

《科学日报》最新一项心... 以不好的心... 有益长寿... 心理学教... 弗雷德曼... 马丁根据... 在《长寿计... 列出影响长... 理因素。... 虑。研究发... 母说成“异... 情乐观”或... 长”的孩子... 而低。弗雷... 们经常听到... 快乐,要高... 会健康。然... 果显示,发... 件好事。”... 实,适当忧... 对男性而... 心。因为心... 便会全盘... 能性,做到

的事。研究... 积极运动... 对身体出... 要开始运... 佳以持之... 感兴趣的... 弗雷德曼... 能从椅子... 么都行,如... 木匠活、... 等等。... 乐观。德... 纽伦堡大... 人参与的... 度乐观的... 一些高危... 酗酒、吸... 0年里遭... 的风险更... 来较悲观... 的重视健... 自我防护... 2人一起行

交。《美国... 刊登英国... 院一项新... 内心是否... 没有社交... 人的死亡... 风土交生... 能保持联... 系,都可... 以。朋... 积极参加... 志愿活动... 就感。很多... 退休早享... 福。现,与... 早事的老人... 继续做一... 些工作的... 老人学家... 表示,环... 境、事业... 比人保持... 快土表示... 事人早死... 的可有很... 多追求往... 更长寿... 真。研究... 发明态度... 认真一... 大信号。

丁更快

式也会影... 刊登在美... 杂志上的... 出,那些... 说用“我... 和人更... 容易产... 而;而那些... 爱咱们... 大... 乐。... 塞尔大学... 的取了... 数百名... 他们参... 与了... 分钟的... 带... 性质的... 访... 容有关... 他们... 自我... 认知... 谈话... 进行了... 录... 了第... 一人... 称... 复... 数... 在... 出现的... 次... 们的... 心理... 健... 康... 程... 度... 进... 行... 发... 现... 使... 用... 数... “我... 较... 多... 出现... 抑... 郁... 问... 第... 一... 人... 称... 复... 数... 的... 人... 与... 他... 也... 更... 乐... 观... 认... 为... 谈... 话... “我... 们... 的... 已... 放... 到... 社... 会... 问... 题... 一... 般... 子... 的... 社... 会... 支... 撑... “我... 的... 人... 把... 自... 己... 独... 立... ,但... 又... 渴... 望



确立新理念 拥抱互联网 集团 2013 年度工作总结暨表彰大会在上海召开

本报讯(王笑笑)1月19日-20日,集团2013年度工作总结暨表彰大会在上海召开,集团董事长张国标、总裁张樟生、副总裁崔俊、史苗、财务总监汪永建、董事长助理詹关平、总裁助理徐小钧、王宇驰、俞斌荣等高层领导及集团总部、各企业高层管理人员和受表彰的先进单位代表和先进个人参加了会议,会议由张樟生总裁主持。

1月19日,表彰大会之前,集团邀请了中欧国际商学院的陈威如教授对参会人员进行了《平台战略·创富春天》的培训,陈教授深入浅出、生动精彩的演讲,使参会人员受益匪浅,赢得了大家的阵阵掌声和一致好评。陈教授关于平台战略的授课,对富春高管转变理念,拥抱网络,跟上时代,转型发展有十分积极的意义。

表彰大会上,副总裁崔俊宣读了集团《关于表彰2013年度杰出团队、杰出管理者和杰出员工的决定》,对2013年贡献突出的集团资金部等3个杰出团队、甘述林等9名杰出管理者和郝志鹏等13名杰出员工进行了表彰。集团高层领导分别向获奖团队和个人颁发了荣誉证书和奖金。最后,张国标董事长做了重要讲话。他说,2013年是集团紧紧围绕战略规划深入改革创新、整合优势资源、打造优质产业,以资本带动各业务板块发展壮大取得可喜成绩的一年。他希望受到表彰的团队和个人珍惜荣誉,戒骄戒躁,谦虚谨慎,再创佳绩,更好地发挥先进典型的模范带头作用,为富

春的发展做出新的贡献。

1月20日,集团工业、金融、不动产和电商物流四个事业部及集团各条线负责人就2013年度工作进行述职,并对2014年的工作作了规划。会上,集团总裁张樟生对集团各事业部、各条线负责人的述职进行了总结点评,并对2014年的工作提出了要求。张总裁说:过去一年,在张国标董事长的领导下,通过大家的辛勤努力,集团发展形势良好,业务不断扩张,规模不断扩大,各条线协调有力,在复杂多变的经济形势下保持了持续稳步的发展态势。张总裁要求集团管理人员和全体员工在2014年按照集团的战略规划,上下一心,把企业做强做大,营造富春大平台,共同创造新财富。

张国标董事长在听取了各事业部、各条线负责人的述职后,进行了重点总结点评。他说,这次会议主题明确,准备充分,既讲成绩,又重视剖析问题,达到了预期的目的。他强调,2013年集团各事业部、各条线的领导工作认真,积极努力,业绩明显,但也存在着不可忽视的问题。在点评中,张董事长侧重强调了以下几点:

