里希望为大家介绍在工作场所中如何保护眼睛。

直接伤害

1. 各种职业病

法律规定的职业性眼病有三种：化学性眼部灼伤、电光性眼炎，以及职业病白内障（含放射性白内障、三硝基甲苯白内障）。

化学性眼部灼伤主要是由于工作中眼部直接接触碱性、酸性或其他化学物的气体、液体或固体所导致的眼组织的腐蚀破坏性损害（可导致眼部灼伤的化学品见表2）。因此，工作中接触到这些化学品的工友要小心：使用时最好能配戴护目镜保护眼睛；尽量避免人手、近距离操作。

电光性眼炎也称紫外线眼伤，常发生于焊接，以及使用弧光、水银灯、紫外灯的作业，其中又以电焊工最多见。受害工人一般会感到眼部灼热、肿胀、眼干等。同一车间的其他工人也可能受害。

职业病白内障则是由职业性化学、物理等有害因素引起的、以眼晶状体混浊为主的疾病。常见类型是：中毒性白内障（长期接触三硝基甲苯、萘、铊、二硝基酚等引起）；非电离辐射性白内障（长期接触微波、红外线和紫外线引起）；电离辐射性白内障（接触放射、电击引起）。

2. 物理性伤害

物理性伤害指外物（如碎屑、火花等）对眼睛造成的直接伤害。如，工作中如有碎屑、火花，工人最好配戴护目镜。

非直接伤害

这是指长时间地、“静悄悄”的伤害（但不是说这些伤害并非直接造成）。其中最普遍的、令工友受害最多的就是近视了。

近视可不是学生或知识份子的“专利”。电子厂工人长期近距离盯住小零件、线路板，紧张地操作，或者服装厂里负责剪线头的工人，用眼不比学生少，也会导致近视。长时间、近距离、用眼不当，加上没有保养，是造成近视的主要原因。

可能致眼灼伤的化学物 GB254-2002

1. 酸	盐酸、氯磺酸、硫酸、硝酸、铬酸、氢氟酸、乙酸（酐）、三氯乙酸、羟乙酸、巯基乙酸、乳酸、草酸、琥珀酸（酐）、马来酸（酐）、柠檬酸、己酸、2-乙基乙酸、三甲基己二酸、山梨酸、大黄酸
2. 碱	碳酸钠、碳酸钾、铝酸钠、硝酸钠、钾盐镁矾、锂、氧化钙、干燥硫酸钙、碱性熔渣、碳酸钙、草酸钙、氰氯化钙、氯化钙、碳酸铵、氢氧化铵
3. 金属腐蚀性	硝酸银、硫酸铜或硝酸铜、乙酸铅、氯化汞（升汞）、氯化亚汞（甘汞）、硫酸镁、五氧化二钒、锌、铍、铊、铋、铬、铁及钷的化合物
4. 非金属无机刺激及腐蚀性	无机砷化物、三氧化二砷、三氯化砷、砷化三氟（肿）、二硫化砷、磷、五氧化二磷、二氧化硫、硫化氢、硫酸二甲酯、二甲基亚砷、硅
5. 氧化剂	氯气、光气、溴、碘、高锰酸钾、过氧化氢、氟化钠、氢氰酸
6. 刺激性及腐蚀性碳氢化合物	酚、来苏儿、甲氧甲酚、二甲苯酚、薄荷醇、木馏油、三硝基酚、对苯二酚、间苯二酚、硝基甲烷、硝基丙烷、硝基萘、氨基乙醇、苯乙醇、异丙醇胺、乙基乙醇胺、苯胺染料（紫罗兰维多尼亚蓝、孔雀绿、亚甲蓝）、对苯二胺、溴甲烷、三氯硝基甲烷
7. 起疱剂	芥子气、氯乙基胺、亚硝基胺、路易士气
8. 催泪剂	氯乙烯苯、溴苯甲腈
9. 表面活性剂	氯化苄烷胺、气溶胶、局部麻醉剂、蘑菇孢子、鞣酸、除虫菊、海葱、巴豆油、吐根碱、围涎树碱、秋水仙、蓖麻蛋白、红豆毒素、柯亚素、丙烯基芥子油
10. 有机溶剂	汽油、苯精、煤油、沥青、苯、二甲苯、乙苯、苯乙烯、萘、 α 和 β 萘酚、三氯甲烷、氯乙烷、二氯乙烷、二氯丙烷、甲醇、乙醇、丁醇、甲醛、乙醛、丙烯醛、丁醛、丁烯醛、丙酮醛、糠醛、丙酮、丁酮、环己酮、二氯乙醚、二恶烷、甲酸甲酯、甲酸乙酯、甲酸丁酯、乙酸甲酯、乙酸乙酯、乙酸丙酯、乙酸戊酯、乙酸苄酯、碘乙酸盐、二氯乙酸盐、异丁烯酸甲酯
11. 其他	速灭威、二月桂酸二丁基锡、N, N'-二环乙基二亚胺、己二胺、洗净剂、除草剂、新洁尔灭、去锈灵、环氧树脂、龙胆紫、甲基硫代磷酰氯、甲胺磷、401、二异丙胺基氯乙烷、四氯化钛、三氯氧磷、异丙嗪、苯二甲酸二甲酯、正香草酸、辛酰胱氨酸、氟硅酸钠、环戊酮、聚硅氧烷、网状硅胶、溴氰菊酯

