



云南白药 集团

YUNNAN BAIYAO

内部资料 免费交流

云南白药集团股份有限公司 主办

准印证号：(53)Y000426

2017年4月 总第287期

传承文化 · 超越自我 · 济世为民

理顺体制 激活机制 云南白药实施控股混合所有制改革

2017年4月17日下午，云南白药召开混合所有制改革干部大会。至此，云南白药控股混合所有制改革已按程序完成所有重大改制步骤，备受资本市场和社会关注的白药混改迈出了历史性的一步。

会上，云南省国资委负责人宣读了相关人员免职文件，其中，云南白药控股高管将不再保留省属国企领导身份和职级待遇；新任公司高级管理人员将按市场化方式选聘，这就意味着企业部分高级管理人员由国企领导身份转为职业经理人，他们将在新的资本管理运营机制下重新启程，为实现“千亿白药”的战略目标探索新的发展路径。

董华副省长在会议发言中提到，省委、省政府对云南白药的发展寄予厚望。云南白药是云南企业的百年老店，也是我省省属企业中发展势头最好的企业之一，把云南白药作为混合所有制改革突破的企业，是深化改革的需要。去年，中央经济工作会议上，习近平总书记明确指出，要以混合所有制改革为突破口，来推动国有企业改革。省委、省政府选择白药这样好的企业进行混改，充分表现出省委、省政府要通过全面推进混合所有制改革，来带动国企改革决心和信心。

董华副省长还指出，云南白药进行混合所有制改革也是培育发展我省重点产业

的重要举措。去年，省委、省政府推出了八大产业建设，其中最重要的一个产业就是生物医药和大健康。省委、省政府希望通过白药混改、通过白药的发展来带动全省生物医药和大健康产业的壮大。

据悉，本次白药混改被业界视为“白药模式”，即以云南白药控股整体资产作价，以增资扩股的方式引入国内知名民营企业新华都集团现金资本约254亿元。改制完成后，白药控股的股权结构从过去省国资

委持有100%股权，变更为目前省国资委和新华都集团各持有其50%股权。这种以体制突破激发国企活力，以制度创新提升国企竞争力的混改方式，将推动云南白药在全国生物医药和大健康产业中发挥示范作用，进一步增强资源整合能力，让云南白药控股可以充分借助国有资产和民营资本的优势，以真正的市场竞争主体向千亿级企业目标进发。

(综合)



全国人大常委会副委员长陈竺一行考察云南白药

2017年4月18日，全国人大常委会副委员长陈竺率执法检查组一行18人，在省人大及相关部门领导陪同下到云南白药考察。云南白药控股有限公司总裁、集团股份有限公司董事长王明辉、总经理尹品耀、党委书记兼药品事业部总经理王锦、人力资源总监余娟、研发总监朱兆云迎接陪同。检查组一行先后考察了气雾剂和膏药车间、

博物馆、产品体验中心，与企业负责人就执行《中华人民共和国药品管理法》的相关情况，企业主体责任落实情况以及对药品管理法修改意见和建议进行了交流。

公司负责人向陈竺副委员长及执法检查组成员详细介绍了云南白药在药品监管体系、药品供应保障体系、不良反应追踪体系等方面的情况，结合近年来企业发展

中遇到了实际问题并提出建议。

陈竺指出进一步完善药品监管工作，对保障群众用药安全，提高全民健康水平具有重要意义。执法检查组将在充分调查研究的基础上，及时向全国人大常委会提交报告，以进一步理顺药品管理体制，提高药品管理水平，促进我国医药事业持续、快速、健康发展。

(总经办)

拓展海外市场 加强国际合作

尼日尔、越南贵宾到访云南白药 交流访问并表达合作意向

近日，多国领导人、知名企业负责人先后到访云南白药，近距离了解企业发展状况并表达合作意向。

2017年4月14日，尼日尔民主党主席、内政部长穆罕默德·巴祖姆率领尼日尔争取民主和社会主义党代表团一行5人参观考察云南白药，集团公司党委书记、副总经理王锦及集团工会主席何映霞陪同参观。公司领导向代表团团员详细介绍了公司的发展历程、企业经营管理及产品创新情况。巴祖姆表示非常荣幸有机会参观

