

12/2022

GDHH 2022-12
季刊 第三十四期

光明与健康

征稿启事

——“家”的舞台，邀您共舞

《光明与健康》已出版到三十四期啦，非常感谢大家的支持！为更好地发挥季刊平台分享交流的作用，现向全体同事及家属朋友广泛征稿，具体要求如下：

【员工来稿】栏目征稿：

- 1、主题不限：可以是反映积极向上的人生观，或对工作、生活的感悟、企业文化的认识等。
- 2、体裁不限，因版面有限，字数要求1500字以内；
- 3、最好使用电子文件（文字word格式），打印稿或手写稿也可，手写稿字体要端正，容易辨认；
- 4、所征稿件一旦录用，将视录用篇幅发放优厚稿酬。

【爱的见证】栏目征稿：

- 1、结婚照片，见证新婚的甜蜜；
- 2、小孩照片，介绍你家的可爱小淘气；
- 3、与家人朋友的合影或父亲节、母亲节与父母的合照；
- 4、青葱岁月，非常有珍贵记忆的照片。

投稿时请提供作者真实姓名，如家属投稿，需提供员工姓名、所在部门，联系电话等；投稿者请将稿件发送到海鸿行政部李小怡处。为方便排版，请尽量提供电子版稿件。



小型化双层箱变 新型电力系统配电解决方案



扫一扫
关注海鸿微信公众号



扫一扫
关注健芝缘微信公众号



扫一扫
关注敞开微信公众号





《光明与健康》第三十四期

编委会成员：海鸿行政部
海鸿管理部
健之源管理部
敞开管理部



海鸿电气有限公司
地址：广东省开平市翠山湖新区环翠西路3号
网址：Http://www.gdhaihong.com
邮箱：sales@gdhaihong.com



开平健之源保健食品有限公司
地址：广东省开平市水口镇三元路138号
网址：Http://www.healthwise.com.cn
邮箱：sales@healthwise.com.cn



广东敞开电气有限公司
地址：开平市翠山湖新区环翠南路1号
网址：Http://www.tritype.cn
邮箱：tritype@126.com

CONTENTS 目录



企业报道 01

COMPANY EVENTS

- 011 小型化双层箱变新型电力系统配电解决方案
- 031 双碳节能 电气领航 深圳建筑电气高峰论坛暨海鸿电气新品发布会顺利举办
- 051 海鸿电气赋能道路建设，为香海大桥安全可靠、低碳用电保驾护航
- 061 坚守初心，打造高可靠性产品
- 071 非凡十年 | 海鸿电气技术引领变压器行业绿色发展
- 091 健之源简讯
- 151 家庭日活动照片分享
- 191 每月之星第七期
- 241 每月之星第八期

行业动态 29

INDUSTRY EVENTS

- 291 《国家信息化领域节能技术应用指南与案例（2022年版）》之二：数据中心节能提效技术（高效供配电技术产品）

职业生涯 31

CAREER PATH

- 311 稻盛和夫：虽说成功有诸多途径但我认为除了拼命努力别无他法

法治文化 33

LEGAL CULTURE

- 331 【以案普法】借用信用卡套取资金是否属于民间借贷？

健康养生 35

HEALTHY REGIMEN

- 351 抗原转阴了，为啥还是咳个不停？

其他 36

OTHERS

- 361 爱的见证

董事长寄语

打造高可靠性产品，必须更加具体落实，必须每个环节都做到位才有高可靠性的体现。大家要找准对手、找准差异，用好我们的亮点，讲好故事说透优势，引导客户的预期，这方式方法无论在过去、现在还是未来都行之有效。

汪建刚

小型化双层箱变 新型电力系统配电解决方案

■文/ 技术中心

“双碳”背景下，城市配电设备选型向小型化、低碳化趋势变化。海鸿电气基于市场需求，研制出符合城市发展、新型电力系统需求的箱变产品——小型化双层箱变。产品集成化程度高，

标准化工厂式预制，实现变电站从繁琐的“建设”到简便的“购置”的模式转变，减少新能源项目、新基建项目落地制约因素。



传统预装式变电站建设及运行痛点

- 占地面积大，产品选址难
- 建设投入成本高、建设周期长
- 工艺安装标准不统一，容易因操作不规范引发事故
- 变压器离地低，安全隐患较大
- 传统树脂干变可燃物多，存在消防隐患，
- 力不足，难以适应高负荷用电需求，增容费用高
- 空、负载损耗大，能耗高，运行成本高
- 运行噪音大，产生“邻避”问题
- 浇注椭圆线圈，容易龟裂
- 设备质量不过关，智能程度低后期维护难
- 变压器绝缘材料难降解，回收难处理，环境污染大
- 外观设计单一，影响城市街景美观度
- 产品残值低减少新能源项目、新基建项目落地制约因素。

海鸿电气解决方案

- 双层箱变结构，变压器放置二层
- 内置安全高可靠、环保节能敞开式立体卷铁心变压器



小型化双层箱变方案优势

- 小型化双层设计，占地面积下降约45%
- 工厂式预制设计，安装省时省力省成本
- 模块化设计，安装运输简便
- 双层设计，提高防洪能力，提高安全性
- 可燃物重量减少85%以上，防火防爆
- 过载能力强，适应高负荷用电需求，运行安全高可靠
- 空、负载损耗低，低碳运行
- 宁静运行，运行不扰民
- 混合绝缘系统，线圈不龟裂
- 细节设计，智能化监控，后期维护便捷
- 绿色环保，全生命绿色周期设计
- 可根据安装地定制外观，美化环境
- 产品残值高

针对领域特殊需求，定制小型化双层箱变



● 充电站用小型化双层箱变

充电站一般建设在人流密集区，安全性能要求高，充电站用小型化双层箱变配置强过载能力变压器，保障充电站配电安全。产品结合智慧融合设计，实现资源节约化，降低运营成本。



● 光伏发电用小型化双层箱变

光伏发电受太阳辐射强度、温度等环境因素影响，发电具有波动性。配置的变压器绝缘耐热等级为R(C)级，能稳定承受光伏发电带来的冲击，确保光伏发电系统配电安全性。



● 储能用小型化双层箱变

储能集装箱内设备运行温度直接影响电池寿命和运行状况，储能用小型化双层箱变配置变压器采用饼式线圈结构及立体卷铁心结构，散热效率高，有效提高储能系统运行安全性。



● 城市路灯用（高速公路用）小型化双层箱变

路灯配电日夜负荷差异大，白天空载时间长，变压器可采用非晶合金立体卷铁心干式变压器，空载损耗更低，降低城市路灯（高速公路）运营成本。

小型化双层箱变简化配电房建设流程，整体提高配电安全性及供电质量，适应以新能源为主体的新型电力系统发电侧、输电侧、负荷侧的变化，解决新基建及双碳背景下的电力系统建设的难题。

双碳节能 电气领航

深圳建筑电气高峰论坛暨海鸿电气新品发布会顺利举办

■文/ 技术中心

12月8日，深圳建筑电气高峰论坛暨海鸿电气新品发布会在深圳南山凯宾斯基酒店盛大启幕。

本次论坛以“双碳节能，电气领航”为主题，由深圳市勘察设计行业协会电气专业委员会暨深圳建筑电气情报网和深圳市建筑电气与智能化协会主办，海鸿电气承办。来自建筑电气设计领域专家学者，著名电气设备供应商总工程师、资深业界精英等共计200余人汇聚一堂，分享交流光伏直流供配电、照明、配电

安全、信息化、数字化等前沿工程技术和最新资讯。论坛联合电气制造、设计、建设、施工、咨询等各方市场主体，共同围绕节能技术创新、行业应用等多个维度，探讨电气节能技术如何推动绿色建筑低碳转型。同时，海鸿电气隆重发布由广东电网有限责任公司广州供电局牵头，共同合作研发的世界首创新产品——光伏智能双层双公变箱变，该产品安全高可靠且占地面积小，能有效解决城市原有空间配电设备增容难题。