养成正确的用眼习惯

1. **阅读、写字时:** 阅读时与书本保持 25~30 公分距离, 姿势要端正, 避免阅读印刷效果不好、字体过小的书籍; 也要避免在乘车、走路、光线不足等情况下阅读。
2. **看电视时:** 与画面保持 3~4 公尺以上距离。每 30 分钟休息 10 分钟。
3. **使用电脑时:** 眼睛与屏幕平行, 距离维持在 70 至 90 公分。
4. **工作时:** 眼睛与操作物之间至少相隔 25~30 公分。
5. **按时休息:** 用眼 40 分钟, 休息 10 分钟。看电视、用电脑、工作时, 最好每 30 分钟休息 10 分钟, 并望远凝视 3 分钟。
6. **食物营养:** 多吃牛奶、肉、蛋、绿色青菜……等食物, 补充维生素 A (如胡萝卜、蛋黄、牛奶、黄绿

色蔬菜)。

7. **定期检查:** 眼睛如果感到不适, 应马上接受检查。另外, 每半年应到医院做眼睛健康检查。
8. **多接近大自然,** 在青山绿野的怀抱中放松你的眼睛和心情。

勤做眼保健操

这种方法是通过眼球运动来松弛睫状肌, 使它恢复弹性, 消除疲劳:

1. 眼睛向上, 向下缓慢各看六次。
2. 眼睛向左, 向右缓慢各看六次。
3. 两眼球缓慢循顺时针及逆时针方向 360° 转动各六次。
4. 用力睁眼, 闭眼做六次。



施行。对于劳动者来说, 这是件值得高兴的事。与原来的《企业劳动争议处理条例》相比, 新法在仲裁费的征收、案件受理范围、举证责任等方面都有较大的改动。以下谈谈我的几点认识吧, 仅供朋友们作为参考:

1. 在仲裁费用征收上的突破

在 5 月 1 日以前, 仲裁费用分为 **案件受理费** 和 **案件处理费**, 通常由申诉人先行预交。这对作为劳动者的申诉人来讲, 通常是非常不利的。他们

权利受到侵害, 还要先行支付较高额的仲裁费用, 这往往使他们面临仲裁申诉时望而却步, 很多人选择放弃, 他们的权利也得不到法律的保障。

只有在几种特定条件下才可以申请缓交或免交, 但要办理繁杂的手续, 比如到户籍所在地开具贫困人口证明, 接着还需得到受理机关审核、批准。这不仅浪费了申诉人的时间, 也浪费不少钱财。况且仲裁还有一定的风险, 很多劳动者经过权衡, 很可能因此放弃仲裁。

《劳动争议调解仲裁法》免除了仲裁费用, 这无疑是一件大好事。

2. 举证责任倒置的情形有所增加

《劳动争议调解仲裁法》第 6 条、第 39 条, 对劳动争议的举证责任都有了较为明确的规定, 如: 与争议有关的证据属于用人单位掌握管理的, 用人单位应当提供; 用人单位不提供的, 应当承担不利后果。

也就是说, 与仲裁请求有关的证据如果由用人单位管理, 劳动者无法提供, 仲裁庭可以要求用人单位在指定的期限内提供。

这跟“民事诉讼法”上“谁主张, 谁举证”的规定不同, 对劳动者较为有利; 便于解决劳动者举证难、用人单位有证据不提供的的问题, 譬如工资发放记录、考勤记录、规章制度等。由用人单位掌握的证据如果发生遗失、毁损, 用人单位也将承担不利后

果。这有助于遏止用人单位恶意规避行为, 从而保护劳动者。

3. 特殊争议事项的调解协议可申请支付令

《劳动争议调解仲裁法》第 16 条: 因支付拖欠劳动报酬、工伤医疗费、经济补偿金或者赔偿金事项达成调解协议, 用人单位在协议约定的期限内不履行的, 劳动者可以持调解协议书依法向人民法院申请支付令。人民法院应当依法发出支付令。

以往有许多久拖不决的争议案件。劳动者迫于生计又急需用钱, 却要应付官司, 往往陷入困境。本条规定使得在相关案件中受害的劳动者能够直接申请支付令, 而无须经过仲裁中间环节, 从而减少了维权成本, 并有利于及时解决争议。

4. 劳动争议仲裁时效期间延长

《劳动法》所规定的劳动争议仲裁时效为 60 天, 目前因为各种原因, 相当多劳动者申诉时超过该期限, 令权益得不到有效维护。

《劳动争议调解仲裁法》第 27 条: 劳动争议仲裁的时效期间为 1 年。仲裁时效期间从当事人知道或者应当知道其权利被侵害之日起计算。

仲裁时效期间延长为 1 年, 而涉及劳动报酬的争议则可以延长至劳动关系终止后 1 年, 这给劳动者带来更多的维权操作空间。我认为, 本条的



5 月 1 日, 备受关注的《中华人民共和国劳动争议调解仲裁法》终于

规定较为人性化，符合法律规定的“尽量有利于劳动者”的原则。

5. 先予执行案件无须提供担保

《劳动争议调解仲裁法》第 44 条：仲裁庭对追索劳动报酬、工伤医疗费、经济补偿金或者赔偿金的案件，根据当事人的申请，可以裁决先予执行，移送人民法院执行。劳动者申请先予执行的，可以不提供担保。

在一般民事诉讼中，要想申请先予执行，必须提供担保。本条则直接规定涉及“追索劳动报酬、工伤医疗费、经济补偿金或者赔偿金的案件”，当事人可以在不提供担保的前提下申请先予执行，对依靠劳动报酬、经济补偿、赔偿才能生存的劳动者来说，无疑是一大改进。

6. 仲裁审理期限缩短了

《劳动争议调解仲裁法》规定，仲裁庭裁决劳动争议案件，应当自劳动争议仲裁委员会受理申请之日起 45 日内结束，但案件复杂需要延长的，经劳动争议仲裁委员会主任批准，可以延期并书面通知当事人，但是延长期限不得超过 15 日。逾期未作出仲裁裁决的，当事人可以就该争议事项向人民法院提起诉讼。

