

摄影师的日常



但凡遇到重大活动、组织生活，少不了一个奔走的人群周围的摄影师。为每个活动留下珍贵的瞬间。

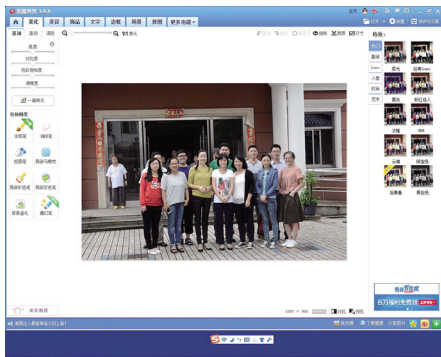


大家一直以为，拍好的照片就是这样的……

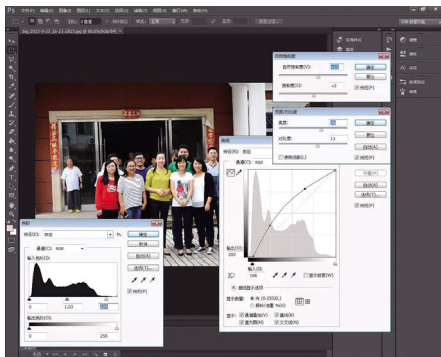


可实际上刚拍完的照片……是这样的……

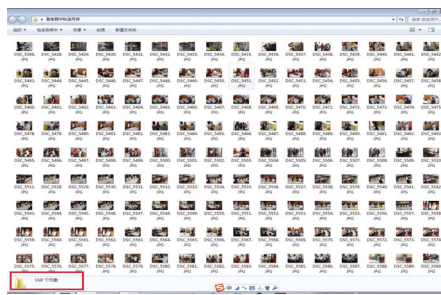
经过信息网络中心的后期处理，照片才达到对外公开展示的质量要求。



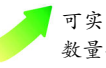
大家通常认为处理照片是这样的简单，



可实际上处理照片……是这样的……



大家看到的多媒体平台是这样的，



可实际上挑照片的时候，照片的数量……是这样的……

摄影师默默的把别人的影像弄得漂漂亮亮的！

冬季养生全攻略 舒适过暖冬

冬季是养生的最好时节，贴秋膘之后不少人接着贴冬膘。那么冬季养生究竟有哪些注意事项呢，冬季进补怎么补才好，冬季是否不能运动？下面就为大家总结冬季养生全攻略，让你冬季不再怕冷，舒适过暖冬，so easy!

1.早睡早起

《皇帝内经》记载：“冬三月，此谓闭藏，水冰地坼，无扰乎阳，早卧晚起，必待日光。”意思就是说，冬天人们应该晚上早点睡觉，早晨等到太阳出来之后再出来活动。而从现代的角度来看，早睡者的唾液中所含的皮质醇指标较其他人普遍偏低，从而使他们的精神抑郁度也较低。可见，早睡早起也能帮助舒缓压力。

2.室内通风

冬季，寒风呼啸，有些人干脆就将门窗紧闭了。更有些人认为只有夏天气温高比较容易滋生细菌，冬天细菌少，家中清洁频率可以降低。这些看法都是不正确的，长时间将门窗紧闭容易滋生很多病菌。每天打开窗户，可清新室内的闷气，净化空气，一般坚持每天通风 30 分钟即可。

3.适量出汗

冬季晨跑“大队”人数激增，但从养生角度来看，这种做法不值得提倡。冬季早晨寒冷，空气稀薄，晨跑一个小时大量出汗，此时人体阳气也随之散发。出汗是人体正常的生理现象，也是人体的一种正常排毒方式。冬季并非一动不动地窝在家里就好，运动以微微出汗最佳。

4.脚部保暖

俗话说“寒从脚底起”，人的足部有很多与人体内脏关系紧密的穴位，足部受凉，会引发出一系列的病症。人体脚步有一个非常重要的穴位，称之为涌泉穴，踮足时足前部凹陷处即是。特别是女性朋友，冬季更应该注意足部的保暖，每晚九点左右泡脚，水温 50 度左右，有助于活络气血、减少失眠症状。

5.多喝水

虽然冬季不像夏天那么容易饥饿，但也需要补充充足水分，以维持大脑与身体各器官的细胞正常代谢。千万不要等到感觉口渴了再喝水，因为那时候已经太迟了。冬季每天饮水量应在 2000-3000 毫升为宜。

6.适当进补

冬季进补宜以高蛋白、高热量的食物为主，例如各种肉类以及中药补品。进补之时一定要注意不能伤及脾胃，特别中老年人应以补肾食物为主。此时莲藕排骨汤、山药羊肉汤、白萝卜炖牛肉等成了上上之选。而黑豆、黑芝麻等黑色食物如肾，多吃同样可以起到补肾的效果。

7.喝粥保健功效好

冬季喝粥，粥里含有的水分可补充人体流失的水分，缓解皮肤干燥问题。另外，对于肠胃不好的人，多喝粥可起到促进吸收、驱寒暖胃、益气养阴等功效。



生日祝福



1 月份

江年胜

吴瑞芳

胥晓伟

凌佩琴

陆 旋

金国强

费 筠

何启连

曹迈初

羊晓麒

秦 悦

沈 杨

李 麒

刘剑峰

汤忠山

2 月份

方志礼

徐 敏

周鸣俊

俞龙海

张 琪

许杰品

吕少亮

朱 敏

唐书磊

滕文豪

周家红

邵飞龙

韩 超

3 月份

滕翔峰

黄 柳

朱 剑

张志春

朱安祥

张根娣

安 鹏

赵 伟

王化中

李建政

钟梅英

乐晓阳

HOCHANE宏泉
创造祥和生活

Hochane Group
2016 年第 1 期
总第 69 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 陆燕萍 责任编辑 朱剑 曹迈初 赵郁 单惠君 陈琳 张文俊 吴澄洁 羊晓麒 周烨

总裁祝词

金羊辞旧千家乐，金猴迎新万户欢！2015 年的脚步渐渐远去，2016 年的钟声已经响彻天涯，在这辞旧迎新的喜庆时刻，我谨代表宏泉集团，向长期以来一直关心和帮助集团发展的各位领导、朋友、社会各界人士致以衷心的感谢！向公司全体员工及家属致以诚挚的问候和美好的祝愿！祝大家新年快乐、身体健康、阖家幸福、万事如意！

在刚刚过去的一年，在各经营团队和全体员工的共同努力下，集团继续保持着健康、稳健的发展步伐。梅川路缤纷生活体验馆业态调整提升后，已形成别具特色的风貌，并入选上海最著名的 40 条商业街之一；“祥和”系列楼盘的顶级之作“祥和王宫”稀有独栋别墅已深得高端消费者的青睐；祥和星宇小区的最后一幢珍品精装修公寓楼已结构封顶，即将呈现高品质样板间；宏泉丽笙酒店、宏泉艾瑞酒店、普陀民营科技企业总部大厦等优质资产及项目保持良好的运营状态。