作为本次大会的承办方，海鸿电气在新能源敞开放式立体卷铁心干变与创新应用方面做分享，并指出：“针对深圳市推动建筑领域低碳发展颁布的相关政策，绿色建筑在电气设备层面选型关键在于应具备安全可靠、全生命周期符合绿色制造要求、设备损耗低、噪音低环境影响小等特点。而海鸿电气立体卷铁心产品在以上方面均凸显优势，并已成功运用到住宅小区、高层建筑、写字楼、商务中心、商业广场、医院、学校、屋顶光伏等多类型建筑，今后将为建筑、新能源等领域安全供电保驾护航，为“双碳”目标、节能减排做出更多的贡献。”

会上西安欧卡姆电气有限公司、华为数字能源、中国建筑西北设计研究院有限公司华南区域公司等多家先进企业先后分享电力电缆T接的发展与未来、华为智能光伏解决方案、建设关于光伏建筑直流配电系统设计及案例实践等不同环节的绿色建筑解决方案。

海鸿电气作为中国变压器节能技术研

发制造的引领者，自成立以来一直专注于变压器节能技术的创新，不断探索立体卷铁心变压器产品前沿技术。当日下午，海鸿电气新品发布向行业用户详细地介绍技术已达到国际先进水平的箱变产品——光伏智能双层双公变箱变。新品首创紧凑双层设计与两台敞开放式干变联络应用技术，获得在场专家关注。双层设计能有效解决绿色建筑供电设备安装选址难题问题，产品与配置两台普通单公变箱变相比，其占地面积减少约80%（含基础）。光伏智能双层双公变箱变二层变压器室内置两台节能环保、高可靠性敞开干变，全面提升自身供电能力及安全可靠。

建筑领域是实现“双碳”目标的重要一环，本次论坛旨在联合建筑设计单位、电气服务商加强合作，以节能电气技术领航，推动建筑领域低碳转型，为与会者构建一个专业化、实效化的交流与合作平台，把握大趋势，领航降碳，助推中国绿色建筑的高质量创新发展。

真实 · 真诚 · 真心



新品发布会

NEW PRODUCT LAUNCH

光伏智能 双层双公变箱变



24小时服务热线
4000-0750-68 地址：广东省开平市翠山湖新区环翠西路3号 邮编：529339
E-mail: sales@gdhaihong.com 网址: http://www.gdhaihong.com

海鸿电气赋能道路建设， 为香海大桥安全可靠、低碳用电保驾护航

■文/ 技术中心

“十四五”阶段，我国交通运输进入加快建设交通强国新阶段。

为提升交通道路路灯、收费站等用电安全及节能效益，海鸿电气自主研制安全可靠、环保节能的非晶合金立体卷铁心技术，有效促进绿色低碳交通道路系统建设，推动交通运输高质量发展。

香海大桥是珠海交通道路系统重要组成部分，11月6日已顺利通车。香海大桥通过外延线与粤港澳主要交通干道相连，珠江口两岸城市交通更加紧密，从产业分工、航运合作再到创新要素的流通，粤港澳大湾区资源配置优化也将进入到更高层面。

该项目采用多台海鸿电气非晶合金立体卷铁心干式变压器，赋能珠海建设高效实用、智能绿色、安全可靠的交通要道。

香海大桥作为连接珠海东西城区主要交通动脉，日夜用电负荷极不均衡，且位于沿海城市，夏季台风多，配电设备所在用电环境多变。

为提高大桥用电安全性，项目采用非晶合金立体卷铁心干式变压器，全面提升变压器设备抗短路能力、高过载能力。针对供电设备耐潮湿、抗台风的供电安全性能需求，产品采用绿色环保的环氧树脂材料、专利薄绝缘系统防潮性能提升，可长期在潮湿环境下安全稳定运行。

贯彻绿色低碳交通道路系统建设需求，项目采用节能低碳的非晶合金立体卷铁心干式变压器，其节能特性更加突出，与硅钢叠铁心变压器相比，其空载损耗下降约60%，空载电流可下降约70%。产品大幅度降低香海大桥用电运行损耗，提高经营效益。

香海大桥是广东省、珠海市重点高速公路项目，对缓解珠海交通瓶颈、优化粤港澳城际交通空间布局具有重要意义。海鸿电气以先进的非晶合金立体卷铁心技术赋能香海大桥等安全可靠、绿色环保道路交通项目建设，推动城市交通基础设施高质量发展。



坚守初心，打造高可靠性产品

■文/ 技术中心



“变压器运行21年了，从未发生故障、没有明显锈迹，没有漏油，质量很好！”这是深圳一用户对海鸿电气2001年出货的产品使用反馈。该产品一直以来都能满足用户长时间高负荷用电需求，为生产提供稳定的电力。产品因用户企业迁址发展所需，在今年9月提前退役。

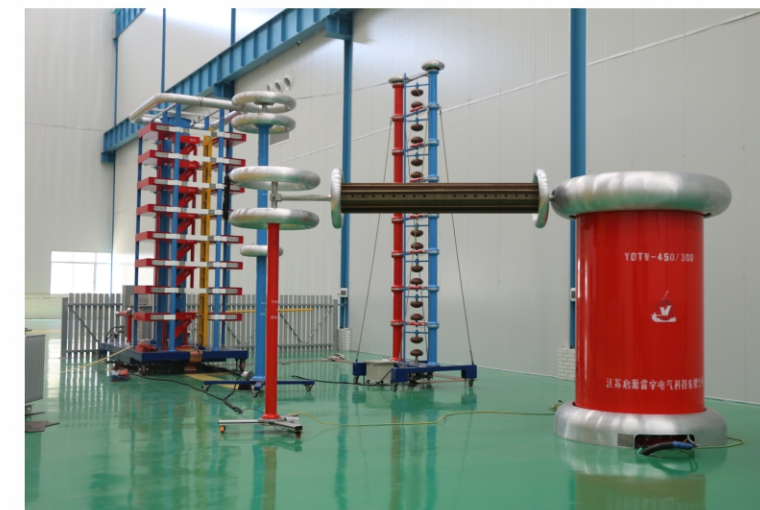
该产品是过去超18万台出货产品里面的其中一台，却是海鸿电气二十多年来贯彻打造高可靠性产品战略的缩影。

公司致力于打造更安全、更节能、更放心的配电设备，为用户提供物超所值的使用体验。公司针对不同类型、不同电压等级、不同容量变压器进行专项抗短路能力研究，对各种方案设计进行专项短路送检，非晶油变、非晶干变、硅钢油变、硅钢干变等方案设计均能通过抗短路能力试验，产品专项短路送检报告超40份。系列产品已通过第三方权威机构试验验证，拥有超200份型式试验报告，容量覆盖63000kVA，电压等级高达110kV，全方面为用户提供安全可靠的绿色产品。

公司拥有先进的4个独立试验室，配备试验检测设备80多台（套），可进行高达132kV电压产品的试验，可独立进行例行试验、型式试验。公司针对不同类型出货产品进行专业化的产品检验，为产品质量把控提供有力的保障。

公司从每一个订单做起，抓管理、抓质量、抓服务，产品质量管理做到“精准、前移、提升，反复抓、抓反复”。每位员工贯彻“精品理念”，让每台出厂产品都要做出示范性效果，每个订单项目都能打造成示范性项目。

二十多年坚持，海鸿电气产品的高可靠性获得行业内、外专家和用户一致认可。合作企业及用户对公司董事长提出“宁破产·不做假”的经营理念非常认同，高度肯定了海鸿电气走高可靠性产品发展之路。公司获评江门市企业质量提升创新中心、荣获首届开平市政府质量奖，多个产品多年入选政府推荐采购目录包括《国家工业节能技术装备推荐目录》和《“能效之星”产品目录》等，并先后参与港珠澳大桥、北京冬奥会、大湾区直流背靠背工程等国家重点项目建设。



非凡十年 | 海鸿电气技术引领变压器行业绿色发展

■文/ 技术中心

自十八大以来，海鸿电气遵循党中央、国务院提出建立健全绿色低碳循环发展的经济体系重大战略决策，持续加强高效节能立体卷铁心变压器研发创新，助推中国绿色节能变压器行业跨越式发展。

