

隔江的“第二家乡”

小时候,搭船摆渡留给我深刻的印象,不是说孩提年代对在江河上随波飘荡的兴奋感,而是坐在长途大巴里四周环视大人们大包小包渡江团圆并夹杂着欣喜和疲劳的场景。经过约 45 分钟的江上旅途来到被誉为“北上海”的海门。如今苏通大桥建成省了早前坐船过江的时间,所以逢节假日回乡探亲成了每年的习惯。

农村没有市区的喧嚣,多了份清新自然的气息。四月正值油菜花满开的时节,天空下起绵绵细雨,我骑着单车穿过一片黄灿灿的田地。沿路伴有鱼塘和羊舍的轻声,微风和零星雨点吹打拂面,有点燥热。途经一座熟悉的窄桥,很久以前还空无护栏的两旁已打下了石桩,让身挑重担颠簸而过的农民们不再胆战心惊。我稍作休息把单车停在路边,用手机拍下那一片宛如金色波浪的油菜花田。突感不远处有人叫唤我的名字,原来是前些年去我家串门见过几次的王姨,只见她手提大袋的甘蔗和山药笑着迎面走来,我赶紧上前帮忙。“都好久没看到你咯,正巧要上你家坐坐去呢。”她拿腾出的手擦了擦额头汗珠,和藹地拍了拍我的肩

膀。”是啊,这不正碰上放假嘛,就回来了。“我边将沉重的山药放上车把边回答。王姨一家是朴实的耕种人,在她田地上播种的蔬果有市场上买不到的香甜,偶尔会把作物分给邻里的亲朋好友。我推着单车折返走,一路两人寒暄问近况,了解到这两年她家不再一味地早起耕作,而是在自给自足基础上定期去集市采购,所以省下不少施肥和收获的精力。”现在年纪大啦,自家够吃就行了。“她略显疲态的感叹道,到家后她一放下手中的作物便和我的家人唠嗑去了。

农村的安逸时光过得很慢,我一时不知怎么打发,只有呆望着大路上疾驰而过的车辆。正碰上舅舅去镇上办事,于是有了搭顺车上镇逛逛的念头。从农村开到城镇大概有半小时左右的车程,沿途一些人家的矮平房已经升起袅袅炊烟早早开始准备晚饭。由于年少大路显得十分宽阔,在我幼时还荒芜一片的空地上建起了高楼住宅,虽还在建设中,但海门镇的逐年繁荣是显而易见见的。当我下车来到集市,熙熙攘攘的人群簇拥叫卖非常热闹,舅舅吩咐等他办完事在路口会和后就开车走了。我独自闲



逛,一条看似不长的步行街上超市、商场一应俱全,居民区附近更有便捷的银行、学校等服务设施。作为中国益居益业的典范城市,看到自己第二家乡的巨大发展而感到欣喜。四月天乍暖还寒,刚才还湿热的天气一下阴冷起来,我缩了缩脖子拉高领口坐上回家的车。家中的门早已刷过新漆,不变的是餐桌上其乐融融的氛围,即使儿女们各自身在异地,逢年过节回家看看成了每个人心中的牵挂。我带着温馨祝福,揣着依依不舍的情怀,载着收获满满的回忆,踏上了结束小长假的返程。(行政部 周烨)

生日祝福



7月
潘 曙、王卫祥
邱金海、朱玲聪
丁 健、管福标
张 辉、孙蓓蓓
王惠芳、高伯明
徐邦志、丁 玥
陈 艳、李平刚
殷 俊、蒋伟明

8月
许菲菲、陆永福
付培明、杨建伟
单德明、张建敏
马菊仙、樊永生

9月
胡世华、嵇晓静
阚 波、刘正从
陆 军、张 亮
张世青、陈 琳
陈晓晴、郑国平
蔡春英、吴月娥
张 萍、聂继荣
蒋桂芝、金秀芳
凌文才、曹壮志
马琴仙、徐海磊
戴德国

10月
王岳祥、吴桂玲
朱胜军、王 炜
黄 珊、杨伟中
董文明、皮怀谷
马晓婷、王哲洋
张惠芳、时 硕
王国庆、刘懿博
贾俊强、宋丽英
黄胜生、郁金辉
殷华东

11月
张伟丽、张学静
周燕萍、缪海琳
阮国平、王青华
尹梦梦、陆 椰
赵 郁

12月
程妙增、胡建平
李健方、刘红英
丁 辉、沈 怡
王 娟、陶 波
吴澄洁、汪征元
赵 卉



敬请关注微信订阅号:
宏泉 IT

windows 10 已经问世! 还在用 XP 吗?

去年 10 月 1 日,微软第一个 windows 10 技术预览版提供镜像下载,信息网络中心从那时就开始了 Windows 10 的研究,经过 10 个月不停的版本更新,微软终于确定了 Windows 10 的最终发行版本。

为大家能够掌握第一手资讯,信息网络中心对这 10 个月以来微软发布的十多个测试版本都进行了跟进测试,对 windows10 的各项新功能进行了研究和学习,今天我们就先分享两个比较实用的新功能:

大家可以要问了“这么牛的系统,我们什么时候能用上啊?”

嘿嘿,大家稍安勿躁,集团定制版本的 windows 10 系统光盘信息网络中心正在封装制作中,我们需要进行一段时间的测试来保证定制系统驱动、软件等各项功能的稳定性,相信在不久之后就能与大家见面!

