**二0一六年第四期**

**（总第53期）**

综合管理部编 二0一六年十月三十一日

**【领导活动】**

**【本行要闻】**

☆吉水农商银行开展储备人才选拔考试

☆吉水农商银行组织召开党委中心组学习扩大会议

**【网点动态】**

☆吉水农商银行举办“岗位作贡献、员工展风采”主题演讲比赛

☆吉水农商银行“迎国庆”贵金属展销会火热开展

☆方寸之间也可大有作为

**【法律大讲堂】**

**【人物风采】**

☆奉献不言苦 追求无止境 ——水南支行柜员许欣

☆爱岗敬业之星 ——尚贤支行客户经理罗贤华

**【百福文苑】**

☆至最美的你们

**【员工心声】**

☆打破固定思维，勇敢向前

☆请多一份理解宽容

**【健康小贴士】**

**【重要发文】**

**【领导活动】**

●8月27日至29日，吉水农商银行董事长颜斌列席参加中共吉水县委组织召开的中国共产党吉水县第十三次代表大会。

●8月29日下午，吉水农商银行监事长周涛参加县人民银行“金融知识宣传”工作布置会议。

●9月7日上午，吉水农商银行董事长颜斌参加县委举办的习近平总书记“七一”重要讲话宣讲报告会。

●9月9日下午，吉水农商银行监事长周涛参加全县精准脱贫攻坚工作调度会。

●9月26日下午，吉水农商银行监事长周涛参加全县精神文明建设工作推进会。

●9月29日上午，吉水农商银行监事长周涛参加县人行支付结算及防范电信诈骗工作部署电视电话会议。

●9月30日下午，吉水农商银行监事长周涛参加县行政中心东二楼报告厅召开的全县“四看四比”工作推进会。

●10月17日上午，吉水农商银行监事长周涛参加县人行组织召开的全国金融精准扶贫贷款专项统计报数冲刺阶段动员电视电话会议。

●10月20日，吉水农商银行行长助理付志鸿出席县委办、县政府办组织召开的全县脱贫攻坚工作调度会。

●10月24日，吉水农商银行行长助理付志鸿前往峡江人行参加货币发行会议。

●10月25日上午，吉水农商银行董事长颜斌出席县政府全体会议。

**【本行要闻】**

**吉水农商银行开展储备人才选拔考试**

**本刊讯（办公室）**2016年8月10日-11日，为建立健全人才储备机制，提高人才质量，提升市场竞争力，吉水农商银行组织开展了储备人才选拔考试。

据悉，此次考试分为中层管理人才考试及优秀专业人才考试两类考试，共推出63个名额，吸引了104名员工报名参加，其中不乏中国农业大学、南昌大学、江西财经大学等国内知名大学毕业的优秀员工。预计面试将于9月初进行。

“问渠哪得清如许，为有源头活水来”，在各级监管部门和省联社的正确领导和大力支持下，吉水农商银行将把人才工作从培养到使用全方位跟进。据了解，储备人才培养计划是该行立足长远、面向未来、积蓄后劲，从源头上培养年轻干部的重要举措，通过统一考试的方式，更加公平、公正、公开地选拔优秀人才。

**吉水农商银行组织召开党委中心组**

**学习扩大会议**

**本刊讯（党群办）**9月13日晚，在总行十二楼会议室召开党委中心组学习扩大会议，会议由行纪委书记周涛主持，行党委书记颜斌、行长助理付志鸿出席会议，全体在职党员、各支行、部室负责人、老干部支部书记、委员共80余人参加学习活动。

会上，纪委书记周涛组织大家学习了《关于陈阳霞、程子亮等同志在私人会所组织和接受吃请问题的通报》、省联社纪委《关于认真学习贯彻<中国共产党问责条例>的通知》（赣农信联社党纪[2016]30号）、《中国共产党问责条例》、省联社《关于重申严禁违反大宗物品集中采购和工程项目招投管理的通知》、传达了《孔发龙书记在省联社中心组“艰苦奋斗攻难关”专题研讨会上的讲话》。

组织观看了“绿我涓滴，会它千顷澄碧”视频，该影片生动地讲述了十名基层工作者立足本职岗位，艰苦奋斗、爱岗敬业的真实事例，他们在平凡的工作岗位上做出了不平凡的业绩，其中“脏累一个人、清洁千万家”的萍乡市垃圾处理厂工人，“脚下有泥土、肩上有担当”的浮梁县查大村支部书记，“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的景德镇社区干部余梅，他们全心全意为人民服务的崇高精神激励了在座的每一位党员。

**【网点动态】**

**吉水农商银行举办“岗位作贡献、**

**员工展风采”主题演讲比赛**

文/王应玮、杨越

为鼓励员工立足岗位、甘于奉献，切实增强员工的责任感、使命感，进一步激发员工的担当精神和工作热情。7月18日晚，吉水农商银行举办了“岗位作贡献、员工展风采”主题演讲比赛。

