

## 心灵的那份震撼

行政人事部 / 王子欢

金秋的八月，酷暑延续，离开了潮汕来到了羊城—广州。开启了自己的第二段职业生涯，踏上了在穗工作之旅！

很快，我应聘进入广州市恒远彩印有限公司，略带陌生而又惊喜的心情成为了其中的一员。

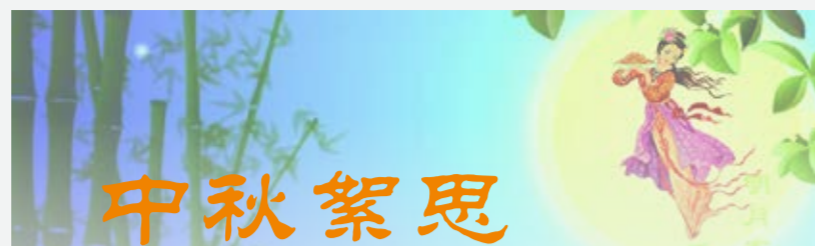
与之前相比，完全不同的工作内容，无形中带给了我很大的压力。回忆起这将近一个月的工作，真正体会到了作为前台文员，工作的谨慎性和连贯思维是极为重要的。在这期间，我的工作内容是接待，办理入职，对账，接收快递……就这样，每天在忙碌的工作中度过，对于没有任何经验的自己还真是一种考验。

入职以来，的确收获颇多；沟通，协调，工作能力的提升。在繁琐的工作中，在陌生的工作环境下，我学到了在学校无法学到的东西！这也是一种心灵的震撼。



恒远给我的感觉就像一个大家庭，上级和同事的关心，让我深感欣慰。尽管在工作上受到不少委屈和批评，但至少懂得了工作的模式；效率、质量！

心怀无限的感激，感谢恒远，给予了我学习锻炼的机会。相信在恒远，我的工作能力会更上一个台阶！



## 中秋絮思

业务部 / 冯德业

小时候我最盼望过中秋节，那时只为吃月饼；长大后，依然盼望中秋节，但更多的是为品味那种怀着喜悦的心情，分享着辛勤劳动收获的累累硕果，那种一家人团圆和谐的家庭气氛。

而今随着年龄渐长，回家的时间也越来越少。读书的时候除了中秋与国庆同期的那一年之外，就没有一个中秋节是在家里度过的。到了现在，工作稳定了之后，回家的次数更是屈指可数。好长时间吃不到妈妈亲手做的饭菜，好久没有享受过与爸爸妈妈在一起那种温馨的感觉。

依稀记得那年中秋，月亮依然圆圆，月饼更加香甜，但父母却苍老了许多；头发白了，背也驼了，行动也不如以往灵便。我心里突然有一种异样的感觉，有点心酸，有点难过，更多的是对父母深深的愧疚和歉意。一时间，我再也找不到儿时过中秋的那种喜悦和兴奋的感觉。父母亲一辈子为我们做儿女的操碎了心，但老了却享受不到儿孙绕膝的天伦之乐。儿女们都忙于工作，看望父母的时间很少，甚至连个电话都懒得打，父母的日渐苍老告诉我们，他们与我们团聚的时光越来越短暂，我们应该好好珍惜与父母在一起的每一次，有空常回家看看。为了父母，也为了求得心灵上的安宁。

时光匆匆，又是一年中秋，父母不知又增添了多少皱纹，多少白发。我不能回去看望他们，只能在心里默默地为他们祈祷，为他们祝福。祝愿我的父母亲，天下所有的父母亲都能够健康长寿，笑口常开。



## 频繁“闪辞”得不偿失

### 违反服务期约定“闪辞”需担违约责任

小何是某机械公司2011年新招的大学生，月工资3000元。因为该公司要从国外引进一条生产线，所以出资将小何送到国外厂家培训了2个月，并就此签订了为期2年的服务期限合同。小何回国后觉得自己工资待遇比较低，便向某机械公司递交了辞职信。某机械公司将小何起诉到法院，要求小何承担违约金5万元。最终法院依法判决小何赔偿单位部门违约金。

#### 职场提醒

根据《劳动合同法》的相关规定，在用人单位为劳动者提供专项培训费用，并安排劳动者进行专业技术培训的，双方可以订立协议，约定服务期限及违约金事项。因此，职场新人违反服务期限的约定，在服务期限范围内提出辞职，需要依法向公司支付违约金。