请大家翘首以盼吧~
(信息网络中心 白新永)

每日一英语格言

1. Business sweetens pleasure, and labour sweetens rest.
工作后消遣更愉快,劳动后休息更舒畅。
2. Don't speak all you know, but know all you speak.
不要尽言所知,而要尽知所言。
3. God helps those who help themselves.
自助者天助之。
4. Experience without learning is better than learning without experience.
有经验而无学问,胜于有学问而无经验。
5. Health and understanding are the two great blessing of life.
健康和融洽是人生两大幸事。

秋冬时节寒冷干燥,我们的身体也变得“脆弱”起来,稍不留神就会感冒、咳嗽、肺病、心脏病等慢性病在这个季节也更容易复发。因此,秋季要适当“进补”。

莲子 莲子有很好的滋补作用,古人认为它“享清芳之气,得稼穡之味,乃脾之果也”。秋天食用有养心安神、健脾补肾、止泻固精等功效。不仅有助缓解失眠等,对易患咳嗽、哮喘等肺部疾病的人来说,莲子还可以通过补肾增强免疫力,达到润肺的效果。

市场上的莲子有红莲子和白莲子之分,红莲子口感较硬,但补肾、补血效果更好;白莲子口感香糯,健脾的功效更强。除了莲子粥、红枣银耳莲子汤、银耳莲子羹等传统食用方法,用莲子心泡茶去心火效果更佳,莲子泡酒则固肾效果更为显著。

芡实 这是睡莲科植物芡的干燥成熟种仁,又称“鸡头米”、“鸡头”等,在南方较常见。中医认为,芡实性味甘、涩、平,入脾肾二经,能健脾祛湿、固肾止泻,且有“补而不峻”、“防燥不腻”的优处。其补肾效果强于山药,祛湿效果优于红小豆,镇静效果强过莲子,可以说是一种被埋没的补益佳品。宋代文豪苏东坡的养生之道中,有一条就是吃芡实。

鲜芡实或干芡实泡水后可直接嚼服,也可熬粥、煲汤或与莲子、山药、白扁豆等食物一同食用。芡实搭配燕窝熬食,有很好的美容效果,可使人们气色更好。此外,把鲜芡实去皮后冻在冰箱里,还可较长时间保存食用,补肾效果更好。

栗子 香甜味美的栗子,是秋冬非常受欢迎的零食,含有糖类、蛋白质、脂肪、多种维生素和矿物质等丰富的营养成分。中医认为,栗子性味甘温,有养胃健脾、补肾强筋等功效。

栗子可生食、炒食、加水煮食等,在众多的食用方法中,生吃栗子,且缓慢咀嚼、徐徐咽下时的补肾效果最佳。这是因为生栗子中酶和维生素 C 等的含量最高,且细嚼慢咽时消化更充分,更有利于人体吸收,对体力乏力或肾虚导致的腿脚无力等症状效果良好。需要注意的是,栗子不可多吃,每日最好不要超过 10 颗。

花生 花生是一种高蛋白的油料作物,自古享有“长生果”的美誉。《本草纲目》记载,“花生悦脾和胃,润肺化痰,滋养补气,清咽止痒”,适合脾虚消瘦、食少乏力、干咳少痰等人。值得注意的是,花生红衣(即花生皮)补气止血的作用更强,因此,需要补血的人可挑选红衣更多的小粒花生,而煮粥、打花生浆则可以挑选大粒的花生。此外,醋泡花生仁、用生花生壳煮水喝,还有一定的降压效果。

需要提醒的是,少数人吃花生可能引起过敏反应,这类人需要避免食用花生或花生制品。此外,发霉的花生致癌性很强,不可食用。

秋季养生别错过『四大名补』

HOCHANE宏泉
创造祥和生活
Hochane Group
2015 年第 3 期
总第 68 期

宏泉

通 讯

Hochane Communication



敬请关注微信订阅号
宏泉集团

上海宏泉集团有限公司主办 上海市非公企业优秀内刊 名誉主编 吴桂玲 执行主编 王丽琼 责任编辑 曹迈初 嵇晓静 单惠君 陈琳 张文俊 吴澄洁 羊晓麒 周烨

长征镇党委书记莅临宏泉集团调研党建工作



按照普陀区委有关全区区属科技企业党建工作实行属地化管理的统一部署,2015 年 7 月 21 日上午,长征镇党委书记汤平率镇有关领导和职能科室负责人共 9 人,以及区科技党委建科同志,来集团就党建工作开展了调研。宏泉集团党委书记、总裁吴桂玲及党政工等相关负责人参加了座谈。吴桂玲书记向长征镇的同志们介绍了集团党政班子概况、党建、工会、团委等主要工作特色,表示要按照区委的工作要求,服从安排,今后在镇党委的支持指导下,会一如既往地做好党建工作。长征镇党委书记汤平表示,欢迎宏泉集团参与到区域党建工作中来,他认为宏泉集团在区域经济发展以及承担社会责任方面有比较大的贡献,获得了许多荣誉,平时双方合作、联系也较多,今后的合作共建领域将更广更多,表示将为促进企业的发展提供更大的平台。目前镇党委正在结合自身特点以及社区共治等工作,研究党建的体制机制问题。会后,镇党员服务中心的同志还与集团党工办就若干具体事宜作了沟通与对接。

普陀区、长征镇总工会领导 莅临集团调研工会工作



8 月 12 日,区总工会组织部部长骆艳、长征镇总工会主席范伟华等领导莅临集团调研对接工会工作。宏泉集团工会主席李健方等陪同参加了此次会议,介绍了集团工会发展情况,以及现阶段集团工会的主要工作,并表示将在长征镇总工会的领导