集团在获得上述成绩的同时，也获得了不少荣誉，集团第九次获评“中国优秀企业公民”称号；获得“上海民营服务业企业 50 强”、“上海市爱国拥军模范单位”；集团团委获得“上海市五四特色团委”、“普陀区五四红旗团组织”。在取得佳绩的同时，我们也注重员工身体素质提升，在长征镇职工运动会团体项目拔河比赛中获得第一名。

日月开新元，天地又一春。展望未来，我们豪情满怀，信心十足。2016 年，正是我们开启新的希望、承载新的梦想、担负新的使命的关键之年，我们将上下一心，以更加进取的精神、更加创新的思路，开启集团跨越式飞速发展的新纪元。

宏泉集团总裁：吴桂玲
二〇一六年元月

市、区工商联领导来集团调研交流民营企业党建工作



为了深入开展民营企业党建工作，努力促进非公企业健康发展和非公人士健康成长，10 月 21 日下午，在集团举行了由市、区工商联及集团领导参加的“开展党建交流，促进‘两个健康’”党建调研交流活动。上海市工商联党组成员、副主席高开云同志以及普陀区委统战部副部长、区工商联党组书记马毓同志等市、区工商联领导出席，集团党委书记、总裁吴桂玲及集团党政负责人、支部书记参加了活动。

各位领导参观观摩了集团党员服务中心，听取了集团党委书记、总裁吴桂玲同志作的公司经营发展和党建工作汇报。吴书记介绍了集团在转型发展发展中集团产业板块经营发展、积极参与区域社会主流活动，主动承担社会责任等情况。集团在企业的发展中，注重推进企业党建与经济的同步发展，积极探索适合自己的工作方法，形成工作特色和做法。她指出，集团“党政领导职务



集团副总裁、第四党支部书记潘曙，第三党支部书记许菲菲分别向与会领导汇报了党支部工作的情况。市工商联调研部部长张捍同志、普陀区工商联副主席方伟林同志分别作了交流座谈。区委统战部副部长、区工商联党组书记马毓同志对集团党建以及承担社会责任方面所取得的成绩表示了肯定。希望集团的党建工作有新的做法，形成新的亮点。

市工商联副主席高开云同志认为，这次学习交流互动很有收获，很有意义。在学习和研究民营企业党建工作上是个提升，感谢普陀区工商联和宏泉集团的协助和介绍。宏泉工作常做常新，多元化发展，承担社会责任，拓展企业党建，有观念指导，有组织建设，有机制保障，有若干年工作形成的特色，有舞台展示。他指出，党建工作主要是政治引领，党员在重要岗位发挥比一般人先进的作用，是正能量。他认为，党和政府工作落地一定靠地区、企业，所以，企业有党建建设是不一样的。中央群团工作会议后，要加强企业工作，要接地气，群团工作要反对“四个化”。基层工作出经验，希望进一步做好政治引领工作，促进“两个健康”。



普陀区副区长范少军到宏泉集团调研指导



11 月 9 日下午，普陀区委常委、副区长范少军带队到宏泉集团开展调研活动，长征镇镇长陈琦华和区投促办主任章宏斌等相关领导参加了调研，集团董事长、总裁、副总裁等领导班子成员参加了会议。



范少军区长认真听取了王岳祥董事长和吴桂玲总裁作的集团发展情况汇报，就企业提出的提升梅川路经营环境、商旅文相结合创新发展思路、及打造总部大厦众创空间等一些建议和意见作了探讨和交流，并强调，有关部门要做好对接、服务工作，为企业转型发展给予大力支持，打造新常态下经济发展的新引擎，希望企业为普陀建设“科创驱动转型实践区、宜居宜创业生态区”多做贡献。

荣 誉 栏



集团被评为
2015
中国优秀
企业公民



集团荣获
“2015 上
海民营服
务企业 50
强”单位

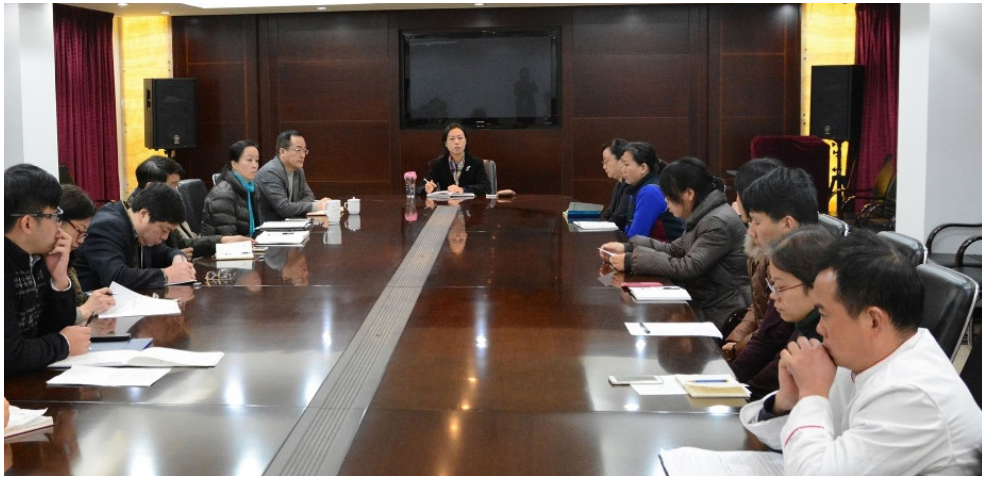


集团被评为
2015 上
海市爱国
拥军模范
单位



集团党委书记、
总裁吴桂
玲同志获评
“支持非公
企业团建和
青年工作优
企业主”

党政领导年末走访座谈 推进党政互融机制建设



集团党委不断加强党政互融机制建设,坚持开展党政双向沟通,坚持定期走访听取职工意见的工作制度。2015年12月上中旬,集团党委书记、总裁吴桂玲带领集团副总裁、工会主席等领导,分批走访了房产开发部、审计中心、祥泓物业一部、宏泉艾瑞酒店、投资发展部、行政部、人力资源部、财务结算中心、信息网络中心、资产营运部、祥泓物业二部、兴梅川公司等,与干部和员工进行了面对面的座谈。集团高层认真听取了几大产业部门和综合管理部门2015年经营和管理的情况汇报和新一年工作打算,认真听取了在座党员、职工对集团、部门各项工作的

