



Content

1

卷首语

我们到底是在为谁工作？

2

力嘉天下

香港瓦通纸业厂商会第二十二届会董就职典礼暨 50 周年金禧纪念

力嘉倡导创客新理念 成功夺得红点奖

中国（深圳）第十一届文博会力嘉分会场第四届印刷科技最新动向研讨会与您分享（连载二）

3

新视野

2014 年度优秀员工风采

安全像花儿一样甜蜜

4

力嘉百科

党员志愿者献血迎七一

发礼品 过端午

区第三人民医院党员志愿者分队在我司开展义诊送药活动

父亲，您是我永远的依靠

吾家有女初长成

让“马上就做”成就我们

《关爱留守孩子》公益手册

征稿

上班族防暑降温小常识

我集团新标识  注解——

2010 年 11 月 3 日，即力嘉（香港）40 周年庆典之日，我集团正式启用新标识。

力嘉的英文名字为“LUK KA”，新标识取二字的英文首字母“L”与“K”组合而成，“L”设计成一个“别号”，代表力嘉永远是最佳的印刷伙伴，“K”组自中国文字“人”，喻意集团以人为本，重视人力资源、人才培育和员工的专业素质。色彩用上橙红、粉蓝和紫色，橙红色象征积极、年轻、活力，粉蓝色象征稳重、坚实、茁壮成长，紫色表现承传尊贵和荣誉。两个字母的厚重结构和叠印效果，呈现力嘉主要业务——纸品的保护机能和彩印成效；同时，“别号”横跨二字母，象征优质企业品牌和卓越品质的美誉跨代承传，赢得客户赞赏，成为业界翘楚。

新标识代表着我集团的经营理念、企业的文化特色、企业的规模、经营的内容和特点，因而是企业精神的具体象征。在此，将新标识介绍给大家，希望大家去理解并尊崇。

我们的愿景：

成为中国包装印刷界的领跑者，
让力嘉包装传遍全球

我们的使命：

坚持绿色经营，传承印刷文明，
持续为客户创造最大的价值

我们的价值观：

敬业忠诚 团结奉献
务实创新 互赢共进



你究竟
在为谁工作

我们到底是在为谁工作？



很多员工有这样真实的想法：我为公司干活，公司付我一份报酬，等价交换而已，我不欠谁的。我只要对得起这份薪水就行了，多一点我都不干，做了也白做。工作嘛，又不是为自己干，说得过去就行了，干吗那么认真。

这种“我不过是在为老板打工”的想法很普遍，在许多人眼里，工作只是一种简单的雇佣关系，做多做少，做好做坏，对自己意义不大，达到要求就行了。因此，工作的质量、标准都不高。

我们到底是在为谁工作呢？工作着的人都应该问问自己。如果不在年轻的时候弄清这个问题，不调整好自己的工作心态，那么我们很可能与成功无缘。

有这么一个故事，说的是有个叫杰克的人，他在一家贸易公司工作了一年，由于不满意自己的工作，他总是忿忿不平地对朋友说：“我在公司里的工资是最低的，老板也不把我放在眼里，如果再这样下去，总有一天我要跟他拍桌子，然后辞职不干了”。

当时有些人听了一笑了之，但是，其中有一个朋友问了一句：“你把现在这家贸易公司的业务都弄清楚了吗？弄懂

了吗？”他老实地回答：“还没有！”这时他朋友又说：“君子报仇十年不晚！我建议你先静下心来，认认真真地工作，把他们的一切贸易技巧、商业文书和公司组织完全搞通，甚至包括如何书写合同等具体细节都弄懂了之后，再一走了之，这样做岂不是既出了气，又有许多收获吗？”

杰克听从了这位朋友的建议，一改往日工作的散漫习惯，开始认认真真地工作起来，甚至下班之后，还常常加班加点地留在办公室里研究商业文书的写法。一年之后，那位朋友偶然遇到他，就问：“现在你大概都学会了，可以准备拍桌子不干了是吧？”杰克说：可是，我发现近半年来，老板对我是刮目相看了，最近更是委以重任，不但升职、而且又加薪。说实话，不仅仅是老板，公司里的其他人都开始敬重我、羡慕我了！”

只有抱着“为自己工作”的心态，承认并接受“为他人工作的同时，也是在为自己工作”这个朴素的人生理念，才能心平气和的将手中的事情做好，也才能最终获得丰厚的物质报酬，赢得同事的尊重，实现自身的价值。