贵阳习水县党务干部来集团参观交流

6 月 25 日,贵阳习水县 40 多名党务干部,在区委组织部的安排下,由区委党校两位老师陪同,前来宏泉集团参观交流。宏泉集团党委书记、总裁吴桂玲等接待了习水县党务干部一行。

他们首先参观了集团党员活动中心,对集团的基本情况特别是党建工作作了初步了解。接着在集团大会议室,双方就地方党务工作进行了学习和交流。会后还参观了梅川路缤纷生活体验馆。整个学习交流进行得十分融洽与顺利。

吴书记向大家介绍了集团的发展情况。在转型创新发展中,作为现代服务业的宏泉集团,不断保持与发展“祥和”住宅品牌,提高产品质量,并建设与管理 HI-PARK 梅川路缤纷生活体验馆,赢得社会的好评;多产业并举,发展酒店业、非银行金融业、商业楼宇,并积极创建科技企业孵化器为众多中小微企业科技企业服务。日前,西大堂科技投资发展有限公司已获评上海市科技企业孵化器。决心进一步为普陀区的经济与社会发展作出新的贡献。在党建方面,集团起步较早,经过多年的积极探索与努力,取得了较好的成绩,对公司的经济发展起到了很好的助推作用。集团建立民主管理制度,健全职代会、职工董



监事会等;强化社会责任建设,连续获评优秀企业公民称号和上海市文明单位;党内廉政建设不断得到强化;“阳光党务”公开形式多样效果好;学雷锋开展社会志愿服务活动等各支部特色工作得到发展;

和“企业文化进一步得到深化。

学习座谈会上,吴书记还与大家就更好地发挥党员先锋模范作用,党组织引领与助推企业发展等问题作了热情的交流与探讨。

荣誉栏



集团
团委被评为
2014 年度
上海市
五四特色
团委

集团
团委荣获
2014 年度
普陀区五
四红旗团
组织

集团第二季度党政工作例会

8月5日下午,集团召开了政工例会。党委书记、总裁吴桂玲、党委委员、副总裁、工会委员、团委书记、党支部书记以及党工办同志参加。

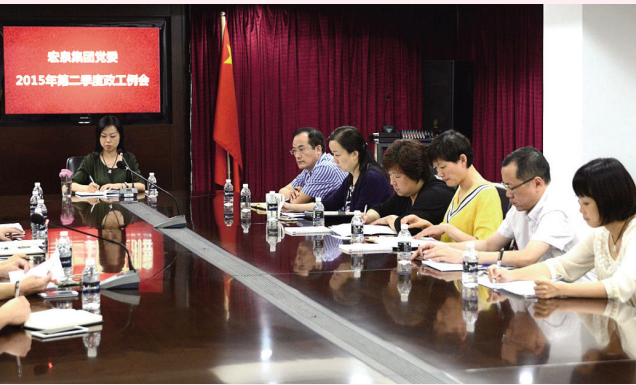
第二季度,各支部按要求,做好积极分子培养、预备党员转正、积极分子和预备党员培训、学习习总书记讲话和身边党员先进事迹等。二、三支部参观中共一大会址、一支部到敬老院拔草,四支部为自闭症儿童送学习用品。党工办汇报了工作,参加区“三严三实”动员会,编发《政工信息》,开展阵地建设,组织职工体检,为住院职工办理补贴,为会员办服务卡,知识竞赛准备。团委开展祭奠英烈活动,为入驻企业工间操学习提供服务,并申报“青年文明号”。

接下来重点做好防暑降温和防台防汛工作;二是继续做好志愿者服务活动;三是做好党员发展管理工作;四是做好党建陣



地建设工作。

集团各副总裁通报了集团近期工作。杨伟中总工会介绍了“祥和王宫”新的销售模式;江年胜副总裁谈了梅川路经营现状与



设想,潘耀副总裁介绍了“上海市中小企业孵化器”的申报过程及工作设想。

吴书记说,集团党建工作发生了一些新的变化,按照区里党建工作属地化的部

署,长征镇党委等有关部门领导到集团,就党建工作作了对接。我们要适应调整,保持特色,与长征镇社区建设融合,学习其他企业好的做法,力争取得新的工作成绩。

第一支部

参观中共四大纪念馆

为了纪念中共四大召开 90 周年,纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利 70 周年,第一党支部组织党员、积极分子日前参观中共四大会址纪念馆。

1925 年,二七大罢工失败后的工运逐步进入恢复期,为了总结国共合作建立后的工作经验,制定新的方针和政策,为迎接革命新高潮作准备,中共在 1925 年 1 月召开了中国共产党第四次全国代表大会。明确提出了无产阶级在民主革命中的领导权问题,提出了工农联盟问题。

中共“四大”纪念馆位于上海市虹口区四川北路绿地公园内,展览面积约 1500 平方米。纪念馆一楼场景再现的建筑模型,还原了当时一幢普通两层楼高的石库门房子。20 位中共四大代表,以上英语补习课为掩护,在二楼召开了四大。主厅主要介绍了从共产党诞生开始,到逐步成为中国革命坚强的领导力量。从一大到四大,经历了第一次国共合作,共同创立黄埔军校,为北伐战争培养大量军事骨干。陈独秀、李大钊、瞿秋白、周恩来等同志的工作,再接再厉,攻坚克难,兢兢业业,把先辈开创的伟大事业不断推向前进。



史记忆,当年的虹口因其特殊的地理位置和公共环境,吸引和集聚了周恩来、鲁迅、瞿秋白、李白等一大批共产党员。不但在此召开了中共四大,还有由宋庆龄主持召开的远东反战反法西斯大会。中共“四大”纪念馆在设计布展过程中,始终贯穿“事为魂、史为桥、讲述会议”的理念,以党史知识与文化内涵为血脉,凸显中共“四大”的重要窗口。