云南白药，对公司现代化的生产线感到非常震撼，对云南白药未来的发展充满信心，今后将会持续关注云南白药。

同月，越南最大药企Mediplax公司高层领导及越南各中医院院长等28名人员到访云南白药，就行业标准以及业务合作等方面开展了参访交流活动。越南代表团先后参观了白药制造中心气雾剂生产线、白药膏生产线、集团博物馆、产品体验中心和药材标本展示区，代表团对公司的快速发展和文化底蕴表示惊叹赞赏。

交流过程中，尼日尔、越南贵宾均对后期合作表达出浓厚的兴趣。巴祖姆强调，非洲地区天然植物品种丰富，希望可以同云南白药这样出色的中药企业加强合作，共同开发植物药资源，造福世界人民。越南代表则对公司的药材标准、基地建设、海外战略均表达出了学习与合作意向。国际友人的参观交流增强了客户与公司的合作信心，扩大了公司产品及品牌在国际上的知名度和影响力，为将来海外市场拓展打下坚实基础。

(总经办)

2017年4月22日，云南白药集团发布2016年年度报告，公司实现营业收入224.11亿元，较去年同期增长16.73亿元，增幅为8.06%；实现归属于上市公司股东的净利润29.20亿元，较去年同期增长1.49亿元，增幅为5.38%；归属于公司股东的扣除非经常性损益的净利润27.00亿元，较去年同期增长0.85亿元，增幅为3.24%；公司经营业绩再次刷新历史记录，管理效率、盈利能力和发展质量稳定提升。

云南白药集团2016年度报告正式发布
经营业绩创新高 盈利发展提升

2016年，公司全体员工按照公司董事会的总体部署，把握“固本培元、砥砺前行”的发展基调，秉持“模式创新、价值重构”的发展指引，输入新变量、构建新平台、融汇新资源、打造新业态，继续夯实根基全力推进“新白药，大健康”事业版图的打造。公司紧跟变革与创新的时代步伐，以市场为导向、以资本为纽带、以盈利为目的，以改革为动力，对内主动提升企业效能，加速产品结构优化，增强核心竞争力；对外聚焦主营业务，转变思维模式，深耕市场牢固产业根基，借助控股股东层面的混合所有制改革的改革红利，进一步理顺体制，激活机制，提振公司发展动力，有效提升了云南白药的品牌价值、资源整合能力和平台竞争力，有力地促进和保证了公司的持续健康良性发展。

(综合)

五一表彰

奋斗一线几十载 平常之处自芳华

集团公司员工再获云南省劳动模范称号

2017年4月25日，“五一”国际劳动节即将到来之际，云南省召开第二十二届劳动模范和先进工作者表彰大会，云南白药集团王锦、郭玉彬两位同志获云南省第二十二届劳动模范称号。

本次表彰会议强调大力弘扬劳模精神、劳动精神和工人阶级伟大品格，不断开创云南跨越式发展新局面。王锦、郭玉彬两位同志均从云南白药一线逐步成长起来，他们在所在领域扎实敬业、勇于创新，为企业乃至行业发展起到了不可或缺的推动作用，他们立足岗位、爱国敬业、开拓创新，树立了新型产业职工楷模的典型形象。

会上，郭玉彬同志代表省第二十二届全体劳动模范进行了发言。截至目前，云南白药共有15名员工获得省部级以上劳动模范称号。

(详见二版)

寻找身边的榜样

我们的身边从不缺乏榜样。

近日，云南白药诸多优秀职工获得了省级荣誉。

他们或许勤奋刻苦、扎实肯干，在专业领域取得了骄人的成绩；他们披荆斩棘、冲锋陷阵，在激烈竞争中占领业绩高地；他们乐观向上、积极奋进，为身边人带来了精彩与阳光。

一个人、一个故事、一段话语，但凡能点燃他人心中的悸动与梦想，便是榜样。

学习你我身边的优秀的人、优秀的品质，并用这些品质帮我们成就更好的自己。

——编者

云南省二十二届劳动模范王锦 独立而不改 周行而不殆



1970年出生的王锦，现任云南白药集团党委书记、副总经理，药品事业部总经理、制造管理中心总经理，身兼数职，处事雷厉，俨然女强人形象。而生活中的王锦，微笑、亲和，愿意与同事们一起分享。

世俗眼光对女企业家或有偏见，认为凡是事业有成就的女性多是中性形象，多了些管理者的凌厉，少了些

女性的温婉。偏在王锦身上，这二者结合的自然熨帖。回头看成长经历，是她青年时倔强不服输，成年的敏锐果断、不断超越以及自始至终满怀感恩的心，塑造了今天王锦独特的魅力与成绩。