摘自《中新网》



香港瓦通纸业厂商会第二十二届 会董就职典礼暨50周年金禧纪念

——我集团马楚邦副总再次当选为副会长



5月22日，香港瓦通纸业厂商会（HKCPMA）第22届会董就职典礼暨成立50周年金禧纪念活动在香港九龙湾国际展览中心盛大举行。我集团马楚邦副总再次当选为副会长。

此次会董就职典礼适逢该商会50周年金禧纪念，意义深远。活动盛情邀请香港特别行政区商务及经济发展局副局长梁敬国先生担任主礼嘉宾，中央人民政府驻香港特别行政区联络办公室经济部杨益副部长莅临为中银香港集团派出的醒狮队进行点睛，当晚有众多业界领袖、社会贤达、以及来自亚洲瓦楞纸箱协会ACCA和亚洲各地区瓦楞纸箱协会领导出席晚宴。活动共有600余宾客倾情出席盛宴，一同回顾商会

半个世纪的辉煌发展。香港瓦通纸业厂商会应届会长、我集团副总马楚邦等公司高层应邀出席晚宴。

据介绍，香港瓦通纸业厂商会成立于1965，迄今已有50年历史。随着中国改革开放的不断深入，该商会的许多纸品厂商开始迁往珠三角地区，并大部分都集中在深圳、东莞、中山等地。会员的业务发展趋向多元化，总生产量占广东省较大比重。加上会员们大多在内地设厂生产及发生业务往来，该商会与中国包装技术协会及深圳市包装行业协会有着紧密的联系，对加强拓展包装行业在国内的未来发展做出了积极的贡献。





reddot award
design concept



力嘉倡导创客新理念 成功夺得红点奖

近日堪称工业设计界“奥斯卡”奖的2015德国“红点奖”概念设计奖名单公布，力嘉创意文化产业园孵化成功的绿尚设计公司夺得国际工业设计行业的顶级奖项——红点奖（颁奖将于9月25日进行）。这一奖项充分见证了力嘉创意文化产业园创客平台的成功搭建。

据悉，绿尚设计公司是力嘉创意文化产业园继上善设计公司又一成功孵化案例，本次孵化值得一提的是真正实现了理念转换成实体的创客模式。走进绿尚设计公司那一抹清新绿色能够带来很多灵感的想象，迎面而来的荣誉挂满整面墙壁，一一望去满满的都是实力，各种各样的瓦楞纸设计映入眼帘，使用方便的笔记本、带有日历的笔筒、充满魔幻的魔盒、别看它们现在如此安静，只要你开发想象力，动动手指它们就能够变出很多创意与惊喜。绿尚设计艺术总监于光先生表示，他曾经也是怀揣梦想创业大军中的一员，脑袋里

有无限的创意产品无从开展，正因为有了力嘉这样的创客平台，让我放心去追逐自己的梦想，红点奖只是个开始，接下来绿尚设计会更加努力去获得更多的荣誉，来回报大众，回报社会，回报力嘉创意文化产业园。

今年全国两会，“创客”首次“闯入”《政府工作报告》，令创新创业者对前途充满憧憬。力嘉创意文化产业园也大力倡导创客新理念，特别迎合了两会提出的“大众创业、万众创新”新浪潮，顺应当下“孵化培育式”创业新趋势，打造新一代创客平台，将理念转化为实际，将小团队转化成大企业。绿尚设计公司就是力嘉成功孵化培育的成功案例，未来的力嘉将继续夸大思路，整合新模式，吸纳更多更好有创客梦想的团队及个人加入进来，共同创业，享受成功的喜悦，力嘉欢迎您！

产业园：张翠翠



充满绿色
生机的绿尚设计
公司办公室
过道



力嘉创意文化产业园创客平台出品精致书架



红点奖获奖作品：DUCUMU茶叶包装盒





中国（深圳）第十一届文博会力嘉分会场 第四届印刷科技最新动向研讨会 与您分享（连载二）

上期我们共同分享了“中国印刷及设备器材工业协会常务副理事长兼秘书长陆长安”以及“深圳市包装行业协会副会长王小元”的演讲内容，本期我们继续来分享，（惠普）HP 华南区销售经理周正谊、爱克发印艺亚洲有限公司业务拓展经理林呈的演讲主题。