最后,大家在四大会址纪念馆门口合影留念,纷纷表示学习和继承老一辈无产阶级革命家坚定信念、执着奉献的精神,要积极投身于自己的工作,再接再厉,攻坚克难,兢兢业业,把先辈开创的伟大事业不断推向前进。

第二、三支部

联合开展党史教育活动



“七·一”前夕,怀着对党的先驱者崇敬之情,第二、第三党支部的党员一起参观了“中共一大”纪念馆。那一幢普普通通的老房子,老式石库门,青色砖瓦,质朴厚重,凝聚着不平凡的历史底蕴。纪念馆展览厅一件件珍贵的文物,向人们诉说着一幕幕惊心动魄的革命事件,向人们展示了一个历史真滴:中国共产党的成立是中国近代历史发展的必然结果,是开天辟地的大事事件,星星之火,可以燎原。听着讲解员的介绍,大家看着栩栩如生的领袖人物的蜡像,不禁肃然起敬。看着许多那时期有代表性的物品,仿佛身临其境,思绪也回到了那个年代。追溯着红色经典的

回忆,深一步地体会到无数的革命先烈缔造了中国共产党,领导中国人民为争取自由进行解放斗争,开始了中华民族重新崛起的历程,开创了新中国现代化的脚步,铸就了中国共产党的辉煌历程。走出一大会址,映入眼帘的就是“时尚与历史”的结合体——新天地。九十多年以来,中国共产党追逐理想的脚步从未停滞,她不仅让中国和中国人民站立起来,更引领着中国和中国人民一步一步走向强大和富裕。中共一大会址外的那片新天地,便是一个生动的例证,从当年老旧的街区到今天现代化城市的时尚地标,新天地一路走来,见证了党领导的改革开放取得成果,也向世界呈现了中国的发展与自信。所以,一大会址和新天地就是中外人士了解中国和中国共产党的“窗口”。时光不再,先烈们已经远去;抚今追昔,我们踌躇满志。作为一名新时代的共产党员,我们要牢记使命,继续完成他们为之奋斗的未竟事业,发扬前辈们艰苦奋斗,无私奉献,奋勇向前的作风,坚定理想信念,坚持对党的忠诚与敬仰,履行好党员的权利和义务,在岗位上切实发挥党员应有的作用,积极为促进企业的发展工作尽心尽责,无愧于“共产党员”的光荣称号。

第四支部

组织参观抗日战争胜利 70 周年 遗存收藏展

2015 年 9 月 3 日,是中国首个法定的“中国人民抗日战争胜利纪念日”。为隆重纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利 70 周年,2015 年 3 月中共中央、国务院专门印发了《关于举行中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利 70 周年纪念活动及其他有关活动的通知》,提出纪念活动的主题是“铭记历史、缅怀先烈、珍爱和平、开创未来”。

7 月 16 日,集团第四党支部组织党员和入党积极分子参观了在环球港布展的“纪念抗日战争胜利 70 周年遗存收藏展”。

此次展览展出展品共计一千余件,包括抗战时期相关珍贵的照片、海报、宣传画册、报纸杂志、衣物、日用品、瓷器、装备、武器和旗帜等,同时上海环球港在花园厅还播放抗战珍贵



电影。同志们踏入展厅后,仔细地观摩每一件展品,回望“七七”,历史的回声意蕴深邃,振聋发聩。

有的同志说:1937 年 7 月 7 日,对中国乃至世界而言,都是一个不能忘却的日子。宛平城的战火硝烟,拉开日本侵略者全面侵占中国的黑暗序幕,将中华民族逼至亡国灭种的危险境地;卢沟桥畔的奋起反击,标注全民族救亡图存的伟大起点,为人类正义事业点亮希望的熊熊火炬。有的同志说:日本侵略者妄图吞并中国的狼子野心和灭绝人性的滔天罪行,让中国人民觉悟和团结达到前所未有的高度;千古一脉的家国情怀,化作百折不挠的抗战精神,铸就为民族而战、为祖国而战、为尊严而战的坚定信念,淬炼出“宁可站着死,不愿跪着生”的铮铮铁骨和民族血性。千万爱国将士浴血奋战,视死如归,奏响了气壮山河的英雄赞歌,书写了不畏强暴,以弱胜强的伟大史诗,不但挽救民族于危亡,也为争取世界和平的伟大事业做出彪炳史册的重要贡献。

最后大家一致表示我们一定要做到前事不忘,后事之师,永远铭记伟大的全民族抗战,铭记在抗日战争中英勇战斗、为国捐躯的烈士,牢记历史、不忘国耻、珍爱和平、开创未来,把伟大的抗战精神化为振兴中华、实现伟大的“中国梦”而努力奋斗。

积极参与“亲亲宝贝,快乐六一” 关爱自闭症儿童活动

又逢六一儿童节,当许多孩子正快乐地一起游戏,一起玩闹的时候,自闭症儿童们却仍在自己的世界中独自徜徉。为了更好地帮助自闭症儿童康复,让他们更加快乐地成长,上海奇翔儿童发展中心特别在六一儿童节开展“亲亲宝贝,快乐六一”活动。第四党支部作为奇翔发展中心的定点帮扶结对志愿者,也积极主动参与到了此次活动之中。

