

完美P PERFECT

追 求 完 美 无 止 境

动态 古润金当选广东省慈善
P03 总会新一届荣誉会长

动态 广东省侨商会换届
P05 古润金再次当选会长

动态 完美公司业务
P07 研讨会圆满召开

2020年10月 总第220期
准印证号:(粤T)L0200004

封面
P19 “回家”之旅





白里透红 健康加分

完美牌 红枣胶原肽沙棘汁（果汁饮料浓浆）

拥抱健康 拥抱未来

春耕夏耘，秋收冬藏；三餐四季，周而复始。一日，一月，一季，一年，每一个节点既是结束，也是一个新的开始。春秋代序，时移世易，季节的更替和社会的变迁提醒我们既要永葆初心，不忘来路；更要勇于创新，砥砺前行。

完美的初心是让更多人拥有健康美丽。26年来，风雨同行，我们始终恪守完美初心，研发生产品质产品，分享提供优质服务，以技术创新驱动，不断“追求完美”，致力成为全人类健康美丽服务的卓越提供者。

进入 21 世纪第三个十年，中国正全面建成小康社会，世界上更多国家迈入中等收入国家行列，人们的生活越来越富足，但不健康的饮食和生活方式带来一系列健康问题，健康管理成为拥有幸福人生必须具备的技能。

人们常说，健康是 1，事业、家庭、地位、财富等都是 1 后面的 0。万物始于一，健康是第一位的，健康管理也要从娃娃抓起，从年轻时就养成良好的健康习惯，为漫漫人生打好坚实基础，这才是时尚的健康理念。

健康意味着生命活力，拥有健康，就拥有了朝气蓬勃和更美好的未来。于个人而言，健康的生命何惧年龄？于企业而言，健康的生态何惧挑战？

健康是人类最重要的财富，健康是未来最有前景的产业。开启二次创业的完美，致力于把健康管理的理念和方法分享传递给更多人，让更多人拥抱健康美丽，让完美人拥抱更灿烂辉煌的未来！



19 封面 COVER STORY

“回家”之旅

“回家”之旅	19
心手相牵“回家”相聚	21
寻“根”造梦 初心不渝	25
破茧成蝶 完美续航	33

01 视界 VISION

宏观	保健品企业新增 8 万家 保健品与药品渠道分离	01
动态	古润金当选广东省慈善总会新一届荣誉会长	03
	广东省侨商会换届 古润金再次当选会长	05
	完美公司业务研讨会圆满召开	07
	完美获“中山市质量文化建设标杆单位”	11
	科技创新创业大赛生物行业决赛在中山启动	12
	完美公益影像节荣膺“年度责任传播事件”称号	13
	紧跟“健康中国”专注创新研发	14
	打假打削 完美在行动	15
各地		17



39 美丽荟 BEAUTY

换季不“干”尬 肌肤就要“润”
秋冬驻颜正当时 5招打赢冻龄保卫战

39
43



47 健康新主义 HEALTHY LIFE

体重管理：管的不是体重 是健康

47

53 讲堂 LECTURE

如何判断服务商标是否进行了实际使用

53

55 分享 SHARE

文娱 阅读
影讯

55
56

欣赏 诗意南朗

57



2020年10月 总第220期 www.perfect99.com



董 事 长 古润金
副董事长 许国伟
副董事长 胡瑞连

主管/主办：完美（中国）有限公司
编印单位：完美（中国）有限公司
开本：16开（210x285mm）
地址：广东省中山市石岐区东明北路（民营科技园）
邮编：528402
电话：0760-88701828
传真：0760-88711603
投稿邮箱：wmtd@perfect99.com
wmyd@perfect99.com
服务热线：4008701828
印刷单位：中山市金骏包装印刷有限公司
印数：25000
发送对象：完美员工、服务中心
印刷日期：2020年10月1日
内部资料 免费交流 翻版必究

声明 《完美》所载文字和图片仅供资料之用，未经允许不得转载或摘编。所选用的部分图片、稿件，如未联系上作者，请联系完美（中国）有限公司。完美（中国）有限公司对所有内容保留最终解释权。

保健品企业新增 8 万家 保健品与药品渠道分离

疫情加深了人们对主动医疗健康管理认识，对保健品的需求随之增加，相关企业数量也进一步扩充。《证券日报》记者查阅“天眼查”数据显示，以工商登记为准，中国今年前 8 个月新增保健品相关企业 8 万余家，同比增长 12%。

随着人们医疗保健认知的提升，以及医药行

业管理的规范，保健品渐渐从野蛮生长走向了规范化。9 月 1 日开始施行的《基本医疗保险用药管理暂行办法》规定，主要起滋补作用的药品、保健药品等八类产品不纳入医保，虽然这会影响到保健品企业的线下销售，但市场还在，尤其互联网已经成为保健品行业的未来渠道优势之一。



保健品与药品渠道进一步分离

河南财经政法大学国际经贸学院讲师韩军在接受《证券日报》记者采访时表示，此次保健品不被纳入医保，一方面因为该类产品并非药品，将其撤出医保可以让数量有限的医保名录增加更多的报销药品，从而有效提高医保效率；另一方面是整顿现有保健品市场及发展模式，促使其通过提高产品质量、降低生产成本、开发新的原料等方式赢得消费者，从而促进该行业长期健康发展。

韩军说：“保健品不被纳入医保，短期内会对保健品行业发展有一定影响，特别是使用国家珍贵、濒危野生动植物作为原料进行产品生产的企业，以及涉及性保健、脱发治疗、减肥

等与日常生活保健有关的产品。”

近年来保健产品的服务人群日益扩大，不仅仅集中在中老年和孕妇婴幼儿等有特定需求的人群，保健产业已经开始向全民保健扩展，增强免疫力、补充营养的保健品被进一步开发，众多企业在这个领域逐渐做大做强并拥有品牌溢价能力。

互联网渠道改变传统营销模式

虽然保健品从医保中剔除会影响到一些企业的产品销售，但一些在疫情期间利用线上模式进行直播购物和单品促销的企业，在疫情影响线下渠道情况下，通过互联网营销带来公司营业收入正增长。

保健品行业长期以来沿用线下直销模式，然而随着互联网思维与营销模式的洗礼，具有功效优势的保健品逐步通过互联网进行营销推广，销售人员自己体验产品后，通过互联网进行文字、图片或视频营销，而不是像过去一样靠一张疗效说明书吸引眼球，同样是熟人营销，现在更看中真实的产品力。

前瞻产业研究院研究指出，保健品消费者更加成熟并且改变了消费习惯，传统的渠道正发生变革，互联网和数字化改变了企业同消费者的接触及价值创造的方式，并且不断有新的竞争者进入行业和商业模式的创新，未来保健品行业还会有更多的兼并收购发生，竞争格局也将改变。

中国人民大学高礼研究院宏观经济学助理教授王鹏在接受《证券日报》记者采访时表示，保健品市场未来发展路径是市场化作用进一步深化，即通过市场本身促进市场主体的发展。其中企业自主性将加强，它们将进一步利用新资源、新技术开发新的保健品，同时追求品牌影响力也会成为保健品企业的重要策略，线上渠道会成为保健品未来重要的销售渠道。

（文章来源：证券日报）



凝聚侨心侨力 促进社会发展

古润金当选广东省慈善总会新一届荣誉会长

二十多年来，在古润金的带领下，完美公司在企业稳健发展的同时，积极践行侨心、侨智、侨力，倾情捐助各项社会公益事业，弘扬侨商爱国爱乡的民族情怀，为中国经济发展、社会公益事业及中外友好交流等积极贡献力量。



参会人员合影

2020年9月5日，是我国第五个“中华慈善日”，广东省慈善总会2020年会员大会在广州圆满召开，理事会换届等各项工作也顺利完成。其中，卓志强当选为广东省慈善总会新一届会长，完美公司董事长古润金当选新一届荣誉会长。

广东省人民政府副秘书长李朝明，广东省民政厅党组书记、厅长、广东省慈善总会会长卓志强，广东省民政厅党组成员、副厅长陈奇，广东省民政厅党组成员、副厅长、广东省社会组织管理局局长庄侃等领导出席本次会议，省慈善总会荣誉会长和会员共160多人参加了会议。

会议顺利审议通过广东省慈善总会第三届理

事会的工作报告、财务报告、章程修改报告，并审议通过新一届荣誉会长成员，同时选举新一届理事会、监事会等新一届班子成员。

二十多年来，在古润金的带领下，完美公司在企业稳健发展的同时，积极践行侨心、侨智、侨力，倾情捐助各项社会公益事业，弘扬侨商爱国爱乡的民族情怀，为中国经济发展、社会公益事业及中外友好交流等积极贡献力量。

未来，完美公司将始终如一地秉承“取之社会，用之社会”的公益理念，以实际行动不断推进各项公益事业发展，传播中华民族优秀传统文化，并呼吁更多的企业和个人加入爱心队伍，促进社会和谐发展。



完美公司董事长古润金当选广东省慈善总会新一届荣誉会长

奋进十三载 贡献新力量

广东省侨商会换届 古润金再次当选会长

在新一届理事会和全体会员的共同努力下，广东省侨商会将进一步夯实平台，创新工作方式，发挥好辐射带动作用，实现社会与企业的共赢发展。

9月8日下午，以“奋进十三载 聚力再出发”为主题的广东省侨商投资企业协会第五届会员大会暨广东侨企庆祝新中国成立70周年“侨爱贡献奖”颁奖仪式在广州举行。马来西亚丹斯里皇室拿督、马中友好协会署理会长、广东省政协特聘委员、完美公司董事长古润金再次被推选为理事会会长。

统战部副部长、省侨办主任庞国梅女士
向理事会会长古润金先生颁发证书



完美公司董事长古润金再次被推选为理事会会长



古润金出席活动并致辞



完美公司获颁“侨爱贡献先锋奖”

中共广东省委统战部副部长、省侨办主任庞国梅，省委统战部二级巡视员汤泗昌等领导，海外嘉宾、友好商协会等机构负责人以及广东省侨商会会员企业代表两百余人出席大会。

新当选会长的古润金表示，相信在新一届理事会和全体会员的共同努力下，广东省侨商会将进一步夯实平台，创新工作方式，发挥好辐射带动作用，实现社会与企业的共赢发展；同时相信，众多会员企业和广大侨商将会在做好疫情防控常态化工作的同时，紧紧围绕广东省委、省政府的中心工作，不仅做到全面复工复产，还要敢于开拓，以科技创新催生发展新动能，以更积极开放的姿态参与到广东省发展战略中去，助力广东夺取疫情防控和经济社会发展的双胜利，为深化改革开放以促进高质量发展，建设新时代中国特色社会主义事业，实现中华民族伟大复兴贡献更大力量。