一、演讲嘉宾：周正谊

职务：（惠普）HP 华南区销售经理



演讲主题：HP 经纶 Indigo 30000 创新制胜

惠普在包装应用方面开拓了很广泛的市场，包括标签的应用、柔性包装、折迭箱盒、展示和纸盒、大批量包装，整体我们都有一系列的详细的解决方案，加之齐全的设备，让HP在全球占有很大的市场。那么今天我主要讲一下HP Indigo 30000数字印刷机。

此机器特别为纸盒（Folding Carton）应用市场而研发设计的数字印刷机，幅面支持75x53cm，厚度可达600微米。

◆ 宽泛的厚度支持

宽泛的支持多种承印物，可满足当今纸盒市场超过90%生产需要支持多种承印物的印刷，包括镀膜等人工合成物等。

◆ 端到端的解决方案

HP Indigo 30000 不仅仅是一台数字印刷机，更是一套完整的纸盒印刷方案，由Esko特别开发的强大的可扩展的印刷服务器(DFE)；精确的色彩匹配和拼版、批处理和联动能力；与卡纸和上光领域的主要的供应商合作共同开发基于UV或者水基材料光油的在线有选择的后道上光；与最新发布的数字印后科技进行整合与包括MIS系统在内的工作流程方案进行整合。

◆ 可持续性发展

由于无需设置调整，减少承印物的浪费可以大大改善环境，每年可减少多达20,000平米/215,000平方英尺的印制板使用，并节省印刷特殊颜色油墨的使用。

按需印刷缩短交货期，消除包装行业的过度存货和过度运输，很好的减少闲置包装的报废。支持再生卡纸进行印刷，走向绿色包装。

◆ 合适的幅面

◆ HP Indigo品质





电子油墨和Indigo印刷机表现出鲜明的线条，精美的图像，顺畅的过渡；

多达7组色栈，体现出更宽泛的色域范围，更可提供白色和其他特殊颜色和效果；

4色，6色，7色提供生动的色彩和精准的Pantone色输出；

混色系统提供专色，完美的提供Pantone认证色在标签和包装行业，服务超过120个国家世界级顶尖品牌，拥有超过1,000个安装点匹配传统胶印应用。

“数字”是我们世界的一部分，数字印刷也在其中，你需要参与技术的变革，不能倒退，包装已经开启数字之路，Indigo 服务于各类型市场，永远走在行业前端。

二、演讲嘉宾：林呈

职务：爱克发印艺亚洲有限公司业务拓展经理



演讲主题：爱克发完美清晰、耐久而高生产力的数码喷墨整合方案

◆ 爱克发的故事

爱克发成立于1867年，1999年于布鲁塞尔上市，总部设于比利时安特卫普，2013年销售总额达30亿欧元，全球共计12,163名员工，全球40多个国家和地区拥有销售部门，21个研发和生产基地成为印艺、医疗以及特殊材料行业的全球领导者。

◆ 六个细分市场的整合创新方案

商业印刷：印前设备、耗材、软件和服务。

标识与展示：宽幅UV喷墨打印设备、耗材、软件和服务。

报业：印前设备、耗材、软件和服务；移动产品和云终端方案。

包装与标签：印前和喷墨设备、耗材、软件以及服务。

工业印刷：工业喷墨墨水；现有工业生产方式的印刷解决方案。

安全印刷：针对高端防伪印刷厂，保护产权防止伪造。

◆ 标识和展示：市场规模和趋势

全球UV标识与展示市场保持持续健康增长，市场的特点主要为：整合、争夺市场份额、积极的定价政策和快速的产品更新代，印刷者也正在寻求整合的工作流程从而提高文件交付并且节省时间对于软招牌的需求量不断增长，电子布告栏在过去的几年中稳定增长，但是增速并不快，主要是由于监管和公众的反对，油墨与设备市场容量约为7亿欧元。

◆ 爱克发专业UV油墨之优势

1. 最微细的颜料色散 (dispersed pigments) 生产工序，达致更广宽的颜色危域及更长久的喷印稳定性，更长久的保质期 (由生产日期开始 12 至24个月)

2. 最低的气味

3. 油墨喷印效能及稳定性，针对特定喷头的喷孔大小而生产的油墨，可达到最佳的运作设备而保证最好的喷印质量，达致最高的稳定性 (最少次数的喷头维护)

4. 能以传统 UV 及 UV LED 固化技术两者兼容

5. 更高颜料色散技术 => 更低油墨使用量

6. 长久的保质期

(张翠翠 供稿 / 紧接下期)