活动当天,第四党支部的党员和入党积极分子不仅自己参与关爱自闭症儿童活动,而且还带上自己的孩子一起奉献爱心。早上 7 点,大人和孩子们都帮助老师们布置活动现场,党支部购买了大量的绘本、蜡笔,让自闭症儿童们可以发挥想象,画下自己对世界的认知。孩子们在家长的陪同下,在志愿者的带领下,参加不同的活动项目,期间众多孩子对涂鸦教室充满了兴趣,也让大家的热情空前高涨。每当孩子进入教室希望可以画画时,大家都充满耐心,细心地和孩子沟通,帮助他们画下一幅幅图画,当看到孩子们在画好图案,并获得一



个小小五角星时所展露的笑容,大家心中充满了快乐。

活动时间虽然仅有三个小时,但让我们所有人的心中都充满了爱。同志们纷纷表示希望今后更多参与志愿者活动,为自闭症儿童带来更多的快乐,帮助他们更好的成长。并且会把这样的理念传扬出去,让更多的人来关心他们,帮助他们。

“奔跑吧·宏泉”系列培训



2015 年 6 月 18 日清晨在人力资源部的精心组织安排下,在淅淅沥沥的小雨中我们整装出发,一路欢歌笑语,很快便抵达了阳澄湖培训基地,开始了为期两天一夜的“奔跑吧·宏泉”拓展培训。

在培训老师的指导及简单的破冰活动后,小伙伴们分成了四组,“牡丹队”、“衣妇山泉队”、“霸气一点队”、“旭日队”,团队名字一个比一个霸气。培训共分多个环节,每个环节都设立相应的分数,累积积分最高的小组将获得神秘大奖。

随着热身环节、游戏环节的不断开展,团队的奇妙妙想层出不穷、高手也不断涌现。“纸飞机”、“寻找名牌”、“撕名牌”挑战的是伙伴们的脑力、动手能力和“作战”能力。“隔空水瓶”环节考验的是伙伴们之间的默契与信任。“叠骰子”环节考验的是伙伴们的协作和自我牺牲精神。

“团队计时”任务是难忘的。扔飞镖、念口令、在趾压板上跳绳、吃干馒头、喂火腿肠、喝啤酒,我们是最棒的团队七个环节把小伙伴们折磨疯了,在气垫上连走路都难,竟然还要完成跳绳 20 次,这实在有些疯狂;干馒头对吃货来说可能比较容易,但在滴水不进的情况下,难度依然颇大。可是好在各组都咬牙完成了任务。

“奔跑吧,宏泉”系列培训中最精彩的莫过于“撕名牌”这个环节了。小伙伴们为了达到目的,利用各种阴谋计策,男女大混战。各种的倒地、各种的纠缠,各种的狐假虎威,都抵不过“霸气一点队”的霸气,最后甘拜下风输给他们。

两天一夜的综合成绩评定下来,最终“霸气一点队”获得了本次培训的第一名,得到了神秘大奖。大家都在感叹,关键时刻还是要“霸气一点”才能取得胜利啊。

最后的自助午餐欢乐时光,大家齐心动手,为自己的辛苦打造了一份别样的美味。“旭日队”的主打特色是辣,鲜嫩多汁的鱼上洒满了辣椒,但味道却出奇的好;“衣妇山泉队”的烤肉则是吃出了满满的幸福感;“牡丹队”的大盘炒虾则是色香味俱佳;“霸气一点队”的烤鱼称得上是厨艺大师的杰作。举杯畅饮感谢兄弟情深,欢声笑语荡漾在林间。

两天一夜的培训在伙伴们的心里都深深地留下了烙印,我们明白成功是需要尝试与努力的,团队是需要磨练与信任的。滚爬跌打不畏前路艰险,昂扬斗志不断佳绩再现。感恩宏泉!感恩生活!欢声笑语只因有你我做伴!

(人力资源部 张文俊)

生日会



炎热的夏天,考虑到 7 月、8 月西大堂生日的小伙伴们众多,同时也让其他的员工更实际的了解集团下属的西大堂总部经济,本次同生会第一次在西大堂举行。现在就让我们赶快来看看本次同生会的精彩实况。

依然是抽奖、点蜡烛、吹蜡烛、切蛋糕这些传统的生日一样都不能少的环节后,所有寿星分成了两队,采用累计积分制,多轮游戏后,分数最高的一队可以争夺最终大奖。在画画拷贝不走样环节中,我们一直期待着精彩的“走样画面”,但由于有了几位“大师”的参与,使得大多数题拷贝到最后一位伙伴时并没有大碍,所以自然也很轻松的得到了最终答案。新增的抢答 24 点游戏中,意想不到的是一位员工,身为母亲,每天晚上陪伴自己的孩子学习数学计算,就是利用 24 点算术游戏法,在游戏中无论文出怎样的难题,都被她一一化解,令众人不得不佩服。最终的争夺大奖,是通过采用石头剪刀布的方式来决定大奖的归属。连续两年的生日会西大堂的潘总都抽到了大奖,运气真是好之又好啊!羡慕得我们也想跟着沾沾这喜气呢!

