

2023年煤矿厨师心得体会总结 煤矿安全生产心得体会(优质5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是小编为大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

煤矿厨师心得体会总结篇一

煤矿安全问题一直一来都是煤炭企业永恒不变的主题，也是煤炭企业发展道路上的一块绊脚石，更是煤炭人的一块心病，在如何确保矿井安全生产这个课题上，有多少仁人志士不辞辛劳的探寻着摸索着，但大家还时常在网络上或电视上看到有关矿井各种事故的报道，难道对于安全问题，所有的煤炭人都是在只说不做吗？还是煤矿安全问题就是煤炭企业身上一个永远治不好的顽疾？答案是否定的，我认为煤矿安全事故虽无法根除，但减少是完全可以的。那如何破解煤矿安全生产难题，提高煤矿安全生产水平，降低生产事故，保证职工生命安全，就成为摆在我们面前一道严峻的课题。下面就如何抓好煤矿安全管理工作的一些心得浅见向大家介绍一下。

目前煤矿是我国主要能源生产企业，对推进社会建设和发展起着巨大的作用，但是由于煤炭赋存条件比较复杂，很多自然灾害与之并存，导致开采难度加大，危险程度增高，加之其他不确定危险因数，导致煤矿事故率极高。

保安全必须先从制度和生产环节上进行了严密的设计，以确保生产安全和生命安全。虽然我们在这些方面做了很多工作，但目前生产安全形势依然严重，威胁生命安全的局面仍然存在。那这又是什么原因造成的呢？我认为这主要是一些部门和一部分人没有从以人为本的高度出发，落实和推进好“安全

第一”理念，使生产安全服从于生命安全。

以人为本，安全第一，绝不能把它看作是一条故弄玄虚的宣传标语，或者当作一种华而不实的安全理念。而是每一个生产设计、生产流程、技术操作等各方面都需以人为本，确保安全第一。保障人的生命安全成为我们企业首当其冲要考虑和解决的最重要问题。而我们也知道煤炭开采是风险性很高的，尤其这几年煤矿事故频频发生，更是使许多人“闻煤色变”，对从事采煤工种敬而远之，导致煤炭行业人才严重流失。要改变这种尴尬的现状，这也必然要求煤矿企业和煤矿人，从以人为本高度，落实和推进好“安全第一”理念。

而要以人为本，落实和推进好“安全第一”理念，就必须从改造人开始，因为每一个安全的细节都是由人完成的。故而，人是改造自然中最安全也是最危险的因素。假如人能从以人为本的高度出发，尊重自我生命，尊重他人生命，生命安全也必然得到保障，安全第一理念也必然得到落实。这样，即使在事故不可避免地发生的情况，被困的人也会精诚团结，协同一心地去面对和解决困难，将危害降低到最低程度。而假如无人本思想，那么这将是危险的，这样的人在我们的工作中，即使安全设施如何完备，也无法确保安全第一。因为这样的人无法对生命有深切的感悟，对生命本体做到足够的尊重，故难免形成一种对自我生命和他人生命的漠视，对安全理念的短视，从而酿成痛的灾难和血的教训。人不能做动物式的生存，必须做有灵魂的生活。只有如此，才能爱自己，爱他人，爱企业爱家；也只有如此，才不会被利益所驱，被短视所蒙，被马虎所害，才会时刻警惕身边的“浮云”，想“遮望眼”之后果，时刻手握“安全钟”，警醒自己爱惜生命，真正做到以人为本，落实和推进好“安全第一”理念。在工作中，做到未雨绸缪，防患于未然，做到以人为本，安全第一，从而实现员工与企业的和谐发展。

安全生产是煤炭企业的天字号大事，安全生产与人的生命息息相关。我们常常听到这样一句话：“安全生产，人人有

责”，说明了安全生产对我们的重 要 性，分析目前所有安全 事故，绝大多数是有违章造成的，也就是一切事故的根源出 现在我们的思想上。安全意识不强，现场管理不严，凡事掉 以轻心，这些问题依旧 是引发各类安全事故的主要原因。从 这个意义上讲，抓安全生产，其实就是抓人的思想工作，以 增强人的安全意识。我公司在三八节组织的安全演讲活动， 三月十八 晋城苗匠x事故发生一周年的警示，宣誓活动，无 不在提醒我们要不断增强安全意识，促进安全生产；提高综合 素质，实现安全生产；加强制度落实，保障安全生 产。