海鸿电气高效节能输配电技术，有效促进社会供电系统绿色低碳转型。

海鸿电气专注立体卷铁心变压器研发、制造，积极参与多项行业标准制定，为电力变压器能效标准（GB 20052-2020）（以下简称新能效标准）制定贡献力量。

自新能效标准颁布以来，海鸿电气更加注重节能产品的研发，加强与上、下游合作企业开展新品研发力度，凝心聚力为国家提供更节能供电方案。



上游



与上游合作方宝钢股份有限公司开展更多优质硅钢立体卷铁心变压器研制项目，其中研发团队在2022年2月取得突破性进展，研制出耐热刻痕极低铁损取向硅钢SB-M RL-400/10-CN1“超1级”立体卷铁心变压器，为国产新型取向耐热刻痕片应用于立体卷铁心变压器量产提供重要的研发、生产经验。

下游

下游合作企业中，公司技术团队多次携手广州地铁集团有限公司开展节能变压器研制，在硅钢立体卷铁心变压器、非晶合金立体卷铁心变压器等类型产品中均有新收获。

在2021年研制出世界首台ZQSGBH-RL-3300/33敞开式非晶合金立体卷铁心牵引整流干式变压器。产品对比GB/T 35553-2017 城市轨道交通机电设备节能要求，空载损耗平均下降约67%、负载损耗平均下降约17%、空载电流低至0.13%，节能效果显著提高。

多次项目研发成果，为地铁供电系统低碳节能转型提供更多节能新方案。

电网



在电网领域，继多次与南方电网合作研发配电设备之后，在今年九月份开展南方电网首次的110kV电压等级立体卷铁心电力变压器合作。

海鸿电气将自主研发出的SZ22-RL-63000/110-NX1立体卷铁心电力变压器应用在南方电网佛山敦厚变电站主变压器更换工程上，是南方电网内首台、最大容量的110kV立体卷铁心电力变压器，合作项目有效缓解城区高峰用电压力，优化了城区的电网结构，提高该片区供电能力和供电可靠性。

项目为城镇变电站解决居民对周边电场磁场担忧问题、噪音扰民问题、低碳转型问题提供新方案。

加快提升变压器能效，有利于降低输配电电力损耗，提高企业用电能效，进一步推动绿色低碳和高质量发展，是绿色发展的重要实践。

立体卷铁心变压器研发创新效率提升

这十年，海鸿电气专注立体卷铁心技术研发，公司科创能力迈上新台阶，标志性技术产品、创新成果不断涌现。针对社会发展供电需求，海鸿电气创新研发出多种走在世界前沿的解决方案：

为解决传统非晶合金变压器噪音大、抗短路能力较弱等问题，2012年-2017年间，先后研制出世界首台非晶合金立体卷铁心油浸式变压器、世界首台非晶合金敞开式立体卷铁心干式变压器。

非晶合金立体卷铁心变压器经过多年挂网运行验证，满足低能耗供电系统建设需求，为国家电网绿色低碳转型提供高效节能的供电方案。

为降低高电压变压器运行能耗，2015年研发出世界首台110kV立体卷铁心电力变压器，为高电压等级立体卷铁心变压器研发提供宝贵经验。

为解决低洼地区用户配电设备受浸损毁难题，技术团队2018年研制出防水型敞开式立体卷铁心干式变压器，提高干式变压器抵御洪涝积水带来的威胁。

为化解城中村供电设备选址难、安装难问题，2021年与广州供电局合作成功研制光伏智能

双层双公变箱式变电站，产品解决城镇供电设备运输难、安装选址难、噪音扰民问题，助力提升城镇发展供电工程建设效率。

习总书记强调“创新是引领发展的第一动力。抓创新就是抓发展，谋创新就是谋未来”，海鸿电气遵循习总书记创新发展的重要论述，坚持以创新驱动企业发展。

公司十年内不仅多次实现产品革命性的创新，更是取得丰硕的成果：获得超200件技术专利（含国内外）、承担国家及省级科研项目有十多项、与电网公司合作开展创新项目近十项、取得十多项达到国际领先水平的科技成果；荣获中国专利优秀奖、入选第一批工业产品绿色设计示范企业名单、获评“绿色工厂”称号、中标工信部《2020年绿色制造系统解决方案供应商》……

自“十八大”以来，海鸿电气研发创新效率持续提高，同时也折射出中国绿色变压器研科创新实力正处于从量的积累向质的飞跃。



12月24-25日, 经中鉴认证有限责任公司专家两天现场审核, 健之源公司再次顺利通过ISO22000食品安全管理体系认证。该认证标准保证了健之源产品从原材料源头、深加工生产、终端产品消费全供应链的产品质量安全。

自2009年起, 我司已连续6次通过ISO22000认证, 这既是对我司健全的食品安全管理体系建设的充分肯定, 也是打造健芝缘百年健康品牌的基础保证, 更是对消费者的安全承诺与保障。我司将一如既往严格执行质量安全管理体的相关规范标准, 持续提升产品质量, 致力于为客户提供更安全、稳定、有效的健芝缘产品及服务。



灵芝科普馆



灵芝基地菌种培育
灵芝孢子粉收集现场



12月14日, 江门市常委、宣传部长陈冀率队到健之源公司调研督导食品安全主体责任制度落实情况。期间参观检查我司灵芝工厂化基地和灵芝科普馆, 详细了解我司在食品生产和安全管理方面工作情况, 对我司食品规范化管理、硬件投入以及创新方法给予了充分肯定。开平市委常委、宣传部长周宝珠, 公司董事长许为民、总经理许克勇陪同调研。

喜讯 健芝缘灵芝及灵芝孢子粉连续八年获得有机产品认证



有机认证专家组现场审查



组织召开有机认证审核会议

10月28日,健之源公司接受每年一次的有机产品认证,旗下的健芝缘灵芝及灵芝孢子粉顺利通过中鉴认证公司有机产品认证,这是从2015年起连续八年成功通过有机产品认证。优质安全放心的产品,必须从原料的源头开始控制,健芝缘灵芝始终如一践行安全、稳定、有效的质量方针,产品每一个生产环节都牢牢地控制在公司管理下,为广大客户朋友提供安全有效的产品。守护健康,不忘初心。



绿色、天然、健康引领着大健康时代潮流,自2015年起健芝缘灵芝及灵芝孢子粉连续七年通过有机产品认证。8月13日,健之源公司顺利接受每半年一次的有机产品监督检查。

品质铸造信赖,品牌迸发新活力,企业坚持安全、稳定、有效的质量方针,持续提升品质,为广大客户朋友打造优质产品和服务,守护"舌尖上的安全"。



有机认证专家组现场审查



热烈祝贺健之源公司获得多项发明专利以及halal清真食品认证证书





家庭日活动 照片分享



财务部麦晶晶与奶奶

技术中心李贤心的儿子

技术中心吴妙仪的女儿

技术中心张景超的奶奶



Mo Tu We Th Fr Sa Su

Memo No. _____

Date / /

感谢信

尊敬的许董事长：

您好！我是海鸿电气营销中心服务部员工宋祥的父亲。虽然受疫情影响，今年的家庭日暂停，但是我依然收到了您为我们精心准备的老人慰问金1000元。我的孙子也如愿收到了您发给的好孩子奖励金300元。我们家人都为孩子们能在海鸿这么好的平台工作而感到自豪！

在此，再次感谢许董事长您对员工家属的关爱。最后祝您及全家身体健康，阖家欢乐！
祝海鸿公司、健生源公司、傲开电气
生意兴隆，大展鸿图！

员工家属：宋祥廷

2023-1-5

尊敬的许董事长：

您好！

我是广东傲开电气张学明的女儿张颖瑜，我十分感激贵公司发给我的奖学金，便写下这封感谢信，以示我对许董事长的感恩之情，同时也表示由衷的谢意和崇高的敬意！

今年12月份，我又一次获取了公司的奖学金，我感觉非常荣幸和高兴。在此之前公司也给予了我很多鼓励，给了我一次又一次的信心。每一年都有让我上台获得奖学金的机会。我会以公司为榜样，尽我所能，继续努力，成为为国学建设和发展有用的人才。