意见与建议,认真总结产业转型发展中好的做法,同时与大家一起分析存在的困难与问题,既看到成绩也看到不足,帮助部门协调一些矛盾,提出解决问题的较好思路与方法,凝聚了人心,鼓舞了士气,为新一年理清思路、开好局、早开局起到了助推作用。走访座谈会将以会议纪要形式记录备案,各相关部门和领导高度重视职工反映的困难、问题,积极落实整改方案,加强检查督促。集团党委明确,要坚持经常深入到党员、职工中听取意见做法,并在工作进一步完善这项工作机制,上下齐心协力,深化企业“祥和和责任”文化,为发展企业经济作出努力。

10月28日下午,集团党委召开第三季度政工例会。集团各党支部、团委、党工办分别汇报了第三季度工作完成情况和第四季度的工作。

第三季度,各党支部抓住纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利70周年之机,组织党员和入党积极分子开展了形式多样的学习参观教育活动。

按照区委关于民营科技企业党建实行属地化的要求,集团党委和长征镇党委完成了党建和工会工作的调研对接。党工办和各支部及时组织学习区委组织部有关“负面清单”的文件,认真执行党员发展工作的四项制度,严格“推荐制、公示制、票决制和责任追究制”,做好发展对象的考察、政审等工作。认真做好季度信息报道与党务公开工作,编发《政工信息》4期,在党建栏上发布集团党委有关文件,交流各支部党建和工会活动动态。党政工团领导深入基层单位慰问一线职工,发放防暑降温的盐汽水等清凉饮料、防暑药品;房产工会到工地慰问,发放花露水和毛巾;集团工会为一名职工办理住院补贴,看望慰问住院职工,参加区总工会职工互助保险,申报工会会员卡,征订工会报刊,参加优秀企业公民的测评,组织员工参加读书征文活动,推进企业民主管理和素质工程建设;集团工会经费使用情况通过区总工会的审计得到好评。

集团党政领导对党支部的工作

给予了讲评,提出了在原有工作基础上进一步开拓思路、创新工作方法的希望。

第四季度党建工作主要任务是:继续做好党员的发展工作;开展志愿者服务社会活动;搞好年终先进评比;开展集团职工文体活动;举办“加油,我最棒”第四届集团职工技术比武擂台赛;参加长征镇职工运动会等。

吴桂玲书记认为,第三季度党建工作做的很好,对大家的工作表示感谢!市工商联高开云书记肯定了集团的党建,我们党支部要在原有的基础上争取有更好的提升。第四支部现在有个孵化器平台,工商联希望我们对建立楼宇商会做一些思考。梅川路缤纷生活体验馆商家多人员分散,联合党总支要在坚持原有工作的基础上发挥灵活性。为了强化队伍素质,提高党员质量,对发展党员工作,党委要求严格考察,特别是在培养的过程中花更多的精力,确保质量。目前经济压力也较大,临近年底,明年的工作要作进一步的考虑。我们要经济与党建两条腿同步,凝聚员工,发展经济,投入更多的精力与时间,把年内工作完成好。

集团召开第三季度党政工例会

第一支部

中秋节前夕慰问新长征福利院老人



“每逢佳节倍思亲”,2015中秋佳节即将来临之际党员志愿者一行12人,像往年一样,代表集团第一支部党员前往新长征福利院开展中秋节慰问活动。

志愿者们带着月饼、水果等礼物到达了福利院。福利院的负责人热情地迎接了志愿者们,志愿者们抵达敬老院后,所有人员按楼层分组,以一对一的方式,逐个房间慰问老人,陪老人聊天并将准备好的月饼和水果送给老人,让老人感受到中秋节的温暖。老人们接过一袋袋满是情谊的礼物,紧紧地握着志

愿者的手,表达了他们对志愿者们深深的感谢之情,感谢志愿者们这么多年来,一直没有忘记他们,每逢节日都会派人看望他们,给了他们极大的精神安慰。

从2010年开始,每逢中秋、元宵等重大节日,第一党支部的志愿者们都会来到敬老院慰问老人,不知不觉已经坚持了六年。虽然能做的非常有限,但是大家认为,无论是聊天、送礼品、为敬老院锄草,重要的是为老人们带去心理上的安慰,让他们体会到社会的关怀和关爱,不再感到生活的寂寞与孤单。



同时志愿者们通过奉献自己的爱心,进一步增强了党员为人民服务、为社会尽责的意识。

第一、四支部

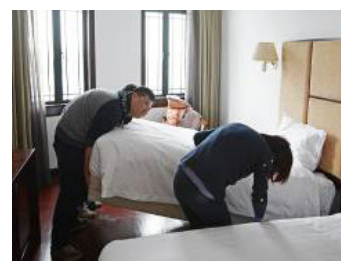
联合开展文明生产活动

为进一步提高服务产业的环境卫生面貌,切实发挥广大党员先锋模范作用,12月9日,第一支部和第四支部一行15人来到集团旗下的阳澄湖培训基地,联合开展清洁文明生产大扫除活动,按照区域承包、清除卫生死角的原则。

为了使清洁工作有条不紊的进行,避免不必要的体力消耗和意外事故的发生,在开展活动前仔细部署,对培训基地内包括大厅、多功能厅、餐厅、客房等公共接待区域进行包干划分。清洁工作不但涉及到电器、家具、灯具、玻璃等死角的灰尘、污渍,更要求重点刷净卫生间墙面、地面的勾缝,不放过任何一个卫生死角。在清扫床下的灰尘时,仔细清扫避免形

成尘螨及霉菌孢子的栖身地。碰到多功能厅等高处擦不到的地方,就利用梯子、椅子等工具进行擦拭。全体参加人员不怕脏、不怕累,在各自的责任区有条不紊地清洁地面、擦门窗、清洁各个卫生死角。个别党员在身体不适的情况下,仍坚持参加完了整个大扫除活动。

所有党员干部都干劲十足,全身心积极主动投入到了此次大扫除活动中,营造了清新整洁、安全健康的人住环境,同时也彰显了支部党员干部带头奉献、团结协作的精神风貌。党员干部也纷纷表示坚持从自己身边做起,从举手之劳做起,以实际行动带头投身到集团的产业发展中,投身到志愿者活动中去。



第四支部

积极参与上海奇翔儿童发展中心 “2015年圣诞联谊会”活动

圣诞节前夕,第四党支部党员志愿者来到奇翔活动中心,与自闭症儿童一起开展圣诞联谊会活动。以帮助这些孩子们早日走出独自徜徉的世界,尽快地恢复健康。

活动开展之前,党员志愿者们提前准备了各类手工材料包、圣诞帽、圣诞手环。手工材料包可以让自闭症儿童发挥想象,自己动手制作小玩具,活跃他们的思维。圣诞帽和圣诞手环则作为礼物赠送,让孩子们过上一个开心快乐的圣诞节。