以往的规定是，仲裁裁决一般在收到仲裁申



请的 60 日内作出；如案情复杂的，可批准延期，但延期不超过 30 日。

新规定缩短了仲裁处理时间，有利于劳动者及时维护权益；也推动相关部门及时处理纠纷。

7. 首次实行“特殊仲裁裁决实行一裁终局制”

《劳动争议调解仲裁法》第 47 条：关于追索劳动报酬、工伤医疗费、经济补偿金或者赔偿金，不超过当地月最低工资标准十二个月金额的争议；因执行国家的劳动标准在工作时间、休息休假、社会保险等方面发生的争议，仲裁裁决为终局裁决，裁决书自作出之日起发生法律效力。

本条是在原劳动争议案件采取“一裁两诉”制上的重大突破，意义较大，这将在一定程度限制了用人单位的诉权，遏止一些用人单位恶意诉讼，以增加劳动者维权成本的行为。

希望新的劳动仲裁法所做的种种有利于劳动者的改变之处在现实中都能够落实，也希望各位工友能够多多注意和了解有关的劳动者权益，并加以运用。

啰啰嗦嗦说了以上几点，算是我对《劳动争议调解仲裁法》的一点愚见吧！朋友们还是要好好学习一下这些新的法律法规。同时，也要多一个心眼，在打工过程中注意搜集和保存相关资料、证据，以避免发生争议时无从着手，不知所措。



案 例

春华是某五金厂一位抛光工人。4 月 9 日晚上，他骑摩托车回出租屋。由于道路两边路灯较暗，又是在转弯处，为了避让一位横过马路的行人，摩托车冲出了路面，翻倒在路基下。春华的右胳膊当场动弹不得。他到医院检查，发现右手的胳膊肱骨骨折，需要住院治疗一段时间，幸亏路基不高，没有造成更严重的伤害。

春华在医院住了一个礼拜，花了 4000 多元的住院费，等于他三个月的工资，钱是向朋友借的。医生告诉他：再住院治疗几天，就可以在家休养，等到好了以后，到医院取出钢针就行了。春华担心已经花掉那么大笔钱，接下来还不知道要花多少费用。

住院治疗期间，春华整天愁眉不展。家里修房子曾借过钱，别人正催着还，家人还等他寄钱回去还债呢。现在阴差阳错，出了这样的事。春华很后悔，要是当初骑车慢一点，也不至于出现这种结果。

春华听说厂里曾给他办理社保，每个月都从工资里扣除 60 多元，他就找厂里，看他这种情况能否申请认

定工伤。如果可以，那他的医疗费就能报销，由社保局支付，自己就不用负担了。他找人事部说明情况，人事部的人却告诉他：他是在工厂外面受的伤，也不是因为工作的原因，是自己骑摩托车回出租屋不小心受伤，不能申请认定工伤。

春华也没有买人身意外保险。面对一叠账单，他不知如何是好。难道这些费用只能由他自己负担下来？

分 析

春华这种情况算不算工伤呢？

有个稍懂法律的工友说，按照《工伤保险条例》第 9 条，春华是在上下班途中受到机动车事故伤害的，应该能认定工伤，享受工伤保险待遇。在工伤治疗期间，医疗费由社保局支付，用人单位还要支付住院期间伙食费补助，伤情未愈以前，用人单位要按伤者原来上班的工资标准每月支付工资。

工友说的有理。春华想了想，又电话咨询了一家律师事务所，答复是一样的。律师事务所的工作人员还提醒他，如果工厂不愿给申请工伤认

定,他可以自己带上劳动合同、住院病历、发生交通事故的事故责任认定书等资料,到劳动局申请工伤认定。

春华的脸上终于露出笑容。他准备好了所需资料,向当地劳动局申请了工伤认定,现正等待认定结果。

— 法律链接 — 《广东省工伤保险条例》

第9条 职工有下列情形之一的,应当认定为工伤:

- (一) 在工作时间和工作场所内,因工作原因受到事故伤害的;
- (二) 工作时间前后在工作场所内,从事与工作有关的预备性或者收尾性工作受到事故伤害的;
- (三) 在工作时间和工作场所内,因履行工作职责受到暴力等意外伤害的;
- (四) 患职业病的;
- (五) 因工外出期间,由于工作原因受到伤害或者发生事故下落不明的;
- (六) 在上下班途中,受到机动车事故伤害的;
- (七) 法律、行政法规规定应当认定为工伤的其他情形。

第10条 职工有下列情形之一的,视同工伤:

- (一) 在工作时间和工作岗位,突发疾病死亡或者在四十八小时之内经抢救无效死亡的;
- (二) 在抢险救灾等维护国家利益、公共利益活动中受到伤害的;
- (三) 因工作环境存在有毒有害物质或

者在用人单位食堂就餐造成急性中毒而住院抢救治疗,并经县级以上卫生防疫部门验证的;

- (四) 由用人单位指派前往国家宣布的疫区工作而感染疫病的;
- (五) 职工原在军队服役,因战、因公负伤致残,已取得革命伤残军人证,到用人单位后旧伤复发的。

如何进行工伤认定?