大会还举行了广东侨企庆祝新中国成立70周年“侨爱贡献奖”颁奖仪式。该奖旨在表彰

在粤侨商爱国爱乡、勇于奉献、自主创新的精神，凸显广东侨商群体在新中国成立以来参与改革开放进程中的时代价值和突出贡献，鼓励广大侨商在新时代中继续壮大发展，再创辉煌。经宣传发动、民主推荐、综合评审及网上公示等多个环节，完美公司等3家企业获颁“侨爱贡献先锋奖”。

庞国梅对省侨商会换届系列会议的顺利召开及荣获“侨爱贡献奖”的获奖企业表示热烈祝贺，对长期以来在广东省投资兴业的侨商企业家和关心支持广东省各项事业发展的侨商朋友们表示衷心感谢。她充分肯定了广东省侨商会第四届理监事会工作成绩。同时，她还希望广大侨商发挥自身优势，在参与粤港澳大湾区建设，推进“双区”建设和广州、深圳“双城联动”中施展活力、突出作用，为广东推动“一核一带一区”建设迈上新台阶，为实现“四个走在全国前列”、当好“两个重要窗口”作出新的更大贡献。

在一起 再出发

完美公司业务研讨会圆满召开

完美有未来，伙伴才有未来，伙伴有未来，完美未来会更好。完美将继续承担企业社会责任，扎根中国，以恒心办恒业，坚持“三个不变”，深耕中国市场。



完美公司业务研讨会圆满召开

9月10日，以“在一起，再出发”为主题的完美公司业务研讨会在完美华南生产基地圆满召开。完美公司董事长古润金、副董事长许国伟、副董事长胡瑞连等公司高管及业务伙伴欢聚

一堂，共话健康行业新发展，开启完美新征程。

本次研讨会不仅邀请权威专家解读健康产业新趋势及探讨营养课题，还揭晓了重头大戏——科学体重管理方案“完美轻姿套装”将于近期上线！



完美公司董事长古润金致辞



完美公司副董事长许国伟致辞



完美公司副董事长胡瑞连致辞

完美公司董事长 古润金

扎根中国，以恒心办恒业，坚持三个不变

中国经济进入双循环，推动大众创业、万众创新，健康中国战略让大健康产业前途无量，政府大力支持直销行业创新发展，让我们更有信心。后疫情时代，大健康产业将迎来新一轮发展！这代表着我们的方向是对的，公司一直带领大家朝着正确的方向努力奔跑。

完美有未来，伙伴才有未来，伙伴有未来，完美未来会更好。完美将继续承担企业社会责任，扎根中国，以恒心办恒业，坚持“三个不变”，深耕中国市场。大家拿出完美精神来，团结就是力量，让我们在一起，再出发！

完美公司副董事长 许国伟

坚守“根文化”，要相信相信的力量

文化是根，根深才能叶茂。20多年的历练与积淀，完美公司的“根文化”打造了完美人生的丰厚底蕴，奠定了完美公司的企业文化：矢志追求“百年完美，全球完美”，建立完美事业，拥有

完美人生；以“关怀、分享、诚信、责任、品质、服务”为企业核心价值观，积极担当企业社会责任。完美根文化引领完美人一同努力奋斗，促进完美事业取得长足发展。

在大健康时代里，完美公司致力成为全生命周期的健康管理和服务的提供者。面对新时势、新使命，完美公司即将推出健康管理方案，不断务实智能化、数字化发展基础，实现线上线下融合，争做大健康产业的先行者，携手完美伙伴合力共赢！

完美公司副董事长 胡瑞连

紧抓住时机，迎接完美的美好未来，我们准备好了

疫情不仅唤起我们对健康的思考和重视，还带来无限的机遇。我们一定要紧紧把握住后疫情时代带来的发展机遇，以科技创新驱动，接受新的事物，用好新的工具，通过对的方法，开拓出新的格局。

面对未来，完美公司信心满满，完美人上下一心，将收获更美好的未来！



中国保健协会副理事长兼秘书长徐华锋解读中国健康产业趋势



完美公司副总裁、市场中心总经理许宇杰分享完美品牌营销规划



业务中心总经理宋国纲分享业务发展规划

品牌 & 产品 & 营销力量赋能未来

完美公司始终紧跟时代潮流趋势创新产品，为消费者带来美好生活的体验。完美公司副总裁、市场中心总经理许宇杰为大家分享完美未来品牌营销规划。

在品牌、产品策略上，针对不同细分用户的差异化需求，公司通过健康、美容、日化个护进行划分，构建起完整、独特的品牌策略矩阵，不断推出时尚、专业、有趣、易分享的高品质产品，同时推出年轻化产品及年轻化品牌，以丰富年轻化品类。

在营销策略上，以线上造热度、线下有温度进行社群营销。通过完美轻姿套装打造减重社交，有利地创造出了与消费者沟通品牌价值的新触点，帮助伙伴线上线下强力圈粉。

管理促发展，稳健赢未来

一直以来，完美公司秉持“守法经营、规范经营、永续经营”的经营理念，引领伙伴们诚信经营、合规经营，共建良好营销环境。会上，业务中心总经理宋国纲带来业务发展规划宣讲。

完美公司将通过营造公平公正的发展环境方面的新举措，建立长效管理机制，号召大家共同

维护健康有序的市场环境，积极构建健康的市场基础，从而实现完美事业的持续稳健发展。

健康中国，解读趋势

中国保健协会副理事长兼秘书长、完美生命健康科技研究院名誉院长徐华锋受邀来到现场，为大家解读中国健康产业的趋势和前景。

全国首部“健康法”正式实施，全面提升公民全生命周期健康水平，这意味着全民健康进入新阶段。想要全民健康，就必须从以往的“治疗为主”转向“防养为主”；全民要提升健康管理理念，形成符合自身和家庭特点的健康生活方式是关键。

个人健康，不仅仅是个人的问题，而是家庭、社会的共同问题。养生，就是养成好的生活习惯。从我做起，传播健康生活方式，用健康管理手段助力健康中国。

健康生活方式，科学安全减重

陕西省西安医学高等专科学校检验系主任、陕西省营养师协会副理事长史亚敏从健康方式出发，结合日常饮食搭配谈如何合理安全实现减重。

为增强自身健康素养水平，提升生活幸福



陕西省西安医学高等专科学校检验系主任史亚敏谈如何合理安全实现减重



完美公司副总裁、上海臻领健康科技有限公司总经理岳新鸿发言



上海臻领健康科技有限公司副总经理林国全讲解健康管理

指数，健康管理很有必要。健康管理，不仅要相信科技与专业的力量，更要相信行动的力量。

在膳食上，我们可通过遵循膳食宝塔来合理膳食，为身体提供全面营养；并遵循科学减重规律，采用5+2轻断食模式（5天轻食，2天断食），限制热量的同时保持营养，帮助人们减重的同时养成科学健康的生活方式；同时，通过智能化工具，充分利用数据进行数字化管理，以科学方式进行安全的减重。

健康轻创业，完美赢未来

健康是需要管理的；健康是需要自我管理的；健康是需要环境管理的；健康是需要持续管理的。完美公司副总裁、上海臻领健康科技有限公司总经理岳新鸿表示，“大健康领域”已进入“数字化健康管理”新时代，公司积极响应“健康中国”国家战略，以客户价值为中心，以健康服务为己任，提供专业化健康产品和专业化健康管理服务，聚焦数字化技术打造科学健康管理的生态闭环。

完美轻姿套装由臻萃舒复合膳食纤维粉、完美亿生菌TM固体饮料、营养餐（螺旋藻南瓜粉）、完美牌红枣胶原肽沙棘汁四款明星产品强强组合，以智能体脂称、智能手环数字化工具作辅助，

将打造全民健康减重新时代，为广大创业人群提供机遇，为大健康市场带来全新革命推动力。

与此同时，上海臻领健康科技有限公司副总经理林国全结合个人试用实例介绍健康管理方案及油葱健康小程序的应用，并从饮食管理、运动管理、睡眠管理等方面一一讲解。

未来可期，奋力奔跑

在分享环节，完美美容产品委员会委员、高级客户总监汤荔钧分表示，在线上线下融合的分享模式中，完美健康管理方案为我们提供数据的共享，为服务提供便捷的方式，实现以点带面的沟通。

完美轻创业工作小组成员、高级客户总监王敏则认为，完美健康管理方案的推出，有着宽广的市场空间，能帮助更多有梦想、有激情的年轻人成就自己的一番事业……

这是一个快速变化的时代，科技与生活方式的改变不仅重新定义了生活，还改变了创业环境，刷新了创业姿势。未来已来，一起开启完美轻创业！

在一起，再出发！完美人携手相伴，将带着对健康美丽的向往，对事业激情的悸动，与公司一起并肩前行，一同开拓更美好的未来。

坚持品质赢发展

完美获“中山市质量文化建设标杆单位”

26年来,完美公司秉持“追求完美”的质量方针,通过持续改进质量管理体系,打造“完美品质”硬核实力,带动全员追求具有完美特色的“零缺陷”质量文化。

9月11日,中山市第十次质量管理小组活动代表会议暨质量文化建设工作会议在中山市举行。本次会议以“爱岗敬业 鼎新革故 重振虎威”为主题,中山市质量相关部门的领导和专家、企业质量管理代表参加了会议。

凭借在质量文化建设等方面的突出表现,完美荣获“中山市质量文化建设标杆单位”奖项,品质保证部经理李海代表公司上台领奖;检测中心室经理黄瑞娟荣获“2020年度中山市质量文化建设先进个人”称号。这是对公司质量文化建设工作、QC质量改善活动取得的显著成效的认可。

会上,完美(广东)日用品有限公司技术部无敌QC小组代表周爽利工程师发表了《沙蒜软胶囊一步配料工艺的研发》QC优秀案例,并获得会议发表优秀奖;体系运营组主任任红红作了“质量文化建设以及QC活动经验”的分享。中山质协的领导对我司获得的质量文化建设成果和QC质量改善工具的应用成果表示高度的赞扬和肯定。

坚持品质是一种责任,26年来,完美公司秉持“追求完美”的质量方针,通过持续改进质量管理体系,打造“完美品质”硬核实力,带动全员追求具有完美特色的“零缺陷”质量文化。