一、要确立新理念,拥抱互联网。互联网思维是一个企业在互联网时代生存与壮大的法则,只有遵循这些法则,企业才不会被时代淘汰。思想是最先进的技术,思维模式改变人类,要充分利用富春的大平台和已有资源进行大整合、大联动,富春所有人员尤其是高层管理人员要与时俱



进,开拓创新,跟上时代的要求,主动拥抱互联网,融入互联网,特别是崇贤港公司首先要让这项工作落地;

二、要重视和优化人才队伍建设。人才是企业发展的第一要素,优化人才队伍建设,搞好人才管理,是企业建设的重中之重。实践证明,企业人变,面貌就变,集团和各企业要锤炼队伍,实施高端战略人才招聘和培养,确保人才升级和高素质培养,确保人才队伍年轻化、专业化、职业化、国际化,为推动富春不断发展服务;

三、要加大对企业的管控力度。要用高科技手段强化监督,要用法律和审计的手段加大对企业的管控力度,要做好法务和审计工作,对审计结果要加大跟踪,使富春的人、财、物处在高效的监控之中,为企业快速发展保驾护航;

四、要加强企业人文和谐建设。随着企业发展和社会美誉度的提升,富春人要不改初衷,大力弘扬富春企业文化,加大和谐企业的建设,不断增强企业内部向心力和凝聚力,确保富春人在企业中保持积极

进取、奋发有为、乐观向上、和谐共赢的精神风貌,加深对企业的认同感和归属感;

五、要改变作风,扎实工作。集团高管和各企业负责人要放下架子、俯下身子,深入下去,扎实工作,确保管控到位、监察有效和深化精细化管理,继续加大管理水平和执行力的提升,进一步夯实发展基础,扎实推进集团各事业部及集团各条线的战略创新和发展,以巩固企业快速稳步发展的良好局面,为新年度目标的达成打好基础,提供保证。

富春有爱心 情意暖如春 集团“爱心基金”慰问活动全面展开

本报讯(综合报道)临近春节,天寒地冻。受集团张国标董事长、张樟生总裁的委托,集团党委、工会和各企业总经办积极开展慰问困难员工的活动。此次慰问活动在调查摸底的基础上,由各企业提出慰问名单及慰问金额,报集团党委审批,然后由各单位领导分别组织落实。

杭州崇贤港投资有限公司为那些在工作岗位上兢兢业业、辛勤付出的困难员工送去了爱心基金。在港区新建的机修车间,“爱心基金”发放人员见到了个头不高却干劲十足的计国富师傅,入职不到两个月,他就获得了特种作业证,并顺利提前转正。他以积极的精神面貌,承受住了母亲病逝的悲痛,并一直为患

病卧床的父亲料理生活和治疗事宜,还要抚养刚上初中的女儿。但他却说:“不管遇到什么困难,工作上的事不能耽误。”朴实的笑脸上洋溢着富春人乐观昂扬的工作态度与顽强的生活信念;在离港区不远的沽桥村,慰问人员又走进了物业部保洁员杨爱玉的家里,为她送上了爱心基金。刚刚做完手术的杨大姐有些虚弱,长期服药几乎用尽了她的积蓄,而在进入手术室的前不久,她还坚持在岗位做好保洁工作,诚恳的笑容里折射出坚毅的性格。

在上海富盛浙江建材有限公司,运输部员工李宝财的情况尤其令人重视。他的孩子2012年被发现患上白血病,因多次化疗,给他们的家庭带来了

很大的经济负担。公司得知情况后,马上伸出了援助之手。李宝财感动地说,感谢公司领导的关心和同事们的帮助,他会将这份情意带到工作中,在自己的岗位上为富春的发展添砖加瓦,以回报这份情谊。

杭州张小泉实业发展有限公司除了慰问困难员工,还走访了离退休老干部,给他们带去了慰问品和慰问金,并送上美好的新春祝福。离退休老干部是企业的宝贵财富,他们为企业作出了很大贡献,离开岗位后仍然关注企业的成长与发展。通过走访慰问和交流,公司领导进一步加深了对他们的家庭生活的了解,增进了彼此之间的感情,也让离退休老干部切实感受到了企业大家庭的温暖。

另外,集团旗下杭州西联物流有限公司、浙江运通电子商务有限公司、富阳杭加新型建材有限公司、浙江富森实业投资有限公司等单位的领导也都分别走访慰问了困难职工,在送上爱心基金的同时也送去了满满的祝福与关怀。

富春控股集团“爱心基金”是集团为进一步弘扬中华民族的传统美德,在企业中形成良好的人文精神,切实关心和帮助因突发事件和患重大疾病导致经济困难的员工家庭而设立的,至今已走过了七年年头。据悉,此次集团及下属企业慰问困难职工34人,送去了春节慰问品,共发放爱心基金37400余元。