祝
海鸿公司蓬勃发展，财源滚滚！

2022年12月31日
张颖瑜

第 页



20 X 20 = 400



以奋斗姿态，扬创新旗帜

(2022年9月总第七期)

党的二十大，在全国人民的注视中隆重召开，总书记细数各项成就，铺陈发展画卷，展望下一个百年奋斗宏图，点赞创新中国、创新人才、创新成就的同时，号召为各领域发展指明了前进方向。

创新已成为高质量发展的关键词，时代的华章，总是在新的奋斗中书写。

创新、奋斗也是刻在海鸿企业文化基因中的印记，我们坚持自主创新，砥砺奋进，以高可靠的立体卷铁心变压器技术引领变压器行业高质量发展，为中国加快绿色转型、建设制造强国、质量强国做出积极贡献。

这一切，离不开优秀的海鸿人的坚持付出。走进九月的每月之星，我们能感受到生产一线创新的氛围，能看到爱岗敬业的身影，还有精度文化、工匠精神的传承，也有市场开拓、品牌亮剑的孜孜努力。

学习二十大精神，感悟每月之星的先进事迹，让我们不忘初心，扬起创新的旗帜，以奋斗的姿态，积极投入工作，为打造高可靠产品、实现百年企业而奋斗。

132kV 项目部 黄德峰



黄德峰是132kV 项目部装配工序组长，其工作认真负责，吃苦耐劳，操作能力强，不断探索各项工艺精度。黄德峰发扬工匠传帮带精神，协助调岗同事提升生产操作工艺。每次产品生产期间，涉及到工艺关键点、操作方法时，黄德峰都会提醒和强调注意事项，起到了以老带新作用。9月中秋节前，黄德峰认真做好63000/110 主变运往挂网地点前的打包准备工作，发货当天刚好遇上中秋节，黄德峰放弃与家人团聚，仍坚守岗位，白天跟进装车，晚上跟车发货，在运输途中不断关注产品本体运输动态。产品平稳到达现场后，黄德峰马上跟进现场就位安装工作。产品户外安装时艳阳高照，天气十分炎热，但黄德峰依然一丝不苟地执行好每一个安装环节，为主变的顺利安装付出自己的一份力量。黄德峰这种专注、吃苦耐劳精神值得我们学习！

装配事业部 杨伟林

杨伟林是装配事业部总装辅助工。辅助工实行三班制，大生产期间，杨伟林能响应部门号召，积极服从班长和主任的安排，加班加点坚守在岗位。杨伟林在工作中善于观察，他提出购买水平仪粘在丝印模上，可以直观看出丝印模的状态，使得产品质量可靠性得到提高。该合理化建议已被采用，起到了很好的效果。杨伟林的创新意识值得赞扬。



装配事业部 余艳华



余艳华是装配事业部线材班一名包纸工，同时担任班组长一职。每次部门安排其他工序同事到包纸学习多能工，余艳华都能竭尽所能教导同事，帮助同事们尽快掌握包纸技能。在创新方面，余艳华结合工作，多动脑多想办法，提出在包纸机原有基础上增加一个计数器，有效提高计数的准确度，可根据纸盘的长度设定设备自动停机后更换材料，有效减少断纸后的补包时间。目前该合理化建议已在一台包纸机上实施，后续可推广应用。

装配事业部 石浩奇

石浩奇是装配事业部线圈班班长，他做事认真负责，自身工艺技能娴熟，擅长绕制A 工艺低压，B 工艺箔绕、小箔绕、B 工艺线绕产品，绕线技能全面。在9月份工艺评分中，石浩奇荣获线圈班工艺评分第一名。其质量稳定，生产效率高，经常排在班组前列。另外，石浩奇对班组7S 方面管理到位。对于领导安排的工作，石浩奇总能按时按质按量完成，是一个有责任心、有担当的优秀同事，值得我们学习。



电气事业部 邓健成



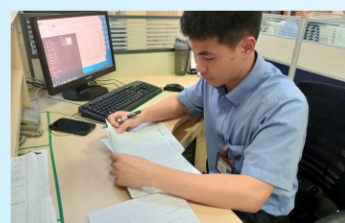
邓健成是电气事业部铜排组组长，是公认的铜排制作能手。其工作热情高，思维活跃，能吃苦耐劳，具有较强的专业技能，在高低压柜制做方面是高手。邓健成喜欢挑战高难度的工作，善于解决一些疑难杂症，每次生产大容量成套产品都有他忙碌的身影。邓健成勇于创新，近期为了提高安装铜排的效率（尤其是多排安装方面），他亲自设计并制作了一套新工具，经现场使用和验证，确实能减少人手提高效率 and 增加美观度，后续部门会在此基础上优化改良后推广使用。邓健成作为组长，在加工技能和效率提升方面确实起到了模范带头作用，值得大家学习。

电气事业部 杨友财

杨友财是电气事业部二次线组长，其工作细心认真、工艺优秀、质量稳定，效率高。杨友财带队管理能力强，以身作则，在生产繁忙期，顶住压力，冲在最前沿，为产品的顺利交货起到了较大的作用，发挥火车头的先进作用，提高了组员的效率，其带领的组队在9月份单位产值与时值均达到全车间第一。杨友财肯学习和钻研工艺，工作主动，对制作产品精益求精，从不放过任何一个质量隐患，而且他还很有耐心，愿意分享自己的经验，为车间培养人员方面做出较大贡献，在售后方面也能及时帮用户排忧解难，赢得客户好评，是售后工作的中坚力量。



电气事业部 甄焕俊



甄焕俊是电气事业部设计员，其自入职以来工作勤勤恳恳，兢兢业业，笃实好学，有较强的抗压能力，用心去对待每一个合同订单设计，始终以主动、严谨、细心的态度来履行自己的岗位职责，维护公司的利益；他秉承着“节约”的精神，响应公司消化库存的号召，主动消化库存各种呆滞电气元件（包括高低压互感器，断路器，电容等电气元件），节省了公司的资金占用，使库存积压有效被盘活，同时也缓解了仓库库存压力，他作为一名设计人员，热爱本职工作，积极想办法使自己的工作更出色，值得大家学习。

钣金装备事业部 黄艺红

黄艺红是钣金装备事业部喷涂班高温除油工，其工作认真负责，服从安排，任劳任怨。高温除油工艺是近年部门淘汰酸洗磷化工艺后表面预处理的新工艺，工件经除油炉内330℃燃烧，把工件表面的油污及其它杂物燃烧掉。该工序是高温操作工序，劳动强度较大，出炉后工件余温要等待一段时间才能散发，降温后才能做油箱等工件的内部打磨及清灰工作。在工作任务紧张时，工件仍有余温时就要开始进行清理工作。在夏季时，环境温度更高，黄艺红工作一天下来衣服都是湿透的，但他任劳任怨，坚持把生产任务完成。另外，黄艺红主动配合车间做好7S工作，自觉做好设备保养及周边的卫生清洁。在这平凡的工作岗位上，做出不平凡的成绩，为打造高可靠性的产品奉献自己的力量。



钣金装备事业部 张文闻



张文闻于今年4月份加入钣金事业部，目前从事油箱波纹片装片岗位。张文闻刚入职时，对焊接技能略懂皮毛，远远达不到油箱加工工艺的质量标准。班组安排简单的图纸和边料让他练习焊接基本功。对于班组安排的生产任务，张文闻从不挑剔，积极配合，并通过自己勤奋学习，逐渐掌握了看图纸和焊接工艺。刚开始的产能是100容量油箱一天4-5台，现在已达到一天20台。目前张文闻能独立完成国网标的油箱架、装散热器的油箱、高压柜底座、大容量油箱夹片等产品，质量稳定。张文闻通过自己的努力，成长为钣金事业部的新生力量，这种勤奋肯学的精神值得我们学习。

钣金装备事业部 陈景科



陈景科是钣金装备事业部焊工，其焊接技术过硬，工作细心认真，工艺优秀，质量稳定，效率高。近期部门生产欧变门和试制欧变，陈景科在跟进生产期间，保证产品保质保量的输出，为打造高可靠性产品贡献自己的力量。陈景科工作一丝不苟，生产工艺可靠，提出了创新优化的可行性建议。其质量意识高，生产前关注图纸要求，安装前按工艺要求排查材料尺寸，提前发现问题，找出焊接难点，焊接时有效减少焊接变形。陈景科在生产时能认真对材料尖角毛刺进行打磨，满足工艺要求，在本职工作上做出成效，弘扬了精度文化。