来自该行部室、网点的28名员工参加了此次演讲比赛。演讲中，选手们慷慨激昂、声情并茂的讲述了吉水信合人扎实肯干、开拓创新的精神面貌，抒发了自己作为一名信合人的自豪感、荣誉感、责任感，选手们精彩的演讲赢得了评委们和现场观众的阵阵掌声。经过紧张激烈地角逐，6名选手脱颖而出，分别获得一、二、三等奖。

此次演讲比赛旨在增强员工凝聚力和向心力，更好的引导全体员工积极向上，自觉将思想和行动统一到省联社的决策部署上来，在打造历久弥新、行稳致远“百年老店”中贡献自己的一份力量。

**吉水农商银行“迎国庆”贵金属**

**展销会火热开展**

文/杨越

为进一步满足客户多元化、个性化的投资需求，答谢新老客户长期以来的支持和厚爱，9月29日上午9时，吉水农商银行举办了“迎国庆”贵金属展销会，为广大客户呈现了一场贵金属鉴赏和投资交流的盛会。

黄金饰品、金银工艺品、金银纪念币等多种产品参展，这些产品工艺精细、制作精美，除贵金属本身价值属性外，还集投资、收藏价值于一体。其中金猴献瑞丙申年邮票金、银版等产品深受客户喜爱。五路财神金元宝、事事如意银算盘等参展的贵金属产品也得到了现场客户的广泛关注和青睐，活动现场气氛欢快而热烈。

本次贵金属展销会在为客户提供多样化金融投资服务的同时，也为吉水广大群众提供了一次贵金属收藏的视觉盛宴。

**方寸之间也可大有作为**

文/郭惠惠

最近，全县各大网点都在轰轰烈烈地开展清收工作，全体员工们也使尽浑身解数跟不良户们斗智斗勇。不少客户经理纷纷下乡到家里，或晓之以理，或动之以情。各位同仁的积极作为，也取得了可观的成果。那么，大多数时间坐在柜台服务的柜员们呢？其实，也可以大有作为的。长期在柜台的柜员们可以“等”客上门，尚贤的柜员周方圆同志就是这么做的。

前两天，尚贤支行的柜台就收到了一笔时间久远的不良贷款。该客户是尚贤乡直坑村的李某，家庭条件确实不富裕，其丈夫生前欠下的款迟迟没能还清。那天，李某恰巧来尚贤支行办理取款业务，接待她的正是柜员周方圆。她当时一看客户的名字，立刻反应过来这是一名欠款客户。于是和网点工作人员一起做工作，劝说她在能力范围内还了一部分款。

原来，前几天网点的客户经理刚好前往直坑村走访，回来提到了这名贷款户，并介绍了她的情况。当时，周方圆同志就将此事记在了心上，所以接待这位客户时特别留意了，及时为我行挽回了损失。虽然金额不大，但这份用心值得我们肯定和学习。

十月份的一个下午，业务不多，客户也是陆续前来。此时，一名男子走向周方圆同志的柜台，办理柜面业务。几分钟过去，周方圆就查实其在我行欠有贷款，并劝其将欠我行的逾期贷款还上。是的，来人是几年前在我行贷款并至今未能结清的朱某。

确实，我们都好奇，她是怎么将柜台前的欠款户一个个识别出来的。她说，她也不知道谁是贷款户，但是业务不忙的时候会多做一步，核查客户是否在我行有贷款。一旦碰到有欠款的客户就可以做做工作，劝其及时还掉。果然，“火眼金睛”的背后是靠许多努力和耐心支撑的。

原来，清收工作施展手脚的地方有很多，方式有多种，可以是直接找到客户，也可以这般“等客上门”；可以目的明确地找其还款，也可以在进行其他工作时兼顾开展。原来，只要留心，这柜台的方寸之间也可以大有作为。

**【法律大讲堂】**

**1、咨询：有一借款单位借了500万，因资金周转困难，想办理展期，由于抵押人为夫妇俩，现在抵押人之一去世，对此，可否办理展期？**

解答：根据《贷款通则》的规定，办理展期应该由担保抵押人、借款人向信用社提出办理展期的申请，而现因抵押合同中的其中一个抵押人去世，在其相关权利义务没有确定前，因担保抵押人的主体不存在而无法申请，故不宜办理展期。