### 应聘新公司“闪辞”员工易遭拒绝

大学生小易在一家出版社工作，刚过试用期，因为感觉不受重视没有发展前途，便打算换个新工作。在应聘另一家知名出版社集团时，当面试官了解到小易在原工作单位仅工作3个月便辞职的情况后，摇了摇头，之后的另外几家面试也都出现了这种情况。

#### 职场提醒

工作稳定性是用人单位对劳动者的一项基本要求，用人单位往往将工作的稳定性和劳动者的职业忠诚度联系在一起，故用人单位对工作不稳定的劳动者往往忠诚度评价较低。

## 和上司聊聊心里话

选自《易友》



何方在一家印刷企业打工，工作内容是在车间协助机长工作。由于对上司的很多言谈举止看不惯，因此对他安排的很多工作，何方只要认为不合理就公开顶撞，心想：“反正我干活挣钱，也不用忌讳。”

时间过去了几个月，何方发现自己的处境不是很好，也影响了自己的工作效果。他觉得上司有点故意难为他，往往把一些脏乱但没有什么奖金的活交给他去干。他满肚子意见，但是人家是领导，又没有办法。后来他向上司提出更换车间，都被用各种理由挡住了！

思来想去，何方终于想通了：“我还是主动找上司沟通吧！否则这样下去，对自己的工作、对自己的职场前途都会非常不利。”

于是，第二天傍晚何方找到了上司，与他聊了很长时间。通过这次和上司的贴心交谈，何方终于明白上司想用工作来考验自己的定力，帮助自己夯实基本功的良苦用心。解开心结后，何方有了很大改变，工作更加积极了，最终成长为这个车间的技能先进模范，受到了公司的表扬。

何方主动和上司沟通，不仅展现了职场人的工作意识，而且显示了一种工作中的责任感。

## 保持乐观心态让你靠近幸福

选自《文摘》

我的一个学生在接到某家著名公司的聘请后曾经来找我。她说并不喜欢那份工作，但是又难以拒绝。她问我，要到什么时候她才能开始活得开心，而不用担心未来。我告诉她，不要问自己“何时才能快乐？”而要问“如何才能快乐？”

当然，眼前的和未来的幸福是可以平衡的，比如，一个热爱工作的员工，可以在努力的过程中享受创造的快乐，而这快乐也可以帮助他取得好业绩，助其获得未来的幸福。

但有一点要切记：如果企图永远幸福，可能只会导致失败与失望。有些时候，我们确实需要牺牲一点快乐，去换取目标的实现，有些事项是无法避免的。就像学习、攒钱、努力工作都不容易，但确实可以带来某种程度的长期成果。重点是，我们要以积极乐观的心态，不断地去发掘那些能为我们的当下和未来带来幸福感的行动。



## 金子与石头

有一个年轻人，一直得不到重用，他十分的苦闷。

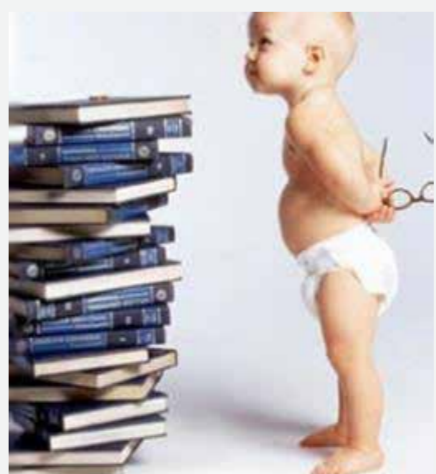
为此，他专程去很远的地方找智者询问。他终于见到了智者，年轻人问智者：“命运为什么对我如此不公平呢？”

智者没有直接回答他，而是从地上捡了一颗小石子，丢到远处的乱石堆中，对年轻人说：“你去把我刚才扔出去的小石子找回来。”年轻人在乱石堆中翻寻了半天，也没找到，他不知道到底哪一颗是老人扔出去的，因为每一颗石子看起来都差不多。