2014年度优秀员工风采



余小平，2009年11月入职力嘉，现为加工精品手工部员工

该员工平时工作仔细、认真负责，不但执行力强，且工作配合度好，有良好的工作心态，能按时完成上级领导安排的工作任务，主动协助其他同事的工作。爱护团体，与同事相处甚好，遵守厂规，服从管理，有很好的团队精神。



魏兵武，1995年8月入职力嘉，现为精品B部副部长

工作认真负责，协助部长处理各类问题。在平常工作中，能兢兢业业，以身作则，对车间出现的问题能及时找到解决的办法，表现出优秀的管理能力，在各个方面给员工树立了榜样。长期以来，总能以主人翁的心态对待工作，表现出高度的企业忠诚度。



梁勇，2012年12月入职力嘉，现为人力资源部后勤组员工。

该员工工作热情高，能吃苦耐劳，踏踏实实，服从上级的安排。能认真做好分内工作，不计较个人得失，有很强的团队意识和集体荣誉感。在工作中积极好学，能适应或胜任后勤不同岗位的工作，是一个工作上的“多面手”。



杨洲，2005年8月入职力嘉，现为加工精品机械部文员

能胜任部门的统计及人事工作，服从领导安排，认真做好自己的每一份工作。在平时工作中善于积累工作经验，活学活用，并且在业余时间努力学习相关专业知知识，勇于提升自己。个人性格为人热心，活泼开朗，尽力真心对待身边的每一位同事。



蒋安成，2010年9月入职力嘉，现为平板部部长

为人诚实，积极肯干。对C坑坑机操作熟悉，技术过硬，在2014年度，其培训的副手文友兵在坑机操作技术上提升较大。与同事相处融洽，工作态度端正，遵守公司规章制度，能协助车间高效完成生产任务。



卢红梅，1998年2月入职力嘉，现为加工精品手工部组长

做事细心，吃苦耐劳，责任心强，按时完成生产任务。在平时工作中，乐于与人沟通，常协助他人顺利完成工作任务。有长期的基层管理工作经验，并在基层管理工作中，能懂得包容，有全局观念。在生产工作中，重视工作细节，有高度的品质意识。





安全像花儿一样甜蜜



安全是什么呢？有人说，安全是效益。有人说，安全是健康。有人说，安全是发展。对我来说，安全就像花儿一样甜蜜。常常听到自己亲人熟悉的声音，常常看到自己亲人甜美的笑容，常常与自己的亲人共聚晚餐，就是对安全的最好阐释。

有网络媒体曾报道过一个矿工的故事。一次，他在工作面回撤支柱作业时，忽略了一个细小的安全环节——没有先支后回，看好退路。就是这样一个小小的疏忽，造成了他终生的遗憾。就在他用力拉倒最后一根支柱后，他感受到顶板带着凉飕飕的风在摇动。霎那间，顶板就像一头张着血盆大口的怪兽，把他扑倒在地……当他再次看到这个世界的时候，已是6天之后，而他接受的第一个现实，就是遍体鳞伤、残缺不全的躯体。出事当天，他年迈的父母听到儿子的不幸消息，体弱多病的老母亲当即晕倒在地；正在家里精心准备晚上一家人菜肴的妻子接到电话后，发疯似地向医院奔去；才满二岁半的幼小孩子，晚上见不到父亲，哭喊着找爸爸……一个本来充满幸福和欢乐的家庭，因为一时疏忽而顷

刻间遭受了一场突如其来的灾难。

每当你穿梭于熙熙攘攘的人群、车水马龙繁忙的马路，每当你漫步于幽静的公园、河涌旁，每当你迎着朝阳奔赴岗位，可曾感知任劳任怨、默默支持你的亲人对你的祝福和期盼。安全上班，安全回家，会让家人少一分牵挂，父母多一分宽慰，家庭多一分快乐。

各种灾难的耳濡目染，有时候让自己觉得生活中充满着不安全因素，觉得灾难随时都会悄然降临到自己身上。随着岁月的洗礼、积淀。自己对生命有了与往不同的看法。每一朵鲜花的凋谢，每一个生命的逝去，似乎变得如此自然。但是，突然间看到那些风华正茂、意气风发的年轻人在自己的工作岗位上因疏忽大意而在不经意间逝去，那么措手不及，甚至还没来得及向自己的父母说声感恩，向领导说声感谢，让人倍感悲痛。