**2、咨询：有个借款户借款没有偿还，已过法定诉讼时效，现发现其账户中有一万余元，对此，可否直接扣收？**

解答：鉴于该笔借款已过法定诉讼时效，建议你社通过发贷款催收通知书，或与借款人订立还款协议，使时效恢复，可通过法院对其账户及相关资产进行查封冻结。一般对借款户进行直接扣划还款，应要有借款户的书面授权扣划书，如没有签协议、或经授权而直接扣划，金融机构不具有直接扣划的权力。但从维护信用社的合法权益来说，可以先扣划再通知，如客户对此提出异议或起诉到法院，可申请法院对该存款予以诉讼保全，最终结果还是一样的。

**3、咨询：借款合同签订以后，另外发现借款人的担保抵押资产不够，要求追加办理担保抵押物，可不可以？**

解答：可以。

**4、咨询：有一借款担保人有两个，在贷款到期后，两担保人与债权人口头约定，担保人按份代为偿还，现有一保证人已代为偿还了一百万，银行起诉时，可不可以只起诉另一个没有代为偿还的保证人？**

解答：可以。但建议起诉借款人和两个保证人，由法院确认另一保证人是否属于按份保证及履行了保证人义务。

**5、咨询：与客户签订了借款合同和房屋抵押合同，贷款到期后，客户没有资金归还借款，双方又办理了转贷手续，原有的抵押合同和他项权证可不可以继续使用？**

解答：不可以。原有的借款合同和抵押合同因转贷而消灭，故办理转贷应重新办理抵押合同及抵押登记手续。

**6、咨询：一个村委会的土地补偿款以村主任的名义存入，其他委员各掌握密码中的一部分，现存款人以外的五个人提出要转出这笔三百万存款，他们有存折，也知道密码，可不可以转？**

解答：对此问题，你们应要求存款人本人到场，如果他不能到场，要有他的身份证件、及代理人身份证，并密码正确。对于存在风险的，应进一步要求他的村委会及村委会的上级机构乡镇出具证明，特别是在他们存在纠纷的状况下应等存折姓名人到场后，由他们共同做出决定，否则不宜办理取款。

**7、咨询：一对夫妇想用房屋办理抵押贷款，但夫妇离婚了（离婚不离家），这种房产能否办理？**

解答：如果要办理，应该由夫妇俩作为产权人共同签订抵押合同，并办理抵押登记，该房屋抵押合法有效。

**8、咨询：签订借款合同或者保证合同，是否需要夫妇俩共同来签订办理？**

解答：法律规定，一般来说，如果没有明确约定为夫妻一方个人债务，可视为家庭债务，所以在法律上一般夫妻一方签订的借款合同或保证合同，均合法有效。但在可能要处置夫妻共同财产时，最好要由夫妻俩共同签字，以免在处置相关资产时出现争议。

**9、咨询：在2012 年向法院起诉了一个借款户，在法院主持下进行了调解，在调解书中没有将抵押写入其中，只有写明还款计划，现在申请时可不可以将抵押一并写上？**

解答：可以。在法院主持下所作的调解书与判决书有同等法律效力，可以申请人民法院强制执行，在申请内容中也可以将抵押物品写入申请执行内容中。

**10、咨询：一个公司股东在多伦多，领事馆出具了授权委托书的相关证明，问凭出具的文书，信用社是否能贷款？**

解答：因为授权书的内容不够明确，没有对贷款的具体事项做出授权，建议补充相关的手续后再办理。

**【人物风采】**

**奉献不言苦追求无止境**

——水南支行柜员许欣

文/田先安

许欣，现为水南支行柜员。自2011年参加工作以来，不管是在螺田、乌江还是在水南，她都把根深深的扎在基层柜员岗位中，把情源源融入基层工作中，无怨无悔，孜孜以求。在日常工作中，她始终以阳光般灿烂的微笑，热心真诚的态度，贴心细致的服务，给广大客户留下深刻的印象，用实际行动赢得领导、同事及百姓的真心信赖和支持。

**工作不忘学习 认真提高技能**

作为农商行柜员，她深知柜员岗位的重要性，因为她是顾客直接了解我行的窗口，代表着我行的整体形象，起着沟通客户和我行的桥梁作用。因此，在柜员岗位中，她不仅要认真学习各类业务，用心提高技能，热心对待客户，每天还要办理数百笔的业务，但是她没有退缩，没有抱怨，而是迎难而上，更多的是以旺盛的斗志和战胜困难的信心解决每一个难题。她时常告诫自己“打铁还需自身硬”，只有练就过硬的本领，提高自己自身素质，才能为客户提供高效率、高质量的服务，面对领导和同志们的表扬和鼓励,她没有满足,更没有停止前进的脚步。

**只求敬业奉献不求其他回报**

水南支行地处水东片区，乡镇大、人口多、业务量大，但她始终认为自己作为农商行的一份子，做好自己的本职工作是天职。作为一个女人，她不仅是妻子同时也是母亲和女儿，承受着工作和家庭的双重压力。但是在家庭和工作的平衡中，她总是把事业放在首位，用忘我的工作态度赢得领导同事的信任。2016年第一季度为了帮助本单位完成存款任务，她不仅每天走村串巷，同时发动家中的每一份子，仅仅一个礼拜就成功揽储上百万，她雷厉风行的工作作风，为本单位树立起学习榜样。她在自己平凡的工作岗位上用自己的实际行动实现着自己的人生价值。