增强安全意识，促进安全生产。

增强人的安全意识，我认为首先要通过各种培训和学习来提 高。现在我们xx正在不定时的 集中培训学习，以及每日在餐 厅的黑板上写出一道有关安全生产的题目，以供职工在吃饭 的间隙也可以了解一些安全生产知识。这种方法其实都是在 意示着我们要时 刻增强安全意识，保持高度警觉；要居安思 危，防范于未然。我不知道你们是否注意过蚂蚁窝，只要是在 平地的蚂蚁窝，都会在洞口边发现一圈高高的土，你知道它 是用来干什么的吗？它们就是怕下雨的时候雨水流进洞来。 一只小小的蚂蚁都能做到居安思危，防范于未然，对于我们 来说，更应该如此。其次，我们还要通过身边 的典型和事例 来警醒。这两年，我国发生的x不安全事故很多，离我们近的， 比如说我们单位6·22顶板事故，晋城苗匠x事故，还有前几 天发生在孝义的安信x 主井发生炸药爆炸事故，我相信，谁 听说之后心情都会沉重，都会悲痛，但是我们不能只是听听 而已，当时心痛一下，更多要从中反思，总结教训，不断的 警示自己，告诫自己该怎样做，从哪里做起。增强安全意识， 实际上就是要我们明白防患于未然的价值，要远远大于发生 事故后的吸取教训；事前努力的意义要远远大于事 后的追悔 莫及和追究责任，要在安全时抓安全，不要在事故后去埋怨。 因此，我们的安全意识和对员工的安全教育，一定要抓到点 上，落到实处，不能盲目无序，要 把“安全第一”当作首要

的价值取向，只有真正让员工摆正安全与生产，安全与效益的关系，才能使安全生产深入人心，才能确保我们的企业兴旺发达，长盛不衰。

提高综合素质，实现安全生产。

安全生产的实现，除了有极强的安全意识，更重要的是要有一支综合素质高、技术本领强的队伍，包括管理队伍和生产队伍。

煤矿厨师心得体会总结篇二

我叫xx□7月毕业于太原理工大学长治学院数控专业于20xx年1月来到山西亚美大宁能源有限公司后被分配到通风队施工组担任一名普普通通的施工员至今。两年多来再领导的关心和爱护下，在同事们的支持和帮助下，我顺利安全的工作到今天。我的业务技能水平得到了锻炼。综合素质得到了提升。政治素养也得以提高，总体上讲，取得了一些成绩，但我不会骄傲，我会坚持不懈的努力下去。

跨出学校的大门就得融入社会这个大家庭，为了能够在生活。工作过程中与同事建立一种和谐的人际关系。我始终坚持“干工作先做人”的原则，不断从老工人身上学习先进经验，戒骄戒躁。虚心谨慎，接受前辈的教导，不断加强自身思想道德修养，端正做人做事应有的正确态度，为自己各项业务工作开展做到铺垫。同时积极认真的学习公司的各项政策和会议精神于上级领导保持高度一致时刻保持共青团员先进性。

在矿期间，认真学习煤矿相关的规程措施，明确什么可以做，什么不可以做，我始终不忘“活到老，学到老”的精神。作为一名煤矿工人，我坚决学习贯彻落实科学发展观，不断提高一个共青团员的政治素质。时时以“以人为本，科学发展。和谐发展安全发展”的理念作为向导。坚持“安全第一，预

防为主。综合治理”的安全方针，遵纪守法，勤勤恳恳，紧紧围绕我矿”全年安全事故为零“的安全生产目标，认真的做好自己的本质工作。

转眼已经两年了，回想起来，真的很不容易。从一个稚嫩的学生一下子转到了煤矿工人，刚来的时候真的有点挺不住，不过我还是咬牙坚持下来了，我坚信我一定会凭着自己的努力坚持走下去。在这两年多来我感觉自己的收获甚多，思想上成熟了，考虑事情不再那么简单了，言行上进步了，行为举止上不再那么草率了。