一个年轻的生命逝去，即使与你毫无关系，你仍会感到心痛。“去年今日此门中，人面桃花相映红。人面不知何处去，桃花依旧笑春风”。路上，已无飞花，留下的只是满地的残红。我想落泪，但眼中却蕴含不出泪水。是我的泪已干，还是我已麻木？生命中处处流露着对安全的顾虑和恐惧，感叹生命是此此的脆弱，是那么的无助，在自己无法意料或掌控中逝去。

安全犹如一根七彩线，把我们的一个个美好愿望连接起来，构成一个稳定、和谐、多姿多彩的美好世界。工作和生活中，每个人都要有安全意识，及时发现问题、解决问题，从而尽情享受安全生活的美好。

“岁月如歌声声远，事业如棋局局新”。拨开历史的尘埃，回顾当代中国社会的发展历程，人民的生活或企业的发展，离不开安监部门的艰辛和执着。当东方的朝阳将第一缕晨光洒向大地，文明、和谐、创新的中国将会焕发勃勃生机，秉承传统，开拓创新，续写出一页页安全生产的辉煌篇章。

安全，就是一种幸福，像花儿一样甜蜜。

摘自《广东安全生产》



党员志愿者献血迎七一

在“七一”建党94周年之际，横岗片区“两新”党总支在片区服务中心开展党员志愿者献血活动。我司党支部马泽勇、贝宇等党员志愿者踊跃报名，参加了这次献血活动，以此作为献给党的生日礼物。



发礼品 过端午

6月19日，值端午节到来之际，公司给员工派发了粽子、饮料等礼品，为员工送上节日的祝福和慰问。



龙岗区第三人民医院党员志愿者分队 在我司开展义诊送药活动

6月11日，龙岗区第三人民医院（原横岗人民医院）党员志愿者服务分队，在我司开展妇产科、全科、骨科、内科及皮肤科等多项职工免费义诊活动，并为我司医务室赠送药品，为员工派发了多种健康知识宣传册。





父亲，您是我永远的依靠



“父亲”这个词在今天写来好像如此沉重，可能，自始至终，“父亲”这个词就根本不轻松。但是在我的心中，父亲却是当我想起他的时候，我生命中最温暖的那个他！一个女性的生命中，最挚爱的他，应该是父亲，另一半，自己的儿子，而无论如何，父亲却总是最暖心的那个他！

有句话说：“女儿是爸爸上辈子的小情人”，可是我却想说：“父亲是女儿这辈子永远的依靠”，我的父亲就是这样的一个沉默的坚实的依靠，我永远不用害怕自己会倒下，因为父亲永远会在我的背后托着我。记得小时候，最喜欢父亲把我抛到半空中，然后再接住我的那种游戏了，每次父亲一开心就喜欢把我托起来往天上抛，母亲在一旁看见了就忙不迭地要责备父亲这样的举动，可是我却在那里呵呵大笑，然后父亲就会对母亲说：“不要害怕，看咱们女儿多开心，我绝对不会摔着她的。”而母亲虽然百般不乐意，却也会因我那肆意的大笑而放弃了对父亲的责备。

现在回想起来，我依然很享受那种被抛到半空中，然后在即将坠地的那一刻会有那么一双大手托住我，那是一种安全感，实实在在的安全感，而在自己被抛至空中的那一刻，我又会有种飞翔的感觉，那是一种自由感，无所束缚的自由感。如同我现在生活在这个世界上的感受一样，当我自己在某些时候，生活、工作上有许多快乐的事情之时，自己就会有一种腾云驾雾的感觉。而当自己情绪低落，难以自拔的时候，父亲那双踏实的大手带给我的童年记忆却能够在瞬间让我感到温暖，没有什么会比这样的力量更能够让我重新直面生活了。

每年过年回去，我总是会给父亲买衣服，买鞋子。父亲却总是会说：“不用给我买这些了，我什么都有，你照顾好自己就行了”，而我每年还是一如既往的给父亲买衣服、鞋子。今年过年回去，我发现了父亲特别可爱的一面，那是父亲在我印象中从来未有的举动，我走进房间的一刹那，看到父亲在给衣服拉链上油，用小棉条小心地蘸了点油往衣服的拉链上慢慢的涂，目不转睛的看着那件衣服，以至于他都没感觉我已经在走近他，直到他把衣服整条拉链都上完油后，才发现我在他身边，然后他不好意思的笑了一下，那种表情特别难以形容，说了句：“拉链上点油，不容易坏”，我看着父亲，瞬间觉得父亲好可爱！其实，我知道，父亲是珍惜我买给他的衣服，珍惜女儿对他的这份爱。