王锦自1992年起一直从事营销工作，是中国医药经济全面走向市场化、医药行业全面对外开放、引进西方医药营销模式以来国内最早的一批市场销售人员。经过坚持不懈的努力，她从一个普通的营销人员，逐步成长为销售主管、地区经理、大区经理、分公司经理、客户服务部经理、学术推广部总经理、商务部总经理、药品事业部总经理，2009年，不到40岁的她走上了云南白药集团副总经理的管理岗位，成为云南白药

集团培养的、具有丰富实践经验的高层管理人员和企业家。

她担任药品事业部总经理期间，是云南白药系列产品收入不断翻番的阶段，也是云南白药系列产品线最为丰富、营销模式不断创新的阶段，更是云南白药系列产品利润贡献最大的阶段。这个阶段内，就个人来说，她完成了从一个单纯的销售人员向一个管理者的转变，也实现了从一位管理者向一位企业家的飞跃。

“独立而不改，周行而不殆”是王锦经常与人分享的一句话。在一个个成功之后结束骄傲，王锦面对企业、市场环境的变化，始终冷静而果断，及时调整思路，以可持续成长的营销模式和专业的管理服务，去创造新的里程碑。

云南省二十二届劳动模范郭玉彬 因为热爱 所以执着



郭玉彬1997年从云南中医学院中药学专业毕业后便进入云南白药集团工作。

这个1972年出生的小伙子，在白药生产岗位一干就是20年。二十年来，郭玉彬在工作岗位上兢兢业业、刻苦钻研、锐意进取，不断学习并掌握、运用现代管理方法和生产技术，为保障生产顺利进行、提高生产效率和降低质量缺陷做出了突出贡

献。伴随云南白药集团的高速发展，他自己也在不断超越自我的过程中，成长为生产制造中心雨花分厂外用制剂作业区主任，更成长为一名精于管理、敢于创新、善于技改的年轻的优秀复合型人才，成为年轻员工学习的楷模。

已经熟知设备属性的郭玉彬并不满足于现有知识，通过研究高速进口气雾剂的封口原理，郭玉彬实现高速气雾剂封口装置的国产化，这一举改变了国外设备使用厂商的封口装置技术依赖，填补国内无法加工高速气雾剂封口装置的空白。郭玉彬及其团队还从质量控制和细节管理、运用技术创新，先后对气雾剂慢性泄漏、气雾剂喷液存在异常等技术难点进行了突破和攻克。

2015年至2016年，公

司连续两年实现云南白药气雾剂5000万盒(约90万件)，单瓶产量1亿瓶，气雾剂单瓶产值突破15亿元，生产线人员人均产值达1100万元。在气雾剂生产线在全线对外参观接待工作中，郭玉彬和他的团队以饱满的工作热情的和工作作风，为中央领导、中外来宾充分展示了云南白药的企业风采，更得到了多方认可。

因为热爱，所以执着。强烈的使命感和责任心促使郭玉彬在工作中尽职尽责，不断创新，回馈公司和社会。面对成绩，郭玉彬并未沉浸其中，他始终认为，求知之路是永无止境的。凭借着对云南白药事业的热爱，郭玉彬将自己的热情与智慧倾注于云南白药生产一线的工作中，并将继续在平凡的工作岗位上做出不平凡的成绩。

云南白药工会女职工委员会荣获省级工会女职工委员会特等奖

近日，云南白药工会女职工委员会通过云南省总工会女工工作考核，并获得特等奖。云南白药员工总数为8396人，其中，女性职工占比47.9%，为推动公司持续健康发展的中坚力量。一直以来，云南白药都高度重视女职工工作开展，以加强女工组织建设为保障，提高女工素质和发挥女工作用为主线，以维护女工权益为重点，以“三二一零”的工作模式，紧紧围绕公司生产经营实际开展女职工工作，得到云南省总工会的高度肯定，所开展“三八节女神健康操比赛”、“不二情书”单身联谊等优秀活动反响强烈，受到了广大职工的欢迎。