自从参加煤矿工作后，在不断的学习，不断的摸索下，对煤矿有了一个新的认识，虽然是一名施工员，但也需要用知识不断地武装自己，从实践中来论证理论，不断的摸索中前进，前进，在前进。对于井下的各个区域的通风设施我都比较了解，经常配合部里的技术人员去调风的工作，在跟他们的接触和讨论中，我感觉到自己不懂得地方还很多，应该多多的向他们学习，所有数据都需要相当精确的，由不得半点马虎，也感受到通风工作对一个煤矿的`重要性。

虽然我尚不具备扎实的煤矿专业知识，对各种问题的看法更多的局限于感性认识阶段，但是我正在不断的学习，充实自己对煤矿专业知识的不足，我相信，我一定可以干好自己的本质工作，在这个基础上去接受新的挑战，我相信，我一定可以给领导一个满意的答卷。

煤矿厨师心得体会总结篇三

顶板事故是煤矿的五大灾害之一。在长期的生产实践中，我矿在顶板管理方面积累了不少经验，也有不少教训。现就我矿预防顶板事故的经验和体会总结如下。

一、加强现场管理，重点严把“五关”

一是技术规范和方案设计关。根据小煤矿矿井地质条件，工程技术人员在采区和采面设计上下功夫，积极探索适合本矿地质条件和有利于顶板管理的设计方案，如采用底板岩石大巷开拓方式，就能减少采动影响，或尽可能把巷道布置在全岩中，并尽可能避开井巷交叉，这样掘进巷道时施工条件好，对顶板管理非常有利，在源头上减少了顶板事故发生的可能性。又如，有的顶板在表面上看来完好，执行敲帮问顶时也未发现有脱落征兆，作业规程或安全措施中也未对其作出明确的支护规定，这也是在编制设计时重大失误。因此，这就必须明确规定临时支护措施，编制规程决不能粗制滥造。

二是规程审批和学习关。有针对性地加强技术管理，突出解决好其中的薄弱环节，是搞好小煤矿顶板管理的关键。因此，在编制作业规程时要求每个采掘工作面都要根据地质资料和矿压观测资料，包括顶板来压规律，编制采掘作业规程，使作业真正起到指导生产，保证安全的作用。把审批规程、审批措施当作大事来抓，制定“三不批”制度，即地质构造不清不审批，规程对顶板管理措施不具体不审批，规程编写不认真，措施没有针对性不审批。同时在班次安排上要合理，如掘进放炮后要立即出碴支护，不能让破碎顶板悬空暴露时间过长，及时消除冒顶因素。“三大规程”制定后还必须组织干部和职工认真学习，让大家领会和掌握，且必须考核合格才能上岗作业。

三是工程质量关。小煤矿顶板事故绝大多数是由于现场管理不严和采掘工作面工程质量低劣造成的。采掘工程质量是顶板管理的基础，从抓好工程质量入手，提高工程质量是防止小煤矿顶板事故的一条极其重要的措施。因此，在顶板管理方面严把支护质量关，做到工程质量不合格不验收。由安监员对每个采掘面的支护质量进行安全检查，实行动态管理。

四是初次和周期来压关。初次和周期来压时易造成大冒顶垮面事故。因此，必须搞好初次放顶和周期来压期间的顶板管理，预防大型恶性顶板事故的发生。要摸索和掌握来压步距，

在来压前采取加强支护的措施，如加木垛、丛柱等，确保不发生事故。

五是事故多发地点顶板管理关。要想杜绝顶板事故的发生，必须做好事故多发地点顶板管理工作。回采工作面一定要有具体措施保证采空区的冒落高度和悬顶距离，措施不落实不施工，回采工作面初次放顶、周期来压、过断层、过老巷、工作面收作及掘进工作面开门、过三岔口和贯通等。都必须制定专门的安全措施，由矿总工批准，由生产矿长组织实施，由安监部门负责监督。加强工作面断头和安全出口支护，回采工作面上下顺槽坚持超前20米支护，由于压力大顶板破碎时，加大超前支护长度，绝境工作面重点抓好前探支护的使用，采掘工作面坚持敲帮问顶制度，预防零星顶板事故。这是顶板事故多发区和多发段，是顶板管理的重点部位，也是顶板管理的重中之重。

煤矿厨师心得体会总结篇四

根据《资中县安全生产监督管理局关于阳胜同志下派煤矿基层锻炼的通知》（资安监矿发〔20xx〕96号）文件的精神，我于20xx年10月至20xx年3月在内江市南光有限责任公司锻炼实习。经过近半年的实习，我收获颇多。