职工发生事故伤害,或者按照职业病防治法规定被诊断、鉴定为职业病的,所在单位应当在24小时内(节假日顺延)通知当地劳动保障部门及其参保的社会保险经办机构,并自事故伤害发生之日或者被诊断、鉴定为职业病之日起30日内,向当地劳动保障部门提出书面工伤认定申请。

用人单位未按规定提出工伤认定申请的,工伤职工或亲属、工会组织可自事故伤害发生之日或者被诊断、鉴定为职业病之日起1年内向当地劳动保障部门提出工伤认定申请。

提出申请时应提交下列材料:

- (1) 工伤认定申请表;
- (2) 用人单位与劳动者存在劳动关系(包括事实劳动关系)的证明材料;
- (3) 申报因交通事故引起的工伤,提交公安交警部门出具的《交通事故责任认定书》或其他有效证明;(一年时间)
- (4) 医疗诊断证明。

地震专辑

五月,最让人揪心的话题就是地震。千里外的四川,似乎与珠三角的工友们相隔遥远,却心灵相牵。

地震:打工者

据了解,在广州市劳动部门用工备案的四川籍人员总数超过15万,其中在震央附近地区的有8450人,包括绵阳市3281人,德阳市1723人,广元市3354人,阿坝州60人,雅安市26人,汶川不到20人。实际人数则不止这些。如果你是其中的一



——献给四川汶川大地震中的孩子

该死的地震,
让你们失去了爱你们的亲人。
可是,不要怕,孩子们,
你们没有失去一切,
你们一样有家,
一样有爸爸和妈妈,
一样拥有你们的爱,

个,希望本刊第9页的资料,对你有所帮助。

地震:留守儿童

统计局数据指出,目前全国留守儿童达2000万人,15岁以下的约有1000万人,而四川就有300万。我们无法搜集到有关地震中留守儿童的数据。印象最深刻的,是孩子们的小手小脚小书包。让我们一起读一读工友小不点献给孩子们的诗,祝他们安好。

一样拥有跟别的孩子快乐的童年,
你们一样可以在宽敞的教室里学习,
一样可以在宽广蓝天下奔跑!
孩子不要怕不要哭泣。
我们会为你们点上明亮的蜡烛,
照亮前进的路,
不要害怕跌倒,挺起胸膛,擦干眼泪!
累的时候,我们就是你的避风港。
握着我们的手,让我们一起坚强,
让我们一起去面向新的生活。
孩子别哭,
看见那太阳升起了吗?
那彩霞多美,多温暖!
孩子别哭啊!
来,靠着我的肩膀。
我要拥着你,不要孤单。
我会哼着小曲儿陪着你!
孩子不要哭不要哭!
你们都会有家都会有爱!

来自灾区的工人享受的特殊援助

(全文见: 广东劳动和社会保障厅网)

1. 提供医疗保险援助。凡参加广东省基本医疗保险的灾区务工人员在此次地震中受伤的, 其在灾区及其他地方急救、抢救所必需的药品及诊疗项目纳入医疗保险的支付范围, 全额支付。各地医疗保险经办机构要及时为他们结算异地医疗费用。

2. 提供工伤保险援助。凡参加我省工伤保险的灾区务工人员, 震期在灾区或回家在救灾活动中受到意外伤害的可视同工伤。

3. 提供技工教育援助。省今年安排 2000 名免费入读我省技工学校的指标专项招收灾区应届初中毕业生。对入读我省技工学校的灾区一、二年级学生, 每人每年发放助学金 1500 元。各技工学校对家庭受灾的师生要根据受灾情况, 对其学费、生活费给予适当的减免和补贴; 对确需返乡的受灾地区的学生和教师要帮其支付一次往返路费及途中所需的生活费用。

4. 提供职业培训援助。将灾区在粤务工人员纳入“农民工技能提升培训计划”, 优先安排参加技能培训, 给予职业培训和职业技能鉴定补贴。

5. 提供就业服务援助。各级就业服务和职业介绍机构开设专门服务窗口, 为灾区在粤和新入粤务工人员免费提供信息咨询、职业指导和职业介绍等服务; 企业招用灾区劳动力

要提供住宿, 并预支一定工资作为其生活费。

6. 提供带薪休假。各用人单位严格执行国家关于带薪年假的规定, 对家庭受灾的在粤务工人员, 本人要求返乡的要安排其带薪休假, 按时足额发放休假工资; 督促用人单位参照《广东省企业职工假期待遇死亡抚恤待遇暂行规定》中对职工探亲假交通费用补助的规定, 给予返乡人员往来交通费用补贴。

7. 提供维权援助。对灾区受灾务工人员要求辞工返乡的, 用人单位要尽快办理相关手续并结清工资和交接工作; 灾区务工人员回家救灾后重返原单位的, 原单位要接收安排工作、续签劳动合同; 对于劳动合同期满, 劳动者提出续签劳动合同, 无特殊情况, 用人单位应按规定与其续签劳动合同; 对终止和解除劳动合同的, 用人单位应按规定支付经济补偿金和必要的生活及交通费用补助。对于涉及灾区受灾在粤务工人员的劳动纠纷维权案件, 各级劳动保障监察机构应优先及时处理, 特事特办。对灾区受灾务工人员追索 2008 年 5 月 1 日后的劳动报酬、工伤医疗费、经济补偿金或者赔偿金的案件, 双方当事人权利义务关系明确, 不先予执行将严重影响劳动者生活的, 劳动争议仲裁机构可根据劳动者的申请裁决用人单位先予执行, 移送人民法院执行。

联系人: 郭晓明、林伟雄, 联系电话: 020-83363379、83363271, 传真: 83327258, 邮箱: ngb3271@163.com。

发生地震时怎么办?

