

# 海力生报

HAI LI SHENG NEWS



海力生集团主办

浙企准字第 L014 号  
内部资料 免费交流

2014 年 12 月 20 日  
星期六 总第 64 期 第 11 期

http://www.hailisheng.com  
E-mail:hailishengbao@126.com



新闻热线 2085315

选拔后备人才 永葆企业青春

## 马震洲主持召开年轻干部座谈会

要求年轻干部有激情有活力有担当 不断学习不断进步

□吴优娜 胡艺

本报讯 12月11日,董事长、总裁马震洲分别主持召开水产制造板块和生物科研板块年轻干部座谈会。

马震洲指出,年轻人是企业的未来和希望,他们能够促使企业在生产经营管理过程中不断焕发新机和活力,顺利跟上互联网大信息时代的步伐。选拔、培养新人充实到基层管理岗位,可以让海力生在“新陈代谢”中,与时俱进,永葆青春。同时也能让更多的年轻人在海力生这个平台上充分展现自我,实现更高的人生价值。召开座谈会既是鼓舞年轻干部,也体现公司对选拔培养年轻干部工作的重视。

马震洲向与会年轻干部提出要求,一要有激情、有活力、有

担当,不断学习,不断进步。既注重学习理论知识,更在实践中学习、锻炼。实际工作中,处理人、财、物、环境等各类问题时要学会举一反三,不断提高应变能力和实际工作能力。二要在管理工作中,注入新的管理理念,采用先进管理方法,既对自身工作设定标准,又对公司管理工作提出合理化建议,对自身管理的部门或岗位要措施有力,大胆管理。三要以身作则,传承、发扬老同志吃苦耐劳精神和对企业高度负责的精神,加强部门与部门、人与人之间的沟通与交流,团结奋进,使公司各项制度在基层得到有效落实。

马震洲要求老的管理干部要以既宽容又严格的态度,为年轻人保驾护航,创造良好的环境,让更多有能力的年轻人不断涌

现,充实管理队伍,让更多的年轻人在海力生有所作为。

对于新培养的年轻干部,马震洲说,干部的任命不是终身制的,要通过部门领导、企业职工和自我评估等对年轻人进行考核,让其认识到自身的进步和缺陷,并根据竞争淘汰机制,一年一聘,能者上,不行则下。近期,公司从高层到中层,有不少到了公司规定年龄的管理干部转岗,目的就是要把位子让出来,培养年轻人,让年轻人参与公司的管理和改革。公司为年轻人搭建了一个很好的发展平台,希望年轻人与海力生同呼吸、共命运,为把海力生打造成百年老厂共同努力。

副董事长王加斌、副总裁郭峰参加座谈会。与会新老管理干部分别就自身工作和管辖范围作了介绍,并提出合理化建议。

## 培养年轻干部 促进企业发展

评论

□海平

在11月19日下午召开的集团公司中层以上干部会议上,董事长、总裁马震洲就公司管理梯队建设和后备人才的引进、选拔和任用作了详细的阐述,并明确表示公司将陆续出台制度来推进此项工作的有序开展。

开展这项工作,是基于公司各类人才的缺乏及干部老龄化问题已成为制约企业发展“瓶颈”的现状,是基于加快引进人才、凝聚人才、培养人才、激活人才已成公司当务之急的实际。俗话说得好,人到中年,总会经历中年危机,虽然事业稍有成就,家庭稳定,但是想在事业上有更大的突破,就会遇到反应迟缓、力不从心等等诸多困难、诸多制约。企业在发展过程中也会经历自己的“更年期”,如果没有及早地认清并采取措施的话,它可能会提早步入“老年”甚至走向终结。因此,企业也必须时常地注入一些“营养剂”,也就是说必须引进和培养后备人才,来支持和保障企业的茁壮成长。

人才引进与培养,关键在于解放思想。我们的领导干部要充分认识到公司目前管理梯队“断

层”的危机感和紧迫感,更新观念,识大体顾大局,正确对待公司的改革,不能有排斥的心理。要切实履行好“传、帮、带”职责,大胆引进、选拔和任用企业急需的年轻人才,为企业的发展注入生机和活力。要腾出位子,让年轻人有施展才华的空间;正确帮助和引导年轻干部端正思想,适应环境,服务企业,使之真正成为公司发展的中流砥柱。

企业要持续发展、快速发展,选好用好人是基础。各级领导干部要深入调查研究,大胆引进人才、培育人才、重用人才,大胆启用年轻干部充实到关键岗位上来。要切实加强对年轻干部责任感和使命感的教育,提高他们的责任意识、服务意识,引导他们全心全意地为企业服务。要建立科学的人才引进、培养、选用、晋升、淘汰管理制度和激励机制,好的留,不好的淘汰,能上能下,用制度来管理和鞭策年轻干部的成长,促进企业各项工作的持续发展。