我的父亲就是这样的一个人，他寡言少语，但却是我们整个家的主心骨；他挣钱不多，却是我们整个家庭的主要劳动力。他很少表达自己对子女的爱，但是作为子女的我们，却无时无刻能够感受到父亲带给我们的各种温暖。现在的我离家千万里，每年能跟父亲见面的机会也是屈指可数，但是只要每次跟父亲通话，我就能够感觉到父亲带给自己的正能量——父亲的言语，让我觉得整个世界都开阔了。

拓展营业B组：唐琳





吾家有女初长成



时光荏苒，二十多年的光阴，弹指一挥间。

曾几何时，我也是一个无忧无虑的小女孩子，有长发甩甩，有裙裾翩翩；

曾几何时，我告别了家乡，告别了家人，来到陌生的城市，开始了自己的生活；

又是什么时候，我开始走进了婚姻的殿堂，开始为人妻为人母……这些，好像都不是特别清晰了，只因为，我的生命里，重心开始有了倾移，因为我的生命，开始因另一个人而精彩！

没错，我有了孩子，并且，是个精灵古怪的小美妞。

她的降生，虽然让我压力重重，却让我的生活精彩万分，倍加幸福。

2013年5月的某一天，产前撕心裂肺的剧痛，直到女儿出生第一声“哇哇”哭叫声，看到她第一眼时是睁着眼闭着

眼，叫她妹妹时，还冲着我笑，瞬间觉得再痛都值得了。可能是身上掉下来的一块肉，自己的天使，觉得她长得比其他的宝宝都好看，头发黑黑的，脸红红的，头尖尖的，鼻子扁扁的，耳朵小小的，手脚皱皱的……

时间一天一天的过，女儿也一天一个样，慢慢地变成特别乖巧可爱的小姑娘。

感谢女儿的降临！

因为女儿，“教会”了老爸说话，以往老爸回家极少开金口，现在回家常常就是问：“小家伙在哪呢？老家伙来啦……”起先，听到老爸的“小家伙与老家伙”，觉得特别搞笑，特别逗，老妈也老笑话他，然而简单的几句话，让我们一家人沉浸在乐呵呵的气氛里。

2013年11月份到了该上班的时候了，女儿只能留在老家给妈妈带，老妈带女儿虽然很累很累，但每天女儿有什么“新节目”，总会来电描述一翻。在老妈的话语里，载着的都是满满的开心，说：你女儿怎么怎么啦，可爱得像个小人精，把家里的小伙伴们逗得可乐了。

女儿的小姨呢？女儿的吃喝拉撒，从来都不怕去清洗，像自己的闺女般地爱护着，只要一有什么女儿的“大陆新发现”，总是第一时间来电，说得不亦乐乎，每每听得我笑得不行。

金舌蔽口的小舅，总是那二句话，臭妹、臭妹，呵呵、呵呵，虽简单的二句话，但包含了对女儿深深地喜爱，休假或下班在家，常常抱着女儿在床上，拿了玩具给她玩，而他在一旁盯着，显得一副慈父般的样子！

如今2周岁伶俐、调皮的她，说话特别有趣，常常拿着玩具电话在自言自语：妈妈，I LOVE YOU；妈妈，Good morning,然而还自称她是姐姐——”妈妈，姐姐今天给姥爷打了，痛痛……”

每个孩子都是上天派给父母的天使宝贝，父母会用无限的爱去爱她/他，去养大她/他，然而我们从娘胎出来的那一刻开始，也是父母的天使，父母也是用无限的爱将我们抚养长大。为人母之后，深深体会，为人父为人母是多么的不容易，长大的我们，应该要懂得感恩，感谢爱我们的父母，要孝顺我们的父母，父母一天天在老，有空常回家看看！

愿我们的孩子快乐成长，愿我们的父母健康长寿！

采购部：林楚珍





让“马上就做”成就我们



有个落魄的中年人，每隔两三天就去教堂祈祷，而且他的祷告词几乎每次都相同：“上帝啊，请看到我多年敬畏您的份上，让我中一次彩票吧！阿门！”几天后，他垂头丧气的来到教堂，同样做着祷告：“上帝啊，为何不让我中彩票？我愿意更加谦卑的侍奉您，求您让我中一次彩票吧！阿门！”又过了几天，他再次出现在教堂，重复着他的祷告。就在这时，圣坛上传来一阵宏伟庄严的声音：“我一直在垂听你的祷告，可是最起码，你老兄也应该先去买一张彩票吧！”