铁心车间 李毅楚

李毅楚是铁心车间曲线开料工，负责曲线开料工作，他工作认真负责，服从安排，富有较强的团队协作精神。他是铁心车间的多能工，能胜任纵剪开料、曲线开料、铁心前装配、铁心退火四个岗位的工作。生产繁忙时，他为了提高班组的工作效率，在兼顾曲线开料的同时还主动担起开料组配料工作，另外还负责班组多能工培训工作。李毅楚对工作的热爱、积极的态度值得大家学习。



铁心车间 谭杰华



谭杰华是铁心卷绕组长，他工作认真、细致、质量意识强，铁心卷绕是铁心生产的关键工序，从源头的芯块整改到尺寸检验再到完成铁心框的检验，谭杰华对每一个环节都把控得很到位。他做事细心，经他检验的数据都记录清晰，把卷绕组的工作安排得有条不紊。生产繁忙时他除了担起班组质量检验外还要负责铁心卷绕。另外在7S执行方面，谭杰华积极配合车间对呆滞芯块区进行整理、整顿，每天都坚持对班组的7S进行检查和管理，做好物品定置，不断提升7S管理水平。谭杰华这种对工作的热情、积极的态度得到同事们的一致好评。

非晶事业部 邓健清

邓健清是非晶事业部总装班装配工，其工作认真负责，工艺水平高，质量稳定。生产大容量2500kVA产品，大部分新同事没有接触过此类型产品，面对这一情况，邓健清在第一台产品生产时遇到问题，及时提出解决措施，摸索、总结相关经验，并应用在第二台产品生产上，与同事们以高效率高质量工艺完成大容量产品的套装加工生产。邓健清还负责新同事培训工作，在发现新同事生产操作有误时，能第一时间进行纠正和培训。邓健清工作认真、尽心尽责，是大家学习的榜样。



非晶事业部 方荣华

方荣华是非晶事业部铁心班班长，负责生产安排、生产物料对接、设备维护、方案（设备/工装）跟进等工作，其工作作风严谨、能及时发现过程中存在的问题与不足，提出解决方案和措施，确保产品的高质量生产。在生产任务不忙的时候，方荣华班长主动配合部门主管进行多能工培养，调派铁心班同事到不同岗位进行支援和学习新技能，做好生产繁忙期的多能工人员储备。方荣华能以身作则，做好质量把关，带领铁心班团队在效率、质量、7S等方面不断进步。



非晶事业部 张建新



张建新是非晶事业部绕线班绕线工，其工作认真负责，与团队成员相处融洽。其学习能力强，无论是B工艺还是H工艺或其它常规产品，都能经过培训后进行熟练作业，都能出色完成生产任务，而且效率不断提升。9月份，张建新在按时保质完成生产任务外，还到设备研发部对试制方案新型绕线机进行协助试制。另外，在其他部门繁忙时，张建新积极响应和服从部门主管安排，支援其他部门售后出差任务。

客户服务部 沈华星

沈华星是客户服务部东莞区域业务员，负责跟进东莞东南片区业务工作。其工作认真负责，与供电系统建立了良好的关系，并与重点客户维护好关系。经过自身努力，沈华星近期签下东莞标志性项目大湾区大学（松山湖校区）一期6台SGB18一级能效干变、发斯特精密2台SGB13-2500干变、领益智造1台SGB13-3150干变，塘厦民盈项目12台SGB14型干变，有效促进公司品牌建设和推广。



客户服务部 刘丹



刘丹是客户服务部梅州市业务员，2022年3月入职，负责梅州市场开拓。其对业务工作充满激情，在短短半年多时间，成功签下了梅州丰顺立讯精密项目和梅州市人民法院等项目，快速实现了新员工业绩零的突破；在丰顺供电局、梅江、梅县供电所、建筑设计院、大用户开展八场技术巡展，我司品牌在当地起到较好的提升，为未来梅州市场的发展不断夯实基础。



踔厉奋发正当时，笃行不怠勇争先

（2022年10月总第八期）

今年以来，市场经济和疫情形势严峻复杂，带来的是更多的机遇与挑战。海鸿人团结一致、承压前行、稳中求进、难中求成。无论是急交货订单，还是重点工程、创优项目，我们都全力以赴，为客户提供高可靠的产品。

优秀成绩的取得殊为不易，一个个项目的亮剑，无一不是心血汗水的结晶。看其“量”，更要究其“质”，这些成绩的背后，有技术人员研发的付出，也有一线岗位抓铁留痕的实干；有创新提效的实践，也有工匠精神的传承；有领队积极奋进的打拼，也有辛勤服务于市场的身影…

踔厉奋发正当时，笃行不怠勇争先。让我们继续保持勇争先、当标杆的积极态度，弘扬海鸿优良作风，以创业的奋斗激情，积极投入工作，共同书写海鸿电气高质量发展发展的崭新篇章。

132kV 项目部 马健胜

马健胜是132kV 项目部线圈工序绕线组长，其工作认真，勤劳踏实，思维活跃，能吃苦耐劳，擅长高电压等级线圈绕制，精通各类绕线方法。线圈是变压器的重要部位，大容量产品的线圈绕制工艺尤为重要。10月份从其他车间调职加入部门的人员较多，部门对新加入的同事开展连续式线圈绕制培训，马健胜作为老师傅，认真地将他多年积累下来的经验传授给新同事。在生产过程中，每到一个关键点都会提醒身边同事要注意的事项，耐心进行讲解，积极发挥着以老带新的作用。同时马健胜也是一名多能工，其在绕线工装拼装、焊接等方面都能胜任，是一名难能可贵的工匠，作为组长的他严格执行图纸技术要求及工艺要求，把好每一个质量关，是质量和精度文化的践行者。



钣金装备事业部 吴胜寿

吴胜寿是钣金装备事业部焊工，主要负责焊接低压柜、欧变门板、不锈钢夹件和配件。其个人技能全面、工作积极、认真负责。今年新结构L型异型管欧变门板，第1台试制工作是由吴胜寿生产完成的，他结合自己的工作经验，把需改善优化的结构总结出来，提出了合理建议，为后期的批量生产打下了基础，提升了效率。其本人生产效率高，做出来的产品质量好，对自检、互检执行到位，执行力强，为打造高可靠产品提供了保障。



钣金装备事业部 张灿新



张灿新是钣金装备事业部折弯组组长，其工作积极、责任心强，钣金技术全面。从8月份开始，部门折弯设备资源整合，原折弯组与钣金组合并，由张灿新担任新折弯组组长。在张灿新的带领下，整个折弯组的生产力和效率进一步提升。随着新同事的加入，张灿新积极做好人员技能培训工作，起到很好的传帮带作用，提升新生力量。近期欧变、光伏变生产任务较多，折弯组完全可以满足下工序的生产需求，为打造高可靠产品提供了保障。

钣金装备事业部 劳炎棠

劳炎棠是钣金装备事业部去渣抛丸工，自入职公司以来，分别从事过喷涂、磨涂等工作岗位，其在喷涂班是一名真正的多能工。劳炎棠在每个岗位都是兢兢业业，任劳任怨地工作，做得非常出色。在生产国网标油箱时，他肩负起晚班生产的任务，做好油箱的表面处理工作，凭着他的踏实、肯干、好学的精神，在平凡的工作岗位上做出了不平凡的成绩，成为了部门生产线上可靠的一环，是我们全员学习的榜样。



电气事业部 李立坡



李立坡是电气事业部高压组组长，也是高压制作工艺能手，其工作主动、认真细心，工艺优秀稳定，质量过硬，效率高。李立坡对制作产品精益求精，从不放过任何一个质量隐患，主动参与“7S”现场管理，积极响应公司号召，主动消化一些库存，在合理利用物料方面表现出色（譬如：高压电缆的节省等）。作为组长，李立坡积极培养新人，以身作则，积极提升组员效率。10月份，他所带领的组队单位产值与时值均达全车间第一。