企业要跟上时代的步伐,要适应现代化的管理模式,必须引进和培育新人,企业要发展壮大,要让根基延续下去,必须推进新老交替,这样企业才有生命力,才能永葆青春。只要我们统一思想,新人老人相互理解、相互沟通、相互包容,上下新老共同形成一股合力,公司的明天定会充满勃勃生机,更加灿烂辉煌。



## 中国—东盟商务理事会 执行会长许宁宁来我公司调研

□顾华威 / 文 严跃进 / 摄

本报讯 12月11日,中国—东盟商务理事会执行会长、中国首席东盟商务专家许宁宁(左二),在舟山市贸促会会长刘文仕、副会长王洛松陪同下来我公司指导调研。集团

公司董事长、总裁马震洲,副董事长王加斌陪同调研。

许宁宁在听完马震洲关于公司海洋精深加工产业板块的发展情况后指出,东盟是距离中国最近、最大的国际市场,建设21世纪海上丝绸之路

的第一站就是东盟,海力生应抢抓21世纪海上丝绸之路及升级版中国—东盟自贸区建设蕴含的新商机,加强与东盟国家的产业合作、行业对接,开发东盟市场,借势造势,互利共赢。

## 公司广告片在舟山电视台播出

□贸易公司 方珊珊

本报讯 为加快推进品牌建设,提升企业形象,促进公司海洋生物制品在内贸领域的拓展,今年集团公司委托舟山广电拍摄了企业形象、脑元神、鲨烯营养乳剂和“诗浪”

护肤品系列广告。其中企业形象片和脑元神宣传片已于2014年12月1日起在舟山电视台《新闻综合频道》的《舟山新闻》《汪大姐来了》《生活我做主》《舟视剧场》等节目的不同时段播出。鲨烯营养乳剂和“诗浪”护肤品宣传片也即

将在同一频道播出。

另悉,自上个月起,脑元神5秒特约标版广告已在浙江电视台民生频道的《1818黄金眼》等节目的不同时段播出,脑元神15秒广告片将从1月1日起,在民生频道的更多节目中插播。

## 2014 省农博会产业展示展销区 集团公司为全市唯一一家参展企业



图为刘宏明副市长参观我公司展区

□研究院 郑平安

本报讯 11月21日上午,2014浙江省农业博览会在杭州萧山新农都会展中心开幕。集团公司作为舟山唯一一家产业展示展销区企业参加了此次农博

会。所展示产品涵盖海洋药物、海洋生物保健品、海洋护肤品和海洋精深加工食品。在电子商务展示区开展的三场“源自深海健康海力生”品牌推广会,通过跟现场观众的一系列互动营销活动,下紧转第2版▶

## 食检中心通过英国FAPAS 组胺项目水平能力验证

□食检中心 曾媛

本报讯 11月下旬，食品技术检测中心收到一个好消息——9月下旬进行的由英国FAPAS（弗帕斯）组织的组胺项目水平能力验证顺利通过。

英国FAPAS是一家由国际标准化组织向全球推荐，专门从事食品检测分析方面能力评估体系的权威机构，是被欧盟国家许多客户认可的一家检测机构。参加FAPAS能力验证是

对实验室能力状况和管理状况进行客观考核的一种方法，可以保证实验室资质认定的有效性，同时保持后续的监督与检查。通过开展能力验证，可监控实验室的运行状态，提高实验室检测能力和检测水平，确保检测的准确性。

此次组胺项目水平能力验证共有来自全球的172家实验室参加，其中68家实验室获得了满意的测试结果，集团公司食品技术检测中心是其中之一，

这说明食检中心选用的检测方法准确可靠，也表明我公司在食品安全领域等方面的检测技术水平与欧盟检测水平相当，已达到国际先进水平。

此次能力验证是食检中心被认定为“浙江出入境检验检疫局认定认可企业实验室”之后，又一次通过国际性的权威检测机构的能力验证。据悉，集团公司是目前舟山唯一一家参加并通过FAPAS组胺项目水平能力验证的水产加工企业。



目前，正值果品制造部鲜橘子大生产。橘子果杯封口质量的好坏，直接关系到出口果杯的合格率和原料利用率，继而影响到企业信誉和经济效益，所以把好果杯封口质量灯检关十分重要。今年，果品制造部配备了37名果杯封口质量灯检员，并对工作进行细分，责任落实到人。全体灯检人员分工不分家，团结协作，为保证产品质量而努力。因为灯检员正在一丝不苟地逐个检查橘子果杯。（裴金燕/文 严跃进/摄）

