

工会会员知识手册

中国展望出版社



工会会员知识手册

《工会会员知识手册》编写组编

中国展望出版社

一九八六年·北京

责任编辑 秦石 向恩

封面设计 胡宝坤

工 会 会 员 知 识 手 册
《工会会员知识手册》编辑组

中 国 质 量 出 版 社

(北京西城区太平桥大街4号)

天津静一印刷厂印刷

北京新华书店发行

32开本787×1092毫米1/32 14.81印张

304.9千字 1986年12月 北京第1版

1986年12月第1次印刷 1—50000册

统一书号：17271·025 定价：2.95元

来结识一位新朋友

— 寄语读者

—

生活是开发的，人生不应该捆绑自己，至少是在精神世界里把视野拓宽。

生活是多彩的，人在黑暗中需要光明，在光明中则思慕绚丽。赤橙黄绿青蓝紫，灰银粉红黑褐白，深浅不一，明丽相映。有人说：“生活是追赶太阳，投远飞行咏叹调”其实就是奔逐色彩。

世有千珍，惟知识份量，科学创新，无涯无际，故谓知识就是阳光，就是色彩。

二

有知才有识，有识才有为，美好与丰富的精神生活，并不属于从事“高雅”职业的人，而属于它的追求者。

思维的种子，与追寻者结合便会产生生活的奇葩，智慧的翅膀，与学习者共鸣便会诱发鹰鹏之翔，带你到一个广阔的空间；生命的长青树，一旦在勤奋磅礴的土地扎根，便可青春永驻，使生命的年龄保持长远的旺盛勃发。

哦，知识——人是你的创造者，也是拥有者。人类生产劳动创造世界的文化总和就是知识，人类开拓未来精神财富的资本也是知识。人的一生与知识如水土一样鼻息仰仗，不可

分割。

读一部书，脱一层愚壳，达一程智路，愿你开阔心灵的窗户尽情收览卷页之光，大千之色。

三

书是生活的阶梯，勤奋的伴侣，学习的知音。

与书交友，胜过与牌交友、与烟交友、与酒交友，它会在潜移默化中把占去你的时间精力数倍地还赠给你的，只要你喜欢它。

它将无声地走进你的生活，使你内在美化，变得充实丰盈起来；它将带给你多发的魅力，多味的启迪，诱发你的灵感。

目 录

来结识一位新朋友——寄语读者

1. 最基本的十个小常识 …………… (1~5)

- 名人名言
- 工会的性质
- 工会的特点
- 工会的作用
- 工会的地位
- 新时期工会工作的方针
- 新时期工会工作的任务
- 工会干部的义务
- 工会积极分子是出人才的“蓄水池”
- 历次工会代表大会简况
- “五一”国际劳动节的来历

2. 今天，每个人都处在改革的空气里 (7~16)

- 名人名言
- 对改革要有一个坚定的信念
- 改革的失误并非完全不可避免
- 中国式的现代化与民族心理、传统文化
- 您具备企业家应有的素质吗？

3. 抬起眼，看一看周围的世界…… (17~27)

- 名人名言
- 世界新技术革命三大特征
- 世界新技术革命的八大趋向
- 当代知识在迅猛发展
- “知识爆炸”时代话学习

4. 每分钟都有新的知识产生出来… (29~54)

- 名人名言
- 视频化社会
- 信息化社会
- 信息科学
- 信息社会科学
- 信息经济

学 ○第三产业及其由来 ○正在探索的三I革命 ○托夫勒谈第四次浪潮 ○奈斯比特与《大趋势》 ○自然科学 ○前沿科学 ○技术科学 ○软科学 ○能源科学技术 ○电子计算机技术 ○高能物理学 ○空间科学技术 ○激光科学技术 ○运筹学 ○微科学 ○遗传工程学 ○优生学 ○生态学○物候学 ○环境科学 ○边缘科学 ○未来学 ○科学学○潜科学 ○生物力学 ○生物医学工程学○环境经济学 ○人类学 ○劳动社会学 ○人工智能 ○基因工程 ○细胞育种 ○无土栽培 ○滴灌技术 ○试管婴儿 ○细胞融合技术 ○光纤通讯 ○航天飞机 ○生物信息研究 ○语言翻译机 ○遥感技术 ○真空技术 ○塑料飞机 ○“Z零”粒子的发现 ○比血好的“福祿松” ○智能假肢 ○有头脑的汽车 ○人眼跟踪系统