车间工人如何避震? →

车间工人可以躲在车、机床及较高大设备下, 不要惊慌乱跑。

特殊岗位上的工人尽量先关闭易燃易爆、有毒气体阀门, 及时降低高温、高压管道的温度和压力, 关闭运转设备。



← 在高层大厦时

立即离开电梯。如果被关闭在电梯内, 请使用电梯内的传呼器与外界联络, 等待救援。

避难时, 千万不要使用电梯, 使用楼梯逃离建筑物。



从高楼撤离时应走安全通道, 千万不能乘坐电梯。

室内怎样避难 →

充分利用建筑物内的避震有利部位, 如坚固的桌椅下, 睡床下, 逃往小跨度的厨房、厕所、小房间、墙角, 万万不能在窗户、阳台、楼梯、电梯及附近停留。



室内避震要注意

保持镇定并迅速关闭电源、燃气，随手抓一个枕头或坐垫护住头部在安全角落躲避；躲避时不要靠近窗边或阳台上去！千万不要跳楼（除非情况非常危急）！



被埋压人员应支撑可能坠落的重物，扩大安全生存空间

震后互救

挖掘时，分清支撑物、压埋阻挡物。保护被压埋者赖以生存的空间，用最快速度使伤者头部充分暴露，并清除口、鼻腔内的异物，保持呼吸通畅，然后再暴露胸腹部。如有窒息，应立即进行人工呼吸。被压埋者不能自行出来时，不要生拉硬扯，防止进一步造成损伤。

如果在户外

就地选择开阔地避震：蹲下或趴，以免摔倒；不要乱跑，避开人多的地方；用书包等保护头部；不要随便返回室内。

避开高大建筑物或构筑物：楼房，特别是有玻璃幕墙的建筑；过街桥、立交桥上下；高烟囱、水塔下。避开危险物、高耸或悬挂物：变压器、电线杆、路灯等；广告牌、吊车等。

震后自救：被埋压者怎么办

用湿毛巾、衣服或其他布料等捂住口鼻和头部，避免灰尘呛闷、发生窒息的危险。用周围可搬动的物品支撑身体上面的重物，避免塌落，扩大安全活动空间，保障有足够的空气。几个人同时被压时，要互相鼓励，要设计方案，得以逃生和脱险。在周围安静时，或能听到上面（外面）有人说话时，应敲击出声，向外界传信息。无力脱险时，尽量节省力气，静卧保持体力，寻找食物和水，并计划使用，以延长时间。



五月十二日二点二十八分，这也许是四川省乃至全国人民永难忘怀的时刻。就在此时，我们的四川省汶川县发生了八点零级特大地震。

我在电视上看到一座座倒塌的房屋，看到志愿者和救援队伍，看到或听到了各种各样为灾区捐钱捐物的人和事。一听到灾区缺血的消息，一下子就有很多志愿者排成了长龙，踊跃捐血，以至于有的城市里血库涨库。每天每天，都有很多这样的事。每当看到和听到这样为灾区人民无私奉献的事迹，我好多次都感动得想掉眼泪。真的，天灾无情，人有情。

我们有“一方有难、八方支援”的传统美德。在赈灾活动中，人民群众再次表现出这样的美德。地震是悲惨的，损失也是巨大的。但我们相信，在灾区同胞们的努力下，在全国的兄弟姐妹们的帮助下，一定能度过眼前的难关，战胜这场灾难。我祝愿灾区的同胞们平平安安，也祝愿那些热情奉献出爱心的人们一生平安。愿地震中遇难的同胞们安息，祝你们在去天堂的路上走好。

我们是机器

什么都涨价了
大米、面包和房租
每天我们勒紧皮带
制造出锋利的齿轮

已经好几天没看见厂长了
一张白纸宣告了死亡
我们成了废旧的机器
下岗、失业

听不见铁摩擦砂轮的声音
看不见铁摩擦砂轮冒出的火花

我们饿了
我们要吃铁
我们要吃白米饭和大馒头
我们要吃人





上回说到八只小老鼠兵分两路，其中五只小老鼠到了慈溪市浒山镇。

休息了几天，另三只小老鼠找到了一个校办皮包厂，继续“电车”。工资也不错，每个月能捞个千多元，真是羡慕死我们了。而我跟猛女进了化友实业有限公司，说明白一点就是鞋底厂，可能也算是跟我有关系了吧，谁叫我上次说人家制衣厂是鞋底厂呢？现在好，干脆做鞋底来了。

首先接待我们的是老板的妹妹，大家叫她二号老板娘。据前辈说，浙江人什么都好，就是对钱太紧了。这话我们日后真是深有体会啊。老板人好，又帅，简直是我们的偶像，二号老板娘有气质，对人又好，还来帮我们干活，简直是我们心目中的女神。

我所在的班组有四个人。三个男的开机，只有我一个修坡峰兼鞋底分型号的。塑料原料通过注塑机，然后经过一个大的圆盘，圆盘上面是13~28、有时是30多码型号的模具。原料经过注塑机融化后，流入模具，

然后由三个男的轮流从模具里拿出来。还要趁热，冷了就扯不动了。十个型号十个筐，每修完一只鞋子，我就丢到相应的筐子里。后来做得多了，我闭着眼睛都能丢得准确无误。

同事二十人不到，多为男性，又以我的老乡居多。其他有安徽、江西、贵州的，本地的一两个。接下来会陆续记之。

先说说梅树风，又名“梅超风”二号。老板娘非常看重他，说他帅，懂事。此人为多情种子一颗，非常渴望女朋友，非常渴望结婚，曾使过多种手段找女朋友：委托老乡为他写多封情书；在路上“拦截”；吃过晚饭后在某女孩路过时以滚碗方式吸引之，但都没结果。先后看中两个女孩，一个花了三天，一个花了一个月。前者被家人否决，后者则跟他成了。大家感叹，一分钱一分货呀，三天跟一个月就是不一样。

年底回家后，就再也没有见过此人。相信——他们一定美满幸福。



又一次听到梅艳芳——《女人花》让我联想起许许多多的事，感慨无数。

前不久，一个从小玩到大的朋友，不小心怀孕。但又考虑到自身的现实情况，不得不去做人流。第一次没做干净，第二次她找到我，让我陪她去。手术完后，看到这样一个花季少女，象老婆婆一样有气无力走出来，心里特酸。本来她应该留院观察的，但由于经济问题，就想直接回去。但我们还没走到大门口，她就晕了，吓得我手忙脚乱，全身发抖。