电气事业部 余恩赐



余恩赐是电气事业部技术专责，其工作认真、专业知识扎实，具有良好的沟通协调能力、能高效并完美的完成各种结构设计任务，参与解决了多项技术难题，已成为公司电气事业部结构设计的骨干。根据公司及部门的创新计划，在10月份，余恩赐参与创新设计三个广州创优项目（白云局智能集成套设备，广州花都超静音智能双层箱变，广州南沙零碳智能模块化箱变）的外箱设计，达到预期的效果，获得好评。在设计工作繁忙的情况下，余恩赐经常加班加点，任劳任怨完成各项任务，获得大家一致好评。

电气事业部 黄永华

黄永华是电气事业部主设计员。其进入公司多年，工作积极、努力肯干，能高效并完美的完成各种电路设计任务，积极参与解决各项技术难题。近期参与创新设计三个广州创优项目（白云局智能集成套设备，广州花都超静音智能双层箱变，广州南沙零碳智能模块化箱变）的电路设计，达到预期的效果，获得好评。黄永华专业基础好，业务能力强，能较快地熟悉并掌握工作情况，善于解决并处理工作中碰到的各类问题，并提出个人独到见解，同时也经常加班加点完成设计任务，敬业精神可嘉。



铁心车间 方优逢



方优逢是铁心车间前装配工，其工作积极、工艺技能娴熟，质量稳定。平时生产的大容量铁心、难度较高的铁心都是他负责装配的。方优逢是前装配组的“老师傅”，几乎每天最早到达工作岗位，一直坚持积极向上、爱岗敬业的作风。他为人有耐心，认真教导工艺不熟悉的同事，乐于把自身积累多年的工作经验分享给同事，在人员技能培养方面做出贡献。方优逢甘于奉献、不计较个人得失、勇于担当的精神，值得大家学习。

装配事业部 甘志鹏

甘志鹏是装配事业部套装组组长，其工作认真负责、吃苦耐劳、执行力强。无论质量还是“7S”，甘志鹏都能以身作则，确保质量问题和“7S”问题降到最低。其积极服从部门安排，确保把工作落实到位。部门安排其他工序的同事到套装工序学习，甘志鹏发挥组长带头作用，帮助同事尽快掌握技能，起到传帮带作用。甘志鹏思维活跃，善于观察，多动脑筋，提出购买小型手持打磨机，装上小型圆砂纸轮进行打磨，该合理化建议已被采用，达到预期效果，其创新意识值得赞扬。



装配事业部 黄达沛

黄达沛是装配事业部线圈班绕线工，自入职以来工作细心认真，质量稳定，效率高。黄达沛在平日工作中肯专研，经常提出合理化建议：如整改工具箱提高生产效率；提出增加A工艺高压绕线齿轮防护挡板等合理化建议被采纳并起到了很好的效果。近2个月来，黄达沛一直提高效率和工艺水平，质量保持稳定，在一个月没有出现质量问题，在10月份工艺评分中，黄达沛凭着自己的工艺水平荣获线圈班工艺评分第一名。在质量要求上，黄达沛没有半点松懈，时刻保持高质量的工艺水平，这种工作认真的态度值得我们学习。



装配事业部 杨旭成



杨旭成是装配事业部质检员，其工作积极认真、学习能力强、善于发现问题、服从安排、积极完成各项检验任务，在新同事中起到榜样作用。变压器试验的每一步都至关重要，需要认真细致。国庆期间，杨旭成回来加班做两台非晶2500kVA 产品试验。在产品试验忙或出货紧急时，杨旭成多次周末回来加班，在平日里也多次进行试验到晚上10点下班，第二天依然带着冲劲投入工作。作为一名质检员，杨旭成热爱本职工作，吃苦耐劳，努力想办法使自己的工作更出色，这种积极的工作态度值得大家学习。

非晶事业部 周永欢

周永欢是非晶事业部铁心班卷绕工，其工作认真负责，学习能力强，无论是常规产品、大容量产品或特殊产品的卷绕，他经过培训后都能出色完成任务，生产效率不断提升。在铁心班任务不忙时，周永欢调派到套装工序参与大容量2500 的套装，主动向同事请教学习不熟悉的工艺，不断提升技能水平，经过主动学习，掌握了变压器端子箱的安装以及二次线的接线方式。在电气事业部生产繁忙时，周永欢带领团队支援电气车间二次线生产。其兢兢业业、不断学习的工作态度得到一致好评。



非晶事业部 方树权



方树权是非晶事业部绕线工，其责任心强、积极主动、工作务实，与同事相处融洽，善于合作、积极配合现场管理人员开展各项工作。他总是任劳任怨，尽自己所能帮助同事开展工作。10月份生产任务虽然不多，但是新图号较多，而且工艺品种也较多，有B工艺的、H工艺以及大容量A工艺产品。方树权能做到工作前移，及时做好各类物料分类、整理、摆放工作，有序标识物料补给满足生产需求，没有出现由于物料短缺影响生产的情况，充分发挥了其积极性和能动性。

非晶事业部 关如鹤



关如鹤是铁心班开料工。其责任心强、认真细心，解决问题能力强。在平时的生产活动中，关如鹤主动对接库存铁心内部消化换框处理的工作，减轻铁心库存压力。在外销铁心发货以及变压器发货环节上，她严格按照规定要求做好外观细节把关工作，及时发现问题点。关如鹤主动担当起开料工序、退火工艺以及后装工序的数据汇总以及各项试制方案的数据汇总工作，经常加班完成当天数据的汇报工作，深得部门领导认可。在部门7S 检查工作后，她也主动对接落实7S 整改工作的推进。

科创应用事业部 余玉婷

余玉婷作为科创应用事业部的商务助理，积极开展部门各项工作的开展落实，执行反馈，并与关联部门保持密切沟通和协调。余玉婷工作中认真负责，迎难而上，在科创项目时间紧难度高的情况下，通过不断学习产品技术知识，项目立项资料商务跟进、投标标书高效完成、项目排产进度跟进、甲供物资催进落实、发货装车过程等工作，她都跟进到位，很好地配合支撑广州供电局多个创优项目的顺利交付。在目标市场：中广核惠州、陆丰核电项目、国家能源集团广西柳州鹿寨分布式光伏项目、广州供电局迎峰度夏高过载变压器项目、广汽丰田第五生产线屋顶分布式光伏项目、梅州五华70MW/140MWh 南网储能示范项目等亮剑项目中，余玉婷不放过任何一个细节，确保项目方案正确有效，谨慎排查商务合同风险，在订单交货急且客户中途需要变更方案的情况下，积极与各部门协调，落实生产进度，紧密实时跟进发货情况，达到客户满意的标准。



凝心聚力
打造高可靠产品

《国家信息化领域节能技术应用指南与案例（2022年版）》之二： 数据中心节能提效技术（高效供配电技术产品）

■文/ 摘自网络



数据中心电能消耗主要由信息设备、制冷系统、供配电系统、辅助系统等几部分产生。液冷、自然冷源等制冷节能技术，分布式供电、模块化机房及虚拟化、云化IT资源、高温型IT设备等高效系统和设备，高压直流供电、集成式电力模块等技术，智能化能源管控系统等是数据中心节能技术发展方向。

二、高效供配电技术产品

（一）240V系列化高压直流电源系统，由交流配电柜、整流柜、直流配电柜组成，采用高效系统架构设计，具有功率密度高的特点，可实现低功耗休眠。该技术适用于数据中心配电系统或整体新建及改造。技术提供单位为中兴通讯股份有限公司。在重庆市某公司微模块建设项目中，使用高压直流+市电直供的方式对机房进行供电改造，相比传统供电方案提高供电效率2%~3%，节能量为88万千瓦时/年。

（二）直流供电系统，由供配电系统、机柜系统、监控系统组成，功率部分采用标准模块化设计，可灵活配置系统容量，根据系统容量不同分为组合式和分体式。该技术适用于数据中心配电系统或整体新建及改造。技术提供单位为科华数据股份有限公司。在广东省某计算数据中心项目中，采用直流供电系统对原有电源系统进行替换，节能量为659万千瓦时/年。