5. “人才”是当今第一需要…………… (55~64)

○名人名言 ○什么是人才 ○强烈的事业心 ○特殊的勇敢精神 ○认真严格一丝不苟 ○坚韧顽强勤奋努力 ○精力专一滴水穿石 ○自信自立 ○胜不骄败不馁 ○社会与成才 ○环境与成才 ○家庭教育与成才 ○机遇与成才 ○时代与成才 ○爱迪生的成才公式 ○爱因斯坦的成才公式

○我国人才学研究中提出的新公式 ○什么人将最受欢迎

6.最大的学问是善于学习…………… (65~75)

○名人名言 ○怎样提高阅读能力 ○怎样增强记忆力 ○人的记忆可以测量
○怎样提高思维能力 ○怎样提高观察力
○怎样发挥创造力 ○选择自学课题有哪些方法
○怎样制定自学计划 ○怎样做学习卡片
○怎样利用图书馆和工具书
○如何合理地使用学习时间 ○怎样设计好学习时间利用表
○什么是柳比歇夫时间统计法 ○怎样利用时间的“下脚料”

7.礼貌，人类文明的徽号…………… (77~83)

○名人名言 ○仪表 ○称呼 ○约会 ○交谈
○待客 ○作客 ○乘车 ○游览 ○购物
○避讳 ○邻里之间 ○与外宾相处

8.现代人善于交际…………… (85~93)

○名人名言 ○怎样交知心朋友 ○克服嫉妒心
○学会微笑术 ○漂亮的姑娘如何处世

9.让玫瑰花在春天开放…………… (95~101)

○名人名言 ○爱情的涵义 ○爱情的开始
○选择爱人的标准 ○理想的妻子和理想的丈夫
○怎样写情书 ○第一次赴约会
○第一次踏进对象家门 ○热恋中要有理智

10.常相知不相疑…………… (103~110)

○名人名言 ○婚前要体检 ○结婚要登记

- 夫妻生活要和谐
- 婚姻生活中的错误观念
- 婚后“危险时期”是怎样造成的
- 在夫妻之间有矛盾的时候

11. 迎接新生命的诞生…………… (111~116)

- 名人名言
- 婚后不孕，男女双方该检查些什么
- 怎样计算预产期
- 生男生女是怎么回事
- 孕期要注意的事项
- 怀孕呕吐怎么办
- 怀孕后干活应注意什么

12. 将你的心血溶进下一代…… (117~131)

- 名人名言
- 哺乳须知
- 怎样护理好长牙的婴儿
- 如何纠正孩子吮手指的坏习惯
- 如何给婴幼儿点眼药
- 怎样给小儿喂中药
- 当心幼儿误食糖衣药片
- 孩子不爱吃饭怎么办
- 谈谈幼儿情感交叉症
- 小儿尿混浊是怎么回事
- 打防疫针越多越好吗
- 学龄期儿童的营养

13. 未来的天才从襁褓中来… (133~139)

- 名人名言
- 要重视婴幼儿的早期教育
- 怎样为孩子购买玩具
- 保护孩子的偶发性兴趣
- 家庭教育与独生子女

14. 愿你有一个美满的家庭…… (141~150)

- 名人名言
- 美满家庭靠什么
- 美满家庭应具备哪些条件
- 容易导致子女犯罪的几种家庭类型
- 怎样做好家庭储蓄
- 如此储蓄乐无穷
- 寄语老夫老妻

15. 创造美，不妨从你的房间起步

..... (151~169)

- 名人名言
- 怎样布置新房
- 家庭布置中的特色
- 门厅的室内设计
- 如何选择和粘贴塑料壁纸
- 夏季装什么窗遮好
- 怎样给窗帘打裱

16. 吃也是生活永恒的主题…… (171~209)