完美QC活动持续精进、课题丰富,已成为企业质量文化的重要组成部分。未来,公司将继续在质量文化建设和质量管理方面再接再厉,力创新绩,用专业的技术和管理为产品保驾护航。



颁奖现场



完美获“中山市质量文化建设标杆单位”

重视科研创新 推动科技发展

科技创新创业大赛生物行业决赛在中山启动

完美公司是此次唯一参与大赛协办的企业。2019年12月，由完美公司出资建设的完美生命健康科技研究院落成，该研究院实现产学研一体化，致力于开展前沿科技研究。

9月11日，第九届中国创新创业大赛（广东赛区）暨第八届“珠江天使杯”科技创新创业大赛生物行业决赛在中山正式启动。此次决赛由广东省科学技术厅主办，完美公司是此次参与大赛协办的唯一一家企业。

完美生命健康科技研究院名誉院长徐华锋在现场接受采访时表示，创新创业大赛是推动中山整体科技力量进步，也是推动整个中山生物医药行业科技进步的重要方式。

现场来自广东省的90余家企业分为初创组和成长组两个组别参加生物行业决赛。据悉，创新创业大赛汇集了多方科技创新资源，尤其是政府科技资源的配置，以及各类社会资源，成为推动创新创业的重要抓手。尽管今年受到新冠肺炎疫情影响，但从全省参加赛事的整体情况来看，还是很喜人。通过创新创业大赛筛选出优质项目，赛后开展相应服务，以及大赛与各方服务机构联合，可为企业提供全生命周期的服务和帮助。

此次生物行业决赛在创办模式上进行了创新，引入企业参加协办。完美公司是此次唯一参与大赛协办的企业。2019年12月，由完美公司出资建设的完美生命健康科技研究院落成，该研究院实现产学研一体化，致力于开展前沿科技研究。

据悉，研究院是完美公司重视创新和科研的重大举措，研究院致力打造成科技创新、成果转化、项目孵化的平台，支持大赛也是希望把完美生命健康科技研究院和大赛中优秀的项目结合起来，通过研究院为优质项目提供创新、转化合作的平台，并提供孵化和资本等各方面的支持，使企业与研究院之间实现共赢。



启动仪式现场

用影像传播爱 推动全民公益

完美公益影像节荣膺“年度责任传播事件”称号



完美公益影像节荣获“年度责任传播事件”荣誉

8月21日，由广东新周刊杂志社主办的“2020企业社会责任荣誉盛典”在深圳成功举行。完美公益影像节凭借其创新性、持续性以及影响力，从国内众多知名公益性项目中脱颖而出，与静心、肯德基中国一并荣膺“年度责任传播事件”称号。

企业社会责任荣誉盛典由广东新周刊杂志社与中山大学岭南学院于2017年倾力打造，旨在记录企业在CSR实践中表现出的成熟姿态，探讨基于开放、合作与共赢的企业社会责任未来。包括华为、腾讯、阿里巴巴、中国平安、恒大集团、可口可乐中国等众多企业，与公益机构代表、相关领域学者专家及媒体汇聚一堂，探索企业社会责任的新现象、新变化、新趋势，倡议“以更开

放的姿态，为责任共识注入新内涵，并以此推动企业社会责任的持续践行”。

由完美公益文化传播基金携手国内各大知名公益机构发起并主办的“完美公益影像节”，旨在通过镜头，用影像发现和记录我们身边的“最美善行者”，讲述普通人的公益故事，弘扬社会正能量。自2015年完美公司举行首届公益影像节，至今已经连续举办五届，共筹集善款2.5亿元，通过发挥影像的传播力，丰富公益组织的发声和亮相渠道，推动“全民公益”时代的到来。

诚如完美公司董事长古润金所说，完美公益影像节已经成长为一个成熟的公益品牌，我们希望通过影像去发现、传播善行者的故事，帮助更多人实现梦想，传递爱的力量！

紧跟“健康中国” 专注创新研发



研发中心副总经理毛新亮代表完美公司发言

后疫情时代，民众健康意识提升，对营养认知需求逐渐强烈。9月8日，以“健康中国营养先行”为主题的“中国食品辟谣联盟升级仪式暨新华网大型科普节目《营养翻译官》上线发布会”在北京顺利举办。

部委协会、专家学者、企业代表共同见证了营养科普事业的新起点，聚焦营养健康知识的科学表达和传播普及，共同推动国民健康饮食习惯的形成，将“健康中国”行动落到实处。

完美生命健康科技研究院资深营养科学家、完美公司研发中心副总经理毛新亮表示，一直以来，完美公司将产品和技术的创新研发作为企业发展的核心推动力，注重夯实基础、打造科研品牌。

2019年，完美生命健康科技研究院正式落成启用，专注于大健康领域的创新研发、科技转化及项目孵化，将在新型原料、领先技术、创新产品及研发服务等方向重点着力，最终实现赋能完美、服务行业。

毛新亮表示，肠道微生态对人体健康极为重要，人体微生物90%分布在肠道，细胞数量约有10万亿，约有300万个基因，约是人体基因100倍，被称为人类第二基因组。正是认识到了微生态与健康的重要性，早在九十年代，完美公司就开始着手研究益生元以及相关功能产品。

2000年，完美公司已经获取保健功能为“改善胃肠道功能（润肠通便）”的保健食品，比如完美牌高纤乐冲剂和活立多牌健肠口服液。2009年获取保健功能为“调节肠道菌群”的保健食品，如完美牌低聚果糖沙棘茶，深受消费者喜爱，成为完美公司的明星产品。

在持续发力肠道微生态产业化的同时，完美公司也将不断探索肠道菌群和生命健康的关系。2012年起，完美公司成立“微生态健康联合研究中心”，历时6年，致力研究以肠道菌群为着力点的慢性疾病（肥胖、糖尿病等）防控新策略。

据了解，为了获得肠道菌群与各种健康关注的一手资料，完美公司购进了一流的测序仪、招揽了物理学、生命科学、计算机科学等多领域的交叉学科人才，打造具备二代高通量测序能力的自主检测平台，半年内获得覆盖全国几乎所有省市近6万人肠道菌群数据。

刮码产品无保障 正规渠道才靠谱

打假打削 完美在行动

为做到产品可追溯，更好地保障产品质量和售后服务，完美公司在产品上使用了追踪码。二维码和生产批号是完美公司通过高额经费打造的系统，有产品跟踪、产品验证和售后登记等诸多功能，该类信息可以跟踪产品的质量、真假、产地等有效信息。

随着消费升级加速，消费者需求在向个性化品质化转变，同时也面临着购货真假难辨、欠缺专业服务、维权困难等问题。扎根中国 26 年，完美公司一直坚持诚信经营、规范经营，扎扎实实以科技赋能创新方式，为消费者提供优质的产品和服务。自成立以来，完美公司在生产及销售健康食品、小型厨具、化妆品、保洁用品及个人护理品等领域享有较高的知名度，产品的知名度引来了大批假冒伪劣产品，严重损害了公司的商誉、企业形象及消费者利益。

刮码产品存质量隐患 损害消费者合法权益

为做到产品可追溯，更好地保障产品质量和售后服务，完美公司在产品上使用了追踪码。二维码和生产批号是完美公司通过高额经费打造的系统，有产品跟踪、产品验证和售后登记等诸多功能，该类信息可以跟踪产品的质量、真假、产地等有效信息。

然而，一些不法商家破坏产品原包装并刮去产品追踪码。对此，完美公司表示，刮码后的产品来源不明且存在安全、卫生等诸多质量问题，

甚至给消费者带来经济损失及人身伤害，侵害了完美公司和消费者的合法权益。

打假打削，众志成城净化市场

假冒伪劣、恶意削价一直是危害市场环境，影响市场有序发展的毒瘤。近年来，完美公司主动出击，挥出打假整治的组合拳：专门成立打假维权专项小组，从线上线下深入开展打假工作，多年来始终保持严厉打击的高压姿态，对于侵害完美公司商标、专利等知识产权的制假售假，以及傍名牌等行为始终“零容忍”，对于各种模仿、抄袭完美产品特点的侵权者，公司利用各种法律手段进行打击，积极维护公平公正、健康有序的市场秩序，营造放心消费的良好市场环境，积极维护“完美”的品牌形象及广大消费者的合法权益。

此外，在打削除夸方面，完美公司推行了一系列的措施：成立打削专项小组，全面围剿削价行为；从严从重处理，持续公示名单；推行举报有奖，发动市场全员监督。这些“重拳”在市场上得到了热烈的回响，也充分说明完美公司在面

对削价这一违规行为上的坚定立场和强硬手段，无论是谁，只要触及公司的红线，一定严惩不贷，绝不手软。

完美公司向消费者承诺不做虚假宣传。完美公司的所有产品都按国家标识管理规定，将相关信息标写在产品外包装。另外，完美公司还有完善的投诉与意见反馈处理机制，形成以服务中心、分支机构、总公司多渠道跟进和处理投诉的架构，建立了完善的服务、产品投诉处理机制。

创新发展，打造智慧健康生活的服务平台

近年来，随着互联网技术的发展，作为大健康产业的一员，扎根中国市场 26 年的完美公司积极响应“数字中国”号召，不断深化改革创新。

2019 年，完美推出自建的电子商务平台“油葱商城”，油葱商城是完美数字化建设的重要一步，致力为广大消费者持续打造创新创业平台。完美公司通过数字化转型升级，让更多用户体验到智能、便捷的产品和服务，为消费者打造智慧健康生活的服务平台。

完美公司提醒广大消费者：为了您和家人的安全，请通过完美的电子商务平台“油葱商城”，天猫、京东等平台的完美官方旗舰店，以及完美营销人员和服务中心等正规渠道购买完美产品，享受正品保障和完善的售后服务，切莫贪图便宜，购买低价、刮码等来历不明假冒伪劣产品，给您和家人造成不必要的伤害及经济损失。



完美华南基地

△ 北京 迎建党百年 完美北京分公司延安行

9月5-7日，完美北京分公司党支部前往革命圣地延安，走进“南泥湾”“枣园”“延安革命历史纪念馆”，登上“宝塔山”，走进习近平主席青年时插队的延川县“梁家河”，在实地走访中领悟“延安精神”的内涵。

参观学习中，党员们认真聆听讲解，仔细阅读文物文件，查看一张张历史照片，感受那一段血与火的伟大斗争岁月，以及老一辈无产阶级革命家革命智慧、革命毅力、革命精神，并将这种精神化为前行力量，为中国梦而奋斗！