中药资源事业部——药材运营部 荣获云南省巾帼文明岗

云南白药集团中药资源事业部药材运营部团队负责整个集团的中药材采购和事业部药材销售业务，包含市场组、业务组、综合组及三七经营四个小组。作为一个以女性同志为主要成员的运营部，她们既沉着稳重，又朝气蓬勃；既刻苦踏实，又在业务上是当之无愧的女强人，在平凡的岗位上做出了不平凡的业绩。她们抓住机遇，迎难而上，勇争第一，保证了集团投料供应，控制了采购成本，为公司的业绩和健康事业做出了积极的贡献。

黄玉敏 荣获云南省巾帼建功标兵黄玉敏

黄玉敏同志具备扎实的市场营销专业知识，并有敏锐的市场嗅觉和丰富的市场工作经验。一直以来，黄玉敏作为健康品事业部市场部负责人，思维敏捷、敬业爱岗、爱护同事，她自尊、自信、自立、自强，并始终以身作则，奋斗在营销战线的最前沿。云南白药牙膏从一个名不见经传的跨界品牌，成为当之无愧的民族牙膏领军品牌，树立起国货当自强标杆形象并被北大商学院引入经典商业案例，并持续荣获“国人放心品牌”、“沃尔玛优秀供应商”等诸多荣誉，黄玉敏同志是白药牙膏成长的重要参与者及见证者，而云南白药牙膏的成功，也即是她和她带领的团队实力的最直接证明。

彭礼蓉 荣获云南省“好妻子”称号

在领导们眼中，彭礼蓉是敬业奉献、敢打硬仗的营销战线“好干部”。在客户的眼中，彭礼蓉同志是“巾帼英雄”式的人物。在丈夫的眼里，彭礼蓉是热爱家庭的“好妻子”。在女儿的眼中，彭礼蓉是亲近和蔼的“好妈妈”。“修身、齐家、兴企业”，作为一名新时代的女性，彭礼蓉同志在过去三十多年里把这三者完美结合，用她自己曾经的青春、一路的汗水，奉献给了自己小家和企业的大家！

刘莉 荣获云南省“好邻里”称号

她是云南白药集团生产制造中心质量管理部的一名普通的技术人员。她不仅在工作上兢兢业业，在生活中也是一位热心肠的人，每当在邻居需要帮助时，她总是第一时间挺身而出，邻居老余不小心弄伤脚，家中当时又只有他孤身一人，她毫不犹豫的承担起护送老余的任务，一路猛赶到医院飞奔挂了个号，将老余送到急救室，医生检查后说是右脚大拇指血管和筋断裂，血流过多，伤势严重，再晚半小时，就很危险了，刘莉直到确认老余安全，家人到达后，一颗心才落了地。“邻里睦，胜金钱”，多一份热心，多一份真诚，做一个平凡的热心人，这就是刘莉。

贺丽 荣获云南省职工和谐家庭称号

她是好妻子，是好女儿，是好儿媳，是好班长，她用朴质的爱心，串成纽带，让家庭充满和谐，在贺丽的言传身教下，儿子也养成了吃苦耐劳，勤奋好学的作风，通过自身的努力，上了北京大学。家中其它小孩也在她的影响下，学业有成。现在不论是在单位，还是在家庭中，贺丽都成了教育子女的小专家，很多人都向她请教秘方，她也乐于交流，不论年轻的刚育幼的小夫妻，还是年长的为子女学业担忧的家庭，她都积极帮助献计献策，传授经验，得到了同事的赞扬。

李雄 荣获云南省职工和谐家庭称号

“李雄这人啊，不错！爱岗敬业，家庭幸福美满，他们家可真是和谐的大家庭啊！”每每提到李雄，周边的同事都会竖起大拇指。多年来，李雄和她的妻子一起用亲情、真情和爱心共同构筑的幸福世界，相互交流，比翼双飞，对家里的老人和孩子照顾更是无微不至，用勤劳的双手共同营造了一个尽享幸福之乐、关爱美好的和谐家庭。同事、邻居、亲朋好友们都在李雄家浓浓爱意的家庭氛围中，充满了幸福和感动。李雄一家人用自己最善良的心，最朴实的行动，恰恰传递出了最强大的家庭和谐正能量。

两学一做进行时

药品党总支举办2017年“两学一做”主题学习活动

由于药品事业部的销售工作性质和党员分散的特殊性，为增强团队协作精神，展现员工昂扬向上的精神风貌，近日，由药品党总支牵头，利用药品事业部一季度办公会议的时机，在会议结束后，组织参加会议的党员群众一行65人，到西山开展一次集中的“两学一做”活动。