- 名人名言
- 要讲究膳食平衡
- 热狗、汉堡包、火烧夹肉
- 面条小史
- 一桌丰盛的春节家宴
- 冷拼六品
- 御膳与风味小吃
- 仿膳“鱼肠剑”
- 丹东烤鱼
- 妙炖牛肉
- 南方的鸡蛋食法
- 夏令菜点
- 八宝菠菜
- 应炒雪冬
- 甜枣桃
- 吃桔两法
- 甜辣兔丁
- 拔丝桔子
- 炆三丝
- 盐水鸭
- 水晶球
- 怎样食鲜藕
- 海带的营养和食用方法
- 谈吃红薯
- 大白菜的几种烹调法
- 香肠的加工方法
- 食蟹妙法
- 香蕉热吃
- 妙喝咖啡
- 怎样喝鸡尾酒
- 月饼的质量鉴别
- 中国十大名菜简介
- 家庭配制清凉饮料

17. 饱满的精神源于强健的体魄… (211~248)

- 名人名言
- 性格与精神健康
- 情绪与健康
- 笑的学问
- 脑力劳动者尤需参加体育锻炼
- 失眠自我调治法
- 枕头的学问
- 冷日三忌
- 洗澡趣闻
- 清晨饮水与防病

○五种开水不能喝 ○有助健康的微量元素
○多吃素油好不好 ○常吃红糖有好处 ○
贫血病人吃些什么好 ○自办家庭瓜果皮药
箱 ○口腔保健操 ○吸带过滤嘴香烟有毒
吗 ○哪些食品可以解酒 ○患“血崩症”吃
什么中药好 ○妇女更年期的新见解 ○为
什么世界上女寿星多 ○冬天老人为什么皮
肤发痒 ○冠心病患者是否可以乘飞机 ○
抗衰老中药“何首乌” ○猕猴桃与防癌 ○
中、老年人怎样保护心脏 ○心肌梗塞病人
要预防便秘 ○老年人的关节病变 ○老年
糖尿病的防治 ○人参的服法 ○服用人参
应注意些什么 ○阿胶的吃法 ○风寒感冒
食谱二则

18. 生活里到处有学问…………… (249~277)

○言人名言 ○天暖话冰箱 ○电冰箱的挑
选、使用和保养 ○家用电冰箱的食品保鲜
○彩色电视机的选择与使用 ○怎样延长
显像管的使用寿命 ○洗衣机问答 ○如何
正确使用袖珍电算器 ○煤气灶阀门漏气的
修理 ○高压锅的妙用 ○火锅与铜中毒
○易燃煤饼消烟法 ○怎样延长瓶装生啤酒
的保存期 ○奶粉的特性及保管 ○怎样煮
好中药 ○哪种颜色的自行车内胎好 ○油
漆家具五步 ○化纤衣服除污法 ○凉席的

藏法 ○怎样选购黄金首饰 ○金银饰品
使用常识 ○穿高筒皮靴的利弊 ○化妆与化
妆品 ○化妆品后面的危险 ○口红不会致
癌

19. 在娱乐中爱抚生活…………… (279~291)

○名人名言 ○文学体裁有幾大类 ○什么
是戏剧 ○中国戏剧分类 ○电影的产生与
发展 ○电视剧 ○什么是轻音乐 ○什么
是交响乐 ○什么是室内乐 ○什么是奏鸣
曲 ○什么是协奏曲 ○什么是进行曲 ○什
么是圆舞曲 ○什么是小夜曲 ○欧洲“音乐
之父”巴赫 ○熟悉一下马勒 ○“金嗓子”
的秘诀 ○什么叫打击乐器 ○什么叫
管乐器 ○什么叫弦乐器 ○什么叫电子乐
器 ○关于围棋 ○书法的基本功 ○绘画及
其种类 ○篆刻及其流派 ○篆刻艺术小史

20. 运动即是生命…………… (293~298)

○名人名言 ○田径 ○足球 ○排球 ○
篮球 ○乒乓球 ○网球 ○羽毛球 ○游
泳 ○棋类 ○旱冰

21. 生活情趣丰富多彩…………… (299~323)

○名人名言 ○论聊天 ○今人与古人试比
高 ○“点穴定身法”的秘密 ○中国特产
有哪些鸟 ○养金鱼月事 ○家庭养花问答
○月季快速育苗新方法 ○冬日的花蟹爪兰
○盆花叶子发黄的挽救 ○庭园常见灌木