实习，是行业新人将理论知识同生产实际相结合的有效途径，是增强其群众性观点、劳动观点、工程观点、责任心和使命感的一种途径。所谓读万卷书，行万里路，没有经过实践考验的理论永远都是纸上谈兵。我刚从学校毕业，虽具有较强的理论知识，但对于生产一线接触不深，实践经验则是一无所有。所以，我非常珍惜和重视这一次难得的实习，感谢领导给予的实习机会和南光公司提供的实习平台。

到南光实习之前，我所接触与煤矿有关的知识都是来自书本及文件上的一些法律法规和相关的行业标准等，例如《中华人民共和国安全生产法》、《煤矿安全规程》等。虽说是采

矿专业毕业，但所学知识以非煤类矿山居多，因此对部分煤矿开采专业术语不甚理解，例如“一通三防”、“一炮三检”、“三专两闭锁”之类的煤矿开采专业术语等都要查阅相关资料才能了解。对于有些文字性的容易理解，然而有些实物性的设施在没有接触前理解起来就有些吃力，如“一坡三挡”、“四对八梁”和各种通风构筑物等。在南光实习的时间里，通过跟班、及向师傅们请教，我对采煤现场有了更为全面的认识和收获：采煤工作面的施工组织、设备设施、安全防护等等。通过实习及查阅资料，对南光公司的采煤工艺流程、设施设备安装运行、现场施工管理、公司制度、安全系统等等有了较为详细的了解。我认识到煤矿生产是一个复杂而有序的系统，它由采煤系统、掘进系统、提升运输系统、排水系统、通风系统、供电系统等六大系统组成。其中采煤系统是重要的生产系统，煤矿所有的生产组织都是围绕采煤系统布置的，排水、通风、供电系统则为煤矿的生产提供安全保障，提升运输系统承担着物质和人员运输的任务。

跟班与一线工人接触，我觉得他们是辛苦的、伟大的、也是充满智慧的。他们在狭小的作业空间中工作，忍受恶劣的工作环境，每天都与粉尘和具有腐蚀性的盐水打交道；他们脸铺满煤灰，只见眼睛的转动，他们或多或少都有一定的职业病。每当遇到地质条件恶劣地段的时候，工程量就会加大，工作时间也相对加长，不仅如此，他们还得想尽各种办法来处理并改善工作条件以保证安全生产和工程质量。然而在这样环境下，他们都没有埋怨、没有浮躁，因为在煤矿安全生产来不得半点马虎，更因为他们热爱这份工作，真实的做到了干一行爱一行、专一行精一行。由他们的工作环境、吃苦耐劳的精神与我现在的环境和浮动的心，让我觉得应该沉下来好好的学习专业知识，将理论和实际相结合，发挥创新精神，以改善煤矿工人的工作环境。从他们那里学习到要热爱自己的工作并踏实工作，面对困难不能乱了自己的阵脚，保持平稳的心态，要相信方法总比困难多，理出头绪做出方案来处理困难并最终战胜困难。

每次跟着师傅下井，都是与工人同时入井和出井。师傅每次在井下检查的地点都很多，工作认真、细心、负责，在存在安全隐患和施工质量不合格的地方，他们都会向工人细心的讲解，该注意些什么，该怎么整改，全部讲得浅显易懂，让工人容易接受更乐于整改。有些能够及时处理的问题都在现场监督，等处理好了再到下一个地方；有些不能现场处理或者缺少材料之类的问题则通过就近的一个通讯告诉调度室，让调度室安排人员及时来处理。不论是在工作还是生活中，都不应该带有拖沓的心理，能够今日做完并处理好的为何不做呢，尽量做到今日事今日毕。

在实习过程中，我自始至终都保持着一种观点“三人行，必有我师”，在井下不管是值班领导还是一线工人，他们都是我的老师，我也都虚心的向他们请教。比如从工人那里了解到他们所说“覆岩”的书面语就是伪顶，“阀口”的书面语就是节理等。