这次活动,支部还特意让部分



志愿者的孩子一起参加,一方面让受助儿童与正常儿童有更多接触,有利康复。另一方面,通过参与公益活动,从小培养孩子的社会意识

和公益意识。

活动当天,大家早早集合,帮助老师们布置活动现场。在赠品交接之后,联谊活动正式开始。孩子们在家长的陪同和老师的带领下,参加不同的活动项目,期间众多孩子都对第四党支部的手工教室充满了兴趣,也让大家的热情空前高涨。每当有孩子进入教室希望可以一起做手工时,大家都充满耐心,慢慢地与孩子沟通,帮助他们做好属于自己的作品。看到孩子们在完成手工作品后展露的笑容,让志愿者心中充满了快乐,充满了爱。

HI·PARK 梅川路缤纷生活体验街 2015 年货展



HI·PARK 梅川路缤纷生活体验街 2015 年货展近日在 HI·PARK 梅川路缤纷生活体验街中心广场隆重进行。本届年货展展出面积达 2500 平米,汇聚全国各省市的优质展商及产品近百家,各类精品年货营造出浓郁的节日氛围,吸引附近小区及周边居民前来挑选。

此次年货展是 HI·PARK 梅川路缤纷生

活体验街近年来举办规模最大、产品最丰富的一次。其中主要是以地域特产及美食类展商为主。包括新疆的大枣、河南的铁棍山药、越南的芒果、云南的咖啡、宁波的汤圆以及各类进口食品,市民朋友们最喜欢的特色酱菜也是本次展会的主要展品。

活动大大增加了中午及其它空闲时段 HI·PARK 梅川路缤纷生活体验街的人流光

HI·PARK·梅川路
缤纷生活体验街

招商热线:62685666



欢迎关注微信公众号
HI·PARK 梅川路缤纷生活体验街

顾及聚集,使整个梅川路缤纷生活体验街真正成为了老百姓体验优质生活的好去处,更为周边老龄居民及消费者提供了便利的生活、购物选择。
(兴梅川 吴澄洁)

新进
人气商户
介绍

潮香记牛肉火锅

地址:普陀区 梅川路步行街 1424 号
电话:021-32580118



汕头的牛肉火锅,盛名远传,不少城市也有所谓潮汕牛肉火锅。但这牛肉火锅,却只有在潮汕才吃到那原汁原味的鲜香。因为牛肉都是现宰现卖,没有经过冷藏就直接送到餐桌,这就占了一个鲜字。另外牛肉部位繁多,哪些是可以刷火锅的,哪些是可以拿来炒的,哪些是拿来炖的,哪些是只能打成肉丸的,泾渭分明。所以,买牛肉得认准招牌,熟悉了才可以叮嘱师傅预留一些顶级的牛肉,知道哪个部位的肉最好吃,挑其最顶尖的来吃。

本次 HI·PARK 梅川路缤纷生活体验街新开业的潮香记,是源自潮汕当地正宗的牛肉火锅店。所有的食材都是由潮汕当地运至本店,再由来自当地的厨师原汁原味的为大家呈现。对于奢爱牛肉,又颇有研究的食客来说是一场牛肉饕餮盛宴。

下面来介绍下正宗潮汕牛肉火锅吃法推荐

手拍的牛肉丸和牛筋丸,筋道可口,汤煮开,即可下丸子。

匙柄肉,张新民老师介绍说这是牛肉的肩胛肉条,入口即化的嫩肉,汤水滚开,下牛肉涮一下就要捞起。

吊龙伴,指带点肥肉的牛里脊肉条,肥而不腻,鲜香可口,汤滚开时,随吃随涮。

五花脚趾,这是牛腿腱肌,长在牛后腿接近臀的位置,一头牛只有两小块,酥脆爽口,汤滚开时,随吃随涮。

白萝卜切成细丝,吃完肉再吃萝卜。

芹菜是喝汤的绝佳搭配,将芹菜放入碗中,舀汤水加热,味道浓郁,暖心暖。

生菜洗净,生菜是吃完肉,再来吃青菜。

一家人围着火锅,边聊天边涮牛肉,其乐无穷。



新进
人气商户
介绍

特产中国 三门馆

地址:上海市普陀区梅川路 1520 号
联系电话:4008-738-358



三门县,位于浙江省台州市东北部沿海,隶属于浙江省台州市。西枕天台山,东濒三门湾,北接宁海县,南毗临海市。地势西北高,东南低。中、西部为低山丘陵地区,东部为滨海平原。物产丰富,种类繁多。三门特产是由台州当地政府扶持的特色产业,所有产品都具有当地独有的特色。是普通百姓购买年货的首选品牌。目前三门馆已在天猫及 1 号店开馆,销售良好,口碑极佳。现在特产中国三门馆已进驻 HI·PARK 梅川路缤纷生活体验街,为附近居民提供了新的特产礼品购买点,同时线下体验店也将比网上超市提供更完善的服务。

三门小海鲜味领美食文化,鲜美百姓人家。坚持传统工艺制作。无添加防腐剂和防腐剂,我们未曾相遇但心灵相通生于东海孕于自然那些味道带我回家。

当季明星产品推荐:三门锯缘青蟹

就产自美丽富饶的三门湾畔,是一种营养价值较高的大型名贵水产品,所产青蟹以“壳薄、膏黄、肉嫩、味美”而驰名闽浙沪。清朝诗人鲍谦有诗为证“何物可供郎下酒,糖醋青蟹砺江蚝。”浙江省副省长章猛进先生曾赞为“精品蟹”。2000 年以来,三门县多次在上海、杭州等地举办青蟹推介会,三门青蟹逐渐为人们所熟悉。2002 年三门举办了首届青蟹节,在青蟹节上单个三门锯缘青蟹拍出 40 万元的天价,《人

民日报》、《文汇报》、《浙江日报》、《中国海洋报》相继作了报道,三门青蟹从此蜚声海内外,好评如潮。2001 年三门锯缘青蟹在中国国际农业博览会上被命名为名牌产品,2001-2003 年连续三年获浙江省农业博览会金奖,2001 年获浙江省渔博会金奖,2002 年获浙江省名牌产品。2003 年 12 月“三门湾”牌锯缘青蟹还通过了无公害食品认证,产品远销大江南北,2003 年实现出新加坡、日本等国际市场,产品深受广大消费者的好评。





预定热线: 53559999



新浪微博

微信

领队心语

集团 2015 年度职工技术比武擂台赛,暨第四届集团酒店行业职工劳动技能大练兵,首届物业行业职工劳动技能大竞猜结束后,参赛单位领队分别对本次擂台赛谈了自己的看法。

胜可喜却依然保持平常心

宏泉丽笙酒店领队贺艾伦总经理:职工技术比武擂台赛已经举办四届了,作为职工切磋技艺、加深感情交流的舞台深受大家的欢迎,每次比赛前,他们都认真准备,要为企业赢得荣誉。我们非常感谢宏泉集团给职工搭建了一个提升、展示和体现职工价值的平台,非常感谢参赛职工的全身心投入与付出,非常感谢宏泉艾