## 集团公司出台管理梯队建设实施办法

本报讯 为推进和深化企业内部人事制度改革，按照干部能上能下的原则，优化企业管理人员年龄结构，增强企业年轻生产经营技术管理骨干的团队力量，避免人才断层，12月1日，集团公司向各子公司、各生产部、各部门印发了《海力生集团管理梯队建设实施办法》。

办法规定，集团高管岗位职务年龄上限为：男55周岁，女50周岁；集团中层（集团各部门、各子公司、各生产部正副经理、正副总经理）岗位职

务年龄上限为：男55周岁，女48周岁；各部门、各子公司和各生产部下层的中层干部岗位职务年龄参照集团中层执行。达到岗位职务年龄上限的干部，原职务不再继续聘任，改任顾问或专员，对年轻管理梯队负有传、帮、带、护的责任；对卸任后调整到新岗位的，应胜任新岗位的工作要求。

根据《实施办法》，郑佩琢由集团公司常务副总裁改任首席顾问，陈创伟由集团公司副总裁改任顾问。

总裁决定聘任林浩兼任财务部经理，林满珍为舟山海力生进出口有限公司总经理，虞哲宇为果品制造部总经理。吴春辉等10多位中层干部职务也作出相应调整，吴春辉、王书信为管理专员；陈鸣为设备专员；夏志国为技术专员；胡育芬为财务专员；王勇强为动力设备专员；侯建舟为合同安全专员；汤达良为综合事务专员；郑平夫为市场督导；刘舟哨、叶朱黑为商务专员；陈建峰为基建专员；李永亮为安全专员。

## 新城2014年事故应急演练 在晶和公司举行

□何琼伟/文 严跃进/摄

本报讯 11月20日上午，舟山市新城管委会在晶和公司氨机房举行了“新城2014年危险化学品事故应急救援暨水产制冷行业液氨泄漏人员疏散应急演练”，市安监、环保、公安、消防等相关部门参加演练。

演练现场，随着指挥员一声令下，集团公司参演人员投入到紧张有序的抢险战斗中。他们准确判断、反应迅速、组织有效，在第一时间关闭了“液氨”泄漏部位阀门并采取了紧急自救措施。随后，事故抢险、应急救援、医疗救护、警戒保卫等各路人马，紧密协调联动，各尽其责，及时有效专业地开展现场搜救抢修工作，将受伤人员抬至安全区域，对事故部位进行喷水稀释等。经过近半个小时的救援，“液氨”泄漏得到了有效控制，演练在一片掌声中圆满结束。



## 公司基层党组织机构调整

□邓治国

本报讯 因机构人员变动，根据工作需要，集团公司党委12月15日作出决定，对集团公司基层党组织机构、管辖部门及人员职务作了相应调整。

原集团机关第一党支部调整为集团机关党支部，由办公室、工会、党办、团委、财务部、人力资源部、设备管理中心、石化中心、离休干部中的党员组成；原集团机关第二党支部调整为综合事务部党支部，由综合事务部中的党员组成；果品制造部党支部名称不变，由果品制造部、进出口公司中的党员组成；原医药公司党支部调整为贸易公司党支部，由贸易公司、医药公司、

海力生大酒店、房地产公司中的党员组成；晶和公司党支部名称不变，由晶和公司、包装公司、水产制造部、震洋公司工作人员中的党员组成；原贸易总部党支部调整为生物公司党支部，由生物公司、食检中心、研究院中的党员组成；海博公司党支部名称不变，由海博公司、蔚洲公司中的党员组成。

同时任命：邓治国为集团机关党支部书记；王丰雷为综合事务部党支部书记；顾伟海为果品制造部党支部书记；陆康忠为贸易公司党支部书记；张永平为晶和公司党支部书记；曾媛为生物公司党支部书记；张建乔为海博公司党支部书记。

## 省经信委副主任 陈建忠一行来我司调研



□顾华威/文 严跃进/摄

本报讯 12月5日，省经信委副主任陈建忠、企业培训管理处处长沈建新、政研室主任贾帆联来集团公司指导调研，舟山市经信委副主任王素清，公司领导王加斌、郑佩琢、郭峰陪同调研。

王加斌向陈建忠一行介绍了公司产业、产品发展情况，

汇报了关于“三名”培育试点企业工作开展情况。陈建忠对集团公司“三名”工程的工作表示肯定，并指出，海力生集团作为省“三名”培育试点企业第一批试点单位，要立足企业文化，大力发展，做精、做强海洋生物产业，按照进度要求展开新产品研发等各项工作，确保“三名”工作顺利完成。

## 集团公司为全市唯一一家参展企业

◀上紧接第1版

既宣传了海力生“坚守海洋健康产业”发展理念，又很好地向全省人民展示了金枪鱼产业链。

本届展会以“建设美丽浙江，创造美好生活”为主题，展出面积5万平方米。舟山展团参加了农产品产业展示展销区、电子商务展示区、产品展销区、农业文化体验区及特色小吃区等多个展区。据统计，会展第一天约有3万人光顾舟山展区。