事后，我给她男友打电话，问他在哪里。他说在家看电视。一气之下，骂得他狗血淋头。回头看到那张苍白的脸，真为她感到不值。我一次又一次地警告自己，不要步他的后尘。

小时候有一次不经意听到堂伯对堂哥他们说：“女人如衣服，旧的不去，新的不来。男人要以事业为重。”后来，他们事业都很有成就，大哥带了好几个女友回家，自是以此为荣。

可这世界对女人的要求呢？踏

进社会那天，爸爸送给我六个字，“自尊、自爱、自重”，要我用心去体会它的含意，并永记在心。女人花……听到这首歌，想起身边的种种事情，让我真正体会这六个字的含意。

也许我们就像含苞的花朵，受不了狂风大雨。我们当然要多爱自己一点，多关心体贴自己一点。若不自我保护的话，对女人来说，那就是真正的苦。我们的未来是到处充满阳光，还是黑暗的角落，常在一念之间。

我有花一朵，长在我心中。真情真爱无人懂……只盼望有一双温柔的双手能抚慰我内心的寂寞……

◎ 感 言 ◎

女孩子园园写下了她朋友的悲伤的故事，和她自己的感受。也许，女性的力量总比不上男性。然而，这是因为女性是花朵，天生太过柔嫩吗？还是因为这世界在让女性成为花朵的同时，还教育男性将女性当作衣服——可以拿来使用、炫耀、也可以随意丢弃。因此，很多女孩真的成了凋零的花朵。

这里，我们也想问一问看这本小说的女孩子园园们：女性是“花朵”和“衣服”吗？女性的怀孕和生育是否只是女性的事？要让年轻的女孩免于受伤害和凋零，除了女孩自己要保护自己外，男孩又可以做什么，应该做些什么？



今天上班，令我惊喜的是，我们的用具全部发放了。那是我等了好几个月的事情了。

刚进软包装厂时，我分配到后工序分切，打包经常没有封箱机。一条线上五台机，大的封箱机三四个，小的封箱机才二个，大家经常不够用。还有日期章啊，QS章啊，一个车间才几个。要用时，整个车间找啊，别人一藏，呵呵，急得你像猴子跳起来。人家说，巧妇难为无米之炊，没工具怎么干啊？不能按时干完，自己可是要吃亏的呀，要不就得加班，要不就是被上头臭骂一顿。

辛苦了几个月，我可受不了啦。我向班长汇报，叫他及时买用具回来！他说“好”，可熬了一两个星期，什么都没见到。再找他，就不耐烦了，说：“就你天天没封箱机，人家都有。”我顶了一句：“封箱机也不值几个钱，我们都要用的啊！”一见班长说不通，我又向副主任汇报。副主任也是说的好好的，但等了一段时间，还是没有。我火了，可是也不想盲干，想了想，写了一份建议书给了主任。

提议书上先说了点好话，比如车间近期整理有很大改善，不用到一楼去拉料，纸箱摆放比以前好了，等等。但是呢（请注意这个转折），细节问

题还是有滴，比如：封箱机、QS章、日期章、尺、小车等必用物品的缺少，造成工人花大量时间去找，又影响工人情绪，又影响生产秩序。最后，提出个解决方案：每一台机配一套用具，员工保管；下班时统一收回。要加班的话，工具就另外发放。

交上提议书后，我怀着好大的期望，盼着现在这种情况快点改变！果然，两天后，主任就说了用具经常缺少的事儿，还让大家给个使用方案。这件事在工友中间引起了很大反应啊。今天，用具终于发下来了。而且，最后的方案和我的也差不多，由各机台人员保管用具，它们的名称和金额也在表上，遗失的照价赔偿。我好开心啊！现在我们方便多了。

事后我总结了这次“成功经验”：首先，问题是普遍的，也就是我有群众基础；其次，我试着找了班长、副主任，但问题总是不解决，我不气馁，也不总揪着他们，又去找主任；再次，白纸黑字的建议书比口头说说有用，这才能引起足够的重视嘛。工友们，如果你也遇到了类似的问题，不妨也试一试，也许会对你有用哦。

注：软包装：软性包装，如塑料包装袋。封箱机用来封箱。QS章：合格证明章。



五月一日，国际劳动节，安康快车组织了一次义工聚会——到绿树成荫的公园玩，还安排了丰富的娱乐节目和法律知识竞赛。说到娱乐节目，我就最喜欢了，特别是围裙比赛。

今天来了几十个工友，说真的，我还是第一次和这么多人一起出来玩，觉得时间过得飞快，一下子就到了一点多。我们的导游和裁判拿着拔河用的绳子拉成一个长方形，用来做围裙比赛的场地，为比赛做准备。

接着工作人员一边发“报纸”，也就是比赛时穿的围裙，一边讲解比赛规则，此时其他工作人员也不闲着，拿起报纸就围了起来，给我们做示范。

规则一，把大家分成黄、红、蓝三个组（事先给大家发了黄、红、蓝三个颜色的丝带）。

二，围裙一定要穿到膝盖以下。

三，每个队的第一位到达终点后，第二位才能开始走，到最后，哪个队最先全部抵达终点，就获胜了。但每个人的围裙都不能破。要是破

了，必须回到起点补好再走。

大家一边围上围裙，一边听比赛规则。此时四周已围满了看热闹的游客。说说笑笑，议论着那个队能赢，每个队呢，也在商量如何拿第一。

准备好了吗？工作人员的话让在场的人都安静了下来。参赛队员们的心也开始紧张起来。我站在本队的最前头，心情是可想而知的。“都好了”，三个队都这样回答。

“准备”、“开始”，随着裁判的一声令下，每个队的第一位选手开始争先恐后走了起来。外面的游客也骚动了，笑的笑，说的说。我们的阿君摄影师也忙着抓特别镜头。各自的队友也呐喊：“加油”、“加油”。