他无功而返，智者从手上取下戒指，同样扔到那堆乱石中，让年轻人去找回来。这一次，年轻人没费吹灰之力就找到了一颗闪着金光的戒指。

智者什么也没再说，年轻人却醒悟了：如果自己只是一颗小石子，而不是金子时，就不要埋怨命运对自己不公平。

**大道理**  
每个人的命运都掌握在他自己手中。当你不停地怨天尤人完了之后，是否该好好反省一番？摒弃杂念，完善自我，使自己像金子一样发出光来。



## 快乐与成长

①员工真正需要的不仅是一份工资，而是一份成长与快乐。

②待遇不是让下属忠心的唯一方式，感情投资是在所有投资中，投资回报率最高的。

③管理是一种严肃的爱，需要在情感上拉近员工的距离，但是在规则上保持员工的距离。

④让员工快乐就是提高生产力，让员工成长就是人才资产增值。



## 三个砌墙工人

三个工人在建筑工地上砌墙。有人问他们在做什么。

第一个工人悻悻地说：“没看到吗？我在砌墙。”

第二个人认真地回答：“我在建大楼。”

第三个人快乐地回答：“我在建一座美丽的城市。”

十年以后，第一个工人还在砌墙，第二个工人成了建筑工地的管理者，第三个工人则成了这个城市的领导者。

思想有多远，我们就能走多远。在同一条起跑线上，态度决定一切；用美好的心情接触生活！你手头的小工作其实正是大事业的开始，能否意识到这一点意味着你能否做成一项大事业。

如果都像第一个人，愁苦地面对自己的工作，我想再好的工作也不会有什么成效；而同样平凡的工作，一样的看似简单重复，枯燥乏味，有人却能以快乐的心情面对，在平凡中感知不平凡，在简单中构筑自己的梦想，我想又有什么样的困难不可以克服呢？

#### 大道理

环境或许不能改变，但是心情却可以调整。生活中其实并不缺乏快乐，而是缺少发现。既然我们必须度过每一天，又何必虐待自己呢？何不让自己快乐洋溢在每一天的生活中？

## 拿得起放得下

品管部 / 马志勇



别哭穷，因为没人会给你钱；  
别喊累，因为没人会帮你做；  
别想哭，因为大家不在乎；  
别认输，因为没人希望你赢；  
别靠人，因为只有自己最可靠；  
别乞求，因为别人等着看笑话；  
别落魄，因为一堆人等着落井下石；  
别回首，因为看到的是未修复的裂痕；  
别离愁，因为只会才下眉头却上心头；  
别低头，因为地上没有黄金只有石头。  
无论今天发生多么糟糕的事，都不应该感到悲伤。

一辈子不长，每晚睡前原谅所有的人和事。

简单，淡然，平和，从容！  
别等，不该等的人！  
别伤，不该伤的心！  
别掉，不该掉的泪！  
别说，不该说的话！  
别爱，不该爱的人！  
看不开，就背着。  
放不下，就记着。  
舍不得，就留着。  
等有一天...背不动了，就看清了！  
记不清了，就放下了！  
留不住了，就舍得了！  
有些事情不要太计较，睁一只眼，闭一只眼，就会过去的。  
珍惜眼前的人，做好眼前的事。  
一切都是美好的！  
阴天，不一定会下雨。  
分手，不一定最伤心。  
憎恨，不一定会一辈子。  
失望，不一定是绝望。  
面对，不一定最难过。  
孤独，不一定不快乐。  
拥有，不一定非要厮守。  
沉默，不一定是冷漠。  
失去，不一定不再拥有。  
失败，不一定会放弃。  
奇迹，不一定不出现。  
只要这一秒不绝望，下一秒一定会有希望！  
茫茫人海中遇到就是缘分，即使彼此错过也是内心的一种收获。  
人生能遇一知己足以，人生苦短几十年，真正爱上一个人不容易。  
轻易不要伤害，特别是重感情的人！  
也不要轻易爱上谁，宁缺毋滥。

# 轻松一刻



## 自己人

昨天回家,我和同事一起坐公交,中途小偷摸他包,我那同事一手护住包说:“伙计,自己人。”

小偷愣住了,看着我同事说:“以后注意点,这趟车同行多。”

## 一文不值

我和同事两人招来一辆出租车。我问:“去中央公园多少钱?”

司机:“10元。”

我又问:“和朋友一起去呢?”

司机:“10元。”

我对同事说:“我早就对你说过,你一文不值。”

## 擦干净玻璃的秘诀

保洁公司一个工人来我们办公室擦玻璃,擦好后,视如无物。

一同事问:“您用啥擦得这么干净?”