岗位秀技能 擂台展风采

“加油,我最棒”宏泉集团 2015 年度职工技术比武擂台赛,即第四届集团酒店行业职工劳动技能大练兵,首届集团物业行业职工劳动技能大竞猜,于 2015 年 11 月 23 日在宏泉丽笙酒店举行。长征镇总工会潘智芸副主席,集团副总裁江年胜、陆燕萍、杨伟中、方志礼,以及工会和相关单位负责人出席了本届擂台赛。

今年擂台赛共有 40 多名职工技能好手参加了竞技,经过激烈的角逐,宏泉丽笙酒店高杰群、吴兰娣分别获得客房铺床、中餐摆台擂主称号;西大堂科技投资发展有限公司的水电工李麒、祥泓物业管理有限公司安保尹梦梦分别获得电工类、安保类竞技擂主称号;宏泉丽笙酒店中厨房获中餐厨艺竞技擂主荣誉。宏泉丽笙酒店还获得酒店行业职工劳动技能大练兵团体优胜;上海西大堂科技投资管理有限公司获得物业行业职工劳动技能知识大竞猜团体优胜。

近年来,集团把培养“企业能人”作为企业职工素质工程建设重点工作,并建立了以职工技术比武为主要内容的职工技术比武擂台赛,通过行业间的岗位技能好手的交流,来提高员工操作技能、操作知识,切实做到激发职工潜力、提升服务水准,展示了企业风采,体现了职工在企业发展中的个人价值,促进了职工和企业的共同发展。



瑞的选手,在他们展示过程中我们也看到了可提升、可完善的地方。宏泉丽笙酒店虽然获得本届擂台赛团体优胜,但胜负是次要的,关键是加深职工之间的感情、共同提高技能,把企业做好是主要目的。

败不败依然保持向上斗志

宏泉艾瑞酒店领队庄士军总经理:首先向宏泉丽笙酒店表示祝贺。宏泉艾瑞酒店无论是企业领导,还是参赛职工,都非常重视和喜欢职工技术比武擂台赛这样一个互相学习、互相促进的交流形式。擂台赛最大的好处是倡导按行业标准竞赛、倡导企业间良性竞争、倡导员工间互学共进。作为上届的擂主,此番守擂失利有些遗憾,但在擂台上职工还是发挥出了正常的技能水准。通过擂台赛,要从对方身上学习长处,从对方身上看到自身的不足,不断练好职业



本领,提高技能水平,为企业发展发挥一技之长。经过一年的努力,希望在明年的擂台赛上有好的表现,为企业争得荣誉。

让展示的舞台更加宽广

上海西大堂科技发展有限公司领队陈琳副总经理:我们参赛职工是第一次参加类似活动,在擂台赛竞技中,职工的表现一开始有些紧张,但总体要比赛前预料的要好。擂台赛让我们职工进一步了解了集团不同产业的工作内容,对各产业的行业类型有了新的认知,也给职工带来了展示专业知识的机会。今后我们西大堂物业会继续努力,和祥泓物业一起互相学习,练好本领,在服务大厦企业的过程中更加的专业化、规范化。希望以后能增设类似客服礼仪方面的竞赛,使擂台赛拓展出更多的舞台空间,让更多的职工能结合本岗岗位,参与到学校技能,提高技



能的活动中。

擂台赛强化素质提升能力

上海祥泓物业管理有限公司领队许菲菲副总经理:这次参加集团职工技术比武擂台赛,让我感受到了集团党、政、工领导对职工职业发展的重视和关心,感受到了良好工作氛围,看到了各个行业职工的精湛技艺和服务能力。在这次物业行业职工职业技能大竞猜活动中,虽然只获得了一个单项擂主,但是,参赛职工还是在参与的过程中强化了业务素质。和西大堂公司物业的职工一起进行职业技能交流,密切了企业与企业、领导与职工、职工与职工之间的联络,结识了新朋友,今后我们也可以在平时进行探讨、交流、沟通,取长补短,使每个人都能够成为岗位能手、业务高手,增强和提升我们服务业主、服务企业发展的能力。

温馨公司“尾牙”
尽在上海宏泉丽笙酒店

温馨的“尾牙”
尽在上海宏泉丽笙酒店
2015-2016年度公司年会
人民币300元/人起
地点:酒店宴会厅
时间:2015年12月1日-2016年2月28日
*详情请咨询上海宏泉丽笙酒店
市场销售部:021-53559999*3812

又到年底,是时候慰劳一下辛苦工作了一年的员工了!年底“尾牙”无疑是最符合咱中国人爱热闹、爱团聚、爱美食的习性了。

上海宏泉丽笙酒店推出 2015 年度-2016 年度公司年会特价,人民币 300 元/人起。无柱宴会大厅,中西式菜肴任意选择,让您的员工在舒适的环境、美味的食物中纾解一年的辛苦,更为来年的奋斗做准备!

时间:2015 年 12 月 1 日 - 2016 年 2 月 29 日
详情请咨询上海宏泉丽笙酒店市场销售部:
021-53559999*3812

凝聚力创佳绩!



2015 年 10 月,上海宏泉丽笙酒店在全体员工的共同努力下,取得有史以来最好的业绩,连续多日的 100% 客房入住率,刷新历史纪录的 GOP。酒店管理层为了感谢员工的努力付出,11 月 6 日上午全体出动,亲手为员工们包馄饨,以表达感激之情。

冬季推荐菜

由酒店总厨携手一流团队为您呈献粤菜、上海本帮菜及川菜的特色佳肴。10 间精致的贵宾包厢,是您商务洽谈、好友聚会的理想选择。

在这个寒冷的冬季,中餐行政总厨及他的团队为您精选中国传统中药材烹制药膳佳肴,既美味又营养补身,是您冬季滋补的不二选择。

人民币 32 元/份起

午餐:11:00-13:30
晚餐:17:00-21:30
请至少提前一天预订
021-53559999*3780



玛卡炖山草鸡汤
冬枣鲜笋烧鹿肉
红烧崇明羊肉
特制雕皇蒸鲜活黄鱼
荷芹炒广东腊味
避风塘香酥德国猪蹄
秘烧传统桂花扎
酸辣芋梗烧毛豆

超高性价比的 10 人套餐

臻玉轩中餐厅为您呈献性价比超高的 10 人套餐,满足您商务宴请,家庭聚餐等各种需求。套餐内包含果汁 1 瓶,本地啤酒 2 瓶,以及可乐或雪碧 1 瓶。

原价:人民币 4888 元净价 现价:人民币 1888 元净价

有效期:2015 年 11 月 1 日 - 2016 年 3 月 31 日,国定假日除外。

午餐:11:00-13:30 晚餐:17:00-21:30 请至少提前一天预订 021-53559999*3780



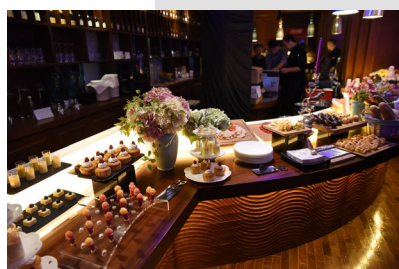
芝士上汤焗龙虾
泰皇咖喱梭子蟹
冬菜蒸多宝鱼
蚝皇鱼松虾仁烧海参
姬松茸猪展炖老鸡汤
Xo 沙茶珍菌爆牛肉粒
广式特色烤鸭
芝麻川香辣鸡块
清炒田园时蔬
港式豉油皇炒面

