

探产业融合路 绘跨界协同图

——佛山市机器人产业创新协会赴玉立集团考察



潘庆忠会长（左一）与熊彬总经理（右三）、县领导续红林（右一）等亲切交流

[本报讯]11月15日，佛山市机器人产业创新协会一行在会长、佛山市汇泓企业投资有限公司董事长潘庆忠的带领下，赴玉立集团开展实地考察活动。通过考察，协会成员对玉立集团的生产自动化、智能化升级等方面有了更深入的了解。熊彬总经理介绍了玉立集团在生产自动化、智能化升级方面的探讨。熊彬总经理介绍了玉立集团之间的沟通交流，也为双方未来的合作奠定了坚实的基础。



化、技术创新成果以及在行业内取得的显著成就。玉立集团深厚的历史底蕴，卓越的新精神和强大的行业影响力，给考察团留下了深刻的印象。

参观过程中，双方围绕机器人产业与涂附磨具行业的融合发展、技术创新合作、市场拓展等方面展开了广泛而深入的探讨。

此次考察活动不仅加强了佛山市机器人产业创新协会与玉立集团之间的沟通交流，也为双方未来的合作奠定了坚实的基础。



【本报讯】近日，咸宁市市场监督管理局聘任133名专业人才为咸宁首批标准化专家入库专家，玉立集团品管总监黎华明获此殊荣。

此次专家遴选严格遵循公开征集、个人申报、推荐单位优推荐、资格审核及结果公示等流程，确保了专家队伍的专业性与权威性。入选的专家均是在标准化领域有初步成果的专家或技术骨干，具备本专业较高的理论水平和丰富的实践经验。专家聘期为五年，涵盖涂附磨具、新能源与电气工程、电工业科学、工程热物理、标准、质量、医药、农学、林业技术、环境工程、建筑工程等众多领域，涉及湖北大学、华中科技大学、中国电力科学研究院检测中心、市公共检验检测中心、咸宁职业技术学院等众多高校、科研机构及企业。

黎华明同志的入选，不仅是其个人专业能力的有力证明，也体现了玉立集团在标准化工作方面的深厚积累和卓越贡献。未来，包括黎华明在内的首批133名专家将组成咸宁市的“智囊团”，按行业、专业分类参与咸宁市重大标准化项目决策咨询、标准化项目评估、标准化科研、行业标准、省级地方标准以及团体标准的制修订工作等标准化相关活动，为咸宁市标准化工作提供强大的技术与智力支撑。

承品质之脉 铸标准之魂

——玉立集团品管总监黎华明首批入选咸宁市标准化专家库

“搓”让气血“活”起来
冬天，人们经常有一个习惯性的动作——搓手。在中医看来，这是一个非常好的充盈气血行为。

“搓”在中医按摩推拿中，属于摩、推、擦法范畴，就是用手在体表施加少许压力，进行单方向、往返或环转的活动。

1.搓双手。人手上有很多穴位，如少府穴、合谷穴、小商穴、劳宫穴等，经常搓手有利于刺激相应经络和穴位，有通畅气血的效果。具体方法：掌心相对，手指并相互揉搓，然后搓手背，手心置于另一只手的手背，呈垂直放置，手心揉搓手背，双手交换进行；最后搓手指，弯曲各手指关节，半握拳把拇指放在另一手掌心旋转揉搓，双手交换进行。搓手的力度因人而异，手微微发红，自觉双手发热甚至微微出汗即可。

2.搓头部。脑部血液循环不畅时，我们会头晕、头痛，揉搓头颅可以增加大脑供血量，促进大脑血液循环，起到提神醒脑、强身壮体的效果。尤其是搓太阳穴和印堂穴，可以很好地调节神经系统。具体方法：左右侧额头各搓100次。搓后注意保暖，不要受凉吹冷风。还可以用手指梳头，从前往后，从中央到两侧，搓30~50次。

3.搓肋骨。肋骨是肝胆经的分水岭，情志不畅不会导致肝胆之气郁结，因此当我们生气、郁闷时会胸口堵闷、唉声叹气、肋胀胀痛，常搓此处有疏理气机的效果，能帮助缓解情绪以及改善食欲。具体方法：两手掌轻按于腋下，顺着右侧肋骨向下方推搓至前正中线。每次推搓30~50下，每天做2~3次。

4.搓腹部。六腑以通为顺，通过搓腹部可促进胃肠之气下行，增进食欲，有助排便。具体方法：若排便困难，下腹胀满，可用掌根沿腹部外圈（以肚脐为中心向外一个手掌的宽度）顺时针方向搓按，每天2次，每次30~50圈，排便前可加做1次。

5.搓腰眼。腰眼穴居于带脉（环绕腰部的经脉）之中，为肾脏所在部位，常搓此处，能温煦肾阳、畅达气血。搓腰眼还可以让局部皮肤的毛细血管扩张，提高腰肌耐力，防止因劳累、风寒导致的腰痛。具体方法：双手叉腰，四指在前，拇指在后，拇指按压处就是腰眼穴；还可双手握拳，抵住腰眼穴旋转按摩；也可直接用手搓热腰眼穴。每天早晚各做一次，每次50下。

6.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

7.搓脚趾。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

8.搓脚踝。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

9.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

10.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

11.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

12.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

13.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

14.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

15.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

16.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

17.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

18.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

19.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

20.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

21.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

22.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

23.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

24.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

25.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

26.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

27.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

28.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

29.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

30.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

31.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

32.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

33.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

34.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

35.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

36.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

37.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

38.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

39.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

40.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手掌搓左脚心，每只脚搓100次左右，搓到脚心发红发热为宜。湿搓时把脚放在温水盆中，泡至脚发红，再按干搓的方法搓。搓脚后不要马上下地，最好休息5分钟。此外，糖尿病患者谨慎搓脚。

41.搓脚心。足心的涌泉穴是肾经的发源地，搓按足心不但可强肾、活络，还有助安神、降压。具体方法：先把双手搓热，然后用左手掌搓右脚心，用右手