**细致耐心工作乐于助人为乐**

古人语：“顾客是上帝”，客户就是我们的衣食父母，我们服务的目的就是让客户满意。面对日益竞争的社会环境，为了锁定客户，她首先推出了“亲情服务”、“上门服务”、“限时限务”等一系列服务方式，以“亲切”、“周到”、“高效”的服务展示了本行形象，与客户成为真正的朋友。2015年8月8日，她在日常走访中，得知水南水果批发市场杨某因资金紧张，急需10万元的贷款，她主动带领信贷员上门了解情况，介绍信贷业务，调查了解情况后，帮助杨某到本行办理贷款业务，事后杨某感激地说：“农商行优质快捷的服务，真是解了我的燃眉之急”。通过此次信贷业务，农商行又进一步取得了市场客户的信任。2016年2月2日中午，客户李某到水南支行办理业务时，不小心将一个黑色钱包遗忘在柜台上，她了解事情的经过后，通过自己的努力与李某取得联系，并将钱包归还了失主，第二天客户主动到我行表示感谢。她就是这样通过点点滴滴的小事，时时处处都体现我社服务客户的诚心、爱心。

她就是这样一个平凡、默默无闻的女员工，凭着无私奉献的工作精神和对农商行事业执着的追求，踏着时代的节拍，我相信她将义无反顾地在农商行这片广阔的土地撑起一片属于自己的天空。

**爱岗敬业之星**

——尚贤支行客户经理罗贤华

文/胡晓平

罗贤华，男，中共党员，吉水农商银行尚贤支行客户经理。熟悉他的人对他都有这样的印象：他年轻有为，办事干练，待人真诚，工作扎实。

参加工作3年来，他凭着对信合事业和党的无限忠诚、执着追求，用真情和汗水谱写出了一曲动人的敬业之歌，用智慧和实干描绘出了一幅幅奉献者的青春画卷……3年来，他心系信合终无悔，乐为信合奉献青春，用一个共产党员特有的情和爱，成为服务农民客户的忠实实践者。

**一、乐做“窗口服务尖兵”**

他作为一名客户经理，自己身上的担子不轻，信贷工作头绪多、事情杂。过年期间，存款任务艰巨，他主动承担起新增柜台工作，投入到完成存款任务的攻坚战中去。每天不仅热情的为客户提供柜台服务，而且指导客户使用“两银”，吸收了一定的客户资源。到了晚上，他主动和委派会计一起整理工作凭证，做好大额存取款的登记工作。

虽然过年期间存款业务繁重，他依然会利用闲暇时间通过电话方式，通知到期贷款客户来办理贷款转办手续，合理为客户安排好时间，获得了客户的称赞。对于那些新贷款客户，他和同事一道，做好贷款调查，认真细致的分析客户偿还能力，努力防范资金风险，保证了信贷质量。

对于那些历史久远的不良贷款，他也是仔细翻阅信贷档案，试图去发现可能的突破点。尚贤乡南生村客户刘某，早年在社有笔余额2000元的不良贷款，他通过了解发现刘某在村里经营卫生所，经济状况良好。之后，他和同事一起，找到刘某，之后，客户刘某承诺归还此笔不良贷款。

“村村通”业务是我行大力推行的便民金融服务，他一直以来主动营销，对接客户，培养了一批业务骨干。尚贤乡路边村黄永贵，是个7旬老人，早年担任信用站会计，非常热爱信合工作。在得知这个情况，他多次前往黄永贵家中进行培训，之后不仅减轻了柜面压力，而且方便路边村村民办理业务。

**二、乐做“学习型员工”**

从进入农信社以来，罗贤华同志的学习就没有停止过，他深知如今是知识时代，没有知识在将来将会无立足之地，为此，他坚持学习不放松，《中国农村信用合作》、《中国金融》、《金融时报》成为他学习中的良师益友，从中他学到了不少对工作有帮助的东西。

由于他今年才从事客户经理工作，对于很多业务流程不大熟悉，所以迫切的学习更多业务知识。为此他借了信贷系统知道书籍，认真仔细的研读，结合实际操作，答疑解惑。还虚心向同事学习，提高了自己的业务技能。