的冬季修剪 ○庭院葡萄的越冬防寒 ○案头小品盆栽莲 ○绿化新品瓶景 ○电吉他的种类和选购保养 ○手风琴的维护 ○钢琴的使用与维护

22. 愿你青春永驻…………… (325~350)

○名人名言 ○健美琐谈 ○谈谈姿态美
○女子健美收腹运动 ○女子胸部的健美按摩
○妇女护肤秘诀 ○妇女的美容 ○怎样避免产生或减少皱纹
○美容磨削手术常识问答 ○美容食品的佼佼者核桃
○女孩饮食健美法 ○怎样佩戴耳环、项链 ○服装与健美
○怎样保护头发 ○如何选择发型 ○世界最新女子流行发式

23. 高雅的装束可为春园增色…………… (351~370)

○名人名言 ○你会穿西装吗 ○穿西装时请注意
○如何选择西装大衣面料 ○穿西装如何打领带
○中年妇女怎样衣着打扮 ○冬季女大衣的流行款式
○皮革服装的性能和保管方法 ○闲谈毛皮 ○选购裘皮服装须知
○新型的衣着针织时装 ○女衬衫款式变化的奥秘
○牛仔裤琐谈 ○春令皮鞋的选择

24. 跳吧, 让生命充满活力…………… (371~384)

○名人名言 ○怎样组织舞会 ○舞会礼仪
○交谊舞与健康 ○布鲁斯舞 ○华尔兹舞
○探戈 ○伦巴 ○吉特巴 ○迪斯科

25. 打开心扉走进大自然 …………… (385~414)

- 名人名言
- 怎样组织旅游
- 旅游要带哪些东西
- 旅游要备好轻便实用的行装
- 晕车晕船预防有法
- 当你措手不及
- 旅游中的饮食卫生
- 旅游结婚
- 北京旅游
- 承德旅游
- 北戴河疗养地
- 大连风采
- 哈尔滨风光
- 南京旅游
- 人间天堂在苏杭
- 桂林山水甲天下
- 黄果树瀑布
- 青海湖、鸟岛
- 云岗石窟
- 敦煌莫高窟
- 黄山
- 华山
- 庐山
- 泰山
- 武当山
- 峨眉山
- 长白山

26. 公民，请用法律保护自己… (415~459)

- 名人名言
- 什么是法律
- 法律有哪些种类
- 公民如何起诉
- 怎样写诉状
- 我国公民有哪些基本权利和义务
- 结婚要具备什么条件
- 哪些情况禁止结婚
- 什么是经济法
- 什么叫专利权
- 什么是版权
- 什么是诉讼法
- 什么是环境保护法
- 关于未登记即同居的婚姻
- 关于第三者介入的离婚案件
- 如何审理因一方犯罪对方提出离婚的案件
- 如何处理精神病患者的离婚案件
- 关于离婚时财产处理的几项原则
- 家庭财产、夫妻共同财产和个人财产
- 她能随继父的姓吗
- 我有继承权吗
- 我母亲的录音遗嘱是否受法律保护
- 我伯父的行为合法吗
- 父母能否与染有

恶习的孩子脱离关系 ○儿子对退休母亲有赡养义务吗 ○男到女家落户就不该享有继承权吗 ○这样的案件是否可以平反 ○这样的买卖契据有效吗 ○这一承包合同纠纷该如何处理 ○我如何追回被诈骗的现金 ○弟弟制作手枪是犯罪行为吗 ○经法庭判决离婚的男女能否复婚 ○处理火灾案件引火物证被烧毁怎么办 ○房管部门强迫主客双方签订租赁合同是否合法 ○“人民法院认为确有必要受理男方复婚请求”一般指哪些情况 ○被判刑的人刑满释放后，能否对他们称作“劳改释放犯” ○正在服刑的犯人有选举权吗 ○第二审法院对不服第一审裁定的上诉案作出判决是否妥当 ○党员犯罪是先开除后逮捕还是相反



1、最基本的十个常识

愿相会于中华腾飞世界时。

——周恩来