巧拌海蜇丝
镇江水晶肉
怀旧风味烤子鱼
蒜茸老醋酱瓜
话梅西芹泡萝卜
海笋拌秋葵
蜜汁叉烧酥 (10 只)
木瓜雪梅酿 (10 只)
桂花酒酿丸子
水果拼盆



bread n butter 时装新品发布会

2015年11月11日,法国轻奢淑女装 bread n butter 在宏泉艾瑞酒店隆重举行了2016年夏季时装新品发布会,吸引了众多知名服装企业前来参加。



工会慰问患病职员

2015年10月16日酒店工会会同管理层领导一起上门探望因骨折在家休养的前厅部员工朱文览同志,了解该员工的病情并代表企业送上慰问金。该员工感谢公司对其的关心和帮助,表示将积极配合治疗,争取早日康复投入工作中。



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



情话花千骨

老上海有经过多年沉淀糖醋小排,家喻户晓,老少爱吃,艾瑞厨师在热菜冷作的基础上借用上了广东传统老菜"话梅猪手"的操作方法,精选肋排代替猪手,用话梅的甜酸,添加清香的桂花烧制,整道菜经过传统的改良风味独特、意境十足!绝对是热播"花千骨"的魅力!



阿根廷爱上云南

阿根廷南部海域,纯净无污染,水温较低,红虾在这种环境下自然生长,富含铁等元素,因是野生深海虾,加上全身红色,色泽艳丽,营养丰富,口感鲜嫩。云南鸡枞菌肉厚肥硕,质细丝白,味道鲜甜香脆。含人体所必须的氨基酸、蛋白质、脂肪,还含有各种维生素和钙、磷、核黄酸等物质。鸡枞的吃法很多,可以单料为菜,还能与蔬菜、鱼肉及各种山珍海味搭配,红虾的鲜嫩鸡枞菌的鲜甜,它们的碰撞能不擦出爱的火花吗?



浓汁天山雪耳

白雪耳是一种广东生态森林自然环境培植的菌菇,种子实体呈耳状、叶状或杯状、薄,以侧生的短柄或狭细的附着部固着于基质上。色泽洁白,质地柔软呈胶质状,薄而有弹性,湿润时半透明,干燥时收缩变为脆硬的角质近似革质。味道鲜美,白雪耳益气强身,有活血效能,并可防治缺铁性贫血等;可养血驻颜,令人肌肤红润,容光焕发,能够疏通肠胃,润滑肠道,经清水泡发,通过浓郁肉骨汁进行入味收汁,入口脆口弹牙,味道鲜美,是一种值得你一尝的绿色保健食品,而命名天山雪耳更能凸显其品质的优越。

安全生产大检查

2015年12月酒店管理层领导和工会负责人及各部门主管组织了第四季度安全生产大检查。巡视检查了大楼的重点区域,高低压配电房、地下室水泵房、电梯机房、中央空调水泵房及营业区域内的消防通道等。对检查过程中发现隐患及时责令相关部门进行整改,确保酒店正常运营。



年会
2800元/桌

A套

艾瑞八冷盘
潮式卤水拼盘
干烧大明虾
姜葱焗青蟹
清蒸老虎斑
黑椒牛仔骨
花枝澳带星

富烧红海参
酱爆石斑肚
美极掌中宝
红焖启东羊肉
清炒时令蔬
牛家土鸡汤
美点双辉
水果拼盘

B套

艾瑞八冷盘
潮式卤水拼盘
藕带爆青明虾
清蒸龙趸斑
咖喱焗青蟹
灵芝菇爆红海参
银丝蒸扇贝王

吊烧脆皮鸡
香鲍菇爆牛仔粒
鸡汁百叶包
启东腊味合蒸
上汤时令蔬
滋补乳鸽汤
美点双辉
水果拼盘

年夜饭
3280元/桌

A套

迎春纳福八冷盘
恭喜发财老鸭汤
大展鸿图大明虾
年年有余珍珠斑
招财进宝红烧肉
蓬鸟春凤脆皮鸡
祥瑞新年焗青蟹
大吉大利牛肋排

鸿运通天蒸扇贝
福气东来红海参
财源广进小炒皇
岁末甫至烧鲍螺
春满乾坤扒菜心
喜气洋洋烩年糕
熠熠生辉点心拼
团团圆圆杏仁露
更上一层楼水果盘

B套

万事如意八冷盘
恭喜发财鱼肚羹
大展鸿图大明虾
鲲鹏之志笋壳鱼
大吉大利文火牛
跃马奔腾宝塔肉
鸿运通天香露鸡
春风鱼籽酱扇贝

招财进宝红海参
年年高升梭子蟹
岁末甫至烩花胶
春回燕来炒海鲜
锦上添花浸时蔬
喜气洋洋松露饭
熠熠生辉点心拼
团团圆圆核桃露
更上一层楼水果盘

预订热线:18321366618 13564637385 地址:黄浦区金陵东路507号

我们的健康生活

集团工会组织职工参加长征镇职工运动会



2015年长征镇职工运动会，是集团工会工作属地化后第一次参加镇总工会举办的大型活动，集团党政工都给予了高度重视。

集团工会组织召开了由集团分工会负责人、二级工会主席参加的专题会议，布置落实相关任务，要求各分工会、二级工会认真“宣传好、动员好、组织好、参与好”镇职工运动会。

这次活动的各项工作，得到了集团各部门和企业的大力支持，众多员工踊跃报名，积极参加。集团参加了镇职工运动会的集体和个人全部项目，入选队员安排好自己工作，尽可能地参加训练，为了做好广播操展示，专门请了指导老师做现场指导，为防止比赛时间与工作的冲突，还安排了数名替补队员。

在10月24日举行的长征镇职工运动会上，无论是广播体操展示，还是其他集体、个人比赛项目，集团参赛的职工运动员都集中精力投入到比赛中，尽最大能力完成各项运动项目来展示集团员工的团队合作精神和坚持到底、努力拼搏的精神风貌。