全面的人才，是信合事业所需要的，除了业务知识之外，他目前还在准备初级会计师的考试，积极响应总行的号召，不断提升工作能力。

勤奋学习，团结同事，关心集体，具有良好的团队协调精神。罗贤华同志充分利用自己的业余时间，不断充实自己，除对本行产品的学习外，还对营销、流程管理有着极大的学习兴趣。他抱着“在学习中生活，在生活中学习”的观点认真努力的学习。还经常热心帮助同事，并且经常将他学习的心得在同事之间交流，经过他一点一滴的努力，单位上已经形成良好的学习意识、工作氛围和团队精神，成长成为一个具有很强凝聚力和战斗力的队伍。

**三、乐做“风险防控卫士”**

金融规章制度是信合员工必须遵守的行为规范，金融部门绝大部分经济事故和案件都是违规操作和不按规章制度办事造成的。他严格遵守农商行的各项规章制度，认真坚持总行《贷款管理办法》规定的贷前调查、贷时审查和贷后检查制度，严把贷款投放关，执行贷款审贷分离制度，对不同农户的贷款额度分不同的占用形态进行详细记载，深入了解贷户的资金使用情况、生产经营情况，并形成全面、真实的贷后检查报告，不仅为农商行今后的贷款管理提供了详实的资料，而且使新发放贷款的质量有了很大的提高。

欲问秋果何所累，自有春风雨潇潇。罗贤华同志就是这样，心系信合痴情不改，情牵眉坞热土无怨无悔，以一个共产党员的标准严格要求自己，用真心、真情、实干描绘着自己壮丽的人生画卷。

**【百福文苑】**

**致最美的你们**

文/余花

多少文人墨客不吝笔墨将赞美的华章献给了白衣天使；多少音乐家用最华丽的组曲唱尽了对边疆战士的敬仰；多少迁客骚人用尽发自肺腑的诗词极力赞美人民老师的无私奉献。可是，有这样一群默默付出的工作者，似乎谁也不曾花心思去赞美过他们。他们从事着为人方便的工作，却常常默默无闻——他们就是银行工作者。

如花的年纪，走出大学的校门，她们毅然选择走进狭小的营业厅，年复一年磨掉血气方刚的棱角，为的只是让所有的人都能满意而归。就算心里有再多的愁闷，脸上依然要带着灿烂的微笑。“每天一进办公的地方连水都不敢喝，就怕耽误顾客的时间。”这是我认识的一个老员工曾经对我说的，“都说我们银行职员有多吃香，可是哪份工作都不可能那么轻松自在的。我们新来的年轻员工经常被指责，说这里不对那里不好。”将心比心，谁能一开始就能做的非常完美呢？是啊，一线柜员每天面对着形形色色的人，将服务满意到人，谁也不会愿意看到别人挑三拣四的眼神，谁也不愿意听到窗外抱怨的口气。

虽然每天衣着光鲜，但你可知道他们反反复复过多少次点钞的练习？他们电脑键盘的操作又规范过多少遍?每天坐在并不宽敞的办公区域，一坐就是一整天，经常午饭时间都要耐心地服务每一位客户，不敢有丝毫怠慢。甚至忙到连起身活动几分钟的时间都没有，在刷卡、耐心询问客户需求、电脑操作、取钱、数钱、检查核对中不断重复，一项都不能马虎。他们在最短的时间里完成银行类专业知识的学习，不断熟悉各项业务；他们勤学苦练、爱岗敬业，使自身尽快成为业务能手；他们以客户为中心，为客户提供优质文明的服务；他们维护客户合法权益，做好各项营销工作。她们面对千千万万、形形色色的客户，却极少得到赞美，即使这样也毫无怨言，只要客户满意就是对她们服务给予的最大肯定。

看着她们如花般的微笑转身又为下一个客户服务的身影，我只想说声“谢谢！你们是最美的。”，在这一刻，发自内心的真情胜过一切华丽的词句。

**【员工心声】**

**打破固定思维，勇敢向前**

文/肖琳

在总行安排下，全县客户经理组织开展了一次规模盛大的“四扫”营销拓展培训，课程内容紧凑且丰富，让我们学到很多，也感悟到很多。培训之前，我们开展过很多次扫街，有针对各个单位的公职人员贷款宣传，有针对个体工商户的诚商信贷通宣传，通过培训再去反思之前的“四扫”工作，有如下感悟：

**用心沟通**培训让我接触到了一种新的服务理念。这种服务理念不是拘泥于姿势是否标准，笑容是否到位，而是一种发自内心的服务。用心去体会客户所需，用心去和客户沟通交流，找到其需求点，把最适合客户的产品推荐出来。产品是需要我们作为桥梁介绍给客户的，这样才能让客户充分的认识到产品的特色及差异性。

**创新思维**理论课程上的成功案例让我受益匪浅。这些案例就好像一扇窗户，通过它我看到了其他商业银行精彩的策略、强大的执行力以及活跃的思维方式。他们的方案融合了银行的产品特色与客户的需求，活动实惠、多样、新奇，再加上团队合作的力量完美策划。这正是我行员工亟需强化的短板，不能固守原有营销策略和思维方法，而要充分发挥团队的强大力量，万人拾柴火焰高。