王超 徐璐婷 陆秀红 供稿



关于表彰 2013 年度 集团杰出团队、杰出管理者 和杰出员工的决定

集团各部门、各事业部(子公司):

2013年是富春控股集团紧紧围绕战略规划深入改革创新的一年,是以资本带动各业务板块发展壮大的一年,是整合优势资源、打造优质产业、致力提升企业核心竞争力的一年,是重视人才培养、新人才不断涌现壮大的一年,是富春“尊重、关爱、信任、负责”的企业文化进一步弘扬的一年。

在过去的一年中,在富春人的不懈努力下,形成了以节能建筑、日用五金、商业地产、电商物流、股权投资五个板块产业发展的格局。为继续发扬成绩,鼓励全体员工团结奋进,经集团评优委员会研究决定,对在2013年度工作中做出显著成绩的杰出团队、杰出管理者及杰出员工进行表彰奖励。

富春控股集团2013年度杰出团队、杰出管理者和杰出员工名单如下:

杰出团队:

集团本级 资金部
浙商建业有限公司 商管公司招商管理部
杭州张小泉实业发展有限公司 制坯车间

杰出管理者:

甘述林 熊海东 王小雷 陈健 王阳明
吴晓明 吕秀萍 钟军扬 刘洋

杰出员工:

郝志鹏 宋毅 韩静 黄希慧 沈立霞
王艳 陈小凤 黄刚 吴勇 平燕娜
崔灿 林蔚然 程辰

希望受到表彰的团队和个人珍惜荣誉,戒骄戒躁,继续努力工作,弘扬富春企业文化,更好地发挥先进典型的模范带头作用。同时希望集团广大员工,要以受到表彰的杰出团队、杰出管理者和杰出员工为榜样,不断增强向心力和凝聚力,形成积极进取、奋发有为的精神风貌,为富春的2014再创辉煌。

二〇一四年一月十三日

编者按:2013年,全体富春人秉承企业一贯坚持的“精以敬业,诚以待人”的人企品格,坚韧进取、开拓创新,取得了理想的业绩。在这个过程中,涌现了许多表现杰出的团队和个人。他们充分发挥自己的智慧和力量,为富春的发展添砖加瓦,以自己的实际行动传递着企业“精诚铸辉煌”的核心价值观。他们的事迹充分体现了富春人团结协作、奋发向上的良好风貌,在整个集团起到了模范带头作用,值得所有富春人学习与借鉴。

杰出团队

团结一心 点石成金
携手同筑富春梦

富春控股集团有限公司 资金部



资金部所有工作都围绕着银行融资方案的合理规划,确保企业运营资本在稳定中求增长,降低企业融资成本来开展。资金部全体人员团结一心,每月形成工作总结汇报,强化服务意识,及时满足公司内外对财务工作的要求,工作中公平公正,友好热情,以诚相待,形成了和谐的业务关系,为集团融资工作作出了贡献。

用数据说话 用成本说话
用行动说话

杭州张小泉实业发展有限公司 制钳车间



车间每月在确保产品质量的同时按时完成计划部下达的各项生产任务,完成率达到104%。全年无重大安全、质量事故;对材料利用率重新梳理、编排、改进,节约了材料费用;利用大件产品排料后的间隔余料生产小型产品,降低了成本;落实自动落料模具的应用,其中HS-145不锈钢用剪、HSS-185强力剪现已批量生产;完成服装剪生产线模具的改造,提升了服装剪生产效率和产品质量;服装剪热处理工艺的改进,节约了大量资金;注重团队建设,对员工进行全方位技术培训,弥补了原先生产服装剪、不锈钢剪、刀具的一线员工不能互换岗位工作的缺陷,提高了生产效率。

精益求精 扩大品牌
开拓创新

浙商建业有限公司 商管公司招商管理部



签约率96.7%,超额完成富阳东方茂招商任务95%;邀请国际连锁品牌沃尔玛、麦当劳、必胜客、满记甜品等品牌首次登陆富阳;积极配合完成九堡、北海、北城中心、景德镇等项目的前期调研和谈判,完成安徽企业的评估调研和政府方案汇报;完成杭州新天地东方茂项目招商方案;制定集团商业定位、招商报批规范化流程;整理完成租户资料库品牌信息800个。

杰出管理者

敢想敢做 敢做敢改 改进创新

甘述林(杭州张小泉实业发展有限公司 副总经理)