△ 新疆 抗疫进行时 完美志愿者在行动

7月，新一轮新冠疫情让新疆再次按下了暂停键，所有居民按照当地有关部门要求，开始居家隔离。社区是疫情联防联控的第一线，疫情期间社区工作人员需要给居民讲政策、量体温、送生活用品、分发防疫物资等等，工作任务十分繁重。为了帮助社区解决人手不足的问题，完美新疆分公司党支部号召新疆完美伙伴、党员和青年志愿者积极参与卫生防疫、社区服务等疫情防控辅助工作。倡议发出后，50余名完美志愿者立即响应，积极参与所在社区的各类防疫志愿服务，收获了社区和居民的高度认可，好评如潮。



△ 江苏 市场监管局领导调研扬州完美

8月20日，江苏省市场监管局党组成员、副局长陈琪宏一行对扬州完美进行了实地调研。扬州市市场监管局党组书记、局长胡春风，党组成员、副局长夏增忠等陪同调研。完美江苏分公司总经理刘超等相关负责人陪同调研组实地参观了生产车间、包装车间、检测中心、自动化立体仓库等，并进行了座谈。

扬州市市场监管局领导表示，扬州完美的保健食品厂是对标药品生产环境质量的相关标准来生产食品，质量把控高标准。同时，对完美公司的党建工作、积极响应国家号召、履行社会责任等方面表示赞赏。

△ 湖南 政企交流 稳步发展

8月26日，益阳市市场监督管理局副局长叶立飞一行莅临完美湖南分公司调研，在分公司总经理陈涛及相关部门主管的陪同下，参观了产品展示厅及办公区域，并进行了会议座谈。

叶立飞表示，完美作为一家稳步发展的优秀企业，在疫情中展现了良好的抗风险能力，他对公司未来的发展充满信心。完美要在规范经营的基础上，保持自查自纠，把控产品质量，避免虚假、误导和夸大宣传问题。希望完美公司不断提升企业综合实力，为地区经济发展作出更大贡献。

△ 北京 献完美爱心 为生命加油

8月25日，完美北京分公司在北京市红十字血液中心成功举办第十七届百城千店万人献血活动。本次活动由完美党支部牵头，完美北京分公司共同举办，北京市丰台区卫生健康委员会给予了大力支持。

当天，完美无偿献血者伴着晨曦赶到北京红十字血液中心，有序地进行签到登记、身体检查……每一位参与者脸上都洋溢着喜悦与自豪。截至目前，完美北京分公司共组织志愿者无偿献血81040毫升、献血小板4035单位。完美北京分公司一直致力于社会公益事业，以实际行动为社会奉献爱心，为企业树立了良好的社会形象。

△ 吉林 用爱为生命延续

8月13日，阴雨绵绵却无法阻挡完美人奉献爱心的热情，50余名完美人相聚吉林辉南县朝阳镇，参加完美公司百城千店万人献血活动。本次活动由完美橙伟服务中心、如美服务中心联合举办，在完美公司和辉南县红十字会的大力支持下，共有35人成功献血，献血总量达16000毫升。让我们一同用行动去影响更多的人加入无偿献血中来，用爱为生命延续。



△ 湖南 勇于担当 做好标杆

8月23日，第十七届完美百城千店万人献血活动在湖南郴州启动，120余名从郴州各县市区及永州、衡阳等地赶来参加活动的完美伙伴及顾客，纷纷撸起袖子奉献热血。

郴州市中心血站副站长史艾娟对本次活动予以高度评价：“天气炎热，郴州市血库血量非常紧张，在这个时候，完美公司能如此的有担当，给众多企业做了很好的标杆示范”。活动中，史艾娟为完美湖南分公司颁发“无偿献血爱心企业”荣誉牌匾。据统计，本次活动共有53人成功献血，累计献血量达21200毫升。



△ 山西 践行初心使命 助力企业发展

9月15日，太原市消费者协会秘书长卞传志邀请中国质量报社、中国消费者报社、中国企业家报社驻山西记者站站长们一同到访完美山西分公司，为企业发展献计献策。

结合今年“凝聚你我力量，让消费更温暖”的消费主题，大家一致认为：企业是保护消费者权益的责任主体，企业只有自律经营，才能树立起良好的企业品牌，得到消费者青睐。同时，完美公司也会用心将企业做实做强，为媒体朋友们提供鲜活正面的新闻素材，挖掘更多亮点，更好地满足广大消费者对美好生活的向往。

COVER STORY

封面 · 主题



“回家”之旅

岐江之滨，烟墩山下，文脉兴盛，名人辈出。这里是革命先行者孙中山先生的故里——中山市，也是完美人的“家”。

26年前，一群有志之士因缘分相识、相知，怀揣着同样的梦想，携手开创完美事业，为实现完美梦、健康梦、人生梦、中国梦而奋斗不止。

前进路上没有一马平川的坦途。回望完美公司的发展历程，是一部围绕着“家”而展开，从未停歇的奋斗史——一串串积功兴业的足迹，一个个创新发展的跨越，开拓出完美前行的宽阔航道，铸就独具特色的发展篇章。

从创业到二次创业，完美人始终如一践行初心、履行使命，孕育和形成了独特的完美基因、完美气质：石岐区湖滨路9号的梦之起航，康华路的砥砺前行，民营科技园的蓄力腾飞，完美华南基地的全新征程……一步一个脚印，串联成完美人勇于创新、不懈奋斗、知行合一、万众一心的精神谱系。

如今，风华正茂的完美公司，正站在新的历史起点上，以“改革创新”为发展动力，紧跟时代潮流，从“赶上时代”到不断努力“引领时代”。在孙中山先生“敢为人先”精神的引领下，一以贯之推进产业革命和自我发展，艰苦奋斗，永葆青春。

走遍千山万水，回家的风景最美；尝尽人间百味，回家的感觉最暖。只有“回家”，才能看清自我，找准方向，坚定信心，从心出发。我们相信，在孙中山先生的思想、精神和完美根文化的指引下，在所有完美人的携手并进下，“百年完美，全球完美”的宏愿必将实现！



心手相牵“回家”相聚

完美公司董事长古润金亲自接待并与家人们亲切合影。完美公司副董事长许国伟更是陪伴家人们重走完美成长、发展之路，重温当年创业的苦与乐。大家畅叙情谊，一同忆往昔、看今朝、展未来！

8月24日至27日，在完美公司领导及一众高管的大力支持下，26位伴随完美一起成长一起创业的伙伴，参加了完美回家之旅首发团，回到完美公司总部所在地中山，实地重温完美创业历程，共同见证完美与所在城市同担使命、共享荣光的发展之路。

完美公司董事长古润金亲自接待并与家人们亲切合影。完美公司副董事长许国伟更是陪伴家人们重走完美成长、发展之路，重温当年创业的苦与乐。大家畅叙情谊，一同忆往昔、看今朝、展未来！

相聚温暖“家宴”

巧遇七夕佳节，也正值中国首批经济特区40岁“生日”之际，在历史与发展、传承与创新的深度融合进程中，完美公司的回家之旅首发团别具意义。

“欢迎回家！”古润金董事长亲临晚宴为伙伴鼓劲加油。

晚宴上，许国伟副董事长亲自与每一位回家的“家人”握手合影留念，致赠回家纪念品，现场气氛其乐融融。



完美公司董事长古润金与伙伴们开心合影



完美公司副董事长许国伟讲话

许国伟副董事长在家宴上有感而发：“说到家，有一种暖意，温暖的感觉，家是我们永远的港湾。我和在座的好多伙伴都是一起成长的，当年我们一起打拼的时候，情同手足，就是一家人的感觉。”

他还谈到“房子”和“家”的区别：房子是冷冰冰的，有人才能成为家庭。大家现在坐在一起，如同兄弟姐妹一样，就是家的感觉。幸福的家庭都差不多，不幸的家庭可能有几百种原因，家庭幸福靠的是互相信任、互相扶持、互相关爱。在完美这个大家庭里，我们做到了互相信任、扶持和关爱。完美是没有围墙的公司，把大家凝聚在一起的，就是家的感觉。

一个公司能够成功，一年靠的是产品，十年靠的是品牌，百年靠的是文化。在完美这个大家庭，真心希望每一位家人得到成长、快乐和健康。

这次“回家”之旅，我们要找回初心，找

回当初为什么要创业的初心。在创业、发展的过程中，可能会遇到困难、迷惘、不知所措，回到原点，找回初心，找回以前创业的感觉，就知道怎么做，接下来怎么走。当年完美人从零开始创业，到现在拥有雄厚的实力，作为真正的一家人，只要互相关爱、凝聚信心，一定可以携手再创新辉煌！

完美人许兆和在“家宴”上衷心感谢公司一直以来的栽培和支持。他表示从创业到现在，我们因“缘”相聚。26年来，每当感到迷茫、遇到困难的时候，只要想到完美大家庭，想到后面还有这么多雄厚的力量，就又有了行动起来的冲劲。二次创业，我们就是要把这个“缘”传承下去。我们坚持了二十多年，要好好珍惜这种成就感。“我们是一群充满正能量的人，每天散发光和热。我们要努力成为“光源”，让别人接近我们，就如同接近了光……”

晚宴花絮

SIDELIGHTS





寻“根”造梦 初心不渝

中山是完美公司的“根”，完美人的“梦”也从这里起航。这次“回家”之旅，26位伴随完美成长的伙伴重走了完美创业路径，还有幸在孙中山故居上了一堂“孙中山精神与完美根文化有机结合”的课程，重拾初心，收获满满，启发无限，为未来的每一个新飞跃蓄力赋能。



TIME
1994

重走
来时路

湖滨路9号

康华路1号



TIME
1997

那年，孙中山13岁，他离开故乡远渡重洋。

对成长于农耕时代的他而言，这是一个需要巨大勇气的决定。可是，如果没有那一次勇敢的跨越，就没有中国革新的灿烂征程。

“既不可以失败而灰心，亦不能以困难而却步。”孙中山生命不息、战斗不止的精神，予后人奋发的勇气；“革命尚未成功，同志仍需努力”的铿锵豪言，令人们相信，只要肯拼搏，前路由我创！

1994年，完美公司在伟人故里中山创立。26年栉风沐雨，完美人秉承和延续孙中山精神，

不屈不挠励精图强，从无到有、从小到大，乘风破浪，一步步成长为集研发、生产、销售和服务于一体的现代化企业，连续多年成为中山第一纳税大户。

可以说，中山是完美公司的“根”，完美人的“梦”也从这里起航。这次“回家”之旅，26位伴随完美成长的伙伴重走了完美创业路径，还有幸在孙中山故居上了一堂“孙中山精神与完美根文化有机结合”的课程，重拾初心，收获满满，启发无限，为未来的每一个新飞跃蓄力赋能。