**身体力行** 最后一天半的外拓是对这次培训结果的最好验证，大家将老师在课堂上传授的理论知识转化到实践中，从反复中找到自身的短板，并根据短板充实自我。虽然这次外拓我们小组的成绩并不拔尖，但是我们稳扎稳打，不重复拜访客户，有针对的精准营销。培训结束已有一段时间，外拓中挖掘出的客户依然在对接，而印象最深刻的是曾拜访过的一位存量客户经营的网咖，在交谈过程中，了解到网咖因地理位置的关系，虽然设施先进、环境舒适、收费趋同，但是并没有因为暑期的到来给网咖带来明显客流量的提升，但想到网咖的客户群与我行年轻客户群相吻合，于是萌生出强强联合的想法，于是通过网银宣传活动，让青年客户群体接触到我行两银产品，另一方面又为网咖带动人气，宣传方式也选择亲民又便捷的微信及LED电子显示屏。目前该活动依然在不断对接，这个过程让我领悟到老师教导的：出去碰壁不算失败，不敢出去、止步不前才是真正的失败！

很感谢总行给予我们宝贵的学习机会，让我们看到自身的短板，接触到新鲜事物。现阶段，主动营销是各大银行之间的持久战，我们要发挥农商行年轻力量的优势，时刻强化自身能力，不断位于这场战役的最前方，让他行追赶与模仿！

**请多一份理解宽容**

文/刘洁

想想柜员这个岗位我待了有两年之余，有很多所闻所见所感，各种酸甜苦辣都一一尝过，虽然换了岗位，但如今只想谈谈自己一直以来最深的感受：请多一份理解宽容——致最亲爱的柜员。

细心、严谨、高效，想必是柜员展现的性格标签吧。一天中最美好的事莫过于中午和晚上盘点核对尾箱是否无误。银行工作的规范性和尽责性要求我们必须是“零差错”，不管是一分钱还是几万元，对于我们来说性质都是一样。账款核对无误，顺利下班便是我们小柜员简单的梦想。其实，梦想可以这么小，又这么大。

“记得去年春运时间我去火车站排队买票，正巧赶上午饭，排队到我这售票员便离开去吃饭了，等了一个小时才轮到我，心里很着急。于是请窗口售票员替我出完票再离开，可是她依旧没有理会径直离开了……”面对这种“不友善”的做法，换成以前的我肯定会抱怨外加投诉，但是从事了自身工作后，能理解窗口服务的不易。她们每天这样高强度的工作，午饭时间或许是她唯一可以正常休息的时间。想想自己临柜的时候不也是这样么，可能有时生病了情绪会很大，或许家里有什么事情让心情很烦闷，又或者遭到客户的辱骂……因为自己在那一瞬间期待被人理解，被客户体谅，服务可能不是那么尽善尽美，却渴望获得一点点的包容。其实梦想可以这么小，又这么大。

记得曾有一位客户隔着玻璃看我在营业厅柜台前吃饭，我问他是不是需要办什么业务。他说：“小姑娘，不急，你还是先吃完饭吧，不然饭菜凉了。我没关系的，等你吃好了再来给我办业务吧。”被他这么一说，我反倒觉得羞愧了，立马放下饭碗，接过他的存折。被理解是种幸福，心中充满温暖与感动。客户的一句肯定一点理解一片心意，便觉得自己所有付出都值得。其实，梦想可以这么小，又这么大。

当然，我们也会碰到不予理解宽容的客户，面对抱怨、指责、投诉我们委屈又无力抗争。这时，我也希望客户理解，不是我们的柜员业务速度慢，而是业务流程要规范化，有录入、有复核还要授权；有时候我们迟迟不叫号继续，是手里有好几笔加急的转账支票和电汇；有时候我们并非不相信没带身份证存折就不属于你，而是需要联网核查保证账户的安全；我们并非知道您的密码又不告诉您，而是您的隐私信息我们确实看不到；不是我们把钱翻来覆去地点了又点浪费时间，而是怕万一不小心您会有所损失。

我一直坚信相互理解，相互宽容，相互尊重，相互信任是人与人之间最基本的相处原则。予人玫瑰，手有余香。我的梦想很大，也很小。我们关心每一个客户，期待每次办理业务都能让客户满意。我们一直在努力，请给我们多一点时间来进一步提高完善，请多一份理解宽容，相信未来我们会越来越好。

**【健康小贴士】**

[**上班族秋季养生小常识，如何抗疲劳**](http://www.jk3721.com/html/yangsheng/qiuji/2016/1024/89806.html)