工人回答说:“我用力!”

## 晚上有空吗

今早一美女同事,很正式问我:“晚上请人吃饭,你有空吗?”

我羞涩矜持地说:“有。”

她说:“那你替我值班吧,谢了。”

## 外债

老公突然说:“我外面有外债。”

老婆一愣:“多少?”

老公:“两百。”

老婆长舒一口气:“我还以为几万呢?”

老公:“你当家,谁敢借给我那么多!”

# 中秋——幸福的感悟

行政人事部 / 张莉莉



9月的广州,白天依然骄阳似火,热浪逼人。太阳白晃晃的挂在空中,好像非得把人晒脱一层皮不可。虽然城市里那常绿的椰树、宽叶树等密密匝匝地挺立在马路两边和高耸入云的建筑物之间,但是那火辣辣的热,无孔不入地蔓延在空间,让人感受到不自在。好在6个月大的儿子爽朗的笑声如阵阵清风拂过,能让我瞬间感到神清气爽,心旷神怡。

儿子人生的第一个中秋节,我们决定去夜游珠江,让他感受一下广州美丽的夜色。傍晚的珠江边,早已人头攒动。游轮在华灯初上之即缓缓地劈波斩浪而行,首先我们在依窗的圆桌上一边品味南粤的自助美食,一边欣赏入夜羊城的旖旎风光。江边,高耸入云的摩天大楼被五颜六色的灯光装饰得如同天上仙境;江中,一艘艘大大小小的游轮打扮得如同二八少女楚楚动人般在人们眼中招摇而过。各具特色的海珠桥、海印大桥、广州大桥、猎德桥璀璨的灯火倒映在水中,像长虹横卧于珠江两岸,桥上的车灯像天上的街市,流光溢彩。

儿子在不停的忙碌着,一双小手老想抓住出现在他面前的一切,被他抓住的一切都试图放到小嘴中去吃掉。阵阵微风吹过来,早已没了白天的燥热,怕热的儿子这会儿也舒服了,咿咿呀呀的哼唱起了他特有的语言,我们跟着

他一起哼唱欢笑,沉浸其中,倍感温馨幸福。

“啊——”,平台上传来一阵阵惊呼。循声望去原来广州塔已经出现在了前面。广州塔,又称之为小蛮腰,它是广州的地标性建筑。入夜的小蛮腰,真的是美奂美轮。赤橙黄绿青蓝紫的各色灯光把它装扮成一个婀娜多姿的美少女,让人感叹不已。人类的智慧,人类的想象,人类的创造,真的是匪夷所思。虽然已经多次见证了它的独特的美,但每次见到仍然会饶有兴趣,全家傍着它的“小蛮腰”合影留念。

幸福的时刻总是悄悄的流淌,不知不觉,船又回到了中大码头,我们依依不舍的下了游船。中大北门广场上,聚集了身着不同服饰的男女老少们,她们或载歌载舞,或引吭高歌,

还有好几个老外,也夹在其中,她们有的素不相识,只要随着音乐节拍响起,就开始蠢蠢入动,各自找好舞伴,尽情地唱,尽情地跳,体态如火焰燃烧,声音似山泉奔流。把都市的喧嚣,工作的烦恼抛得老远。

希望美丽的景象能在儿子晃悠的小脑袋里留下一点模糊的轮廓,以后每年的中秋咱们都来珠江边赏月,让这里的美景伴随着儿子快乐成长!



## 积极心理分享之——【和自己相处】

一个能和自己相处好的人,是一个真正的智者。因为跟自己相处,要比和他人相处难得多。

和别人相处,我们是站在旁观者的立场上,能客观地看待一个人;优点易现,缺点无遗。

和自己相处,通常情况下我们会犯自以为是的错误:我还不了解自己吗?事实上,你真的了解自己吗?你了解自己,为什么还常常败在自己的优势上?为什么还会一而再、再而三地犯同样的低级错误?所以,一个人最可怕的地方,是认不清自己。

也难怪,谁不喜欢听好话?别人的忠言、良言、诤言,常常难以入耳入心。所以,生活中我们听到的大多数是美言、吉言。当着自己的面,有几个人会说你不好?一个人整天生活在好话中会是什么样子?要么很受用,飘飘欲仙;要么很难受,难辨就里。