自担任杭州张小泉实业发展有限公司副总经理以来,短短半年多时间,通过对制造、采购、计划部门的准确“诊断”,制订了一系列措施,使得制造系统在本成本、品质、效率各方面取得显著效果;通过对原材料、OEM产品的合理定价,采购部门2013年在2012年的基础上直接降本140多万元;对部分供应商进行整合,把抛光、注塑及部分外发产品及工序在7月份前收回自制;车间通过了近20项技改,及合理规划车间布局,效益、品质、车间现场环境有了明显改善,年节省成本近百万元;通过建立计划部门,生产计划达成率从之前的60%左右提升到目前的90%以上;对管理机构进行整合,精简管理人员27人,梳理业务流程,效果显著;作风民主,廉洁奉公,乐意倾听基层员工的心声和建议,敢做敢改,勇于承担责任。

熔炼团队 高效高质 专业专注

熊海东(渔山生产基地 副总经理)



自担任渔山生产基地副总经理,负责钢结构项目筹建和运营管理,短时间内利用行业中的人脉聚集优秀人才,快速搭建钢结构管理和基层骨干团队;通过其丰富的工作经验,快速形成了钢结构场地布局规划、设备规划、工艺规划、6S规划方案、供应链建设,在较短时间内完成了设备选型、设备厂家考察比照、协助供应部实施设备商务洽谈和采购,目前主要设备已基本就位并调试正常,并已完成了设备、工艺验证,试生产出第一件合格产品。

以身作则 敬业专业 善于学习

王小雷(浙江富森实业投资有限公司 副总经理)



完成分管4个项目(崇贤港项目、东洲项目、三林项目、泽通项目)近40万平方米的工程报批、建设管理工作;优化结构工艺,节约投资成本达1500万元以上;优化公司项目管理体系及代建项目管理流程;培养优秀工程管理团队,创造良好的团队氛围。

克勤克俭 谨慎细致 敢打敢拼

陈健(浙江运通电子商务有限公司 总经理助理)



2013年5月加入富春,短短半年时间,将电商仓配团队打造成一支激情专业之师,在库容规划、岗位分工、流水线设计等工作上取得突出成绩,在双11当天,完成包裹数8700多个,零加班、零失误,赢得内外部客户的一致认可。并且在运通物流规划上献计献策,为运通物流在行业版图上的落地赢得先机。

树立标杆 开拓业务 增创效益

王阳明(上海富盛浙工建材有限公司 供应部经理)



2013年完成粉料中转量45万吨年度目标,拓展4家外协租赁单位;机物料消耗同比2012年下降30%,粉料设备自用率达到80%,节省额外租赁支出30万元;码头利用现有设备对外接关砂石料近20万吨,为公司增加30万元利润。强军码头目标利润578万,实际完成利润610万,超预期5.54%。

刻苦敬业 忠诚奉献

刘洋(杭州崇贤港投资有限公司 信息部副经理)



2013年完成公司调度中心呼叫系统,建成无线电子呼叫16个窗口。ERP系统项目进行10余次数据测试后正式上线,上线后平均每天处理700多份数据,开单结算工作效率提高10%以上;完成港区一卡通项目建设,实现港区IC卡进出管理,系统每天处理进出港区800多车次,使物业部司磅员的工作效率提高15%以上,为公司走向电子化管理奠定了良好的基础。

锐意进取 志领未来

吴晓明(杭州张小泉实业发展有限公司 新产品开发部副部长)



2001年8月加入张小泉,从车间员工做起,如今担任新产品开发部副部长;为公司服务12年有余,设计新品数十款;2002年至今,他先后主持和参与开发了277刀具系列、福慧剪、奔月剪、08动感、多用剪等50多款新产品,得到了用户和市场的充分认可和好评。

富有激情 团结敬业 追求卓越

吕秀萍(浙商建业有限公司 战略及运营中心运营副总监)



优化信息化建设,全面启动计划和成本pom系统管理;加强流程制度建设,对接赛普咨询,完成11个业务模块梳理;促进团队建设。

兢兢业业 细致入微

钟军杨(渔山生产基地 财务部经理)



立足内控,加强审核职能,合理规范各条线业务处理;立足数据流畅通,结合月度盘点,月度应收、应付的核对,对各经营业务模式形式提出合理建议和完美要求;配合集团总体融资安排相关专项项目资金的收付控制;合理资金支付,保障生产经营的正常开展。

春节一不小心会陷入暴饮暴食问题,会带来什么危害呢?我们需要在春节期间做到饮食平衡康过大年。

暴饮暴食会带来十大危害:

1.肥胖。现代人吃的高脂肪、高蛋白食物,消化起来更困难,多余的“营养物质”堆积在体内,其后果是肥胖和一系列疾病。无数科学研究证实,肥胖会带来心脏病、高血压、糖尿病、脂肪肝、动脉硬化、胆囊炎等。

2.胃病。吃得过饱所带来的直接危害是胃肠道负担加重,消化不良。此外,人在黏膜上皮细胞寿命短,每2-3天就应更新一次。如果上顿还消化,下顿又填满胃,胃始终处于饱胀状态,胃黏膜就不易得到修复的机会,胃大量分泌胃液,会破坏胃黏膜产生胃部炎症,出现消化不良症状,长此以往还可能发生胃溃疡、糜烂、溃疡等疾病。