当我今天翻开《力嘉新天地》发现这个征稿时，我思绪万千，脑海里闪现了很多想写的东西，因此“马上就做”，现在就写，因为行动才是获得成功的唯一有效途径。

今年3月，我从家乡来到深圳。在这个大城市，人生地不熟，没有亲戚朋友，步步艰辛，但是我不后悔。奔波了几个星期，我终于在三月底进了力嘉。初次接触力嘉和印刷，让我眼界大开。同时，力嘉人的工作效率和敬业精神深深地感染了我。

刚开始的一个月，师傅对我严格教导，让我觉得压力很

大，突然有种想放弃的想法，但是我的信念支撑着我，我相信我并不比别人笨。之后，我每天不仅把自己的事情做好，还会去学习更多的知识，把犯过的错加深记牢，杜绝第二次再犯；把第二天的工作提前安排好，因为工作不仅需要“马上就做”，还得未雨绸缪。

转眼间，我来力嘉已经有三个多月了。虽然工作很辛苦，但每天都能按时完成自己的工作，过得很充实，这是在以前从来没有的。每个人都有自己的梦想，我们来到深圳就是要追逐自己的梦想，实现自己的梦想。我现在虽然还刚处在起跑线上，但相信通过自己的努力，一定会离梦想越来越近。思想决定行动，行动决定成败，所以我们只有具备“马上就做”的做事风格，不拖拉扯皮，不敷衍了事，我们的工作才有效率，才能得到同事和上级的认可，才会创造更多的发展机会，才会成就将来的我们。

在这里非常感谢力嘉，感谢我的师傅和领导，让我有机会学习更多更广的知识。言必行，行必果。因此我绝不会辜负你们的教导，做好自己的工作，为力嘉的美好未来贡献出一份微薄的力量。

拓展部营业A组：黄军



《关爱留守儿童》公益手册



中国地质大学（武汉）应用心理学研究所 吴和鸣

与孩子见面的第一件事

拥抱。放下行李的第一件事，就是拥抱孩子，不管他/她多大了。

与孩子见面的第一句话

说出孩子的变化。仔细端详孩子，从头到脚，看着孩子时您目光中的喜悦，是送给孩子最宝贵的礼物。然后对孩子

说：你长高了，你长大了，你变漂亮了……

当谈到孩子的学习时

平和沟通、关心过程而不是结果。每个孩子都忐忑不安地等着父母看成绩单的那一刻，所谓“见包公”，哪怕再满不在乎的孩子，灰溜溜的。我们由此应该明白，孩子是知道自己对于学习是负有责任的，对于自己不够理想的成绩他/她们心里已是满怀内疚与羞愧。因此，在与孩子谈论学习时，一定注意方式方法，要保护孩子的自尊心，提高而不是打击孩子学习的积极性。

当发现孩子有些可能的问题行为时

先理解孩子。对留守儿童的心理有以下几点理解：1.对亲密关系恐惧；2.缺乏规则；3.不善于表达

在您重新离开孩子前

- 1.与孩子交流生活、学习中可能存在的问题
- 2.拜访老师、亲朋好友
- 3.与孩子商定交流方式

当你感到内疚时

内疚会造成一系列问题，比如，因为内疚，会尽可能在物质上补偿孩子；因为内疚，会在回家后给予孩子很多关注，毫无原则地满足孩子的要求，造成分离之后一热一冷的极端对比；更隐蔽的是，内疚不堪忍受，就变成指责：我们在外边打工非常辛苦，可你却不懂事、不听话。其实，对孩子的许多愤怒都是内疚在作怪。有时，孩子甚至就利用父母的内疚达到自己的目的。孩子可以有自己的要求和想法，但应该在沟通和交流的基础上表达和实现，而父母不能因为内疚一味妥协。

外出打工肯定是您慎重的决定，您肯定也为孩子做了尽可能妥善的安排，所以您不用内疚，我们只需要努力做到更好。
摘自《深圳晚报》

征稿

暑假已经来到，不少小孩将会从家乡千里迢迢来到深圳，与在深圳工作的父母团聚，重温那温馨而幸福的美好家庭生活。请你用文字写下这段生活的温馨片段，或用相机拍下那些难忘的幸福瞬间，让我们一起分享你们那段难忘而短暂的幸福时光，从而让我们更懂得珍惜当前的生活，更热爱现在的工作。

