

从小菜农到辐射东北的蔬菜批发商

时代记录足迹，老照片见证历史。沈阳马玲蔬菜副食配送中心总经理马玲回首自己和家人一路的奋斗和拼搏历程时，总结说一家人在追求美好生活的道路上风雨兼程。

马玲也和家人用真心满足难调的众口，用诚信与勤奋将真正的绿色蔬菜送入千家万户。



在北行奋斗期间，马玲的长辈们忙于食用菌制作。

本版图片由受访者供图

1976年，马玲出生于沈阳市于洪区马三家子，父母是地道的菜农，以种植大棚蔬菜为主，在东北冬季的冷风中，大棚蔬菜就是当时马玲一家赖以生存的基础。

时而翻出旧照片回忆起小时候，马玲心中总是充满无尽感慨。那时，母亲

总是天没亮就骑车驮着两个大筐出门。舅舅一家来自黑龙江，有5个孩子，马玲的妈妈骑车出去卖蘑菇的钱是舅舅家7口人唯一的经济来源，马玲妈妈风雨无阻去沈阳的露天市场卖蘑菇。

思想独到的大学生“菜农”

1999年，马玲从沈阳航空航天大学毕业，带着几分淳朴与果断，她毅然放弃了学校分配的会计工作，反而一心扑向了熟悉的蔬菜经营。“要去的工厂当时效益不好，说每个月只能给300块钱基本工资。回家一聊，爸爸不乐意了，说我一个月还没他一天赚得多”。马玲决定跟爸妈在北行农贸大厅卖菜。从“帮着爸妈卖菜”到“参与决策”，实战经验逐渐积累。

“当时顾客很多，确实效益好”，多年的经验，对市场积累了过人的眼光。“有一年，市场上对一种南方野生菌的需求量特别大，最贵的时候野生菌售价高达100元/公斤，很多菜商犹豫了，这么贵的东西风险太高”，但是马玲分析后觉得没问题，艺高人胆大，在做好冷藏等科学准备之后，马玲作出了大胆决定……这个决策让马玲家赚了大钱。

新婚蜜月选在蔬菜批发市场

23岁的马玲在父母的介绍下认识了现在的丈夫，两人一起经营蔬菜的购入与配送。马玲回忆，新婚蜜月期的小两口准备出去旅游放松，想来想去，去哪好呢？去首都北京！于是，北京新发地农产品批发市场是他们北京蜜月之旅的第一站。

“在沈阳做生意的时候，发现很多酒店和一些客户对南方的特殊蔬菜需求很大，所以我和丈夫一想，借着蜜月去新发地转转。”马玲回忆着说。凭借自己的口才与经验，她与丈夫很快找到一个合作伙伴。谈完合作已经到了下午，马玲和丈夫赶去天安门看了升旗仪式，就

又急匆匆地赶回老家。

在2003年前后，生意急速扩张的时刻，马玲结婚生子，为了不耽误生意，马玲提出让当护士的姐姐与当医生的姐夫也都辞职回家卖菜。

随着渠道越来越多，沈阳马玲蔬菜副食配送中心总经理马玲的订单数量也越来越多，生意逐渐从市场摊位扩大到为高档酒店与各个市场提供蔬菜副食。

马玲介绍，自己每天五个小时的睡眠让她有着与常人不同的作息，晚上10点在接完单之后睡觉，凌晨两三点起床开始配货。

姐俩共经营10个档口 为客户一站式配送

地瓜尖、羽衣甘蓝、茴香球、紫背天葵、三枝竹叶……众多蔬菜中的“特菜”都能在马玲的档口找到，从“有2万块钱咱就不干了”的马三家子农民，到身价数千万的蔬菜配送公司当家人，如今马玲姐俩共经营10个档口，十余辆车为客户一站式配送。

近日，在塔湾北行农贸大厅马玲的摊位前，记者瞅着无数种蔬菜完全叫不出名，马玲说：“这是我的法宝啊，主要经营南菜，只要客人到我这一看，准保有他们想要的菜，做生意时间长了，我对市场的判断一直都很准。”从1990年马玲家的摊床雇佣两个人卖菜，到现在雇工已达15人。