TIME
2000

民营科技园

TIME
2020



金鹰广场



TIME
2019

完美华南基地

重走来时路

从石岐区湖滨路完美创业旧址开始，到康华路首座自置办公楼、东明北路民营科技园总部、完美华南生产基地，再到完美未来的总部金鹰广场。完美人的发展路径以及创业故事徐徐浮现眼前……

石岐区湖滨路9号 1994年4月2日，完美公司正式开业。完美人在中山市石岐区湖滨路9号迈出了创业的第一步，开启了披荆斩棘、抒写梦想新诗篇的征途。

办公场所是租用的，面积仅300平方米，环境、设施条件都很艰苦。改革开放伊始，创业之

初的完美公司，资金、市场、产品均面对许多未知数。但这群年轻人因为梦想相聚在一起，坚定“建立完美事业，拥有完美人生”的信念，眼里有光心里有火，无所畏惧，坚定追随公司，势要走出一条“追求完美”的发展道路。

古润金董事长曾说：“努力不一定会成功，但要成功，就必须努力，要把握每个机会，勇于冒险！”完美人就是这样有着一股永不服输的精神和昂扬的斗志，在艰苦卓绝中依然意气风发，为未来的蓝图拼尽全力，那段难以忘怀的激情岁月值得每一位完美人怀念和铭记。

康华路1号 1997年6月22日，完美大厦落户康华路，公司终于拥有一座属于自己的办公楼。打好根基，发展一路向好。1998年，面对国家针对行业提出的转型要求，以及时代的考验，经过努力，实现转型。

就在这一年，古润金董事长获得中国红十字会颁发的“全国抗洪救灾先进个人”殊荣，完美公司高度的社会责任感得到社会、国家的高度认可……此时的完美人，脚步已向全国进发，大家搭平台、展业务，忙得不亦乐乎。

万丈高楼平地起，“完美事业，完美人生”不只是一个目标，完美大厦的落成，标志着完美“立足中山，扎根中国”的愿景正逐步实现。

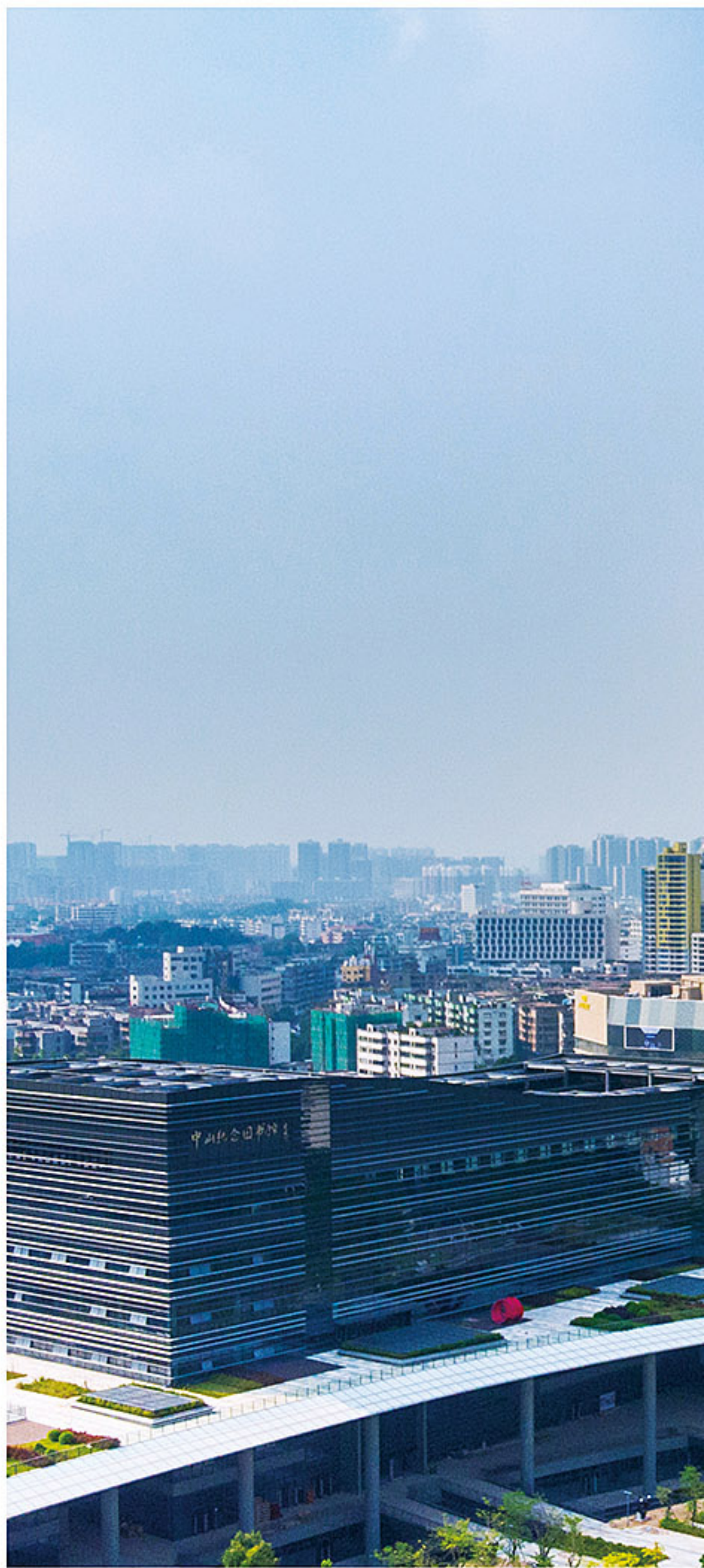
民营科技园 2000年元旦，完美公司正式步入正常稳定发展的轨道，位于石岐区民营科技园，占地120多亩的中山总部也在这一年投入使用。

按照企业发展惯例，此时正是开拓市场的最佳机会。完美公司却作出了战略调整，加大基础设施投资，稳固根基，斥巨资引进德国ASRS全智能化仓储信息系统的物流控制中心、智能化办公大楼、星级员工宿舍和员工俱乐部等，这些具有前瞻性的投资规划让完美公司之后的发展更为顺畅，也为公司打造现代企业奠定坚实基础。

总部一期建成之后，园区内立了一块刻着“缘”字的石头。

这个“缘”字颇有典故。完美人因“缘”而聚，携手共创完美事业，这个“缘”字，是完美事业发展蒸蒸日上的座右铭，时刻提醒完美人，相信缘分，相信公司，相信梦想；总部大门旁的凤凰树等许多隐藏在砖瓦草木背后的点滴故事，凝聚了完美人的创业经历，睹物思情，这些“物”和“情”鼓舞完美人始终不要忘记自己从哪里出发，将要走向何处。

完美华南基地 2011年10月13日，占地面积453亩的完美华南基地在华南现代中医药城隆重奠基。这一年，适逢辛亥革命100周年，而且在中山南朗镇——孙中山先生的故乡，华



完美未来总部金鹰广场



完美未来总部金鹰广场



许国伟副董事长和伙伴们共同探讨了“孙中山精神与完美根文化有机结合”的课题

南基地奠基意义非凡。

2019年12月9日，完美华南基地正式落成启用。这座按照现代工业4.0标准打造的生产基地，着力打造绿色智能工厂，标志着完美向“智能化+数字化”生产的华丽转型。

华南基地的腾飞是完美25年再出发的一个新起点。从初创租用的办公点到投资建设大型生产基地，从小微企业到集研发、生产、销售、服务于一体大健康科技企业，完美公司的前行路径是伙伴们用始终不变的初心及行动力一步步奋斗出来的。

坚定完美心

“回家”之旅，完美伙伴们来到孙中山故居，把完美大学课堂“搬进”故居。许国伟副董事长

和伙伴们共同探讨了“孙中山精神与完美根文化有机结合”的课题，重温先生的革命历史，审视完美根文化的发展史，忆往昔，看今朝，望未来。

“天时地利人和，我们选择在中山投资。就像一棵树，要长得高长得大，一定要把根扎下去，中山就是完美的根……创立完美的初心在哪里？就是分享！像家人一样互相帮助，共同成长，这就是完美的根文化。”许国伟副董事长在座谈会上动情演绎。

这次“回家”，伙伴们收获了满满干货，备受鼓舞，昔日创业点滴一一再现，使大家沉淀下当初创业不息的激情与信念，激活了未来奋斗不止的正能量，为日后适应时代变化积累了宝贵的精神资源。前路无论走得多远，都将不忘来时路，始终像创业之初一样，立下愚公移山志，撸起袖子加油干。

完美公司自25周年开启“二次创业”以来，以巨大的勇气和智慧推动各领域的实践创新。初心是前进的源源动力，回家是为了走更远的路，回望过去26年，这段极不平凡的历程中，有多少艰辛的探索，就有多少辉煌的成就。

26年前，公司领导踏上寻根之路，回乡创立完美公司，与完美伙伴们携手用奋斗和青春书写逐梦篇章。如今，26位创业伙伴回到完美的出发地寻根，在重走来时路、忆苦思甜中，规划塑造人生和事业的新格局，开启砥砺奋进的新征程。

时代在变，唯初心不变、信念不改，百年完美的征途上，“三个不变”的承诺掷地有声、贯穿始终，照见的正是完美公司和创业伙伴的初心。





参加座谈会的完美伙伴们在孙中山故居前合影



完美伙伴们在孙中山精神与完美根文化有机结合座谈会上积极发言



完美伙伴们参观孙中山故居





完美伙伴们搭乘港珠澳大桥

破茧成蝶 完美续航

完美公司和中山共同成长，曾经的农业县如今已灯火辉煌、高楼林立，从伟人故里发展成为粤港澳大湾区这一世界级湾区的重要一极。

完美公司的破土而出、蓬勃生长，离不开中国改革开放的巨大成就，也离不开所在城市的奋勇前行。在扎根中山的 26 年里，完美公司和中山共同成长，曾经的农业县如今已灯火辉煌、高楼林立，从伟人故里发展成为粤港澳大湾区这一世界级湾区的重要一极。

伙伴们在参观孙中山故居和三溪村、搭乘游艇观光港珠澳大桥和澳门的过程中，探寻和感受这座伟人城市的深厚底蕴和年轻活力，走访本地名企，感悟百年企业的工匠精神，品味中山名菜脆肉鲩宴，看到中山无论产业环境、交通网络、城市格局都是步步向好，也看到了完美未来的无限可能。