[**秋季养生**](http://www.jk3721.com/html/yangsheng/qiuji/)**小知识一：起居养生**

　　秋季应做到早睡早起，注意添加衣物，防止因受凉而伤及肺部。

**秋季养生小知识二：精神养生**

　　保持内心宁静，情绪乐观，舒畅胸怀，抛开一切烦恼，避免悲伤情绪，是秋季养肺的一个好方法。

**秋季养生小知识三：饮食养生**

　　宜多吃酸性食物，如[苹果](http://www.jk3721.com/tag/pingguo_8_1.html)、橘子、[山楂](http://www.jk3721.com/tag/shancha_855_1.html)、[猕猴桃](http://www.jk3721.com/tag/mihoutao_2190_1.html)等，以收敛肺气;少吃辛辣食物，如葱、姜等，可避免发散泻肺。银耳、[豆腐](http://www.jk3721.com/tag/doufu_25_1.html)、百合、[蜂蜜](http://www.jk3721.com/tag/fengmi_115_1.html)、糯米、粳米、豆芽等有润肺作用，宜常吃。此外，秋季可适当喝些鸡汤、骨汤等。

**秋季养生小知识四：运动养生**

　　秋季是运动锻炼的大好时机，可根据个人情况选择不同的运动项目进行锻炼，如登山、打太极拳、游泳等，长期坚持可增强心肺功能。

**秋季养生小知识五：药物养生**

秋季药补的基本原则应以滋润为主，忌耗散。常用的药物有西洋参、沙参、芡实、玉竹、天冬、麦冬、百合、女贞子、胡麻仁、干地黄等。

**养生 上班族5个小动作抗劳累**

**一、打哈欠助清醒**

　　打哈欠是一个人人都会、一旦启动就无法中途停止的动作。一直以来打哈欠都被认为是不太礼貌的行为。

　　但据调查显示，人们在睡前打哈欠的平均次数比睡醒后打哈欠的次数少得多;睡前伸懒腰的次数也比睡醒后伸懒腰的次数少得多，所以打哈欠并不是因为疲劳或者困乏，而是帮助机体更好地放松，唤醒大脑，从而激活人的认知感，增加关注力。

　　因此，要想在清早快速进入工作状态，那就尽可能让自己打哈欠，这会帮助你的大脑快速清醒过来。如果你一时半会打不出哈欠，那就装着哈欠不断的样子，因为这样你很快就会忍不住“哈欠连天”。

**二、眨眼睛保护视力**

　　眨眼睛对于保护双眼至关重要。它能使处于紧张状态的晶状体和虹膜肌有一个换位置的机会，从而达到润滑眼睛的目的，以避免眼睛发痒、灼烧或产生其他症状。眨眼睛是身体自身对眼睛的一种保护。

眨眼睛的时候，眼皮会把眼泪均匀地涂在眼球的表面，冲洗掉讨厌的灰尘。要是一直不眨眼睛，眼睛就会又干又酸，常眨眼睛也会让眼睛得到休息。

对于经常对着电脑的白领而言，一定要学会放松自己的眼睛，不要一直盯着显示器，这会减少你眨眼睛的次数。并且应每隔20分钟就起身眺望窗外的景物，坚持至少20秒，让眼睛得到充分的休息。

**三、深呼吸缓解焦虑**

深呼吸的好处很多人都知道，它能够降低血压，缓解焦虑情绪、疼痛以及[哮喘](http://www.jk3721.com/html/changjianjibing/xiaochuan/)病症，甚至还可以防止肌肉痉挛。有效的深呼吸可以加大血液中的氧含量，防止不良情绪的滋生。

　　因此当你感到[压力](http://www.jk3721.com/zt/huanjieyali/)重重、精神高度集中时，将自己的双手轻轻按在腹部，试着慢慢地用鼻子吸气，让腹腔有膨胀的感觉，然后将嘴撅起来，慢慢地吐气，让自己彻底放松下来。

　　另外，除了深呼吸，在不生病的时候记得主动咳嗽几下也是积极的保健动作，可促使肺部清洁、增强免疫力、保护呼吸道不受损伤。咳嗽是一种保护性反射动作，能清除呼吸道内异物或分泌物，而这些物质是引起肺部疾病的原因之一。

**四、挺腰板放松肌肉**

　　一个好的坐姿、站姿都可以让背部的肌肉得到充分的拉伸，缓解肌肉酸痛。而驼背等不良的姿势则很容易让肌肉变得疲劳，因此尽量让自己在工作中随时保持挺直腰板的状态。

　　在站立的时候，身体挺直;走路的时候，目视前方;坐在电脑前，上臂自然放直，前臂与上臂垂直或略向上10～20度，腕部与前臂保持同一水平，大腿与椅面成水平，小腿与大腿成90度。