3.肠道疾病。研究发现,脂肪堵塞肠道里会造成肠阻塞、便秘、带血。

4.疲劳。吃得过饱会引起大脑反应迟钝,加速大脑的衰老。人在吃饱后,身上的脂肪都跑到肠胃系统去“工作”了,容易让人处于疲劳状态,昏昏欲睡。

5.癌症。科学证明,吃得太饱会造成细胞癌化因子的活力降低,增加患癌几率。

6.老年痴呆。有专家还发现,大约30%-40%的老年痴呆病人,在青壮年时具有长期饱食的习惯。

7.骨质疏松。长期饱食会使骨骼钙质流失,患骨质疏松的机会大大提高。

8.肾病。饮食过饱会伤害人的泌尿系统,因为过多的非蛋白质要从肾脏排出,势必加重肾脏的负担。

9.急性胰腺炎。餐吃得过好过饱,暴饮暴食,很容易引起急性胰腺炎。

10.神经衰弱。餐吃饱,鼓胀的胃对周围器官造成压力,使兴奋的“波浪”打到大脑皮质其他部位,诱发神经衰弱。

节假日要注意
饮食平衡

第一,注意荤素搭配,多吃蔬菜水果。假日难免面对满桌肉类,油腻过多,在大吃大喝后,许多人会发胖,事实上已经“轻度酸中毒”的反映。富含蛋白质的肉、海产品、贝类、蛋类等均属酸性食物,过食会使血液从酸性转呈碱性,轻则导致倦怠乏力,重则记忆减退、思维能力下降。所以在进餐的时候先摄入蔬菜类食品,取饱腹感,从而降低肉类的摄入量。

第二,避免毫无节制大吃大喝。聚餐人们很容易会大吃大喝,从而导致摄入量异常增多,很容易伤肠胃不舒,破坏正常工作。所以市进行聚餐时,应细嚼慢咽,切忌狼吞虎咽,少食多餐来代替餐过饱进食。

第三,注意休息。假日活动增多,市注重休息,以免抗扰身的生物钟。节假日平衡有序、劳逸结合分配好休息时间,才致于假期过后,生活紊乱,难以适应上班节奏。

春节十大饮食禁忌

春节一不小心就会陷入暴饮暴食的问题，会带来什么危害呢？我们需要在节假日期间做到饮食平衡，健康过大年。

暴饮暴食会带来十大危害：

1. 肥胖。现代人常吃的高脂肪、高蛋白的食物，消化起来更加困难，多余的“营养物质”堆积在体内，其后果就是肥胖和一系列富贵病。无数科学研究证实，肥胖会带来心血管疾病、高血压、糖尿病、脂肪肝、动脉硬化、胆囊炎等。

2. 胃病。吃得过饱所带来的直接危害就是胃肠道负担加重，消化不良。此外，人体胃黏膜上皮细胞寿命较短，每2-3天就应修复一次。如果上顿还未消化，下顿又填满胃部，胃始终处于饱胀状态，胃黏膜就不易得到修复的机会，胃大量分泌胃酸，会破坏胃黏膜，产生胃部炎症，出现消化不良症状，长此以往还可能发生胃糜烂、胃溃疡等疾病。

3. 肠道疾病。科学家发现，脂肪堵塞在肠道里会造成肠阻塞，大便黑色、带血。

4. 疲劳。吃得过饱会引起大脑反应迟钝，加速大脑的衰老。人们在吃饱后，身上的血液都跑到肠胃系统去“工作”了，容易让人长期处于疲劳状态，昏昏欲睡。

5. 癌症。科学家指出，吃得过饱会造成抑制细胞癌化因子的活动能力降低，增加患癌几率。

6. 老年痴呆。有关专家还发现，大约有30%-40%的老年痴呆病人，在青壮年时期都有长期饱食的习惯。

7. 骨质疏松。长期饱食易使骨骼过分脱钙，患骨质疏松的概率会大大提高。

8. 肾病。饮食过量会伤害人的泌尿系统，因为过多的非蛋白氮要从肾脏排出，势必会加重肾脏的负担。

9. 急性胰腺炎。晚餐吃得过好过饱，加之饮酒过多，很容易诱发急性胰腺炎。

10. 神经衰弱。晚餐过饱，鼓胀的胃肠会对周围器官造成压迫，使兴奋的“波浪”扩散到大脑皮质其他部位，诱发神经衰弱。

节假日要注意 饮食平衡

第一，注意荤素搭配，多吃蔬菜水果。节假日难免面对满桌肉类，油腻过多，在大吃大喝过后，许多人感觉发腻，事实上已经是“轻度酸中毒”的反应。大凡富含蛋白质的鱼、肉、海产品、贝类、蛋类等均属酸性食物，过多食用会使血液从弱碱性转呈酸性，轻则令人倦怠乏力，重则记忆力减退、思维能力下降。所以在进餐的时候，应先摄入蔬菜类食品，获取饱腹感，从而降低肉类的摄入。