日常急救培训班

2015 年 7 月 30 日,集团与上海长征医院急救科合作,在普陀区民营科技企业总部大厦开展了一次别开生面的“日常急救知识”培训课程。

此次培训重点在于如何进行突发事件的现场急救。现场急救技术包括心肺复苏术、止血术、包扎术、固定术、搬运术等。在做急救之前,首先需要判断心跳,先判断是否有意识,其次在脖子处的大动脉脉搏是否消失,若没有,则需要采取心肺复苏。



是否有空气呼气时溢出,感觉空气的流动,整个过程必须在 10 秒内完成。第二步进行口对口人工呼吸,最后是心脏按压,要求身体前倾,肘部伸直,直上直下,掌不离开,频率>100 次/分,每按压 30 次要人工呼吸 2 次,随后患者若出现大动脉脉搏则成功。人在昏迷时,若呼吸停止,大脑对缺血缺氧的耐力只有 4 至 6 分钟,心脏则是 30 分钟,因此,一旦出现心脏骤停,如果未能采取紧急措施或者未能在 4 至 6 分钟内使患者恢复心跳,则很有可能导致无法苏醒的情况。

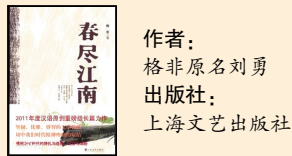
课程还介绍了止血、防暑降温等常见的应急方法。其中,我们了解到中暑的症状包括头痛、头昏、全身疲乏、大量出汗、肌肉酸痛、恶心、呕吐、体温升高等等。一旦出现中暑症状,应立即脱离高温环境,到阴凉通风处休息,做到平卧、松散衣扣、头部和下肢抬高、冷水、冰水湿敷,头部、腋下、腹股沟等大血管处放置冰袋,30%至 40%酒精或冷水擦拭全身。夏日来临时,我们应当当补盐、补碘、西瓜、绿豆粥、果蔬汁、西红柿、热茶、鸭肉、苦味菜、醋等 8 类食品,使身体强健,才有效抵抗中暑厄运。

短短两个小时的培训课程,通过专业知识的学习、案例的分享、现场的演练,让大家受益匪浅,也感叹时间与生命的可贵。

(人力资源部 张文俊)

书香门第

《春尽江南》



作者:
格非原名刘勇
出版社:
上海文艺出版社

《春尽江南》讲述了一对渐入中年的夫妻及其周边一群人近二十年的人生际遇和精神求索,透视时代巨变面临的各种问题,深度解读时代精神疼痛的症结。这部小说主体故事的时间跨度只有一年,而叙述所覆盖的时间幅度则长达二十年。小说通过描写诗人谭端午和律师庞家玉(原名李秀蓉)这对渐入中年的夫妻及其周边一群人近二十年的人生际遇和精神求索,广泛透视了个体在剧变时代面临的各种问题,深度切中了我们时代精神疼痛的症结。

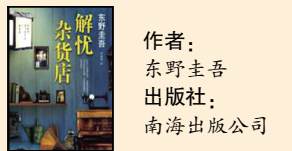
《繁花》



作者:
金宇澄
出版社:
上海文艺出版社

《繁花》是一部地域小说,人物的行走,可找到“有形”地图的对应。这也是一部记忆小说,六十年代的少年旧梦,辐射广泛,处处人间烟火的斑斓记忆,九十年代的声色犬马,是一场接一场的流水席,叙事在两个时空里频繁交替,传奇造生,延伸了关于上海的“不一致”和错综复杂的局面,小心翼翼的嘲讽,咄咄逼人的漫画,暗藏上海的时尚与流行;昨日的遗祸,或是明天的启示……即使繁花零落,死生到来,一曲终了,人犹未散。

《解忧杂货店》



作者:
东野圭吾
出版社:
南海出版公司

僻静的街道上有一家店,不仅销售杂货,还提供烦恼咨询。无论你挣扎犹豫,还是绝望痛苦,欢迎来信!《解忧杂货店》堪称东野圭吾在《白夜行》后最受欢迎的作品,不但荣获中央公共文艺奖,更登上纪伊国屋、诚品、博客来、金石堂等各大排行榜第 1 名。东野圭吾这次选择的,是生活中最平凡的片段;在事业和爱情间艰难抉择的运动员、离家打拼却屡遭挫折的音乐人、想要挣钱报答亲人的女招待。

《自控力》



作者:
何常明
出版社:
金城出版社出版

《自控力》讲述了过去 5 年,因缺乏自控力你都付出了哪些代价?如果用金钱衡量会是多少?如果你仍然没有改变,那么还会付出多大代价?或许,这是永远也得不出的巨大数字。但是集我十年的培训生涯和我个人的经验所总结出的,告诉你:没有自控力,就没有好习惯,没有好习惯,就没有好人生。最有力量的是那些能掌控自己的人。缺乏自控力却要谈成功就象盲人在谈论颜色。

2015 上半年度员工大会

2015年7月10日,上海宏泉艾瑞酒店召开了2015上半年度员工大会,酒店总经理庄士军对2015年上半年酒店营运情况及各项工作进行全面总结,对下半年酒店经营战略方向及工作重点进行了布置,并在提高工作责任心、规范服务、加强销售力度、减少人员流动性等方面提出要求。同时,会议对在上半年度各项工作中,表现突出的优秀员工进行了表彰并合影留念。

(宏泉艾瑞 乌豪俊)

为了进一步强化酒店员工的消防安全意识,提高火灾防控能力和突发事件应变能力,学会正确使用灭火器和各类消防器材、设备、设施等。酒店保安部在综管部的指导下,于2015年7月22日下午14:00时,在酒店停车场空地前,组织开展了一次实战消防演习。

消防演习按照预定方案,有序、紧张地进行。演习的目的是:提高酒店整体火灾防控水平,员工消防



预定热线:53559999



新浪微博

微信



金秋味觉盛宴

上海宏泉丽笙酒店憩园咖啡厅与您一起欢庆季节的变换,天气渐凉,酒店每日自助晚餐为您备下了多款热菜,搭配冰盘上的各式海鲜,包括蟹、大虾、青口贝和新鲜三文鱼等,尽享憩园咖啡厅为您呈现的秋季特色美味食物!
人民币228+15%/位配以无限免费软饮。
活动日期:9月1日-11月30日
4周岁以下儿童免费 12周岁以下儿童享受半价优惠
晚餐:18:00-22:00
请至少提前一天预订 021-53559999*3777

坐下来,享受我们的咖啡蛋糕带给您的美味与安宁!酒店还为您精心准备了可口新鲜的三明治。如果您时间不充裕,酒店还可以为您打包美食。

时间:每天10:00-21:00
咖啡+点心 特惠套餐价
咖啡+蛋糕 人民币40元
咖啡+三明治 人民币50元
六点以后更有半价优惠!