在领队、工作人员的精心组织下，在各部门、企业和参赛队员的共同努力下，集团荣膺拔河比赛的第一名，许菲菲获得个人短绳比赛第二名。

集团举办 2015 年职工运动会



为丰富职工的文化生活，树立运动健康意识，增强企业凝聚力，12月16日、18日集团工会举办了2015年职工运动会。此次运动会设长绳、拔河、障碍接力三个集体项目，以及男女乒乓球单打、男女羽毛球单打、男女短绳三个个人比赛项目。共有166名员工参加。

“加油，加油”，在梅川路休闲街中心广场，加油声一阵高过一阵。运动会拔河比赛正在紧张进行中，各参赛单位职工在领队带领下，齐声高喊加油，为自己的参赛职工呐喊助威。代表集团今年参加过长征镇职工运动会，并获得第一名的祥泓物业代表队一骑绝尘，夺冠毫无悬念。预赛中西大堂代表队和宏泉丽笙酒店代表队势均力敌，最终宏泉丽笙代表队涉险过关。在三四名决赛中，集团本部房产工会联队和西大堂代表队争夺尤为激烈，多次出现“屏牢”的局面，场面甚为精彩。比赛中，双方参赛职工为了对方是否犯规而相持不下，最终双方领队友好协商达成一致，再赛一局，以实力一较高下，最终总部大厦代表队险胜。

“1、2、3、4、5……”，从广场上此起彼伏的数数声，就可以知道，跳长绳是颇受职工欢迎的运动项目。集团本部房产工会联队虽然是联合组队，但参赛职工之间却有着很高的契合度，摇绳的、跳绳的以同样的频率、同样的速度互相配合。踏着整齐的步点，和着

统一的节奏，宛若一条彩色的人链在绳圈中穿梭不断。一旦那个队出现失误，现场总会传出“哎呀”的惋惜声，如果出现连续失误，又会传出“慢点，不要急”的鼓励声，甚至对手都会为你支招。比赛紧张激烈的进行着，但职工们却享受着比赛过程中形成的友谊，陶醉于比赛带来的欢乐。

在祥和公园的草坪上，什么事让大家笑得前仰后合，甚至吸引了公园里的大人小孩。原来，为增加职工运动会的趣味性，今年特增设了趣味障碍接力赛。果然，比赛一开始，两个人默契度不高打了个趔趄的，步调不一致无法完成跳绳的，两个人只顾脚下往斜向跑的，跑了一半腿上绑带崩开的……，逗趣的情况接连不断。在这个比赛场上，除了加油喝彩声，更多的就是一串串的笑声。趣味障碍接力赛除了竞技性、趣味性之外，还考验了参赛职工之间的协调性和团队合作水平。

每年一届的职工运动会，一直得到集团领导的大力支持，深受集团职工的欢迎。比赛让职工释放了紧张与疲惫，在运动中舒缓压力，愉悦身心，也强化了员工队伍的团队协作力和战斗力，增强了集团的凝聚力和向心力，融洽了普通员工之间、企业之间、中高层管理人员和普通员工之间的关系，促进了企业和谐劳动关系的建立。

参加 2015 年普陀区
第八届青少年文体风尚节
青年篮球三对三比赛

为丰富广大青年员工文体活动，增强团员青年的团队意识和凝聚力，宏泉团委组织青年员工参加了10月31日普陀区第八届青少年文体风尚节青年篮球三对三比赛。经过训练推选，四名青年员工（张文俊、唐书磊、李麒、滕文豪）参加了此次比赛。

在为期一天的对抗赛中，我们的四名队员积极向上、努力拼搏，很好的展示了宏泉团委团员青年们的良好精神风貌，虽然经过激烈角逐，虽然没有取得最优秀的成绩，但是我们赛出了风格，并与多家企业队伍建立了良好的交流关系。

赛事时间虽然不长，但通过参加此次活动，宏泉团委不仅大大丰富了青年员工的文体生活，增强员工的凝聚力和战斗力，激发员工建功立业的活力，同时为今后继续致力于推进普陀区非公企业和社会组织交流，进一步促进团组织之间的学习互动打下了坚实的基础。

（投资发展部 俞龙海）



比赛成绩汇总

一、拔河(集体)

第一名:祥泓物业代表队
第二名:宏泉丽笙代表队
第三名:西大堂代表队

二、跳长绳(集体)

第一名:集团本部与房产
工会联队

第二名:宏泉丽笙代表队

第三名:祥泓物业代表队

三、障碍赛接力(集体)

第一名:西大堂代表队

第二名:祥泓物业代表队

第三名:集团本部与房产
工会联队

四、乒乓球(个人)

男子第一名:安 鹏

男子第二名:邓书秧

男子第三名:徐 斌

女子第一名:张 萍

女子第二名:周燕萍

女子第三名:蒋桂芝

五、羽毛球(个人)

男子第一名:万志君

男子第二名:滕翔峰

男子第三名:唐熠迦

女子第一名:张 娟

女子第二名:许菲菲

女子第三名:单惠君

六、跳短绳(个人)

男子第一名:肖绍龙

男子第二名:白新永

男子第三名:滕翔峰

女子第一名:薛小妹

女子第二名:曹春梅

女子第三名:宋丽英

同生会



秋高气爽的日子迎来了9、10月份的同生会,“金九银十”过生日的宏泉伙伴们也十分的多,也许那是个收获的季节吧!而每次的同生会都会有不同的惊喜,设有很多儿时的游戏,这次也不例外,小伙伴们都非常期待哦。

当天在祥和公园的草坪上,由于场地和天气的限制,省略了传统的吹蜡烛环节,小伙伴们席地而坐,沐浴着阳光,开始了“野餐”,仿佛孩童时秋游的感觉。感谢信环节后,便是新游

戏套圈圈,每人五次机会,套中距离越远的圈,奖品品质越高。在多次试手后,大家的热情十分高涨,欢呼声不断更是吸引了大批围观的居民,更甚者争抢要玩“让我也来玩一次”。

沙包球游戏是寿星们偏爱的,体现的是团队协作,5人对5人在规定的时间指定的圈内



来回躲避沙包,被砸中的队员要离场,最后留在场上的队员数量多的获胜。仿佛又回到了那个青涩的年纪,小伙伴们付出的是汗水,收获的却是满满的健康、笑声和友谊。

就在这样的欢声笑语中,同生会又一次在镜头中留下了伙伴们开心的笑容和灵动的身影。我们希望同生会带给伙伴们的不止是片片笑声,更是多年后那值得回味的点滴画面……

(人力资源部 张文俊)



书香门第

《乱世华尔街：一位华人交易员的经历》



作者：渔阳
出版社：中国人民大学出版社
出版时间：2011年1月

此书有三个特色令人印象深刻：其一，作者用风趣诙谐的笔触描写了投行交易员的日常工作，读起来像一部关于投资银行的漫画版教科书，引人入胜；其二，书中关于金融危机前后美国债券市场动荡的细致描述，不亚于一部生动鲜活的纪录片；其三，书中不乏对本次金融危机起源和欧美金融体系制度缺陷的深刻感悟，发人深思。现在这种寓教于乐、确有助益的金融书籍实不多见，值得一读，特此推荐。