展会期间，全国政协委员周国富、省委副书记王辉忠、省委组织部部长胡和平、省农业厅厅长史济锡、舟山市副市长刘宏明、舟山市委副秘书长兼农林与渔农村委员会主任严济岳等领导参观了集团公司展区。作为浙江舟山群岛新区海洋生物医药的标杆型企业和国家农业龙头企业，省委副书记

王辉忠对集团公司此次的展会工作表示充分肯定，希望海力生继续以研发海洋生物医药产品为主导，加快推进海洋生物医药产业的转型升级。企业要发展壮大，需要科技力量，也需要品牌建设，希望把“海力生”建设成为舟山市，乃至全省、全球的一张海洋名片，不断推动和壮大舟山海洋经济产业。

农博会上，集团公司品推部负责人在接受浙江经济广播，舟山广电新闻中心、经济生活频道记者采访时说，为参加此次农博会，集团公司与舟山市农林委员会进行了近两个月的筹备工作，目的就是为将海力生产业的核心技术与成果尽可能地展现出来，让海力生作为舟山市海洋产业领军企业的品牌形象更加深入人心。

此次展会中，集团公司与多家单位达成初步商贸意向。

## 保障有力 服务到位

——记集团公司车队长薛晓明



薛晓明，男，浙江普陀人，技校毕业，1987年进厂，1991年6月加入中国共产党，现任集团公司车队长。他本着“保障有力、服务到位、运转有序”的目标，在干好司机工作的同时，认真做好车辆调度，全力协助好集团下属各单位各项工作的开展。他时刻不忘身作为一名共产党员要起到先锋模范作用，始终严格要求自己，凡事从自身做起。其随叫随到的服务态度和毫无怨言的诸多付出，得到了公司领导和同事的一致好评，被评为集团公司2013年度优秀共产党员。

在“海力生”这个大家庭里，有不少人虽然没有惊天动地的业绩，也没有世人皆知的荣誉，但他们却在自己平凡的岗位上塑造着一种不平凡的敬业精神，他们默默无闻、无声无息地奉献着，为自己所从事的工作付出了满腔热忱、捧出了全部真诚。薛晓明就是这其中一位。他始终做到随叫随到，不管是不是领导，出车中从不摆架子。

自担任集团公司车队长后，薛晓明的责任心大了，不只单纯开好自己的车，还要负责车辆的正常运行和合理调度，这直接关系到工作的正常开展。工作量更是比以前大得多且琐碎，平时他的工作职责主要是管理集团车队司机的出车任务、各类汽油补贴和30余辆车辆的维修、保养、保险等，由于车队长人手紧张，亲自出车也是极频繁的事。尤其是在前年到去年的一段时间里，除日常的出车任务，集团车队还承担了贸易公司的送货任务。薛晓明通过身先士卒、合理安排等措施，树立车队大局意识、协调意识，强化服务自

觉，提升服务质量，带领车队其他司机在完成以前驾乘服务的同时，尽心尽职为贸易公司进行货物配送。可贵的是在配送任务中，装卸车这个苦力活也是他们自己干，他们的努力和成效获得了公司上上下下的肯定。今年八九月份，根据政府部门出台的淘汰“黄标车”新规定，我公司4辆大巴车、2辆皮卡车和2辆货车需“退役”，由于事情来得突然，时间紧迫，为不影响接送员工上下班、食堂食材采购等工作，在集团领导确定方案后，薛晓明一边马不停蹄地定购新车，找旅游公司签订协议，在定购的新大巴“上岗”前负责接送员工上下班，一边跟有关部门衔接“黄标车”淘汰补贴。

车辆运行安全是头等大事，为此，薛晓明除积极参加新城交警大队组织的交通法律法规讲座和安全行车教育会议，签订安全责任书，每月按时上交安全行驶总结，还经常在车队内部召开安全座谈会，让全体司机牢记“安全第一”的理念，坚持“安全高于一切”，同时相互交流安全驾驶经验，互相借鉴学习，共同提高驾驶技术。此外，坚持定期对车辆进行安全检查，及时排查和处理安全隐患，时刻保持车辆处于最佳工作状态。2013年，薛晓明被市安全生产委员会评为市“三十佳”安全生产“优秀班组长”。

岗位分工有不同，服务要求无止境，薛晓明围绕中心工作搞好服务，从点滴小事做起，无论分内分外，哪里需要哪里干，用自己的行动履行共产党员的职责，影响和带动着身边的每一位同事。