“遨游”中山网红村三溪村

最坏的时代，或许就是最好的时代

今年的疫情，对各行各业来说都是沉重的打击。为了应对危机，完美公司千方百计拓展渠道：举办线上业务大会，“云参观”透明工厂，公司领导层通过直播间与大家“云见面”……同时，通过油葱商城、油葱学堂等线上展业工具，革新完美生活圈，升级展业业态，为伙伴们的展业赋能。

当下，5G 时代已来，数字化正在全面融入人们生活的方方面面。作为数字化转型的弄潮儿，在孙中山先生“敢为人先”精神的引领下，完美公司以“改革创新”为发展引擎，以科研为驱动，紧跟国家“健康中国”的战略步伐，加大健康产业的布局，全面融入大湾区，努力把完美打造成大健康科技产业的领军企业。

拥抱趋势和变化，就能拥抱未来。线下经济加速线上化，健康需求也成为国民最急迫、最重要的需求之一，完美将牢牢把握发展机遇，未来十年，是大健康产业的黄金十年，也是完美“二次创业”续航前进的十年。

缘

革命尚未成功，同志仍须努力

困难重重的2020年，时间转眼过大半，世界依然充满变数。只有心怀远方、高瞻远瞩，方能拨开云雾，看清前途，奋战征程。

新时代的完美人要有不畏浮云遮望眼的气度，不断加强学习、更新认知，规划塑造人生和事业的新格局，在不忘初心的同时也要勇于放下旧包袱，迎接新挑战，破茧成蝶，到浩瀚的蓝海中乘风破浪，自由翱翔。

伟大的孙中山先生，直到生命的最后一刻还在发出“革命尚未成功，同志仍须努力”的号召。完美人要继承和发扬先生的精神，将它融入到

完美的“根文化”，继续追寻完美事业，拿出“至死不渝”的力量，更加坚定我们的信仰、信念、信心。

习近平总书记曾经说过，信仰、信念、信心，任何时候都至关重要。只要有信仰、信念、信心，就会愈挫愈奋、愈战愈勇。

今日中国，海清河晏，繁荣昌盛，富强民主。孙中山所追求的革命理想已基本实现。在孙中山先生的思想、精神和完美根文化的指引下，愿所有完美人一起努力，奋斗在完美，成长在完美，为“百年完美，全球完美”的美好愿景继续贡献青春！



走访本地名企咀香园，感悟百年企业的工匠精神



分享

蔡海平 CAI HAI PING

当年创业，古董事长和许副董事长亲力亲为的开拓精神激励了我，就这样，我们走过了26年。26年来，我一直很认同完美的根文化，根文化让我们成为一个有爱的大家庭，并把不怕辛苦、乐于分享的创业精神传递给每一个人。一个企业没有文化很难成长，没有这种爱和温暖，企业可能就是昙花一现。希望完美的根文化在我们身上继续传承，发扬光大。

潘文元 PAN WEN YUAN

完美事业作为我的终身事业，是根文化的精神感召了我。完美公司是一个事业的平台，更是一个像家一样的地方。完美事业是我们用心血和情感投入进去的，大家像兄弟姐妹一样，是因为完美有慈善的文化、爱的文化，大家相互支持，相互帮助，像一家人一样。遇到困难也意味着有新的成长空间，未来的26年，完美一定可以再创新的辉煌。

许兆和 XU ZHAO HE

这几天我在想，完美的根文化最重要的就是分享。完美“二次创业”，我们要多分享正能量的东西，希望大家能有脱胎换骨的转变，运用互联网的思维进行创新。但创新的前提是“不忘初心”，我们不能忘记完美的根文化，我们要把学到的东西分享出去，分享爱心，分享正能量，相信我们都是可以的！

徐继红 XU JI HONG

当我每次经历困难的时候，都特别渴望回到完美这个家来。这次的回家之旅让我很激动，特别是再次感受到公司的根文化。感恩公司对我们的鼓励 and 信任。还有公司健康管理理念是非常好的，如果我们能够把这些好的理念带到生活和事业中，我们一定可以把事业做得更好。

薛超 XUE CHAO

最近一部电影《八佰》很火，电影表现的四行仓库保卫战体现了一种精神：即使打不过也要打。英国作家狄更斯说过：“这是一个智慧的年代，这是一个愚蠢的年代。”智者把握机会，愚者错失机会。从事完美事业这么多年，完美精神一直伴随着我。这几天我一直在想“我能为完美做些什么”。就像四行仓库保卫战一样，光靠谢晋元一个人是不行的，要靠整个团队战斗在一起。完美走到今天不容易，时代在变化，要用我们成长的确定性面对未来的不确定性，只要大家齐心合力，一定可以做成一件事。

冯艳 FENG YAN

我是完美事业的受益者，完美事业让我更加相信自己。感恩大家对我的帮助，我始终相信公司，相信完美可以做得更好。

林晓良 LIN XIAO LIANG

这次回家之旅就是找回当初创业的初心和热情，我很受感动，倍受鼓舞。我始终记得许副董事长的一句话“有我在，没问题”，我们是一流的企业，只要信心在，有信念，无论市场怎么变化，守住完美的根文化，拿出创业初期的干劲，我们一定可以实现二次创业的成功。

孙月琴 SUN YUE QIN

回家之旅非常成功，让我们找到了家的感觉，寻到了我们的根。完美就是我们的根，在完美我们感受到爱的力量，感受到公司给我们呵护的温暖。许副董事长的话“所有的事情发生都是好事情”一直鼓励着我，公司一流企业的形象深深吸引着我，我们一直在追求完美的路上，我坚信完美公司一定会越来越好，我们的事业也越来越好。

陈爱民 CHEN AI MIN

孙中山理想的实现源自黄埔军校，它为中国培养了一大批优秀的人才。完美大学就是我们的黄埔军校，我们要努力成为完美大学合格的学生，还要培养更多能打市场的“武将”，能征战市场的“部队”，勇于迎接更多的挑战。



换季不“干”尬 肌肤就要“润”

秋冬季节，肌肤因早晚温差增大、天气干燥、紫外线强等重重考验，容易“出状况”，干冷的风还会增加皮肤水分的蒸发。

凡是在“护肤战场”上摸爬滚打过的人，都深知换季护肤不易。不同的是有的人已幸运地为皮肤找到了安稳度过秋冬的方式，可也有些人“病急乱投医”，让原本已经脆弱的皮肤雪上加霜。今天，小编来与大家盘点一下常见的几种换季皮肤问题，以及这段时间该如何呵护肌肤。

01 干燥缺水

秋冬换季，大家比较直观的感受就是天气变得更加干燥，皮肤也会出现干燥缺水的情况。

肌肤干燥缺水是换季的首要问题，严重的时候甚至会出现起皮的情况。不光是面部，手足也会出现这样的情况，其实这主要是因为经过一个夏季强烈的紫外线照射，使肌肤表皮角化不全，以致表皮不完整。加上秋冬季空气湿度降低，皮肤锁水机能下降，水分流失加快。

解决办法

温和清洁：角质在显微镜下呈现出鳞片状的覆盖，当空气湿度降低，鳞片状的空隙会逐渐变大。这些间隙当中会残存一些细菌灰尘，如果不及
时清洁，会加重皮肤脆弱，皮肤的锁水能力也会随之下降。

这时候我们可以选择性质较为温和的清洁产品，给肌肤做一个深层清洁。

皮肤达到洁净状态的时候，我们还可以定期去角质（一般一周一次），这是让皮肤焕发光彩的小技巧。擦脸时，注意动作柔和，避免摩擦破坏角质层。如果角质层被破坏，水分是无法存留的，也会让之后的保养大打折扣。

使用高效补水产品：角质层彻底补满水需要至少15分钟，比较方便快捷的补水方式就是敷面膜。可选择补水性强，如含有芦荟等高保湿成分的产品，护肤前来一片，肌肤水当当的感觉不要太棒！

精华液、保湿乳液不能少：在秋冬季节，有些人会觉得补完水后，脸部还会有紧绷感。建议再涂抹一些精华液、安瓶以及保湿的乳液，让角质细胞的水分充分锁在角质层，避免接触空气而蒸发。

防晒、增加室内空气湿度：在秋季应当格外注意防晒和避风，如果前三步你做得非常好了，却长期风吹日晒，肌肤也很难达到保湿的效果。

02 痘痘复发

刚入秋的时候感觉自己脸上的痘痘更加严重了，这是为什么？

秋冬交替，天气干燥，皮肤水分流失加快后会刺激真皮层油脂分泌旺盛，皮肤水油失衡后，过多的油脂会阻塞毛孔，加上清洁不及时，引起痘痘复发。

解决办法

调节生活习惯：少吃油腻、辛辣、刺激性食物，多吃蔬菜、多饮水，补充身体流失的水分，保持心情舒畅。

注意清洁、保湿：秋季皮肤清洁，应当避免使用过于强烈的去污、去角质清洁产品。应当使用温和不刺激的洗面奶。



★ 坚持用低温水洗脸沐浴

秋冬泡一个热水澡真的非常舒服，但是水温过高对皮肤来说并无益处。热水会导致皮肤脱水，而且会带走皮肤上的油脂，让皮肤的屏障功能受到损害。皮肤上的脂质可以很好地抗菌、抗氧化，并且可以促进皮肤渗透功能、防止水分流失。

皮肤 pH 值的变化会改变皮肤屏障的功力。长时间浸泡在热水中会改变皮肤的 pH 值，皮肤保护层的效力会降低。因此建议大家秋冬洗澡的时候，水温控制在 37-40℃ 为宜，时间控制在 20 分钟以内。

★ 搓耳朵

有科学研究报告指出，搓揉耳朵 36 次以上可以让身体马上感到温暖。搓耳不仅有益于健康，而且当你很冷的时候，这个小动作可以快速提高体温，也能增加面部血液循环。

★ 办公室常备加湿器

夏天的时候，空气通常很潮湿，所以皮肤水分也充足，摸起来很柔软。冬天空气又冷又干燥，皮肤无法从周围吸收太多水分来保持皮肤湿润。所以加湿器的作用是增加空气湿度，舒缓因为天气干燥引起的皮肤干燥、发痒现象。为了让效果更佳，最好每隔一段时间用保湿产品来密封住皮肤水分。