第二，避免毫无节制大吃大喝。聚餐中，人们很容易会大吃大喝，从而导致摄入量比平常增多，很容易导致肠胃不舒服，破坏肠胃正常工作。所以市民在进行聚餐时，应细嚼慢咽，切莫狼吞虎咽，选择少食多餐来代替一餐过量进食。

第三，注意休息。假日活动增多，市民应注重休息，以免扰乱自身的生物钟。节假日应平衡有序、劳逸结合，分配好休息时间，才不致于假期过后，生物钟紊乱，难以适应上班节奏。

杰出员工



思想进步 严于律己 恪尽职守

郝志鹏(上海富春建业科技股份有限公司 证券法务部部长)

强化企业合同管理，重点加强合同法律风险防范和管理，确保了企业合同交易安全有序；提升法务人员诉讼纠纷处理管理水平，清收企业逾期应收账款成绩突出，依法维护了企业合法权益；开展部门内部培训及业内实践交流，提升了法务人员的综合素质，提升了部门法务管理水平，为企业运营和投资者利益保驾护航。



积极勤奋 认真负责 智慧长远

宋毅(浙江运通电子商务有限公司 资源拓展中心副总监)

自2013年3月加入运通公司以来，各方面表现优秀。作为公司资源拓展中心的负责人，他工作积极勤奋、认真负责，出色地配合公司与阿里巴巴、复星集团等合作伙伴开展电商园的合作交流，以及菜鸟网络的前期筹备工作，顺利配合公司于2013年5月加入了菜鸟网络，除了有效开展对外新项目的工作，还积极配合集团崇贤港青创园项目与张小泉创富春天项目关于电子商务产业园的提升改造工作。



务实敬业 勤奋进取 乐于奉献

韩静(杭州崇贤港投资有限公司 总经办副主任)

2010年11月进入公司，因工作业绩表现突出，2013年度被任命为总经办副主任。2013年度，带领团队出色完成了各项接待工作，组织向富春报投稿63篇，发表34篇；组织公司活动8次、完成合理化建议49项；立项目15个，14个已实施完成；年度申报项目6个，已批准三项，其中一项“我的钢铁网”全国评选获得全国第三名。另外，完成了各部门档案和公司工程档案的整理工作。



严格履职 坚持原则 维护公司利益

黄希慧(浙江富森实业投资有限公司 成本管理部工程师)

出色完成各项招投标工作及项目合同的签订；认真做好工程结算、联系单的核价认定，以及进度款支付的审核；认真负责地完成项目预算核对及清单编制工作；具备高度的团队合作精神 and 有效的沟通能力。



一丝不苟 勤勤恳恳 任劳任怨

沈立霞(杭州张小泉实业发展有限公司 技术管理部技术员)

主持《陶瓷刀》企业标准的编写，并完成最终备案工作。完成《服装剪刀》、《双圆型旅行剪》、《宠物趾甲剪》等10份企业标准转标备案工作；完成“杭州张小泉集团有限公司”的“中国商品条码系统成员”续展工作及所有新产品条码的编写及备案工作；完成新生产管理系统ERP试验帐套产品BOM结构录入及原ERP系统产品原始基础数据的录入工作；参与2013年ISO9001内审工作。



能力突出 勇于挑战 乐于知识传递

王艳(杭州张小泉实业发展有限公司 集团行政部负责人)

全面负责《张小泉报》的出版发行工作，该报纸获省、市系统优秀企业报；其撰写的稿件获省、市企业报“好新闻奖”，其编辑的稿件获杭州新闻奖报纸作品三等奖；积极为企业申报专项资金及各项荣誉，2013年为企业申请到中央补助“非遗”保护专项资金30万元；接待各类媒体的采访、新闻发布40余次，其中专题报道4次、专题片2部；配合政府、协会做好书籍史料征集工作；加强校、企、研合作。



善于学习 吃苦耐劳 作风硬朗

黄刚(渔山生产基地 泽通工艺员)

作为新进员工，他参与了泽通公司生产线调试，和供应厂家的技术人员一起调整了切割机尺寸精度。他主观能动性较强，较迅速地掌握了工艺员岗位的技能。吃苦耐劳，在调试生产阶段，由于人员紧缺，工作时间经常达到14-15小时，特别是泽通两班生产时，工艺员只有一个，经常一人主动坚持到半夜。通过和生产部配合，板材合格率稳步提升。



兢兢业业创佳绩 默默无闻献青春

吴勇(杭州崇贤港投资有限公司 物贸部业务员)

负责2013年度北港物流工程项目钢材配送的大部分工作，节约了采购成本；改进钢材配送业务操作流程，优化日常钢材采购流程，对公司钢贸发展起了重要的促进作用。面对繁重的工作，没有抱怨，勇敢承担，用勤劳和智慧创造佳绩，以工作零差错来回馈公司。