## 今天的事今天做

——记制药公司招投部员工邱凯



邱凯，男，浙江普陀人，2004年6月毕业于浙江医学高等专科学校全科医学专业，而后进海力生工作。至今一直在制药公司从事药品招投标相关工作。2010年7月加入中国共产党。2012年取得浙江大学金融专业本科自考文凭。多年的工作经验使他养成了良好的工作习惯和作风，其兢兢业业、任劳任怨、积极主动、极其认真的工作态度和不断学习不断提高的精神得到领导和同事的认可，被评为集团公司2013年度优秀共产党员。

邱凯给人的感觉是踏实，他没有过多的言语，只有默默的工作。我们总能看到他坐在电脑前面专心致志，一坐就是好几个小时。原来，在各省招标开始前，各投标单位首先得通过电脑在平台上进行药品信息维护。信息维护时间有限制，而且越早维护好，就能越早提交纸质投标文件，越早通过招标办的审核。如遇招标办提出修改和补充要求，也就有充裕的时间。信息维护的时候，需要认真地填写相关资料，不能分心，与招标有关的其他网上操作也是如此。

药品招投标工作繁杂琐碎，邱凯却赋以极大的工作热情。即便是节假日，只要遇到与招投标有关的紧急事务，总会在第一时间赶往公司处理。在中标后有一项工作是上网点配送单位。有时为了在规定时间内完成上千条的点击量，他就利用中午时间、晚上12点以后和早上上班前的这段时间，因为全国点配送的单位很多，只有这个时候点击的人才少点，网络才不会卡，否则半天都点不了几条。

“今天的事情一定要今天做好，明天还有明天的事情。”这是邱凯一直奉行的做事风格。因为招投标的事情一般都是重要且紧急的，如果留到第二天做，万一第二天又有新的事情，叠在一起就会让自己忙乱不堪，而招投标的工作又得再仔细再仔细。“在做涉及数据的工作时，我都是精神高度集中的，如果有电话来，我都会做下记号提示自己做到了哪一条，然后再接电话，这样才能避免出差错或回头忘了做到哪降低工作效率。

平时工作中，邱凯除了保持认真负责的工作态度，还熟练地掌握了与招投标工作有关的知识技能。去年下半年，招标部来了一位新人小高，领导指定邱凯作为小高的师傅，在平常工作中进行指导和带教。尽管自己工作也很忙碌，但他没有二话，一点一滴地把自己的经验传授给她。每次有了新的操作，他自己先熟悉一下，然后指导小高。对于小高提出的任何问题，他都是耐心解答，直到她弄懂为止。即使是在借调至任源的半年多时间里，对于小高遇到的问题，也会在电脑上及时给予解答。

今年五月份，任源制药的两位女同事临产，招投标工作人手紧缺。当领导征询邱凯意见，问他是否愿意去任源工作半年，他很爽快地答应了。南方人去北方，需要克服一些南北气候差异、饮食习惯等方面的困难，他很快适应了那里的环境，与当地的员工“打成一片”。工作上，由于去之前一个月就开始熟悉了任源的所有药品，所以也很快上手了。他还做到任源与海力生之间的信息互通，遇到重要的信息或操作，不忘相互提醒。

## 享用胶原蛋白面膜

□研究院 钟江燕

(接上期)面部肌肤最常见的问题有色斑(例如黄褐斑、雀斑)和皮肤衰老。色斑是由体内多种因素(内分泌紊乱、精神因素、局部病理变化、化学性因素、紫外线致斑、营养性因素)造成的黑色素细胞代谢紊乱，黑色素分布不均的病理表现。这种代谢紊乱，既可表现为色素细胞代谢的过剩，也可表现为代谢的低下，既有表皮层色素细胞的变化，也有真皮层细胞的变化。根据色斑形成的机制，利用各种中西医疗法，阻断黑色素形成的各个阶段，防止新色素的产生。衰老是自然界的客观规律，随着年龄的增长，生、老、病、死是每个人的必经之路，但若不到其时，机体便出现过早的衰退，称之为早衰，轻者仅表现为皮肤的衰老，重者可出现脏器的紊乱、衰退。皮肤组织的衰老衰退主要表现为表皮变薄、肤色变深、失去光泽、失去弹性以及失去血色，极大数目的护肤品就是根据皮肤组织问题出现的情况给予修复或保持。面膜作为一种使用方便、功效显

著的护肤品而被消费者所喜爱，面膜由面膜纸和面膜液两部分组成，对面部肌肤具有美白、祛斑、增加弹性、补水等功效的成分均配置在面膜液中。因此面膜功效成分的选择显得异常重要。