在药品党总支书记的带领下，大家认真学习了十八大以来，以习近平同志为核心的党中央提出的新理念、新思想。通过学习，党员群众的理论修养得到了进一步提升和完善。最后，书记要求大家努力理解其中的精髓，坚持做到内化于心并外化于行，做一名合格党员。此次“两学一做”活动，

使大家深刻领悟到在追求成功的路上，不能少了对信念的坚持。只有相信自己，坚持不懈地努力，勇于挑战，才能走向铺满鲜花的成功之路。大家纷纷表示，会将活动的热情转化为建功立业的工作动力，继续为云南白药的发展稳定贡献自己的力量。

(药品事业部党总支 张丽)

健康营销党支部开展“亮身份 勤实践 誓做合格党员”活动



2017年4月27日，健康品营销党支部开展了“亮身份 勤实践 誓做合格党员”活动。活动期间，支部书记陶勇带领销售前线及后台整体60余名党员同志，

在党旗下郑重宣誓。活动通过重温入党誓词、学习讨论党中央核心文件、共享热门文章《习近平谈做人之道》等方式，将庄严感、仪式感、行动力紧密结合，让支部每一位党员同志，深刻理解党员身份及社会责任，并切实做到理论结合实践，将合格党员踏踏实实履行到做人、做事，工作、生活的点滴中去。

(健康品事业部营销党支部)

深入“两学一做” 敲响纪律警钟

——省医药党委组织警示教育活动的



近日，省医药党委组织管理第一的从中央到市区的各类违规违纪案例的

党支部、商务部党支部近50名党员到昆明市委党校纪律教育基地进行参观学习。该基地分为序厅、明纪区、执纪区、守纪区和阳光通道五部分，通过党规党纪的不断强调，以及近年来查处

展示，党员们更深刻地感受到了党中央全面从严治党的决心，以及红线不可触碰严格要求。

在参观的最后，全体党员跟随解说员重温了入党誓词，一句句誓词掷地有声，使党员们心中充满了骄傲和自豪，也更加深知肩上责任之重：作为一名党员，必须时刻以严格的标准要求自己，严格遵守党规党纪，守住做人做事的底线，坚决不触碰违规违纪的红线，保持自身先进性，做人民群众的榜样和力量。

(省医药 刘世杰)

生产制造中心雨花分厂党支部表彰优秀共产党员

近日，雨花分厂党支部对去年在“两学一做”活动中表现突出的7名党员进行了表彰。本次受表彰的7名优秀党员全部来自生产一线，都是各处的生产骨干、管理能手或创新标兵。在支部深入开展“两学一做”学习教育活动、志愿者活动及日常工作中，他们顾全大局，勇于吃苦，甘于奉献，团结进取，充分发挥了共产党员的先锋模范作用，工作业绩突出，榜样作用明显，因而得到大家的充分认可。在表彰仪式上，支部委员为7位优秀共产党员颁发了证书，支部书记董建民同

志在现场作了讲话，要求受表彰的优秀共产党员要珍惜荣誉、戒骄戒躁、发扬成绩、再接再厉。要求雨花分厂的党员，要以他们为榜样，坚定理想信念、对党忠诚，履职尽责、奋发有为，把“两学一做”切实融入我们的实际工



作中，为企业发展做出更加优异的业绩。

(雨花分厂党支部)

花儿朵朵

2017届三七花学员户外拓展训练圆满完成

近日，云南白药2017届三七花共79名学员，奔赴昆明市寻甸县进行EOET户外延伸式拓展训练。本次拓展训练强度高，难度大，对学员的综合能力提出很大挑战。学员们都发挥了各自才能，圆满完成了培训任务。

拓展训练安排在夜间9点30分正式开始，这样的安排大大增加了拓展难度。学员被分成三个小组，在中雨天气中，学员们身披雨衣，冒雨前行，恶劣的天气阻挡不了白药人的奋

战精神，各小组之间相互合作、相互竞争，人人都争分夺秒，努力完成各环节任务。此次拓展训练的任务安排涉及到团队定位，目标分析，跨团队协作沟通，侦查敌情等，任务难度很大。全体学员均奋战到凌晨3点，期间遇到很多难以克服的困难。面对这些阻碍，学员们没有人放弃。最终，创下了该项拓展训练的最好历史记录。