★ 保持精力充沛

秋冬时节，很多人会进入“懒惰”模式：减少运动，多吃热量高的食物。当我们的身体“自我放纵”的时候，皮肤也会失去运动以后那种天然的光泽。

如果实在懒得运动，要适量吃一些含有 omg-3 之类的脂肪酸、维生素和矿物质的食物，比如亚麻籽、核桃、枸杞和鸡蛋，多喝水或花茶来滋养皮肤。吃大量的水果和蔬菜来补水也是不错的，比如牛油果、黄瓜、菠菜、生菜和香蕉都是不错的选择。由内而外补水是比较持久并且健康的方式。

这些食物能使细胞含水量增加，并保持细胞强壮，进一步增加细胞的储水能力。

秋冬驻颜正当时

5 招打赢冻龄保卫战

秋风一起，温度随之凉爽舒适，湿度却节节下降，同时昼夜温差较大，机体也会通过调节激素的分泌来适应环境的变化，使得内在荷尔蒙变得不稳定，它们是导致肌肤缺水、干燥的一大因素。

这时候要特别注重肌肤的补水功课，在面霜的选择上，更要注意选择质地丰润、滋养效果显著的面霜，这样才能锁住水分，尽量减少水分的蒸发。

除了缺水之外，我们还会发现一到秋季，肌肤特别容易暗淡，摸上去更有粗糙的感觉，渐渐的细纹和肌肤松弛也来了……种种问题的出现，多数是由于肌肤老化，导致胶原蛋白的流失，让脸部线条显得松弛；另一方面，肌肤受到污染、紫外线的影响，氧化现象也会加重，暗沉变得更加明显，肌肤老态立现。因此相对来说，秋冬换季的护肤重点，在于抗衰老保养。

下面，让我们一起来学习秋冬的抗衰老妙招，让你在干燥的秋季和寒冷的冬季都能有神采奕奕的肌肤状态！

01

抗老最佳时段
+
对抗环境伤害

晚间细胞加速分裂，吸收养分的能力比较强，所以抗老的最佳时段一定是在晚间。另外，抗老不能光考虑肌肤本身，还要考虑对抗环境带来的伤害，选择具有抗氧化功效成分产品，可以给肌肤带来新的能量。

晚间抗老妙招：晚间做完清洁工作后，先不要着急用化妆水，直接用一条温热的毛巾敷在面部，软化肌肤表皮同时帮助打开毛孔，大概敷 2 ~ 3 分钟。

然后揭去热毛巾，快速用化妆棉蘸上化妆水在面部轻轻擦拭，再涂抹抗老精华、眼霜和晚霜，吸收会更彻底。建议涂抹时轻拍面部，再用手掌按压面部一会，最后搓热双手紧贴在面部片刻。



02

对抗潜在皱纹
局部按摩很有效

天气一冷，你会发现干纹、小细纹就特别明显，如果不加以重视，很有可能变成永久皱纹，到时候再用什么抗老产品都不会有很好的效果。所以，对抗皱纹就应该以预防为先，产品搭配手法会让产品发挥较大功效。

局部抗皱按摩法

法令纹：在法令纹位置涂抹一些抗老精华产品，然后以无名指小范围打圈按摩，以舒展法令纹。

川字纹：在双眉之间涂抹抗老产品后，主要以食指、中指、无名指指腹从眉心开始向两侧拉伸，手指可以交替做，动作不要太大，以舒适为主，可有效预防川字纹的产生。

抬头纹：取多一点量的精华液或安瓶，均匀涂抹在额头部位，然后双手交替从眉毛上方开始，向上并向后提拉，反复 15 次，最后一次时，双手同时拉伸到头顶停住，并向后稍加用力拉伸 5 秒即可。



03

雕塑脸庞
提拉紧致

时下流行紧致不松弛的小脸效果，一旦出现松弛、毛孔粗大的现象，紧跟其后的就是皱纹的加深，让人看起来显得衰老。不少提拉紧致的产品，配合按摩手法，可以改善下垂的情况，同时预防皱纹的产生，帮助肌肤维持紧致年轻。

提拉紧致手法

- 1、全脸均匀涂抹具提拉紧致效果的产品，并用手轻轻按压。
- 2、先从嘴角开始，向上向外侧按摩提拉直到耳朵位置，两侧脸同样做。
- 3、用右手做左脸，从左腮处开始垂直向上缓缓提拉直到额头发际线位置，用力定住持续 10 秒钟，换左手做右脸。
- 4、双手从下巴处开始，垂直向上按摩提拉，直到手掌与腕关节交界线碰到额头发际线为止，并稍加用力固定 10 秒钟。
- 5、针对于咬肌部位，利用大拇指稍加用力，由外向内进行按摩，感觉稍微有点酸的话，表示紧张的肌肉被逐步放松，此时利用手掌虎口和大鱼际位置，用力向上并向后按摩提拉，直到虎口卡在耳垂处为止，并用力固定 10 秒钟。

04

眼膜
+
眼霜缓解
眼部老化

在整个面部肌肤中，眼部可以说是最脆弱的，因为其薄厚程度只有面部其他皮肤的三分之一，且没有角质层和皮脂腺，所以衰老得特别快。尤其是眼角，一到秋冬，干燥缺水情况更加严重，再加上过度的表情，很容易就产生细纹。

护眼小妙招

- 1、使用眼膜敷大概 15 分钟，最好能闭眼休息。
- 2、随后立即涂抹具抗衰老功效的眼霜，帮助淡化和预防眼部细纹。
- 3、涂抹眼霜不要太用力，在眼尾处加以小圈按摩，以舒展和预防鱼尾纹。

05

巧用面膜
密集抗老

秋冬季节，肌肤干燥导致的细纹可以敷补水面膜，保湿的同时给肌肤养分。在秋冬季节使用面膜时，不妨给面膜加加温再使用，结束面膜护理后，记得一定要接着做完日常护理哦。

面膜加温法

- 1、片装面膜加温时，可以直接放入温热的水中浸泡 2 ~ 3 分钟，取出面膜直接使用，可有效促进肌肤吸收，效果更好。
- 2、水洗型面膜先将面膜涂抹于全脸后，用一张干净的面膜纸放入温热水中泡开，挤出多余水分，敷在面膜之上，帮助面膜加温。

HEALTHY LIFE
健康新主义



体重管理： 管的不是体重，是健康

在社会和科技日益发展的今天，“肥胖就像全球变暖一样威胁着世界。”肥胖及其相关的慢性病已成为世界范围的重要公共问题。随着人们生活方式的变化、不良生活方式的泛滥，人体营养失衡和体力活动显著减少，人们陷入体重增加、腰围增粗和肥胖度加重的困境。

在过去 20 年中，中国的超重与肥胖率迅速增长，已逐步成为一种流行趋势。体重管理技术、产品和服务已成为促进健康管理的重要手段，体重管理服务业也成为大健康产业的重要领域。

+ 中国当前体重健康管理现状 +

体重不只是身体肥胖或消瘦的反映，更是个体内部功能组织代谢分泌的外在表现，是反映健康状况的重要指标。体重管理服务是健康管理服务的重要组成部分。

从广义上讲，“体重管理”分为减肥和体重增加。它强调健康的生活理念和生活方式，注重培养良好的生活习惯。

在世界范围内的主要种族和国家中，中国人群一直以低体重为特征。1982 年，国人中超重和肥胖的很少，分别为 6.0% 和 0.6%。1992 年，全国营养调查数据显示，中国 20~70 岁成年人的超

重率为 14%，而肥胖率低于 3%。改革开放以来，随着经济的快速发展，中国的肥胖率迅速增长，体重健康管理越来越引起国家和社会的关注。

自 20 世纪 90 年代中期以来，中国成年人超重和肥胖呈现加速增长趋势，超重与肥胖的患病率增长迅猛。研究显示，中国成人无论是男性还是女性，在各种体重状况下，都存在着一定比例的中心性肥胖个体，且成人中心性肥胖率的增长速度超过了以 BMI 作为判断指标的肥胖率的增长速度。青少年超重和肥胖的飞速增长趋势令人担忧，农村地区超重和肥胖率迅速上升。





+

体重管理知多少

+

现代医学研究证明，影响超重和肥胖的因素包括遗传因素和其他更重要的因素，如环境、生活方式、体力活动过少、进食过量、摄入过多高脂肪含量食物，以及精神心理压力、健康文化素养等。这些因素相互影响、相互作用，导致超重和肥胖不断加剧。

那么，我们可以从哪些指标上了解自己的体重水平是否达标呢？

☀ BMI 指数

健康体重即长期保持体重良好的健康状态。判断健康体重最常用的指标是体重指数（BMI）。体重指数的计算公式为： $BMI = \text{体重 (kg)} / \text{身高 (m)}^2$ 。中国健康成年人（18 ~ 64 岁）的 BMI 应在 $18.5 \sim 23.9 \text{ kg}/(\text{m})^2$ 。

BMI 中国标准

分类	BMI 范围
偏瘦	≤ 18.4
正常	$18.5 \sim 23.9$
过重	$24.0 \sim 27.9$
肥胖	≥ 28.0

然而，BMI 不能准确描述体脂分布，也不能区分脂肪和肌肉质量。

科学证明，腰围是反映腹部脂肪最直观的标识，也是世界卫生组织推荐用于评估中心性肥胖的首选指标。中国成年男性腰围 $\geq 85 \text{ cm}$ ，女性腰围 $\geq 80 \text{ cm}$ 是中心性肥胖。但是腰围只是单一的测量指标，腰围相同的人也可有不同的体型。

☀ 腰臀比

根据腰围校正臀围，是衡量向心性肥胖的独特指标。许多研究表明，臀部脂肪堆积往往比腹部积聚更好。然而，腰围和臀围都是动态指标。

☀ 腰高比

腰高比也称为中心肥胖指数（ICO），是近年来的热门话题。当高度差大时，仅通过腰围评估中心性肥胖可能导致误判。目前，国内外相对公认的诊断临界点是 $ICO > 0.5$ 诊断为中心性肥胖。维持健康体重主要通过改变身体活动和食物摄入两个要素。因此，各年龄段的人都应该控制能量摄入，增加能量消耗，以维持能量平衡和健康体重。

+ 什么是体重健康管理？ +

体重健康管理服务是以提升客户健康水平为目标，专业技术服务人员根据客户的体质特征，综合生理、心理、社会等影响因素和营养、运动、生活方式等管理要素，定制个体化体重管理方案，并使用现代信息技术实时跟踪和管理新型体重管理服务。健康的体重管理，摒弃片面的传统观念和做法，旨在科学瘦身的同时，增强身体免疫力，由此实现全生命周期的体重控制。