商场如战场，马玲的朴实与诚恳偶尔也会让她吃亏。早些年，“为酒店供货的生意存在一定风险，大酒店不能结现款，一般一个月结一次账。有很多酒店信誉度很高，但也有一些刚开业的酒店会拖欠货款。”马玲回忆当时的状况，“有的酒店每到结账的时候就会一拖再拖，会说会计出门了，或者老板不在，没有人签字，有一个酒店拖了我三个多月，好几万块钱。那个酒店头一天晚上还在订货，第二天我们把货送去以后一看，酒店里的东西一夜之间都没有了，怎么也找不到人。那时候买卖刚起



家庭的最初奋斗，小孩儿也是其中一员。

步，生意想做好非常困难。”

良好的口碑和责任，让马玲的蔬菜配送公司发展迅速，公司如今为机关、学校、企事业单位、部队、各类食堂等上百家客户提供蔬菜和菜品的一站式配送，旗下十多辆配送车每天马不停蹄地奔波于沈阳、大连、鞍山、抚顺甚至吉林、黑龙江。

即使今年遇到特殊情况，马玲也没辞退一个工人，马玲说人生路上要勇往直前、坚守诚信、不言放弃，这是她的人生信条，也是她领导企业的信念。

辽沈晚报记者 王月宏



如今马玲姐俩共经营10个档口，十余辆车为客户一站式配送。

缺一齿而伤全身 渴望口福该怎么办？

大额种牙消费券发放中！高端欧美种植体每颗可领3000至7300元！本周康贝佳种植副院长王宏洲、慕林林亲诊，每天前20名拨打(024)31213333抢约，还能免费享受千元口腔检查！

俗话说“失去了才懂得珍惜”，曾经，每个人嘴里都有一口好牙，有的人却没有珍惜，平时不注意口腔保健不说，面对牙病、牙齿松动时还在拖、忍、扛，直到失去了才后悔莫及。幸好，缺牙患者还有寻回口福的机会，那就是“人类的第三副牙齿”——种植牙。

齿一旦缺失，应及时考虑通过更具长远性、健康性和性价比的种植牙进行修复。

牙齿缺失不能拖 种牙消费券你领了吗？

种植牙因为具有独立的“种植体”充当牙根，不必像活动假牙、烤瓷牙那样依赖和伤害邻牙及其他口腔内组织，而且更加坚固有力、舒适耐用。种植体是种植牙的关键材料，为了让沈城缺牙人都能轻松种好牙，沈阳康贝佳特联合正规进口种植体厂家，推出“礼遇奉天城”大额种牙消费券派发活动，高端欧美种植体每颗可领3000至7300元！本周沈阳康贝佳种植副院长王宏洲、慕林林亲诊，每天前20名拨打(024)31213333预约就诊的患者，可免费享受副院长亲诊服务和千元口腔检查。牙齿缺失不能拖，活动假牙、烤瓷牙也可以考虑升级换代了，赶紧领上消费券，体验先进种植技术带来的高质量生活吧！

缺牙，幸福的缺口 种牙，健康的保障

据全国连锁口腔机构——沈阳康贝佳口腔种植副院长介绍：很多缺牙老人在种牙后一两个月到半年左右，每次复查时都有明显的变化——面色红润了、笑容变多了、体重增加了、精神头足了；患者自述种牙之后不仅吃排骨、啃猪蹄儿没问题，吃得更多、肠胃功能反而变得更好了，体质也有了明显的改善。种牙的益处不一而足，归根到底还是“健康”和“幸福”，牙齿脱落不仅严重地降低了生活质量，长期缺牙不补，还会提高全身系统性疾病的发病风险，牙

名医连线

年龄大了还有必要种牙吗？

一口好牙是健康和幸福的基本保障，对老年人来说更是如此，65-75岁的老人是种牙的主力军，不管什么年龄，种牙都有必要。种植牙作为目前口腔医学界公认最理想的缺失牙修复方式，在恢复咀嚼功能、维护口腔状况方面均优于活动假牙和烤瓷牙；特别是对多颗、半口、全口缺失的患者来说，活动假牙、烤瓷牙均已无法恢复足够的咀嚼能力，而种植牙依旧可以完美解决这些问题，因此种牙对老年人的身体健康、晚年生活品质有着重要意义。

(024)31213333 院址：沈河区万柳塘路109号(南塔客运站旁)

沈河医广[2019]第12-23-01号