另外，借此次培训的机会，来自五湖四海的三七花学员还自发地发起

了礼物互换活动。每个学员都为其他学员准备了小礼物，表达自己美好的祝愿，大大增加了三七花同学的感情。

训后，三七花学员纷纷表示此次拓展训练对大大提高了三七花学员的坚韧品质，增强了内部团结，提高了士气。对每个人的沟通协调能力和领导力等综合能力的提高都有极大的帮助。相信白药的三七花学员会将培训所学转化到工作中，为“千亿白药”，添砖加瓦。

(集团本部第二党支部)

白药志愿行

省医妈妈帮 让爱心传递

——省医药公司成立“省医妈妈帮”志愿者服务团队

2017年4月8日下午，云南省医药公司利用周六休息时间开展了一次孕妈课程培训，来自省医药公司和集团的13个孕期家庭近40人参与了本次培训。

近年来，越来越多的职工成为父母，去年新生儿宝职工家庭就有近50个。从怀孕到宝宝出生，在欣喜的同时很多人也因为缺乏经验而手足无措，甚至有的新手妈妈还抑郁不安，新手爸爸妈妈们十分需要别人的经验分享，也需要大家交流帮助。了解到相关情况，省医药公司成立了“省医妈妈帮”志愿者服务团队，通过搭建平台为公司的准妈妈、在育儿中遇到困难年轻的爸妈们提供帮助。

本次培训就专门请到了母乳喂养培训机构的6名专业母乳指导师来到公司，针对母乳喂养以及新生儿护理进行讲解，共有近4个小时的培训结束后，孕妈们均表示这次培训十分及时，很多她们关注的问题都得到了解决，在缓解了焦虑的同时，也对母乳喂养有了新的认识。准爸爸们也大都表示，通过理论培训和实际操作，学到了很多技巧和注意事项，对即将面对的新生儿护理多了几分从容和自信，可以更好地迎接小生命的到来!

(省医药)



不畏困难 不惧烈日

——武定基地开展党员志愿者活动

近日，武定基地志愿者团队利用周末休息时间，参与基地重楼种苗遮阳棚建设。

今年武定基地室外新播种15亩重楼种苗，但仍需要搭建遮阳棚，重楼种苗才可以顺利成长，但搭建遮阳棚费用高，周期长，人手捉襟见肘。武定基地志愿者团队在得知这一情况后，迅速行动起来，利用周末休息时间，纷纷赶来工地，打洞的打洞、栽桩的栽桩、切割的切割、焊接的焊接，尤其是电焊工在弧光和太阳光的双重照射下，不一会儿已是汗流浹背、满面红光。太阳下山前，大家看着遮阳棚那明显大了一圈的棚架，顿觉一天的辛苦有了收获，内心的成就感亦升腾起来。本次志愿者活动不仅加快了工程进度，也增加了全体员工的凝聚力。有了这股凝聚力，我们相信不仅能如期完成遮阳棚的建设，也必定能圆满完成武定基地全年的工作任务。

(武定基地)



安全生产

分析检测中心全员参加2017年消防安全知识培训

实验室近日，分析检测中心组织全体员工参加了由集团安全办组织的消防安全知识培训。

实验室是分析检测中心主要的工作场所，同时也是各类大型检测仪器、危险化学品及大功率用电设备比较集中的场所，是集团重点防火部门之一。培训教官的讲解深入浅出，内容涉及火灾发生的原因、怎样预防火灾、火灾发生现场逃生基础知识、消防设施的使用以及如何报警等，并结合大量生活中让人触目惊心的实际案例，让分析检测中心的同事们深刻感受到火灾的无情及掌握消防知识的重要性，同时提醒实验室工作人员一定要克服麻痹思想，增强安全责任意识，严格操作规程，做好火灾事故的预防工作，杜绝火灾事故的发生。

(分析检测中心)

乐享健康，乐享慢跑

——爱跑538健康跑长沙首战赛事开启



2017年4月10日，潇湘暮春，寒潮渐去，户外运动的热度已渐渐回归，云南白药全民健康跑赛事“爱跑538”的全国新闻发布会也在此时落地长沙，为“运动”二字带来了一抹惬意的气息。发布会

上，全国主办方云南白药集团携手老百姓大药房，以主题宣讲的方式，立足于概念的营造，为到场媒体及群众详细阐述了爱跑538“健康”、“快乐”与“全民参与”的核心理念，并诚邀全国的健康爱好者一起享受爱跑，拥抱健康。