特惠午市/晚市套餐

上海宏泉丽笙酒店臻玉轩中餐厅推出特惠午市套餐包含每人一份软饮,晚市套餐包含每人一杯红酒。
价格 人民币98元净价/人 两人起售
午餐:11:00-13:30
晚餐:17:00-21:30
请至少提前一天预订 021-53559999*3780



预定热线:63366618



欢迎关注微信订阅号
上海宏泉艾瑞酒店

· 新品推荐 ·

百合花炖肉汁 百合花是一剂滋补良药;百合状如白莲花而得名,其味如山药,除含淀粉、蛋白质、脂肪、钙、磷、铁、维生素B1、B2、C、胡萝卜素等营养素外,还含有一些特殊的营养成分,如秋水仙碱等多种生物碱,这些成分作用于人体,不仅具有良好的滋补效用,对于虚弱、慢性支气管炎、结核病、神经官能症等患者有很大的帮助,而且对多种癌症都有一定的疗效,也是一种天然的抗肿瘤药。

此款立秋研发的炖汤,用精肉末清炖出的肉汁配干晒后变红艳的百合花,汤色清澈,花香飘逸,真是种赏心悦目的美食。

云胜澳带 厨师选用澳大利亚野生带子,广东空运丝瓜,云南火腿膏,煎焗手法,整菜酱香浓郁,口感嫩滑。

黑松露羊肚菌皇 羊肚菌是一种野生珍贵菌,由于它的菌盖表面凹凸不平,状如羊肚,故名羊肚菌。羊肚菌为马鞍菌科羊肚菌属珍稀的食、药两用真菌,羊肚



国际金钥匙新成员



上海宏泉丽笙酒店礼宾部经理-万成华先生,拥有超过9年的酒店礼宾部管理和服务的经验。于2015年6月正式成为国际金钥匙组织中国区国际会员。
酒店礼宾部的所有员工都是接受过专业以及系统的培训,能够为客人解决在酒店入住期间遇到的问题,解决所有客人的困扰,能为客人准确的提供一切客人所需要的信息。礼宾部将是您在上海宏泉丽笙酒店入住期间的伙伴,知己和朋友。



2015年8月14日,上海宏泉丽笙酒店组织员工参与义务献血,为挽救他人的生命做出自己的贡献。



荣获 2015 年卓越奖

近日,上海宏泉丽笙酒店被TripAdvisor 评上2015年卓越奖。这是继2012年的旅行者最佳选择酒店奖,2013年/2014年卓越奖以来,酒店连续第4年获得TripAdvisor 颁发的奖项了。
卓越奖是TripAdvisor 所颁发给酒店的较高荣誉的奖项之一。该奖项的评选完全取决于旅行者的真实评论和观点,只会颁发给真正名副其实的酒店。对于可以评选上这个奖项,我们酒店全体同仁都感到非常骄傲和自豪,希望跟大家一起分享这份荣耀!



土荪苓煲蛇鸡汤
三丝锦蛇羹
红烧崇明羊肉
香辣鞭花
川香脆皮锅巴煮牛蛙
鲜果沙律皮鸭
家烧萝卜
膳药驴肉
香辣麻腐
青剁椒素鲍鱼

祥和王宫：顶尖奢华家饰装修 彰显豪宅价值风范

“豪宅”这个词汇是鲜明而模糊的。人们对它的普遍认知,是“富人居住的豪华住宅”。其实,“豪宅”的标准,是一种居住价值的具体表现。

概括而论,公认的豪宅必须具有五大价值:便捷方便的地理位置价值;得天独厚的自然资源或人文资源价值;无可再生的绝版土地价值;匹配尊贵的高端服务价值;创新奢华的设计装饰价值。因此,“豪宅”的标准,在于必须融合五大价值,造就其不可复制的唯一性特点。

今年上海豪宅市场量价屡创新高,根据有关资料显示,仅上半年,上海总价超过3000万元的豪宅签约已高达160套,相比去年一整年的成交量翻了三倍。而其中更有包括汤臣一品、古北一号等“名宅”在内的7套豪宅成交价格已超过亿元。由此可见,近来房地产市场较为热门的话题:上海房地产市场已迎来“豪宅时代”。

近期闻名遐迩于上海楼市,位于普陀真如商圈的上海市区稀缺独栋绝版别墅社区——“祥和王宫”,因其珍贵的土地价值、绝版的市区地段、不可复制的别墅类物业特性,以及“贵族式”的五星服务品质而吸引市场高端消费人士的热切关注。“祥和王宫”作为顶级市区别墅,真正体现出豪宅的五大价值。

作为市区第一居所别墅的“祥和王宫”,大尺度和大空间的居住户型,如何彰显尊贵的居住享受?7月26日,在“祥和王宫”举办了“欧洲顶尖家装品牌、教皇贵族领袖服务零距离进驻祥和王宫暨祥和王宫&阔品国际联合签约仪式”活动,宏泉集团旗下子公司上海申豪房地产公司推出了“祥和王宫”专属的私人订制豪宅设计理念服务,并引进顶尖国际家装品牌服务于购房业主,真正彰显出豪宅别墅的居住价值风范。