（三）超高频大功率模块化不间断电源（UPS），运用新型碳化硅半导体器件，低磁材质电感器和交错并联结构的高效功率因素校正电路，提升高频模块化不间断电源产品在满载及轻载情况下的效率水平。该技术适用于数据中心配电系统或整体新建及改造。技术提供单位为深圳科士达科技股份有限公司。在某数据中心项目中，配置4台500千伏安和1台800千伏安UPS，产品效率为97%，节能量为32万千瓦时/年。

（四）敞开式立体卷铁心干式变压器，采用立体卷铁心结构及饼式线圈结构，由芳纶绝缘纸、聚酰亚胺薄膜和单组份环保型绝缘漆组成混合绝缘系统，配合真空压力浸漆工艺，降低设备空载损耗、负载损耗。该技术适用于数据中心配电系统新建及改造。技术提供单位为海鸿电气有限公司。在广东省某公司机房项目中，换用4台能效1级敞开式立体卷铁心干式变压器进行节能改造，节能量为7万千瓦时/年。



（五）10kV交流输入的直流不间断电源系统，包含了供配电链路4合1技术和整流模块拓扑5变2技术，简化配电链路，并减少功率变换环节和器件，提高了链路的供电效率，减少配电系统66%冗余。该技术适用于数据中心配电系统新建及改造。技术提供单位为阿里云计算有限公司。在某公司某数据中心项目中，为机房布置服务器配电系统和辅助配电系统，节能量为851万千瓦时/年。

（六）模块化不间断电源，采用模块化及三电平拓扑设计、控制策略优化技术，每个功率模块均有独立的整流器和逆变器单元，可插入不间断电源机架中独立工作和并联工作，通过设计不同规格的机架，利用多个功率模块并联实现不同功率输出，为信息设备提供电源保障。该技术适用于数据中心整体或供配电系统新建及改造。技术提供单位为华为技术有限公司。在天津市某数

据中心项目改造项目中，采用模块化不间断电源，配置容量20兆伏安，电源系统效率约97%，节能量为20万千瓦时/年。

（七）智融电力模块，采用开创式融合架构设计和内置高效模块化不间断电源，采用铜排预制缩短供电链路，可降低能耗，节约占地面积，同时通过模块化设计降低交付难度。该技术适用于数据中心整体或供配电系统新建及改造。技术提供单位为华为技术有限公司。在某数据中心项目中，新建1.6兆瓦的电力模块共10套，安装14房间级精密空调，276台行级精密空调，节能量为267万千瓦时/年。

文件源文件更多详细内容请访问工业和信息化部网站（www.miit.gov.cn）>“机关司局>节能与综合利用司>能源节约”栏目。

*以上内容来自微信公众号：CIE节能减排

稻盛和夫：虽说成功有诸多途径 但我认为除了拼命努力别无他法

■文/ 摘自网络

要努力爱上自己的工作。一旦爱上，自然能“付出不亚于任何人的努力”。由此便能催生创意，最终取得出色的成果。此举还能磨砺灵魂、净化心灵。

要想做到拼命努力，不以苦为苦地每日辛勤工作，我觉得必须爱上自己每天在做的事。只要是自己喜欢的事情，就能够不断努力。如果能够爱上自己的工作和事业，即便旁人看来“又苦又累又够呛”，自己却能不亦乐乎。

我年轻时就这么想，所以一直努力培养对工作的兴趣。当时虽然大学毕业，但一直找不到工作，最后承

蒙一位老师的介绍，才得以进入一家生产陶瓷制品的企业。我本身对制陶业并无兴趣，自然谈不上喜欢。而且那家企业经常拖欠工资，因此我非常不满。

抱着如此负面的情绪，研发工作自然不会顺利，所以我试着改变心态，努力让自己爱上这份工作。倘若做不到这一点，便无法全身心投入研发。

培养对工作的兴趣

当时的我还是个毛头小伙子，刚刚开始春心萌动，知道了“有情人相会，千里不过一里”的谚语。顾名思义，若是与心上人相会，则行千里路犹如行一里路。不管多么疲惫，如果要去见的是自己喜欢的人，就能精神抖擞地速速而行。

这话的确在理，只要是自己喜欢的，不管多苦，都能不以为苦。于是我努力培养自己对研发工作的兴趣。

那些一开始就能够把兴趣当工作的人自然是

幸运儿，但绝大部分人都得不到这份眷顾，大多数人的情况往往是为了维持生活或养家糊口而工作。这就需要自己努力培养对工作的兴趣。

经过努力，一旦真的有了兴趣，真的爱上了自己的工作，那接下来就会水到渠成，“付出不亚于任何人的努力”也不再是难事。周围人或许难以理解，觉得“整天从早干到晚，身体不会搞垮吗”，但你自己却乐在其中，不觉得辛苦。

拼命努力、埋头工作

虽然有人说“成功有诸多途径”，但我认为除了“拼命努力”，成功别无他法。面对当下如此严酷的营商环境，再加上预计会经济衰退的阴霾，要想把企业做好，就必须拼命努力。

此外，拼命努力、埋头工作还能带来另一个好处。一旦具备励精图治、专注认真的精神，自然就能杜绝漫不经心的工作状态。一旦爱上了自己的工作，势必会思考更好的方法、方针和计划。

如何改良改进，如何提升效率……一旦有了兴趣，这些想法就会自然而然地涌出，和每天漫无目的混日子的人可谓天壤之别。

如此努力，如此思考，便等于每天都

在发挥创意。明天要胜过今天，后天要胜过明天，如此每天鞭策自己不断改进工作，便能涌现好的灵感和启示。

工作是一种修行

除此之外，还有一点非常重要。

一旦从早到晚努力工作，就不会有无所事事的时间。古人云“小人闲居为不善”，意思是人一旦空闲得无事可做，就会心生杂念邪念。反之，如果忙于工作，便没有这种闲工夫了。

禅宗僧人和山中修行者都会以苦修的方式磨砺自己的灵魂。他们通过修行来集中意念，使杂念妄念无暇滋生，从而整理心境、磨砺心智，培养纯粹高尚的人格。

而努力工作其实与其殊途同归，通过忙碌和劳动，也能使杂念、妄念无暇产生，从而磨砺灵魂。

我一直强调磨砺灵魂能够培养利他之心，能够催生关怀之心、慈悲之心。如果能够拥有如此清澈美好的心灵，愿意为社会、为世人做贡献，并且予以实行，则命运势必会朝着好的方向发展。

换言之，在公司努力地工作即是一种修行，一种能够磨砺灵魂、净化心灵的修行。

【以案普法】借用信用卡套取资金是否属于民间借贷？

■文/ 摘自中国普法



裁判要旨

信用卡持卡人将自己名下的信用卡出借给他人使用，出借的资金并非源于自有资金或其他符合法律规定的经济来源，而是信用卡内的资金。信用卡的信用额度是金融机构基于持卡人的信誉所发放的，让持卡人在一定期限内、一定额度内透支消费的额度，所以信用卡资金也属于信贷资金。因此，持卡人将名下的信用卡转借给他人使用，属于《最高人民法院关于审理民间借贷案件适用法律若干问题的规定》(2020年第二次修正)第十三条第一款规定“套取金融机构贷款转贷”的情形，故持卡人与借用人之间形成的民间借贷合同无效。

2020年3月2日，被告李甲向原告丁某出具欠条，载明被告李甲尚欠原告丁某105296元，并出具还款计划书，被告李乙自愿承担连带责任。后被告李甲还款15296元，尚欠90000元至今未还。丁某向日照市经开区法院提起诉讼：1.判令被告李甲支付90000元及利息（以90000元为基数，按照月利率2%自2020年3月2日计算至清偿之日）；2.判令被告李乙承担连带清偿责任；3.判令被告承担律师费6000元；4.被告承担本案的诉讼费用。