本着“快乐爱跑，轻松健康”的基础想法，结合“健康在身也在心”的辩证理念，爱跑538创新立意，以5.38公里与11.5公里的短距离赛事为核心，着重营造“轻松爱跑”的惬意概念，轻竞技而重娱乐，使参与者可以在赛跑过程中做到

享受“慢”跑，爱上“漫”跑，在运动中快乐，在快乐中健康，进而“全民皆跑，全民爱跑”。在2016年先行举办的爱跑538昆明、武汉两站赛事中，云南白药以赛事为中心，围绕“健康”进行了赛事拓展，除去赛事本身设置的万元现金奖励与各级名次奖之外，还有现场教练的带队热身与跑团活动，吸引了万人参赛，其中不乏技术优良的专业跑者，更多的却是同你我一般爱上健康的平凡笑脸。

接下来的规划中，爱跑538还将登陆重庆、南京、沈阳、杭州、广州、西安、青岛、上海、等10大城市，与当地连锁药店密切合作，以传播健康为本，以享受慢跑为乐，以平台共享为基，以回馈社会为荣，继续为全国各地的健康爱好者们缔造快乐，带来健康。

(药品市场部 李景昱)

多彩基层

近日，创新研发中心注册与临床医学部到聂耳墓和张天虚墓进行扫墓活动，在慎终追远、缅怀先辈的过程中，认知传统、继承传统、弘扬传统，增进爱党、爱国、爱家乡、爱社会主义的情感。

当天上午，注册与临床医学部的小伙伴们在药物所门口集合，步行前往张天虚墓和聂耳墓。十点十五分，全体成员到达张天虚墓，在庄严肃穆的气氛中，默哀两分钟，并献上准备好的鲜花，其后清洁整理了墓园内的杂物垃圾，移步前往聂耳墓。聂耳是著名的人民音乐家，是中华人民共和国国歌的作者，其墓园有人专门打理，祭拜的人很多。在聂耳墓前，小伙伴们一起默哀并献上鲜花，瞻仰聂耳雕像。随后，大家参观了聂耳生平陈列室，了解聂耳的人生历程及国歌创作的历史背景和意义，感受历史中弥漫的战争硝烟和先辈们的悲怆呐喊，进行深刻的爱国主义自我教育。

苍山沉霭，翠柏凝碧，风景秀美的西山上长埋着我们的革命先烈。抚今悼昔，饮水思源，我们今天的美好生活，离不开无数革命先辈的浴血奋斗和伟大牺牲。逝者已矣，来者可期，我们将更加珍惜当下，踏实工作，努力继承优良的革命传统，为祖国富强和世界和平添砖加瓦，为千亿白药的目标，尽心尽力。

(创新研发中心党委)

不忘英雄抛忠骨，共筑民族复兴梦

放肆美丽，酵醒春日好气色！

——云南白药采之汲举办主题护肤沙龙活动

近日，云南白药健康品事业部在顺城购物中心起初珍宝茶屋开启了一场“酵醒春日好气色”的主题护肤沙龙活动。

本期沙龙邀请到了时尚界颇具影响力的微博时尚达人、媲美专家闺蜜造型师余豆豆老师及出彩中国人全国前十强的窦清亲临活动现场，与春城的爱美人士、时尚达人一同分享妆容和护肤心得。分享者表示让肌肤保持年轻态出彩的妆容和造型固然重要，但更重要的是皮肤深层的呵护，而其中，选对面膜、贴对面膜即是完美护肤的第一步。主持人重点推荐了云南白药采之汲面膜，该面膜通

过现代酵取技术结合滇南古法，100%植物原浆酵取，成分只有植物和水，无任何化学物添加剂，是消费者可以信任、完全健康的面膜产品。

沙龙过程中，大家还通过互动、讨论及插花的形式，让到场来宾活动嘉宾们在芳香中与愉悦中度过了美好的春日下午茶时光。

(健康事业部)



锻炼减肥的真相

今天，小编就来为大家解释一下锻炼减肥的真相，看完这篇文章，也许会颠覆你以往对锻炼减肥的认识。

现代运动医学家表示，一个小时的慢跑只能消耗960大卡的热量，但一杯咖啡、一块松饼和一根香蕉的总热量高达880大卡，要消耗掉这些热量最少要跑55分钟。而大多数人在运动后可能会吃更多食物，那就等于白跑了！看来，慢跑、快走等低强度有氧运动对于减肥，并不是那么有效。