在实习期间，我利用此次难得的机会，严格要求自己，遵守公司纪律，不迟到、早退。认真学习专业知识，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识，掌握了一些相关的最新的行业规范及国家有关规定，从而进一步巩固自己所学到的知识，努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合。在师傅们的悉心关怀和指导下，通过自身的不懈努力，各方面均取得了一定的进步。在图纸方面，井上、井下对照图，采掘工程平面图，通风系统图，井上、井下配电系统图等重要的图纸均有一定的了解，能够看懂，但是领悟得还不够透彻，还必须加强学习和理解。能够看懂《采（掘）作业规程》里面的文字资料及附图。南光公司矿井为中等水患、高瓦斯矿井，我对防治水、煤（岩）与瓦斯（二氧化碳）突出防止以及瓦斯抽采方面的知识了解甚少，但我会以后的工作学习中加强对这方面知识的提高。

古人云：“学，而后知不足也”。通过实习同时也发现自己有很多不足的地方，对以前所学过的理论知识理解得不够透

彻，掌握不够牢固。学习要精、要专，更要谦虚踏实，一定不能眼高手低，要从一点一滴学起，从一点一滴做起。知识需要点滴的积累，在学习中不能因为细小而忽略学习，甚至不屑学习，勿以善小而不为，我们学习一定要认真踏实、循序渐进。学习贵在坚持，只有不断地学习才能够不断的进步，成绩的取得要靠经验的积累，这种积累就要靠坚持不懈的学习，也许学习对于很多人都可以做到，但要坚持下去就需要付出艰苦的努力。

一分耕耘，一分收获，我今天所有进步与师傅们的指导和帮助分不开。在以后的工作中我将不断求真务实、不断磨练自己、不断学习新知识、掌握新技能，不断提高自己的业务水平来满足工作的需求、服务社会。

通过本次实习，我学到了很多课本上学不到的东西，增长了见识，开阔了视野，并对煤矿井下安全生产有了更深的认识：

要不断增强安全教育的实效性，着力构建安全教育的长效机制，实现安全教育的正常化、制度化、规范化。安全教育不仅要保证数量，更重要的是保证质量，切忌搞一刀切、一个模式。其它企业一些运转的很好的方式方法，只能借鉴参考，严禁一成不变的照抄照搬，必须根据企业自身实际情况，根据不同的工种、不同的岗位、不同的人群，合理调整。开展不同形式的、富有针对性、职工喜闻乐见并易于接受的安全教育活动，如挂历、图片、影像资料等，把对职工安全理念的培育、思想行为的引导，直接融合到安全生产过程中，达到人人讲安全，事事讲安全，不安全不生产，一切为安全让路的状态的环境。

把安全教育作为一项长期性的重要任务，贯穿于安全生产的全过程中。要把安全教育工作作为一项长期性的工作来办，仅靠一两次的教育就让职工始终按章作业正规操作是不太现实的。必须做到常抓不懈，持之以恒。不要等出了事故紧一阵，开展活动忙一阵的做法，更不能心血来潮，忽冷忽热。

要树立长期抓的思想，切实把安全教育作为一项长期性的重要工用任务，制定长远规划，持续不断地对职工进行安全教育，使职工真正在思想上认清：“煤矿安全生产最大最危险的隐患是人的不安全意识和行为”所造成的，但“安全事故都是由违章造成的”，“违章作业就是自杀，违章指挥就是杀人、犯罪”，从而牢固树立“安全第一”、“人的生命高于一切”的安全价值观，自觉地抵制“三违”，远离“三违”。

安全教育必须坚持以人为本，注重研究职工在安全生产过程中的思想、行为变化规律，研究不同层次的职工群体对安全生产的心理需求，研究预防为主的安全教育内容和手段。要围绕不同时期、不同阶段、不同季节的安全工作情况，针对常见事故的类型和发生地点，针对安全薄弱地点、薄弱人物的具体情况，有的放矢地对职工进行教育。要把以人为本的思想教育与法律约束、行政监督、经济和奖惩等多种手段有机结合，贯穿于企业管理、生产经营、法律法规等各项制度中，这样才能有效地增强安全教育的整体能力，提高安全教育的实效性。要不断创新教育形式和载体，积极探索安全教育的最佳方案。

总之，安全是人类生存的根本要素，安全生产更是我国国民经济和社会发展“十二五”规划提出的战略决策。“安”者，安定和谐也。个人之安，则举家欢颜；家之安，则户纳千祥；国之安，则国运昌盛；宇之安，则万物和谐。