法院经审理查明：原告丁某在中国农业银行股份有限公司日照分行办理信用卡一张，并将该卡转借给被告李甲使用，共计透支消费105296.11元，丁某于2020年3月2日还清信用卡欠款。2020年3月2日，丁某与李甲签订还款计划书一份，对105296元的款项，李甲承诺于2020年8月30日前偿还20000元，2020年10月30日前偿还20000元，2020年12月30日前偿还20000元，2021年2月28日前偿还20000元，剩余25296元于2021年4月30日前还清，并约定月利率2%，丁某为实现债权所支出的诉讼费、律师费、保全费等有李甲负担，由李乙承担连带责任担保。2020年10月31日，李甲还款10000元；2022年2月9日还款5296元。

2022年2月18日，原告与山东某律师事务所签订《民、行诉讼（仲裁）委托代理合同》，委托该律所代理原告与被告民间借贷纠纷案件的一审，律师费为6000元。2022年2月18日，该律所为原告开具了6000元的增值税专用发票。

裁判结果

日照市经开区法院依照《中华人民共和国民法典》第一百五十七条、第五百零七条，《最高人民法院关于人民法院审理民间借贷案件适用法律若干问题的规定》第十三条，《最高人民法院关于适用〈中华人民共和国民法典〉时间效力的若干规定》第一条，《中华人民共和国民事诉讼法》第一百四十七条规定，判决：

- 一、被告李甲于本判决生效之日起十日内支付原告丁某借款本金90000元及利息（以90000元为基数，自2022年3月17日起至实际付清之日止，按照全国银行间同业拆借中心公布的一年期贷款市场报价利率计算）；
 - 二、被告李甲于本判决生效之日起十日内支付原告丁某律师代理费6000元；
 - 三、被告李乙对被告李甲的上述第一、二项付款义务承担连带清偿责任；被告李乙承担保证责任后有权向被告李甲追偿；
 - 四、驳回原告丁某本案的其他诉讼请求。
- 宣判后，双方均未提起上诉。

案例解读

合法的借贷关系受法律保护。丁某将自己名下的信用卡出借给李甲使用，其向李甲出借的资金并非源于丁某的自有资金或其他符合法律规定的经济来源，而是信用卡内的资金。信用卡的信用额度是金融机构基于持卡人的信誉所发放的，让持卡人在一定期限内、一定额度内透支消费的额度，所以信用卡资金也属于信贷资金。因此，丁某将名下的信用卡转借给李甲使用，属于《最高人民法院关于审理民间借贷案件适用法律若干问题的规定》(2020年第二次修正)第十三条第一款规定“套取金融机构贷款转贷”的情形，故原、被告之间形成的民间借贷合同无效。

本案法律事实持续至民法典施行之后，应当适用民法典。依照《中华人民共和国民法典》第一百五十七条“民事法律行为无效、被撤销或者确定不发生效力后，行为人因该行为取得的财产，应当予以返还；不能返还或者没有必要返还的，应当折价补偿。有过错的一方应当赔偿对方由此所受到的损失；各方都有过错的，应当各自承担相应的责任”的规定，李甲应当向丁某返还剩余90000元。原告丁某要求被告李甲支付自2020年3月2日起按照月利率2%至清偿之日止的利息，因无效的合同自始没有法律约束力，即双方之间的借款不产生合法利息。但被告李甲占有原告丁某资金对原告丁某资金产生占用损失，法院酌定支持自起诉之日按照全国银行间同业拆借中心公布的一年期贷款市场报价利率计算利息。



抗原转阴了，为啥还是咳个不停？

■文/ 摘自网络

抗原转阴了，为啥还是咳个不停？会不会是得了肺炎？答案是……
春节的脚步近了，朋友们，你进“决赛圈”了吗？“天选打工人”是你吗？

防疫是场持久战，随着“羊群”不断扩大，没阳的人拼命“苟着”，既怕阳了又怕阳而不自知，有些人明明很难受了，抗原却还是阴的。

阳过的人更没法把心放到肚子里，好不容易抗原转阴了却仍是咳个不停，到底怎样才算“阳康”呢？

明明很难受，为啥抗原还是阴的？

发热、咳嗽、刀片嗓、水泥鼻、全身酸痛……当身体出现症状，很多人都会暗叹一声“终于还是来了”。

不过，等拿出抗原一测，咦，咋只有一条杠，这到底是阳了还是没阳啊？

明明很难受，可为什么抗原还是阴的呢？其实，主要有3种可能：

1

感冒或流感

冬季是感冒与流感的高发季，而二者的症状都与新冠相似，很容易让人傻傻分不清楚。

普通感冒以喷嚏、流涕、鼻塞为主要症状，可能伴有咽部不适。与新冠相比，感冒往往没有恶心、呕吐、腹泻等症状，和鼻子相关的症状更重。

比起感冒，流感的症状与新冠更为接近，多以高热、头痛、全身酸痛起病，可能伴有咽痛、咳嗽、流涕等。区别在于，新冠出现味觉、嗅觉丧失的可能性更大，但喷嚏却少有。

同时，感冒和流感发病更快，潜伏期通常只有1-3天，而新冠多为2-5天，甚至长达14天。

2

感染初期

从病毒进入人体的那一刻起，免疫系统就开启了战斗模式。

在感染的初期，病毒没有大量繁殖，鼻腔里的病毒载量还比较少。但抗原想要检测到病毒，却需要足够多的病毒，因此此时可能检测不出阳性。

此时，距离症状出现，可能已经过去了十几个小时甚至1-2天。

随着病毒在鼻腔黏膜中繁殖，或者因咳嗽、喷嚏、流涕等从呼吸道的较深处来到鼻腔，就可以检测出来了。

3

假阴性

在抗原检测的过程中，从采样到解读都是由个人完成的，可能会存在操作不规范而出现假阴性结果。

采样的深度不够、拭子在鼻腔的旋转力度不够、检测卡上的样本量不够……都可能导致结果错误。

另外，鼻拭子、提取液被污染，以及抗原检测试剂保存错误（一些人会放冰箱里）等等，也可能使结果出现假阴性。

这时候，与其听抗原的，不如听身体的，不管检测出阴性还是阳性，本质都是为了更好地判断病情。

如果出现了类似症状，同时身边的家人、同事也有阳的，最好还是“疑似从有”。

退一步说，就算不是也没关系，毕竟这3种情况的防治方法也差不太多。

抗原转阴了，为啥仍是咳个不停？

北京佑安医院感染综合科主任医师李侗曾表示，奥密克戎变异毒株主要攻击人体上呼吸道，破坏呼吸道的黏膜细胞。

为了消灭病毒，免疫细胞集聚到上呼吸道，完成任务后，免疫细胞代谢死亡，和被病毒破坏的细胞一样变成了“垃圾”。

而气道容不下这么多东西，自然要排出去，神经反射会让身体产生一系列动作：

声门紧闭，呼吸肌肉快速收缩，产生呼气动作；

胸腔内的压力急剧上升，进而冲开声门；

气体高速喷出，把气道中“垃圾”带出体外。

转阴后的咳嗽，其实是一个打扫“战场”、修复气道的过程，有的人就咳两三天，有的人要咳三五天，但一般都会在14天内康复，多喝水以及打开加湿器都能帮助恢复。

有些人担心咳嗽不止会引发肺炎甚至白肺，其实，咳嗽本身并不会导致肺炎。

新冠病毒可能会对肺部造成影响，但对年轻人的影响较小，更多是老年人或有慢性阻塞性肺炎、结构性肺病、糖尿病等基础疾病的人。

如果出现痰中带血、黄脓痰多，以及再次发热、胸痛、气短、呼吸困难，或咳嗽超过2周，可能是肺部感染，最好及时就医。





装配事业部邓文英的儿子



装配事业部邓荣聪的儿子



装配事业部何可华的儿子



装配事业部谭伟明的女儿



每日1粒

健康“酶”烦恼

高纯度
酵母发酵提取



小小一粒，容易吞服不卡喉
胶片包裹能增加光阻隔性能，克服辅酶Q10见光易分解的问题，保持营养成分稳定。

高吸收
油溶剂促吸收

高含量
1粒顶多粒



保健食品不是药物，
不能代替药物治疗疾病。

保健食品不是药物，
不能代替药物治疗疾病。