我是我们队第一个开始走的，可能因为太紧张，又没有掌握到其中的技巧，结果“围裙”破了。原本我比其他队跑得前，现在只好回到起点把围裙补上再走。这下把我急死了，就怕把整个队的成绩拉下来。但是，嘿嘿，其他队也陆续回来补围裙了！这才让我们队不致落后太多。

慢慢地，我们掌握了技巧——就是要像国际比赛上竞跑一样，扭着屁屁走！最终，齐心协力下，我们队夺得了第一。

发奖品的时候，我们队站在中间，大家的心情特别高兴，就好像拿到了奥运金牌一样。大家都对着摄影师的镜头，大大地、高兴地竖起了手指：“Yeah！”



监狱和工作单位

监狱

- 1 每日三餐。
- 2 表现好可以早离开。
- 3 你有自己的卫生间。
- 4 你的家人和朋友可以看望你。
- 5 政府支付你的费用。
- 6 监狱长经常残酷成性。

工作单位

只有一到两顿饭，你还要付钱。
表现好的，奖励你做得更多。
只能使用公用卫生间。
你甚至不能和你的家人、朋友通话。
你只能努力工作，以支付各种费用。
这样的人被称为主管。



满意不满意？！满意！

我对我的工作很满意！我们每天工作十六个小时，那是为了锻炼我们的毅力啊！

我们夏天顶着四十度的高温干活，那是为了培养我们的抗紫外线辐射能力啊！

我们每天睡六个小时，那是为了训练我们的耐力啊！

我们天天吃白菜萝卜汤，那是因为这些菜污染少，营养还丰富啊！

我们经常饿肚子，那是为了让我们减肥啊！

现代企业职位新解

总是在裁人，简称总裁；
老是板着脸，叫作老板；
总在监视人，故名总监；
经常不讲理，称为经理。

名歌串烧（阿辉）

当丁香花开时，我会变成两只小蜜蜂去看你，在花丛中的故事，对面飞来了两只蝴蝶，告诉你说我爱你。

当你孤单你会想起谁，千万别让我的眼泪你无所谓，好想好想和你在一起，想和你去看大海，数浪花一朵朵，轻声说我爱你就象老鼠爱大米。

偏偏喜欢你，让我做你的爱人，虽然你总是让我欢喜让我忧，我仍风雨无阻的爱你。找一万个理由让你时刻欢乐，回来吧，我的爱，让我们真心真意过一生。



◆ 小建议 ◆

试试把下面两首改编过的歌词唱一唱，也许你会爆笑一场。好不好玩？其实工友们也可以试试发挥自己的创意，把一些流行歌曲的词改编成好玩的东西，或者改编成跟你的打工生活有关的词。一有灵感就可以玩玩，也可以动用集体智慧。最好边唱边改词，这样改出来的词可能更适合唱。卡拉OK的时候，或者工友们集体活动的时候，拿出来“显摆”一下，你会收获很多很多的笑声哦。

市场之上（“红星美女”改编）

我在遥望，市场之上
有多少东西在自由地上涨
昨天已忘，掏干了钱囊
我要和你重逢在借钱的路上
手头越来越紧，只能回想
有钱的日子，像在天堂

谁在呼唤，工资快涨
昂贵的猪肉像白云在飘荡
东边借钱，西边还账
一摞摞的钞票，就送到了银行
在工资没涨的沧桑中
致富的路在何方
再紧紧裤带，来碗面汤

我等待我想象我的灵魂早已出窍
股票上涨股票下落 呕也
看见的看不见的 瞬间的永恒的
物价涨啊房价飞扬 呕也 呕也

民工泪（“佚名”改自《雨蝶》）

干到身心疲惫，也无怨无悔，只因为学费太贵。就算手出血、满身汗、全身痛，也无所谓

我干活干完，想领我薪水，最终却空手而归。虽然说好话、赞过他、求过他，就是不给

嘿，我向下飞，雨疯狂地坠，想你的无情把我包围

我向下飞，怎样都不给，虽然建设中付出血和泪

我向下坠，风残忍地吹，只要你还我，我就不会

我即将成鬼，只因不给薪水，被拖欠的感觉……



穷人和富人

欠私人钱的是穷人，欠国家钱的是富人
吃死家禽的是穷人，吃活猴脑的是富人
耕种土地的是穷人，买卖土地的是富人
养猪养鸡的是穷人，养猫养狗的是富人
种稻种菜的是穷人，种花种草的是富人
想娶媳妇的是穷人，能包几房的是富人
小偷小摸的是穷人，巧取豪夺的是富人
喝酒看度数的是穷人，

喝酒看品牌的是富人……



劳动安全 近期资讯

◎ 本刊整理

■ 5.12地震：地震中的建筑和环境

(资料来源：北京日报、信息时报等)

地震给了我们巨大的伤害和震撼，并且余震不断。伤害和震撼不仅来自人民受困和死伤的消息（也许其中就有我们的朋友、亲戚），也来自种种随着地震而来的可怕的现象。

最突出的就是校舍倒塌、大量中小學生伤亡的问题。据不完全统计，除汶川、北川等重灾区，四川省校舍倒塌6898间。有做志愿者的工程师认为，周围的楼群唯有教学楼倒塌，明显是教学楼建筑质量有问题，从废墟来看钢筋很乱，有些钢筋非常细，这可能是造成楼塌的主要原因。

在地震中痛失爱子的家长吴家永仍在倒塌的教学楼前徘徊，他指着周边的建筑说：“你看，整个镇中心，无论是旧居民楼还是机关商场，都是好好的，为什么只有这座教学楼倒了？”