尽职尽责 勤恳务实 统筹管理

陈小凤(浙商建业有限公司 成本管理部副经理)

因工期紧，经常加班到深夜，完成成本核算等任务；面对施工单位的各种要求，能够坚持原则，不卑不亢；项目成本管理未到位，临时兼管东阳1-2期项目的成本管理；尽职尽责、勤恳务实，使得公司工程成本控制在合理的范围内。



团结进取 踏实肯干 乐于钻研

李燕娜(集团审计中心 审计专员)

作为审计中心的成员之一，与伙伴们相互信任、团结进取，共同打造了一个高效、高质的团队；开展的36个审计项目涉及到集团下属各子公司的经营绩效、采购、销售、资金、行政采购等多个方面；通过42份审计报告，发现了诸多集团以及下属各公司在财务核算、内控等方面存在的问题，并提出了合理化建议。



积极勤奋 认真负责 积极向上

董旭(上海富盛浙工有限公司 试验室试验员)

每天需处理不同工程的资料，确保数据精确。尤其是要确保几十万方商品砼生产的技术材料、配方资料等几千份材料的准确无误；当部门人手不足时，她冲到生产一线岗位，主动承担混凝土试块检测工作，该岗位多数由男生担当；夏季高温持续不断，为完成公司历年资料的归档工作，不分昼夜，按时完成领导交办的各项工作任务；热心参与公司组织的公益活动，对公司困难员工有求必应。



勇于承担 统筹协调 善于思考

林蔚然(浙商建业有限公司 营销及品牌中心客服经理)

对待工作态度认真负责、积极主动、责任心强，协调完成了2013年度公司下达的销售和回款指标；统筹协调完成了富阳项目复城国际中心交房工作，至2013年末交房率达90%；有效组织了多场客户活动，为促进销售提供了良好的客群基础，得到客户的好评，并树立了公司品牌在项目当地的良好形象；善于思考，认真倾听客户诉求，积极与相关部门沟通协商，以良好的沟通技巧和积极诚恳的态度，得到了客户的高度认可。



爱岗敬业具有强烈的主人翁意识

程晨(杭州西联物流有限公司 主办会计)

2012年6月进入杭州西联物流有限公司。在生产与销售统计工作中，她利用业余时间将生产统计的工作全部承担下来，自创统计报表，提高了统计效率。积极配合外部审计，出色完成任务。

集团2013年度 通讯员会议在杭州召开

本报讯(谢洁梅)1月14日，集团2013年度通讯员会议在杭州总部召开，集团党委书记、董事长助理詹关平等领导出席会议并讲话，集团本级和各事业部(子公司)的相关负责人、通讯员共30余人参加了会议。

会议首先对2013年度的通讯报道工作进行了回顾与总结，对2013年度通讯报道工作的先进单位和个人进行了表彰。针对目前企业报刊存在的问题，集团《富春报》、《富春人》主编方醒华做了“企业报刊的改革与创新”的发言，他提出，要以多元化的手段来促进报刊信息量的丰富和版面的活跃，使得企业报刊在紧扣自身职能的同时跟得上时代的潮流。与会的各位通讯员亦纷纷为

通讯报道工作出谋划策，如报刊与电子平台的结合推进，以专题形式来强化报刊阶段性的重点等等。集团董事长助理詹关平等对如何做好报道工作也提出了要求，希望通讯员为富春的宣传作出贡献。

党委书记在会议结束时讲了话，他强调，集团报刊要始终围绕正能量的宣传，以企业的战略、文化、经营与发展情况为核心内容；要关注企业中的好人好事，尤其是要展现一线优秀员工的风采；要贴近现实、讲求实际，及时预见、准确报道。他还希望通过全体通讯员的团结协作，2014年的通讯报道工作能够提升到一个新的层次，对集团的发展产生积极的影响，增添新的动力。

本报编辑部新春寄语

亲爱的各位读者：

律回春晖，骏业宏开。恰逢第120期《富春报》出刊之际，我们迎来了又一年的新春佳节。在这里，我们编辑部全体成员恭祝大家新春快乐，阖家幸福！

2014年的第一期报纸，我们再次与你见面，阳光洒在脸上，你都想了些什么呢？或许你已做了新的计划，或许你要继续追逐未实现的理想，或许你什么都没想，徒叹时光之快。但不管如何都不要停下前进的脚步，因为人生的无数希望都蕴藏在未知的时光之中。

在这新年的第一份报纸上，我们要向你及你身边的每一个人祝福问候，因为是你见证了《富春报》的成长，使得120个脚印踩得踏实而稳健。“贴近决定生命力，高度决定影响力”，时间将曾经的辉煌留给了过去，也将无限的希望带给未来，2014年，我们将继续努力多出精品报道，为企业品牌形象的打造增添源源不断的动力，亦希望能一如既往地得到你们的帮助与支持。