一个人有朝一日再也听不到真话的时候,也是这个人和朋友相去甚远、最落魄的时候。

所以,我们要学会和自己相处,我们得学

会生自己的气,当然不是闷气。闷气伤身,而生自己的气,则起到益神清脑的效果。生自己的气,恰恰说明是我们头脑最清醒的时候:知道自己错了、错在哪儿了。知道自己错了,有时候比别人指出自己的错误,对错误的认识要深刻得多,并且更容易被自己接受。

和自己相处,还要学会不生他人的气,做到心平气和。很简单,心平了,你就知道人无完人,你就容得下别人的失败和别人的错误;气和了,你就明白和别人相处,就是要正确认识别人的价值和缺点。

当一个人面对自己的时候,如果能做到心气畅通:既能及时排解自己的气,又能有效化解他人的怨,一定会感到一身轻松。

和自己相处,就是让我们静静地坐下来,卸下负担,抚慰心灵,清楚自己身在何处、心往何方。

和自己相处,就是让我们对他人不抱怨,对挫折不气馁,对自己不放弃。

和自己相处好了,我们的生活变得明净而简单,还会拥有更多的成功和情谊。



- 1、鸡蛋壳有什么用处?
- 2、什么英文字母最多人喜欢听?
- 3、一位卡车司机撞倒一个骑摩托车的人,卡车司机受重伤,摩托车骑士却没事,为什么?
- 4、一捆电线,第一次用去全长的一半多3米,第二次用去余下的一半少10米,第三次用去15米,最后还剩下7米。这捆电线原有多少米?
- 5、有一天,猎人出去打猎,直到天黑才回到家里来。他的妻子问他:“你今天打了几只野兽?”猎人说:“打了9只没有尾巴的,8只半个的,6只没头的。”他的妻子莫名其妙,弄不清他说了是什么意思,猎人到底打了几只野兽,你知道吗?

请在报纸发放的两天内将答案递交行政部,我们将抽出5名回答正确者给予奖励。

行政部投稿热线:020-66834582

### 第二十六期猜成语答案

- 1、缺一不可
  - 2、百里挑一
  - 3、得寸进尺
  - 4、七零八落
  - 5、举世无双 (天下无双)
- 回答正确者  
张松、王自安、唐明丽、谢胜楠、周子楠

# 恒远视线

顾问: 侯焕昌 廖健 陈锋  
导读: 第二期拓展随笔  
CTP与印刷标准化  
和上司聊聊心里话  
中秋—幸福的感悟

A1 第二十七期 内部刊物 主办:行政部 协办:设计部 广州市恒远彩印有限公司 2013年10月28日

## 第二期拓展随笔

行政人事部 / 苏华杰



加入恒远一个多月的我,有幸参加了公司在9月30日组织的团队凝聚力拓展培训,让我更深刻地体会到团队合作的强大力量。一群人聚集在一起首先是一个团体,大家都是独立体。

当大家为实现同一个目标共同努力奋斗的时候,你会看到团体升级为团队,有着无坚不摧的力量。

当我们两百多人换上迷彩服来到操场上排队列阵时,别人看到的只是一盘散沙式的团体

站在了一起。随着教练的一声令下——向右看齐!场上顿时从游击队变成了正规军,前后左右有序的队列,气势一下子就出来了,原来我们也可以是有秩序有纪律的团队。

教练将我们分为了三个团,每个团又分六个队互相PK。随后我们做了三个项目游戏:团队运球;拍拍乐;大脚板。小游戏见证大人生,游戏虽然简简单单,对团队合作精神却是很大的考验,想要取得胜利离不开大家

的同心协力。

我们这一队只有八个人,其他队伍都是十来个。虽说人多力量大,但是我们是一支团结勇敢的队伍,互相鼓励着要战胜其他队伍。特别是一名女队员,出谋划策,一直带动大家要以少胜多。结果我们真的就做到了,统一的作战方案,统一的执行,大家互相配合,在最短的时间内完成了任务且连续三次取得胜利,我们都为自己的成绩骄傲,为这个团队欢呼。游戏之后教练的总结给我印象最深的是两个词:“你们”和“我们”。有些队伍不够团结,出了问题有人就会说“都是你们,要是你们怎样怎样就不会输了”。其实,当我们组成一支队共同完成一个目标的时候,已经没有“你们”了,有的一定是“我们”。如果说“你们”,那就是你跟他们不是一个团队的,这样已经是内耗了,想不输都难!在公司工作也一样,我们聚在一起不是一个简单的团体,而应该是一个团队,为共同目标一起奋斗的团队。如果我们能执行好各自岗位职责,朝共同的方向迈进,