私人定制的创新设计理念
真正做到“豪”而不“土”

7月26日,神秘的“祥和王宫”第一次向市场揭开了它的面纱。因为“祥和王宫”采用的是贵宾预约制服务的接待流程,因此,除了一些身份显赫的贵宾之外,很少有人能一睹其“王者”风采。

活动特邀有着“两岸设计第一人”之称的设计大师白庆聪先生和其“阔品国际集团”,国际顶尖著名家装品牌 AB Italia 董事长 Mauro Pellizzoni 先生及其团队参与。值得一提的是,本次活动延续了“百位名流鉴赏老上海风情别墅”活动,还特邀一名神秘嘉宾到场——著名音乐制作人、落基山环保技术有限公司董事长,同时也是王军霞的前任丈夫黄天文先生现场进行其新书《东方神鹿——我的太太王军霞》签赠仪式。



设计理念,先后成为绿城集团、星河湾集团等著名房地产企业的合作伙伴。而白庆聪大师亦是台湾“Conde 当代设计”杂志封面人物,以27年的丰富实务经验,多次获得国际设计奖项,是一名杰出而著名的豪宅设计大师。



别墅产品区别于一般的物业产品,尤其像“祥和王宫”560-590平方米,附赠320-380平方米4.6米层高一层地下空间的“大尺度”产品,其优势在于户型功能性的最大化,不用担心空间布局,不合理而导致功能性的缩减,这也是许多大平层和别墅产品所无法达到的居住空间“大尺度”标准。因此,“祥和王宫”特聘“阔品集团”为每一位业主私人定制自己的私密生活享受空间,其意义不仅仅只是毛坯空间的“设计”而已,而是真正将五星的服务创新理念带给业主。

拥有“祥和王宫”的每一位业主,都必然有着自己的尊贵身份和独特品味。因此,“祥和王宫”按照业主的实际需求,合理分配每一寸居住空间,坚持不做“千篇一律”的装修产品,保证每一座别墅都是“豪”而不“土”的珍稀藏品,从真正意义上实现“豪宅”的价值。因为“祥和王宫”卖的不仅仅是别墅,而是一尊真正的生活“豪宅藏品”。

国际顶尖的家装品牌
专为业主优质低价打造

以“人要衣装,佛要金装”而论,豪宅别墅的家饰家具更应该体现居住生活品质享受。这不仅仅是一种生活标准的体现,更是一种尊贵生活的彰显。

因此,作为市区唯一的纯独栋豪宅别墅社区,“祥和王宫”不仅贯彻私人定制的服务理念,保持其豪宅的价值,更是引进国际顶尖的家装品牌,为业主打造纯正的“贵族式”生活居家环境。本次活动特邀的 AB Italia 董事长 Mauro Pellizzoni 先生及其团队,代表着包括 Baldi, Bazzi, Seguso, Gianni 等在内的国际级顶尖家装品牌,与“祥和王宫”签署战略合作协议。“祥和王宫”作为 AB Italia 为代表的欧洲顶尖家装品牌中国专属项目合作单位,“祥和王宫”的尊贵业主可享受家具定制优质低价的服务。



这些品牌家具直接由欧洲原产制作空运,“祥和王宫”的业主在选择心仪的品牌之后,可直接前往家具工厂进行家具定制和选择。当然,正如豪宅的定价论一样,这些稀缺的顶尖家饰的价值也是不那么容易评估的,也不是市场随处可见的“地摊货”,有时甚至有钱也买不到。由于“祥和王宫”作为这些尖端品牌的中国专属项目合作单位,业主可以轻松拥有这些至尊的奢华家饰,没有价格“虚高”的担忧,也抛开“购买无门”的烦恼。

由于私人定制的创新设计理念和国际顶尖家装品牌入驻,无疑使祥和王宫豪宅价值得以进一步彰显。“祥和王宫”的“豪宅价值”的特征,使其当之无愧地成为上海市区豪宅别墅的典范。

据悉,“祥和王宫”即将开盘,为报答市场的关注和业主的喜悦,“祥和王宫”推出了前五套购买业主可配送设计装修的活动,如此巨大的优惠力度,也再一次向市场展示了“祥和王宫”的营销理念:我们仅为20位君王,打造全新的贵族风情生活。

(摘自《新民周刊》)



豪宅是怎样炼成的?

地理位置价值 上海普陀真如商圈 · 紧邻中环市区别墅

人文资源价值 城市中心风情生活 · 品老上海洋房情怀

稀缺土地价值 不可再生土地资源 · 私享一亩三分天地

尊享服务价值 五星酒店管家服务 · 衣食住行人生无虞

奢华装修价值 私人订制别墅设计 · 欧洲顶级家饰品牌

“两岸设计第一人”、连战家族御用设计团队白庆聪大师私人定制豪宅设计理念,尊享曾宗总统御用、欧洲皇室指定意大利精工打造别墅及家饰家饰

祥和王宫推出前五套购买业主可配设计装修的活动 (详情请致电咨询) 活动名额有限2015年8月30日

祥和王宫采用预约制服务

总经理预约热线: **13501938898** 项目地址: 上海市古浪路391弄

开发商: 宏泉集团 上海申豪房地产开发有限公司 物业管理机构: 高力国际 品牌服务: 新贵广告 沪房地地字(2014)第18081号 (广告中具体载明的内容可作为购房合同附件)