**五、室内养植物**

　　“秋乏”状态与人体缺氧有一定关系，因此，室内适合放置一些能吸收二氧化碳等废气的花草。

　　选择：盆栽柑橘、吊兰、斑马叶橡皮树、文竹和绿萝等。

　　客厅适宜养植常春藤、无花果、猪笼草和普通芦荟。这些植物不仅能对付从室外带回来的细菌和小虫子等，甚至可以吸纳吸尘器都难以吸到的灰尘。

　　办公室适宜养芦荟和吊兰，它们能在其新陈代谢过程中，把被认为能致癌的甲醛转化为像糖或氨基酸那样的天然物质。

**【重要发文】**

●吉水农商银行2016年二季度会计辅导检查通报（吉水农商行字[2016]26号）

●转发《关于六起落实全面从严治党主体责任和监督责任不力被问责典型问题的通报》的通知（吉水农商行党纪[2016]2号）

●关于印发《吉水农商银行2016年清收表外不良贷款百日攻坚战实施方案》的通知（吉水农商行字[2016]29号）

●关于呈送《吉水农商银行“三定”工作实施方案》的报告（吉水农商行字[2016]28号）

●关于印发《吉水农商银行信访工作管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]30号）

●关于印发《吉水农商银行纪检监察干部失职渎职行为责任追究暂行办法》的通知（吉水农商行字[2016]31号）

●吉水农商银行2016年电子银行业务及第三方存款业务考核办法（吉水农商行字[2016]32号）

●关于印发《吉水农商银行二○一六年三季度目标考评办法》的通知（吉水农商行字[2016]34号）

●吉水农商银行2016年三季度员工绩效薪酬考核实施方案（吉水农商行字[2016]35号）

●关于下发《吉水农商银行人脸设别考勤管理规定》的通知（吉水农商行字[2016]38号）

●关于举行吉水农商银行储备人才选拔考试的通知（吉水农商行字[2016]39号）

●关于印发《吉水农商银行“产业结对扶贫贷”贷款管理办法(试行)》的通知（吉水农商行字[2016]43号）

●关于成立吉水农村商业银行计算机信息安全领导小组的通知（吉水农商行字[2016]45号）

●关于印发《吉水农商银行计算机网络管理办法（试行）》的通知（吉水农商行字[2016]46号）

●关于印发《吉水农商银行计算机防病毒工作管理办法（试行）》的通知（吉水农商行字[2016]47号）

●关于印发《吉水农商银行信息科技风险“三道防线”建设工作实施方案》的通知（吉水农商行字[2016]49号）

●关于印发《吉水农商银行百福公职人员消费贷款管理办法（试行）》的通知（吉水农商行字[2016]54号）

●2016年吉水农商银行“金融知识进万家”宣传服务月活动实施方案（吉水农商行字[2016]58号）

●关于印发《吉水农商银行自助柜员机运行管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]64号）

●关于印发《吉水农商银行银行卡及互联网金融业务突发事件应急预案》的通知（吉水农商行字[2016]65号）

●关于印发《吉水农商银行安全保卫管理暂行办法》的通知（吉水农商行字[2016]71号）

●关于印发《吉水农商银行监控中心管理暂行办法》的通知（吉水农商行字[2016]72号）

●关于印发《吉水农商银行安全保卫违规行为处罚暂行办法》的通知（吉水农商行字[2016]73号）

●关于印发《吉水农商银行安全保卫突发事件应急处置预案》的通知（吉水农商行字[2016]74号）

●关于印发《吉水农商银行现金管理规定》的通知（吉水农商行字[2016]87号）

●关于印发《吉水农商银行单位存款账户管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]89号）

●关于印发《吉水农商银行支付密码业务管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]95号）

●关于印发《吉水农商银行存款挂失业务管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]96号）

●关于印发《吉水农商银行重要空白凭证及有价单证管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]97号）

●关于印发《吉水农商银行贵金属制品代理销售业务管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]112号）

●关于印发《吉水农商银行关于集中整治和查处基层侵害群众利益不正之风和腐败问题的实施方案》的通知（吉水农商行党纪[2016]8号）

●关于印发《吉水农商银行三农事业部管理办法》的通知（吉水农商行字[2016]115号）

●关于印发《中共吉水农商银行委员会2016年党委中心组学习方案》的通知（吉水农商行党[2016]14号）

●关于印发《吉水农商银行扶贫再贷款资金管理实施细则》的通知（吉水农商行字[2016]156号）

●关于印发《吉水农商银行第五轮（2016至2017年）安全评估工作方案》的通知（吉水农商行字[2016]159号）

●关于印发《吉水农商银行开展银行卡信息泄露风险专项排查的实施方案》的通知（吉水农商行字[2016]161号）

●关于印发《吉水农商银行网络应急演练方案》的通知（吉水农商行字[2016]162号）