一名救援队员愤怒地说：“简直就是豆腐渣工程！”，“混凝土里全是铁丝，根本不是什么钢筋！”队长曲国胜说：“在都江堰聚源中学，我们到达的时间应是最快的，本可以拯救出更多的生命，但那栋教学楼，因为质量问题，粉碎性垮塌，现场是一片碎石，不给掩埋者一点生存空间，按照一般规律，地震中建筑坍塌，应有犬牙交错的生存空间。我们只能用手刨挖，专业的设备无缝隙可进，一层碎石清理后，就是一层层尸体。真是无力回天！”

事实上，我国有着严格的《建筑抗震设计规范》，但在现实中形同虚设，到处是偷工减料的豆腐渣工程。地震中穷人受害特别惨重，最惨痛的是学生。

环境保护部接到四起化工厂因地震导致泄漏的报告。最严重的是化工基地的什邡市，有两家化工厂生产装置破坏严重，其中一家发生盐酸、硫酸、液氨泄漏，另一家则发生爆炸，80余吨液氨泄漏。两厂在地震中有数百名员工被埋。对于化工厂密布在地震带上的问题，有关部门正在评估。

此外，随地震而来的疫情和水库维护工作将极其繁重。

■ 四川凉山逾千童工“批发”东莞

(资料来源：南方都市报 2008年4月29日)

四川凉山自治州成百上千童工被人“拐”至东莞，再“批发”流向深圳、广州、惠州等珠三角城市的工厂当黑工。这些童工多为13~15岁，最小的仅9岁。童工在没有工作的日子，只能从工头处领取每天10元的生活费；几天才能吃一顿饱饭；一些漂亮的15、16岁女孩更时常遭到工头们强奸。进入工厂后，他们每月工作时间长达300小时，每小时却只有2.5~3.8元的微薄工资。即便如此，血汗钱最后却被工头剥削。

在东莞石排镇综合市场，一位工头即场拉出几名小孩说，这些小孩身体好，干多重的活都没问题；孩子们的父母给他们写有保证书，村委会也盖有公章。工头对他们有绝对的管理权，可以采取一切措施，企业只需跟工头签一份用工协议就行。协议保障孩子们每月上300小时的班，没有任何放假、社保、医保等福利，“你可以随便用，每天用多少个小时干多重的活都行，生病什么的我们自己会处理，如果有工伤的话，厂方按道理赔付就行了。”

在石排镇石崇工业区，至少有200多名凉山童工在一间音响公司打工。现场的数十名工人中，有近20名小女孩的年纪不满16岁，最小的1998年出生，最大的也只是1993年出生的。塘厦某职业介绍所的负责人估算，在石排镇，工厂主随时可以抽调出600、700名凉山童工。工头说：东莞是凉山童工的一个据点，以这个据点为圆心，向四周发散，“东莞、深圳、广州、惠州、江门，到处都有我们的员工。”

有记者前往东莞石排“童工市场”探访，发现存在着一条从凉山当地直到珠三角的“童工产业链”，有组织，有分工，带有恶势力性质。想逃跑的孩子会受到工头的死亡恐吓。童工的家长不知道自己的儿女在外所受的非人待遇，甚至希望他们可以赚大钱，但多数父母一分钱汇款也没有收到。孩子们遭受着小工头、大工头、黑中介和工厂的四重剥削，甚至连饭都吃不饱。而被警察解救的童工却不想回家。一个小女孩流着泪说：“我不想回家，我爸爸妈妈已经把我卖了”。

事件引起社会的极大关注。但是第二天，东莞市劳动局调查后报告：对报导中提到的4家企业进行检查，未发现童工。国家、广东省工作组、东莞市等联合彻查后，于5月5日公布：除东莞市3家企业非法招用6名童工外，全省其他市尚未发现非法组织、介绍、使用童工；未发现女童工被强奸事件；也未发现“工头链”。

※ 围裙比赛 —— 5 月活动乐陶陶 ※



围裙比赛 就要开始啦! ——

2008年5月的第一天,以及5月中,工友们又聚到了一起,举行活动。在绿树成荫的公园里面,我们欢欢乐乐地聚会,畅畅快快地呼吸那新鲜空气。我们也进行了有点严肃的讨论——想想看,我们这些小鱼能怎么办?

小心翼翼地跑啊跑,可别把“围裙”扯破了,否则要从头再来呀!

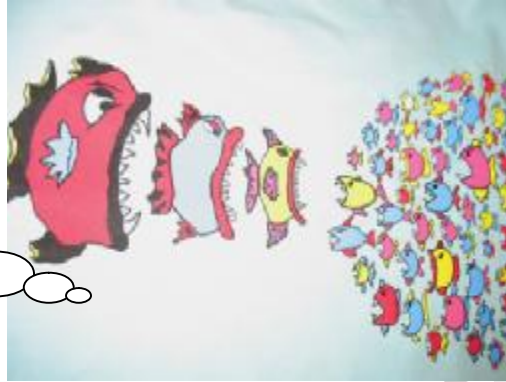


又是义工聚会和培训的时候了,来,大家碰碰头,听听大家的想法……



我们的手在流水线上兜兜转转,但我们的眼睛和脑子能看到这商品生产中的方方面面。

鲨鱼吃大鱼,大鱼吃中鱼,他们都想吃小鱼。小鱼怎么办?聚成一团才有力量!……



怎样前来服务部呢?
 公交车 19、52、64、69、181、206、217、275 路到芳村站,沿芳村大道东走 50 米进明心路。
 地铁 乘 2 号线到公园前站转乘 1 号线;乘 1 号线到芳村站下 (B1、B2 出口),沿芳村大道往东走 300 米进明心路