胶原蛋白面膜因含有抗氧化、紧致弹性、减轻皱纹，改善肌肤粗糙、缺水、疲惫等现象的胶原蛋白而被消费者所熟知，而深海鱼胶原蛋白面膜与普通胶原蛋白面膜相比，更胜一筹。深海鱼胶原蛋白比普通胶原蛋白含有更高的Ω-3不饱和脂肪酸，这类脂肪酸比饱和脂肪酸具有更好的抗氧化、去除自由基效果，而肌肤老化的绝大部分来源于肌肤产生的自由基难以祛除。深海鱼皮提取的胶原蛋白安全性更高，它在肌肤类护肤品中的功效可以简述成以下几点：

一、肌肤平皱，能填补真皮组织局部塌陷，改善松弛，收紧皮肤，减少皱纹、平滑细纹；

二、保湿滋润，独有的三螺旋结构，能强力锁住30倍水分，使皮肤持久水润、光泽细腻；

## 汲取深海护肤精华

三、恢复弹性，进入皮肤后，可修复断裂、老化的弹性纤维网，使皮肤回复弹性，莹润光泽；

四、修复组织，可激发内在胶原蛋白合成能力，使受损皮肤组织不断地自我修复；

五、美白淡斑，使细胞链接更紧密，新生细胞速度加快，清除黑色素、令皮肤白皙、色斑淡出。

说到深海鱼胶原蛋白的各项功效，有一个问题又不得不探讨，那就是这些胶原蛋白都能被人体肌肤吸收吗？深海鱼胶原蛋白可细分为：大分子胶原蛋白和胶原蛋白肽，平常我们食用的猪蹄胶质，里面含有胶原蛋白，但是它是大分子蛋白质，其分子量在30万道尔顿以上，并不能被人体直接吸收，并且吸收率很低；而通过酸碱、酶切等技术把分子量控制在6000道尔顿以内的胶原蛋白，称之为胶原蛋白肽，肽是介于氨基酸和大分子蛋白质之间的物质，两个或以上的氨基酸脱水缩合形成若干个肽键从而组成一个肽，多个肽进行多级折叠就组成一个蛋白质分子。肽是精准的蛋白

质片段，其分子只有纳米般大小，胃肠、血管及肌肤等极易吸收，其吸收率要远远高于大分子蛋白质。目前海力生集团生产的胶原蛋白类产品几乎都是经过酶切技术将其分子量控制在1000道尔顿左右的胶原蛋白肽，更容易被肌肤所吸收。

面膜作为一种使用极其普遍的护肤品，应该配以合理、科学的使用步骤，具体如下：

步骤一、洁面后，打开包装取出面膜，展平；步骤二、将面膜在脸上贴上抚平，揭下另一层珠光膜，待15~20分钟后将面膜取下即可；步骤三、剩余精华液辅以轻揉按摩至全部吸收。

关于深海鱼胶原蛋白的改性研究和其他功效研究还在继续，相信通过科研人员的不断努力，深海鱼胶原蛋白相应的产品会越来越丰富，也会走进越来越多的老百姓家庭。我们也期待其他更多珍贵的海洋活性物质能够被挖掘出来，利用到相关的护肤品中，成为海洋护肤品中瑰丽的一笔。(完)

## 食堂的故事



□食检中心 朱元园

日本有部热播剧《深夜食堂》，剧情很简单：午夜12点，报时钟响起，城市的一隅，属于一家食堂的时间开始了。菜谱只有猪肉套餐，但你想吃的都可以点，这就是老板的经营方针。特殊的风格和怀念的味道，招来了不少的客人。大家喝着小酒，吃着自己钟情的食物，卸下一天的疲惫，谈论着遇到的趣事，或是独自品味忧愁。在食物的香气里，在深夜特有的幽静和食堂内的袅袅暖意间，一出出充满人情味的故事被娓娓道来。有悲有喜，暗含着食物的酸甜苦辣，人生百味尽在这四方食堂间。

海力生的食堂似乎也有类似的意义。每天一到饭点，大部分员工都会在食堂就餐，说得热闹、吃得开心，像大家庭似的温馨。一直思量着，该起个什么样“文艺”的题目？最后幡悟，《食堂的故事》最简单，也许也最能引

起共鸣。俗话说“民以食为天”，公司食堂已经不再简单的是就餐场所，而是公司的重要组成部分，成了员工们互相沟通交流的重要场所，成了员工对公司归属感的重要纽带与桥梁。

人

拿着批条，进门就开始搜索目标。“王总，呃……这个……能帮我签个字儿吗？”平时想偷个懒，不愿意大冷天跑到集团大楼找领导签字，于是，老抢先在王总大快朵颐前插个队、签个字儿。王总会笑眯眯地朝我点点头，有时也会调侃地来一句“我能不能先吃口饭呀？”