☀ 体重健康管理 or 传统减肥

与传统的减肥方法相比，体重管理具有明显的优势。在服务目标上，体重健康管理强调从根源上改变，形成健康的生活方式；在管理模式上，注重科学饮食、均衡营养、适量运动的协调统一；在干预手段上，突出减除多余的脂肪；在实施过程上，强化一对一专业指导，形成习惯，防止反弹；在服务结果上，坚持养成健康的生活习惯，增强人体免疫力。

☀ 如何做到体重管理

随着时代发展，人们的健康观念也有所改变，市场上相关的膳食补充剂方向也从狭窄的减肥领域转移到更加庞大的身体健康领域。体重管理与科学的饮食方式和健康的生活习惯密切相关，如果没有真正从饮食、运动、生活习惯上进行改变，“减肥大业”都只会是治标不治本。



科学饮食：

体重健康管理专业人员应指导人群正确认识各种天然食物的独特营养成分，摒弃单纯追求减肥效果，却忽视身体素质的错误观念，杜绝通过节食、单一饮食等传统的错误饮食方式，逐渐建立良好的饮食习惯及饮食方法。

均衡营养：

遵循在控制总能量的基础上平衡膳食的饮食调整原则，合理搭配膳食，保证每日三大营养素的摄入来源和比例合理。也就是说，碳水化合物提供的能量占总能量的55%~65%，脂肪占20%~25%，蛋白质占10%~15%。原则上，应每天减少300~500卡路里的能量摄入，严格控制食用油脂的摄入量，并控制适量的白米饭和

肉类，以确保摄入足够的蔬菜、水果和牛奶。同时，根据个人营养需求，合理选择合适的营养补品。在实施体重管理的同时，科学饮食，平衡营养，达到保持健康的效果。

适量运动：

适量运动可提高身体代谢水平，增加肌肉和骨骼组织，改善机体血糖调节、脂肪代谢的能力，提高循环与呼吸功能。在体重健康管理过程中，科学指导人群适量运动，不仅可以控制体重，更重要的是能够降低发生慢性疾病的风险。原则上，超重或肥胖的人应进行每周5~7天中等强度的有氧运动，每次累计60~90分钟；隔天进行抗阻肌力量运动，每次10~20分钟。并且，应根据自身健康状况及个人偏好，合理选择运动方式，倡导循序渐进。

如何判断服务商标是否进行了实际使用

2009年2月7日，美国奥丽纯天然制品有限公司核准注册了  商标（第4747735号），后来，该商标被东莞市福志油品有限公司以连续三年不使用为由提出了撤销申请。经审理，原国家工商行政管理总局商标局决定对诉争商标予以撤销。判决理由为：权利人将其核准注册在服务类别上的商标仅在商品上或宣传中使用，不属于商标使用在核定服务上的表现形式，不能成为注册商标连续3年不使用撤销纠纷中的抗辩理由。从该案中，我们带大家了解如何判断服务商标的实际使用。



首先，什么是服务商标？

服务商标是提供服务的经营者为了将自己提供的服务与他人提供的服务相区别而使用的标志，主要包括 10 大服务领域：广告经营、会展、房地产、金融、电信、网络服务、餐饮、住宿、旅游、文教、娱乐、交通、仓储、运输、医疗卫生、保健、中介、代理、商业销售、贸易。

总所周知，商标的基本功能在于区别商品或服务的来源，但商标只有在持续不断的使用中，才能聚焦相关公众的识别度，从而实现这种区别功能。当商标真正实现了其区别功能，才能凝聚品牌和企业的商业价值，成为一种真正的无形资产。而商标的价值可以从以下两个方面简述：

01

从经济角度来说，商标在不断使用的过程中才能够积累商品价值，提高商品商誉，它是一种无形资产。商标一旦用于某种商品，经过长期的反复使用后，会在生产者、经营者和消费者心目中成为某种质量的象征。

02

从法律角度来说，中国商标法规定，注册商标没有正当理由连续三年不使用的，任何单位或者个人可以向商标局申请撤销该注册商标。该立法目的在于督促商标权人积极使用注册商标，清理长期不使用的商标，使商标资源得以有效利用。在商标权受到侵害的时候，商标因实际使用所累积的价值将成为经营者主张赔偿的有力依据。

通过前文的叙述可知商标使用的重要性，那么怎样才算是对服务商标进行了实际使用？

服务商标与商品商标相比，不同之处在于服务商标表彰的对象不是实物商品而是一种服务。服务商标不能像商品商标附置于商品上，随着商品的流转而广为传播。那么从使用主体上应首先明确以服务为主体，服务商标的实际使用可包括以下方式：

- ☑ 在服务场所内外标明服务商标；
- ☑ 在服务招牌上标明服务商标；
- ☑ 在服务场所的相关物品上标明服务商标；
- ☑ 在服务人员的服装、帽子、标牌、名片等标明服务商标；
- ☑ 在服务提供者的财务账册、发票、交易文书等标明服务商标；
- ☑ 在广告宣传中使用服务商标；
- ☑ 其他商业活动中使用服务商标的方式。

综上，以服务为主体，在构成一个完整服务的有机体的基础上，对该有机体中的一个或几个要素中进行服务商标的使用，都可以认为是服务商标的实际使用。

Reading | 阅读



价值

作者：张磊

出版社：湛庐文化 / 浙江教育出版社

出品方：湛庐文化

● 该书共 3 个部分 10 个章节，介绍了张磊的个人历程、他所坚持的投资理念和方法以及他对价值投资者自我修养的思考，还介绍了他对具有伟大格局观的创业者、创业组织以及对人才、教育、科学观的理解。

望向星空深处

作者：蒂莫西·费里斯

出版社：译林出版社

● 自古以来，无数观星者用毕生的热情和好奇去测量宇宙、了解自然，奠定了当代天文学的基础。该书讲述了他们探索星空的故事，并以专业、隽永的笔触，带领读者浏览从太阳系行星到遥远深空的宇宙图景。



余事勿取

作者：魏思孝

出版社：上海文艺出版社

● 该书是作家魏思孝迄今为止最成熟且动人的小说。小说的主人公卫学金是山东中部地区的一个农民，小说展现了他生命中最后三天的故事。摆在我们面前的不仅是个人的命运，还有故事背后的家庭、乡村，以及时代变迁里小人物的无所依存。

Film | 影讯



月半爱丽丝

导演：张林子

主演：关晓彤 / 黄景瑜 / 官鸿 / 卢杉 / 潘一飞

类型：喜剧 / 爱情 / 奇幻

日期：2020 年 10 月 30 日

● 胖女孩林晓曦性格开朗大方，她和音乐制作人韩冰是多年好友，两人长达以上，恋爱未满。在一次奇幻的经历后，林晓曦出人意料地变身成为美丽的爱丽丝，并得以接近自己的偶像黄可。一段纠结又新奇的体验即将开启……



小美人鱼的奇幻冒险

导演：思明

类型：动画 / 奇幻 / 冒险

日期：2020 年 12 月 12 日

● 该片讲述在神秘的海洋国度，美丽勇敢的小美人鱼抗争传统束缚，追求自由从而改变自己命运的故事。此片再现“美人鱼”的纯真世界，用积极且充满正能量的内容再一次唤起大众对于这个经典题材的兴趣。

拆弹专家 2

导演：邱礼涛

主演：刘德华 / 刘青云 / 倪妮 / 谢君豪 / 姜皓文

类型：动作 / 犯罪

日期：2020 年 12 月 24 日

● 香港某处发生爆炸案，前拆弹专家潘乘风因昏迷于现场，被警方怀疑牵涉其中。苏醒后的潘乘风只能一边逃亡一边查明真相，然而，他的好友董卓文和他的前女友庞玲却给他讲述了两段截然不同的经历。有计划的爆炸案接二连三发生，真相却越来越扑朔迷离。



欣赏

诗意南朗

熊培云在《一个村庄里的中国》中写道：“每个村庄都是一座圆明园，里面都有奇珍异宝，都值得保留。”他怀念那些从老家被“拐”进城的古树，伤感地写下了“谁人故乡不沦陷”。

值得庆幸的是，南朗并未“沦陷”。

在中山25个镇区中，南朗并不算是经济实力雄厚的那一个，但却凭借丰厚的人文底蕴和田园风光跃入人眼。

从翠亨国际旅游小镇到中山影视城，从蒂峰山日落到伶仃洋日出，从云梯山黄花到湿地红树林，从横门渔港到左步稻田，从网红煲仔饭到崖口云吞……数不尽的美食美景，如诗如画。

当地政府和村民对乡土的珍惜与厚爱，让我们得以在今天的乡村振兴中，找寻到曾经失去的平静，找到烦嚣中的那一份岁月静好。（供图 | 中山影像）







葱茏岁月，完美同行。感谢全体完美人一直以来的热情支持和积极参与，完美企业文化得以稳健创新发展。2020年，迎着崭新的时代曙光，完美人将携手同行，共同谱写砥砺奋进、发展壮大的完美新篇章！

不忘初心，完美绽放。《完美》将集思广益，诚邀全体完美人分享自己在完美大家庭中的感人故事和事业感悟，欢迎大家踊跃投稿！

■ 征稿内容

- 1、经营完美事业的个人感悟、体会及事业成功的经验等；
- 2、通过探讨完美企业文化、传统文化教育、核心价值观等，叙述亲身经历的感人故事；
- 3、推动“完美”品牌，促进企业文化建设的各类活动及荣获奖项等报道；
- 4、在工作、生活中的所感所悟，原创文学作品、摄影作品等。

■ 稿件要求

文字作品以新闻报道、纪实通讯、散文、诗歌为主，1000字以内，内容积极健康，传播正能量；摄影作品要求画面清晰，有一定艺术性，像素1M以上。

■ 投稿方式

- 1、完美经销商投稿邮箱：wmttd@perfect99.com
- 2、完美员工投稿邮箱：wmyd@perfect99.com
- 3、邮寄地址：广东省中山市石岐区东明北路（民营科技园）完美（中国）有限公司企业文化部收。（邮编：528402）

注：邮件主题或信封上请注明“完美投稿”、作者及所属省份，来稿不设退稿，请作者自留底稿。

《完美》热忱期待广大完美人的佳作，共同营造完美家园！

PRESSED CAMELLIA SEED OIL

完美牌 压榨山茶籽油

鲜醇 × 美味



珍萃凝时护肤系列

珍萃凝时·定格容光

PERFECT HERBS



GINSENG AGERASIA SERIES