时间一晃而过，在南光公司的实习即将结束。这是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而美好的回忆。在这段时间里公司给予了我足够的宽容、支持和帮助，让我充分感受到了领导们“海纳百川”的胸襟，感受到了煤矿工人“不经历风雨，怎能见彩虹”的豪气，也体会到了他们的艰辛和坚定。“团结”、“拼搏”、“和谐”的南光精神一直鼓舞和感染着我，我也一定会将它秉承和发扬下去的。

在这次实习过程中，师傅们渊博的学识、严谨求实的工作态度以及对我们孜孜不倦的教诲，都将使我终身受益，是我一生宝贵财富，我将铭记于心。在以后的工作中，我还会继续的向师傅们请教学习自己未曾真正掌握的知识，提高自己的综合能力，为以后更好的工作打下坚实的基础。

值此实习结束之际，再次向师傅们致以崇高的敬意和衷心的感谢！七台河房屋信息同时感谢对我帮助过的南光公司其他的职工，谢谢你们对我的帮助和支持，让我感受到南光公司宽大的胸襟。

最后再次感谢南光公司给我提供实习的平台，祝福南光公司精诚团结，携手共进，共创辉煌。

煤矿厨师心得体会总结篇五

8月3日，我矿区队干、车间工会主席、家属协管员在矿工会的带领下，到宁东能源化工基地、荡水库、磁窑堡二矿、羊场湾矿参观学习，我有幸参加了这次活动，通过参观学习使我增长了见识，开阔了视野，亲身体会到了宁煤集团强劲的发展势头，内心受到了很大的触动。

尽管是炎热的高温天气，然而在被称为宁夏“一号工程”的宁东能源化工基地，放眼望去，到处是一片繁忙的景象，建设者们正在用火热的激情书写着浓墨重彩的历史画卷。宁东能源化工基地是以煤、电、化、油为一体的大型区域工业园区，基地项目全部建成后，将为宁夏新增工业增加值305.7亿元。

我们走进鸭子荡水库、羊场湾矿、磁窑堡二矿，见到的是绿草如茵的场景、整齐干净的街道，内容丰富的宣传栏，标准化的调度室，调度人员着井下的安全生产情况。磁窑堡二矿的介绍短片，让我们更进一步了解了磁窑堡二矿。磁窑堡二矿在神化宁夏煤业集团“南部发展”战略的号角声中，仅

用2.04亿元投资、18个月时间就完成了大规模的矿井技术改造，实现了由30万吨小井向300万吨现代化矿井的跨越，创造出行业投资最省、时间最快、见效最快的矿井发展模式。20xx年，实现了当年投产、当年达产，并创造了宁夏“利润最高、成本最低、工作面单产单进第一、回采工效第一、全员效率第一、员工收入第一”的优异成绩。

该矿地面设施比较齐全，设备先进，管理制度健全。严格按质量标准化要求设置选煤设施。矿领导班子认真贯彻落实安全第一的方针政策，把搞好安全生产、维护职工合法权益作为实践“”的具体体现，始终把安全生产放在各项工作重中之重来抓。从抓矿井质量标准化建设入手，按照“管理、装备、培训”并重的原则，依靠科技进步解决了安全生产中的关键问题。

从调度室显上看该矿的井底车场、运输、通风大巷布局合理，巷道质量、标准，符合质量标准化要求；安全标语醒目，随时提醒井下工作的人们遵章守纪，安全生产；该矿强化了职工培训和安全宣传教育，提高了职工的安全自我保护意识。实现安全生产七周年，没有发生生产安全事故；矿井监控方面达到了质量标准化要求。

通过参观学习，感受颇深，联系我们工作实际。我认为加强员工素质教育是强企的核心。作为汝矿人不仅应看到前所未有的发展机遇，还应意识到来自其他兄弟单位的差距和挑战，我们只有抓紧时间，不断地充实提高自己，从我做起，从现在做起，在这块充满希望的土地上放飞我们的希望与梦想。我们汝矿人必须解放思想、更新观念，为企业分担压力、忠诚企业，创造良好的发展环境。我们每个人都应脚踏实地，从一点一滴做起，为构建和谐矿区贡献自己应有的力量。