虽然低强度的运动对减肥效果并不大，但却对健康有着特殊的意义。这是因为，运动能在人体内激发一种酶，在消耗脂肪的同时，也能阻止摄入的脂肪进入血液，从而降低血脂。有没有什么方式能够在更短的时间内达到这种效果呢？答案是：短时间、高强度的运动。这种锻炼方式所能带来的健康益处，等同于每周在健身房中锻炼两到三个小时。这种短时间、高强度的运动方式有一个前提，即：不能久坐。白天静坐办公室的白领，即使晚上集中时间锻炼，其消耗的热量依然比一个没有固定锻炼但白天走动6个小时左右的人少500大卡。

运动医学家最后表示，平时久坐少



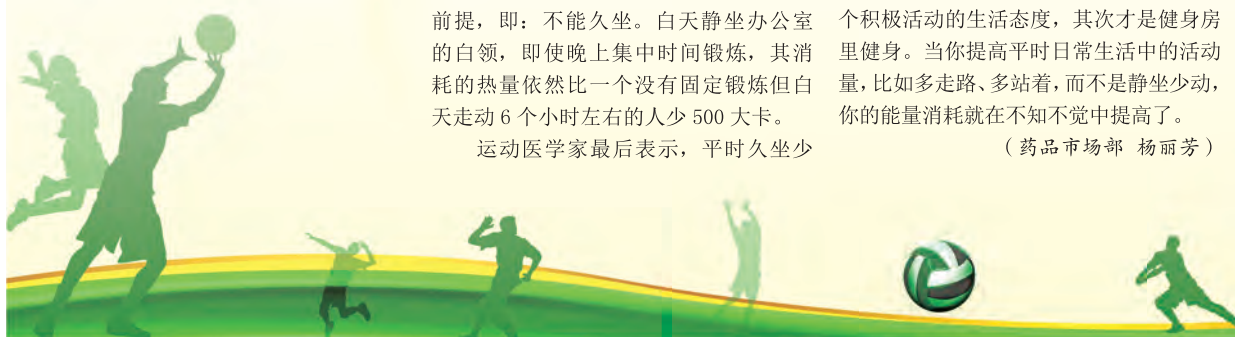
动，即使定期健身也于事无补，久坐是最常见的健康杀手。

这几项实验告诉我们几个健身原理：1、低强度有氧运动并不能给我们带来想象中的减脂效果，健康减脂需要结合无氧运动提高我们机体的代谢能力和有氧运动提高我们的整体消耗。2、在不久坐的前提下，短时间、高强度的运动能给我们身体带来的益处等同于每周在健身房中锻炼两到三个小时。3、减肥首先需要有一个积极生活的态度，其次才是健身房里健身。当你提高平时日常生活中的活动量，比如多走路、多站着，而不是静坐少动，你的能量消耗就在不知不觉中提高了。

(药品市场部 杨丽芳)



长期以来，人们对运动的很多“常识”，让我们对锻炼减肥产生了诸多误解。



2017年4月1日，财务共享中心“围炉群英汇”分享活动于集团总部3019会议室举行。

本次分享会是财务共享中心团队建设的一次新尝试，活动中大家畅所欲言、各抒己见、见仁见智，有的员工分享了自己在美国求学的经历，并以自己留学期间参与的真实项目案例出发详细阐述了“4P”营销组合策略与波士顿矩阵；有的员工分享了自己喜欢的经典书目，用形象的图片、诙谐的语言分享了当今中国社会错综复杂的格局，轻松诙谐中针砭时弊，发人省醒，分享会在轻松愉悦的氛围中圆满结束。

(财务共享中心党支部)

财务共享中心举办
『围炉群英汇』分享活动



颗粒谈

雨花分厂 颗粒剂 OU 张卫伟

生活彩云之南，千紫新生板蓝，
享受快乐平凡，解毒活血收敛。
蔗糖糊精相伴，香砂参苓丹溪，
我为颗粒代言，补脾胃止汗。

止咳风热风寒，面对订单不断，
感冒咳嗽化痰，我们无怨无悔，
柴胡玄七消炎，挥洒汗水车间，
清热滋阴疏肝，颗粒团结向前，
七解宝止清咽，上下信心满满，
可为小儿防范，创造辉煌无限。