在食堂，大家围坐在一起边吃边聊，你一言我一语的，讨论着工作的琐事，互相勉励，共同进步；讨论着生活琐事、社会新闻，各抒己见，畅所欲言。更多的时候，一群奇葩欢乐的小伙伴在说着冷笑话：某天，感慨着天气越来越冷，正说着，就有同事指

着窗边“天呐，大中午的也有那么冷了，连说话都哈白气儿了？”大伙儿不信，循着他指的方向望去，窗边有个人背对着我们，脑袋顶冒出缕缕白气。不一会，那人转过身，原来嘴里叼着一根烟，顿时笑翻了。另一日，食堂的伙食特别好，有个同事打了比平时多一倍的饭，心满意足地吃完后，打着饱嗝，悠悠地来了句“吃撑了算工伤吗？”又是一阵狂笑。不过，的确也有这样的時候：去买饭，大伙一拥而入，瘦小的同事被硬生生地推入人群，后面的人往前挤，前面买好饭菜的人往后挤，两队人马就这么僵持着，难为了打菜的师傅，端着菜都不知道给谁先，只得看马戏似地看着大家。没办法，匆匆拿个饭菜，艰难地从人缝中钻出来，于是暗暗给幸福下了个定义：“什么时候不用挤着买饭就是一种幸福”。

情

食堂有个不成文的惯例，每

逢传统节日，都会备上应景的美食：端午的粽子，立夏的茶叶蛋、糯米饭，中秋节的月饼，就连炎炎夏日的一碗绿豆汤都为大家备着了，这是大家各自待在办公室点外卖、吃盒饭所没有的待遇吧，贴心的暖暖的食堂情。

还记得有一次，一群人相约去食堂吃饭，一路叽叽喳喳，诚然，吃饭在我们眼里就是件快乐的事儿。“咦，这刷卡机怎么没有反应呢？”正心里嘀咕着。“你个马大哈，拿着公交卡在这儿哪管用啊，刷什么劲！”同事一惊吼，尴尬的样子把负责刷卡的食堂工作人员逗乐了，于是大手一挥“明天来付吧！”撇撇嘴红着脸，又是一个暖暖的情谊，不是吗？

赶上奥运会、世界杯这样的大赛事，食堂便成了大伙儿的大看台。大家围坐在电视机前，叫好声此起彼伏，热闹非凡。看到精彩部分，连正在收拾碗筷的食堂阿姨们也都驻足观战，甚是过瘾。食堂的趣闻还在继续，简单的、小小的快乐，把我们枯燥的工作生活装点得清新可人。

味

食堂的饭菜通常比外面饭馆要便宜些。对很多身在异乡的外地同事来说，福利性的菜价和热乎乎的大锅饭菜，是多么重要。可是所谓“众口难调”，怎样让大

家花钱不多又吃得满意，这看似简单的问题却有着深奥的学问。我没有深入了解过食堂具体的采购、洗摘、烹饪的过程，但光想着平时，我们在家做个三四道菜，基本也会忙活半天，就可以想象到，掌管整个公司1000多个人的就餐是多么不容易的事儿。或许清晨，当我们还在温暖的被窝里时，我们的大厨们就开始为大家准备一天的美食了。

食堂主任是个有趣的人，有时你会看到他在负责打饭上菜，有时又会看到他在打卡机边精准地算账，更有时，他就背着手，笑眯眯地在整个食堂里晃来晃去，好像他也是吃得津津有味的美食客中的一分子。或许在他看来，看着同事们吃着可口的饭菜、露出满意的微笑，这就是幸福的定义。

生活中并不缺少快乐，而是缺少一颗品味欢乐的心灵。在食堂，大家不用正襟危坐，时时会飘出欢乐的笑声。或许现在的我们，抱怨着肚子好饿、饭菜好贵，评论着食堂员工态度好差，嘲笑食堂——这传说中的第九大菜系，只有想不到，没有做不到的菜式。或许多年以后，到了离开的那刻，多的是一份不舍，记得的是大家吃着彼此碗中的饭菜，讲述着彼此工作中的琐事。这种像极了家的温度感，用我这拙笔记录这些瞬间，留作献给未来的回忆。

## 一直善良，你就会幸福

□研究院 钟江燕

大雨滂沱时，为街上形色匆匆的逃雨之人搭会儿伞，可谓之善良；昂首阔步时，拾起闹市路面上一根燃着的烟嘴，可谓之善良；为人处事时，付以真心并坦诚以待，亦可谓之善良。平凡之人，亦如我，有时秉以善良，虽小，幸福就会悄悄来临。