征稿注意事项：1、若以照片形式投稿，则用数码相机拍摄最佳（若用手机

拍摄像素需达1300万以上），并以JPG的格式发送至我编辑部；若以文稿形式投稿，则将字数控制在1200字以内，要求情感真挚，充满正能量。

2、来稿请注明真实姓名、所属部门和联系方式；

3、截稿日期：2015年8月30日。

4、来稿请投 外部邮箱：luxuhui@szlukka.com 内部邮箱：xh.lv@lukka.com；内部联系电话：272（分机）。



本刊编辑部

2015年7月10日



上班族防暑 降温小常识



1. 及时补充水分但应少喝饮料。果汁、可乐、雪碧、汽水等饮料中,含有较多的糖精和电解质,喝多了会对胃肠产生不良刺激,影响消化和食欲。因此,夏季应多喝白开水或淡盐(糖)开水。

2. 最佳的饮料: 白开水——中医称白开水是“百药之王”。喝白开水应选择沸腾后自然冷却的新鲜凉开水(20℃至25℃),这种白开水具有特异的生物活性,容易透过细胞膜进入细胞内,很快被吸收利用。喝白开水时最好加些盐,盐可以补充体内钠的丢失。茶水——钾是人体内重要的微量元素,钾能维持神经和肌肉的正常功能,特别是心肌的正常运动。茶叶含钾较多,占其比重的1.5%左右。钾容易随汗水排出,温度适宜的茶水既解渴又解乏,亦是夏季首选饮品。

口渴后不宜狂饮。劳动和运动大量出汗后,不宜大量饮用白水,应适当补充些淡盐(糖)水,因为大量出汗后使人体内盐分丢失过多,约占汗液的0.5%左右,不及时补充盐分,则使体内水、盐比例严重失调,导致代谢紊乱。

3. 不宜过量饮酒。人体在夏季受气温影响极易积蕴湿热,而湿热过盛又是诱发皮肤发生疮痍肿毒的病因,若大量饮白酒,更会助热生湿,无异于火上浇油。

4. 饮食不宜过于清淡。夏天人的活动时间长,出汗多,消耗大,应适当多吃鸡、鸭、瘦肉、鱼类、蛋类等营养食品,以满足人体的代谢需要。

5. 午睡时间不宜过长。午睡时间过长,中枢神经会加深抑制,脑内血流量相对减少会减慢代谢过程,导致醒来后周身不舒服而更加困倦。

6. 忌受热后“快速冷却”。炎夏,人们外出或劳动归来,喜欢不是开足电扇,就是立即去洗冷水澡,这样会使全身毛孔快速闭合,体内热量反而难以散发,还会因脑部血管迅速收缩而引起大脑供血不足,使人头晕目眩。

7. 不宜佩戴金属首饰。金属装饰品中的某些金属沾上汗水,佩戴时,所接触到的皮肤可能会出现微红或瘙痒等症状,容易引发接触性皮炎。

www.lukka.com.hk

力嘉新天地



编委会主任 马伟武

顾问 马馥雄 马家慧 马楚邦 马楚力

编委 马泽勇 戴忠平 龙秀云 陈镇南
郭民乐 庄镇宁 贝宇 吕旭辉

总编 马伟武

主编 吕旭辉

副主编 贝宇

封面设计 设计组

版面设计 吕旭辉

责任校对 马泽勇 戴忠平 龙秀云 贝宇

发行 李美花

主办 力嘉国际集团有限公司
(公司内部刊物)

地址 深圳市龙岗区横岗街道力嘉路98号

电话 0755—28868161

传真 0755—28863216

外部邮箱: luxuhui@szlukka.com

内部邮箱: xh.lv@lukka.com

本刊网址: <http://www.lkccc.com>

本刊QQ群: 275930153 (申请加入时请注明本人的真实姓名和所属部门)

本刊声明

1、凡向本刊编辑部投稿,请作者务必自留底稿。本刊收到的所有稿件不予退还。

2、稿件一经采用,本刊编辑部按稿件的内容、质量付相应稿酬。

3、作者文责自负,对于侵犯他人版权或其他权利的稿件(本刊反对抄袭),本刊不承担任何责任。

4、因本刊编辑部成员水平有限,错误之处难免,敬请公司领导、各位管理员及广大员工读者提出批评和意见。