《办公室心理学》



作者：迈克尔高德葆
出版时间：2006年12月
出版社：北京师范大学出版社

这是一本关于九型人格不可多得的权威著作,本书从实用心理学的角度出发,详细介绍了九种人格类型的主要特征,以及各种类型管理者与员工之间的互动关系,通过丰富的案例教导人们如何与周围特定类型的人交往,如何发挥自己的性格优势,如何在办公室复杂的人际关系中让工作更出色。

《管理三国志》



作者：成君忆
出版社：新华出版社
出版时间：2007-05-01

《管理三国志》中讲所谓以史为鉴,意思是说,我们能够发现人类组织兴衰的奥秘。事实上,那也是管理学的奥秘。《管理三国志》堪称是一本正经,一本管理学的正经。通过解读三国,成君忆先生像剥洋葱皮一样为我们一层层地展示了管理学的真相,并且回答了一系列非经济学的管理难题。

《工匠精神》



作者：付守永
出版社：中华工商联合出版社
出版时间：2013年6月

工匠平静、安适、充实、愉悦、幸福,活在当下,强在内心;打工者焦躁、忧郁、惶恐,永远为看不清的明天奔忙,外表强悍,内心空虚。工匠精神,是美国家族企业历经百年而不倒的秘诀,是瑞士品牌屹立世界之巅的利器,更是一种生命态度。其价值在于精益求精,对匠心、精品的坚持和追求,其利虽微,却长久造福于世。如果你希望改变现状、打造一个与众不同的自己,成为被需要、被尊重、众望所归的成功者,就从当下的事情做起,成为一个充满魅力的工匠。拥有工匠精神,拥有内外丰盛的人生!

西大堂 HR 事务操作培训

人力资源部协助西大堂在12月份举办了HR事务操作培训,帮助解答一些中小型企业人事在日常工作中会遇到的困难,从人员的招聘、到入职、离职等角度分析、如何处理劳动关系,让企业对相关政策更加熟悉,最后还以案例的形式分享了一些经典案例。

在讲解完准备的课程后,各企业的人事操作者就平时遇到的困难纷纷提问,场面十分热烈,大到公司跨区域问题,小到平时日常工作探讨,最后大家还留下联系方式,要求西大堂管理人员开建QQ群,以便于以后遇到问题可以及时询问探讨。在日常工作中,HR们会遇到各式各样的疑难杂症,但是如果在最初期的时候就已经做好预防措施,先人一步,那就自然迎刃而解,所以HR们需要做足功夫。

本次培训结束后,以后如果有需要,人力资源部依然会开展相关课程以帮助在民营科技大厦入住的中小型企业。(投资发展部 俞龙海)



冬季养生培训简讯

广大科技工作人员,长时间的工作,缺乏运动导致处于“亚健康”的人群越来越普遍,但是繁重的工作及保养知识的欠缺,使得大家对自己的身体缺乏了解,久而久之,身体慢慢被掏空。

为了帮助广大科技工作者,能在冬季慢慢将自己的身体调理好,能有更充沛的活力投入到工作、生活中去,西大堂公司特邀普陀区中心医院相关主任医师、专家,为大家讲解冬季养生的一些知识,帮助大家掌握一定的冬季保养方法。

在西大堂公司积极地组织下,11月24日下午,活动在总部大厦一楼会议室顺利召开,有15家企业积极参与。会上,普陀区中心医院的专家给与会人员进行了解中医方面的养生理论——即

冬季是囤藏精气的时节,冬令进补以立冬后至立春前这段期间最为适宜。冬季养生主要指通过饮食、睡眠、运动、药物等手段,达到保养精气、强身健体、延年益寿的目的。

在会后的互动环节,大家从自身的问题出发向主讲医师和专家询问有关养生和健康调理方面的问题。专家们也一一给予了回答和建议。场内气氛十分融洽。

活动结束后,大家表示这次的培训活动对他们的作用非常大。健康的身体是一切工作、学习、生活之根本,通过这次活动,大家更重视了养生和良好的生活习惯的重要性。也对西大堂公司能举办如此有益的活动表示感谢,并希望以后能举办更多此类活动。(投资发展部 俞龙海)

守得安静才有精进

91岁的叶嘉莹女士曾表示:她喜欢多些安静的时间,多读些好书,多些静思,多些与先哲的神交。百岁高龄的杨绛先生守静功力更是了得,她和钱钟书在春节也一样专注学问,面对前来拜年的客人只透过门缝寒暄几句,没有让客人进屋,有些近人情。正是因为有了这种超常守静的功力,才铸成大美之作。

“动静等观”。人的生命与动密不可分,生活中要有动态美,但不能过,更不能变味。追求动态美更不能演变成:公共场所的喧嚣,极尽显露能事的夸张动作,声嘶力竭的吼叫,酒桌上的推杯换盏,资讯的有量无质。这都属于厚动薄静,不具有持久的生命力。

守静能安。韩国的一项长期跟踪实验显示:长期身处节奏过快、喧嚣的环境,少年易有注意力不集中、多动症等疾患,成年人逻辑推理能力会弱化,主管短期愉悦的细胞会更活跃。美国的脑科学研究也证实:长期守静有利于神经细胞轴突的延长,有利于信息在脑细胞中的存储、分辨、比较与联系,有利于提升记忆力、分析力、判断力与决策力。这些恰恰应

验了“水静极而形象明,心静极而智慧生”“非宁静无以致远,非淡泊无以明志”等诸多中华古训。

守静以削冗举要。信息爆炸的当今,削冗力、举要力至关重要。此力不举,个人就无法从杂乱的海量信息中甄别出主信息与有效信息。此力足,主信息得以甄别,有效信息得以链接,创新性认知易得,大美之作可成。而削冗力、举要力、甄别力、链接力的提升无一不需要守静。万万不可因占有信息的过于求多而挤没了“思”的时间,车多而不管理堵路,信息多而不整理堵心,学而不思则罔。过多的信息缺乏整理,带来的只能是负效用。只有在“不窥牖,见天道”的守静中方能带来创新与突破。

守静以求“信息一致”。神经生物学进一步证实,注重整理信息使头脑中信息得以一致,不但有益于认知创新,而且有益于提升积极情绪占比。杨绛百岁感言:我们曾如此期盼外界的认可,到最后才知道世界是自己的。人生最曼妙的风景,竟是内心的淡定与从容。谁得“内在信息一致”之法,谁就得“真实幸福”之道。

守静而“无不为”,“大音希声,大象无形”。叶、杨两位大师因守静有了大为,并得人生之大乐。“重为轻根,静为躁君”,环境略显喧嚣时,多些静,或许更好。

(人力资源部 张文俊)