随着人生的磨砺和成长，发现我们的心有时经过困难和坎坷的捶打会变得刚硬，而连我们自己也难以区别这到底是刚硬了还是坚强了，又或者这是两者之间会不会有一点点的关联。在这一路的成长中，我们从呱呱坠地时带来的善良似乎逐渐被欺压、碰瓷等信用危机稀释。前不久，偶然在微信的分享中觅得一篇题为《一直善良，你就会幸福》的文章，虽然文章整体看起来显得有些杂乱无章，但仔细阅读，发现字里行间流露的些许东西似乎更能激起人们的共鸣。

时代在变迁，生活在延续，你我都在成长，只有幸福永恒不变。有时幸福很简单，只要你一直往前，它就像尾巴一样一直尾随着你，但若你一味地盲目向前，始终不回头，恐怕总也发现不了它。有人说幸福是流星雨下许愿的浪漫，有人说幸福是功成名就的愉悦，也有人说是畅游各方的自在，更有人说幸福是远离喧嚣的宁静，不得不说这些确实是幸福，有光芒四射的幸福，也有恬然自足的幸福。另有一种幸福，当你看到、想起或说起与自己有关的一件事、一样物或一个人时，你会无愧，然后在心底有一股暖流划过，最终绽放在脸上。

我时常想，我是一个多么平凡普通的人，终也做不出什么大举大善的行为，保持自己的

本性不变坏是否就行？许多与我差不多年龄的人在上大学或步入社会时，父母也许都有叮嘱：不能学习坏的风气习俗，多与秉性良好的人在一起。做不了八面玲珑的宠儿，那就做一个踏实的人吧。有时照顾一只流浪的幼犬，并不是人性有多伟大，在我看来，也许是当看到它茁壮成长，体会到它对我从陌生到亲切时，我对它施与小善，它却回赠给我极大的幸福感；有时给予他人一个善意或鼓励的微笑，并不是人性有多聪颖，更多的是当我们对他人施以微笑时，别人回复给你一个更大的微笑，此时心田流淌过的可能已经不只是幸福；有时对一个充满戾气的人予以忍让，并不是人性有多宽容，而是当你看到一个充满戾气的人平稳下来时，也许这是一件无比美妙的事情……幸福源于和你有互动的人和事。

有不少人在感怀越来越多的熟人已经渐行渐远，更有甚者已经断了联系。有时不断地抱怨为何对方没有再联系自己，何不自己先联系对方，那么关系自然就还在维系着，也许还可以变得更好。同样的，总在期待幸福的人，何不自己追求幸福？

一直善良，你就会幸福。



海風

第39期

悠闲自得

严跃进 / 摄

## 看球的启示

□制药公司 邱凯

在借调到“仟源”工作的半年多时间里，恰逢大同市举办全市乒乓球大赛。应朋友邀请，我全程观看了那次比赛。

我第一次在大同正规球馆打乒乓球是在柳航俱乐部，因此对柳航队的表现格外关注。由各路高手（其中包括参加过许多大赛、经验丰富的运动员）组成的柳航队，不负重望，一路过关斩将，杀入八强，可喜可贺。心里不禁为俱乐部人才辈出而兴奋，也为自己是其中一员而感到骄傲！

正当大家一路看好的时候，柳航队却在8进4的淘汰赛中，遇到了后来的冠军队。尽管队员们都奋力拼搏了，但终因实力悬殊而无缘半决赛。比赛中，

我发现柳航队纪律严明，队员们都坚决服从教练安排，贯彻执行教练的战术方针，因此表现优异，在十七八家俱乐部的群雄逐鹿中，单打、团体均获得了第5名的好成绩。在俱乐部中人称“乒乓店小二”，一位攻防俱佳、不畏强敌、平时热身鲜有对手的会计师，单打遇到了专业出身的高宏武（大同宏武俱乐部馆主），以两个9:11，一个10:12惜败，团体又遇到单打冠军、体校教练于铮，虽然每局都能得7至8分，但也终以失败告终。看他因输球而掩面叹息的痛苦表情，心里似有许多遗憾，许多在场观众的心情，也被他的情绪深深地感染。

一番“为你欢喜为你忧”之后，我慢慢地感悟到，乒乓球也

是学无止境，无论你功夫下多大、进步有多快、水平有多高，总会遇到对手，总有输球的时候。所以，永远不要为输球而痛苦，因为那样只能说明你是自己和自己过不去！想到此处，我亦释然。然而，是人人都有争强好胜的心理、贪婪恐惧的本性。所以，人们往往沉迷其中，想要看开，说说容易，做到很难。其实啊，这世上永远有你赢不了的对、参加不了的比赛、没有到过的地方、没有看够的风景、没有吃到的葡萄……而得不到的东西，也不一定是最好的。

人生就像一场球赛，比赛的时候要认真、全力去拼搏。而结果，只要你是尽了自己最大的努力，即便最终没有夺冠或是取得比赛的胜利，也不必遗憾。