## 简讯

- 1、公司于2013年8月引进YA1B1型单张四版印刷机一台。
- 2、在中国印刷行业企业信用等级评价的评选中,公司顺利进入到终审阶段。
- 3、公司顺利通过ISO外审、SAB000复审。
- 4、夏日炎炎,公司为全体员工发放解暑饮品。
- 5、中秋佳节,公司为全体员工发放中秋月饼及牛奶饮品。
- 6、强化团队意识,丰富员工生活,公司于2013年9月30日举办了第二期拓展活动。

我们一定可以取得非凡的成绩,而游戏中我们已经做到了。

最后一个毕业墙的挑战,看似不可能的事情,在团队合作的努力下,我们却轻松地跨越了。感谢那些默默付出的同事,一心为了完成目标而不计较比别人受更多苦累,是敬爱的你们才让大家取得胜利。如果我们能多一些这样的队友,我们一定是战无不胜的团队,我们的明天一定更加辉煌。

技术平台

## 印刷过程中引起专色油墨色差因素的原因

选自《文摘》

泽度低,则首层表面反射光将发生漫反射,此时我们看到的颜色是主色光和首层表面反射光产生的混合色。由于这里面含有白光成分,因此降低了主色光的饱和度,所以人们观察印品时感觉颜色变浅,用密度计测量时密度值降低,明度上升。

2.表面处理对颜色的影响  
包装类产品的表面处理方式主要有覆膜(亮光膜、亚光膜)、上光(罩亮光油、亚光油、UV光油)等。印品经过这些表面处理,会有不同程度的色相变化和色密度变化。这些变化分为物理变化和化学变化。物理变化主要体现在在产品表面增加了镜面反射和漫反射,这对色密度有一定影响。覆亮光膜、罩亮光油和UV油时,色密度增加;覆亚光膜、罩亚光油时,色密度降低。化学变化主要来自覆膜胶、UV底油、UV油内含有的多种有机溶剂,它们会使印刷墨层的颜色发生变化。

3.撤淡剂对颜色的影响  
撤淡剂是一种油脂状的无色透明物质,在专色印刷中主要起冲淡颜色的作用。撤淡剂的加入量不同,对色相的影响也不同,尤其是蓝色表现得最明显。

在配制专色墨的过程中,匀墨仪、展墨仪对油墨产生的剪切力、压力要比印刷机上的小。在印刷时不需加入撤淡剂,但在配墨制作色卡时只有加入撤淡剂,才能打出均匀的专色墨颜色展示卡。在色密度相同情况下,色卡与印刷品呈现出的颜色是存在色差的,这是因为撤淡剂的加入,改变了油墨中颜料的分布状态,使油墨对光的吸收、折射和反射都发生了

4.干退密度差异的影响  
刚印出的印品,油墨尚处于湿态,与干态时有一个密度差。湿色密度大于干色密度的现象称为干退密度现象。这是因为刚印出的墨层有一定的流平性,所以表面反射以镜面反射为主,看上去色彩鲜艳,光泽好。当墨层处于干燥状态时,表面反射以漫反射为主,色泽自然比印刷出来时显得要暗淡无光。

由于干色密度一般要在印完干燥30~60分钟之后才能测量,这就给专色密度的测量、控制带来了困难。

带有偏振镜装置的密度计能够消除墨层表面因镜面反射而产生的光,所测得的湿色密度与干色密度非常接近,使测得的密度值不受墨层干湿影响。对于涂布纸,测量密度差为0.05~0.15,非涂布纸的测量密度差为0.1~0.2。不同的颜色色差也不同,黄色差异最小,黑色最大,蓝色和红色介于二者之间。因此用这样的密度计测量时,测量值应当比标准色样的密度值适当高出一部分,这样才能起到控制的作用。

5.系统差异的影响  
用匀墨仪、展墨仪制作色卡的过程是“干印”过程,没有水参与,而印刷是“湿印”过程,有润湿液参与印刷过程,所以在胶印中油墨必然要发生油包水的乳化现象,乳化后的油墨由于改变了颜料粒子在墨层中的分布状态,必然要产生色差,印出的产品也就显得色泽灰暗、不鲜艳。