马年来到振臂欢呼，如意花开幸福美满。让我们把祝福和希望悄悄地放在将融的雪被下，让它们随着春天的秧苗一起生长，送来满年的丰硕与芬芳！让我们携起手来，温暖启程。再次祝大家新春快乐！

《富春报》编辑部
二〇一四年一月一十八日

感悟春节

◎上海富盛浙工建材有限公司 陆秀兴

日子在不经意间悄然滑过，转眼间又到了一年一度的春节。眼看着一个又一个春节在自己的人生中画下一道又一道“年轮”，眼看着自己从懵懂少年到了三十而立，眼看着自己从收红包的变成了发红包的，不禁感慨时间飞逝如流水。随着生活质量的提高，所有的一切都在慢慢发生着变化，年的味道似乎也随之转淡。于是我们愈发憧憬王安石笔下那个“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户瞳瞳日，总把新桃换旧符”的质朴动人的春节。

犹记得儿时收到外公给的十块钱压岁钱时那种快乐的心情，那种快乐不是出自钱本身，而是出自对过年的一种满怀期待。过节，是为了合家团聚，是对一年辛苦忙碌的总结和奖赏，是对来年更好的展望。

春节带来的感悟很多，其实人生就是这样，在一个又一个看似普通却不普通的春节中，感受着生活带来的细微变化。节日总会过去，但我们的生活却仍会继续，而且一定会越来越好。

春节是一种凝聚，凝聚着祥和安泰，凝

聚着欢乐喜庆。春节是一汪净化灵魂的清泉，那四处绽放的礼花和急促欢快的鼓点，振奋起人性向善的共鸣之情，平时深埋在世俗纷扰中难以脱身的人们，在流光溢彩的节日里都露出了孩子般纯真的笑容。

春节到了！春节到了！在辞旧迎新的更替中，我们的生命之舟拥有了一个小小的港湾。醉卧在节日的怀里，让我们尽情地欢歌，尽情地享乐吧。短暂的休憩之后，我们要再次扬帆启航！

去东北过年吧

◎集团机关 王伟

摊开地图，把视线定格在东北这片辽阔的土地上。那里有巍巍的长白山、广袤的黑土地、莽莽的大兴安岭，还有一片银装素裹的世界。

去东北，去感受冰天雪地中白茫茫的世界。从小在南方长大的人，对冰雪世界总有一份牵挂与好奇，即使是零下几十度的低温，也打消不了这份热情。

去东北，去看一看我的家乡哈尔滨的冰雕。很难想象用冰打造的那个纤尘不染的美丽世界，也许，只有亲眼目睹，才不至于因为费劲想象而头脑枯竭。

去东北，去体验一下零下几十度的寒冷。或许，对东北人来说，年年这样冷，丝毫不足为奇。可对于从来不曾经历的人来说，这寒冷不仅是对体能的考验，更是一份荣誉的体验。更可以在日后与人聊天的过程中拍着胸脯说，零下十度算什么，零下三十度的地方我都去过。然后，心安理得地接受别人的艳羡。

去东北，去看中国四大自然奇观之一——吉林雾凇。它来时“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”，去时“无可奈何花落去，似曾相识燕归来”。清晨，松花江畔一带的树上挂满

了冰花，一排排树冠似烟似舞，晶莹剔透，此情此景，让人仿佛身在仙境。

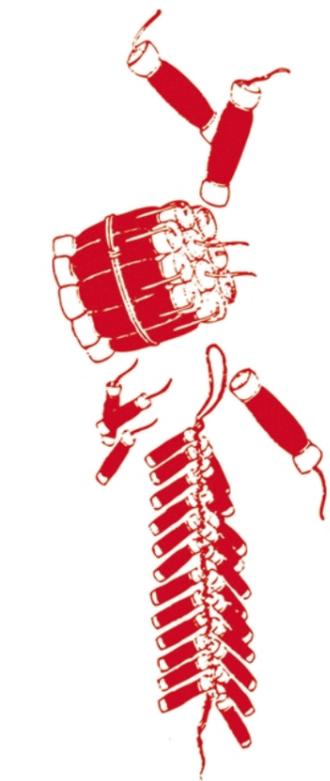
去东北，去雪乡体验当地的民俗。铺天盖地的大雪使人如置身梦幻世界，而雪乡的雪更多、更厚、更纯。当林中的一间间木屋被白雪覆盖，圆形的、尖尖的，各种形状的屋顶都铺满了奶酪般的积雪，早上或黄昏时，袅袅的炊烟升起，这不就是一个童话中的世界吗？

去东北，去见识东北最高大的山——长白山，终年皑皑的白雪，冰凉爽甜的天池，一泻千里的瀑布。穿行在森林中，被粗大的树木包围，也被自然的气息折服。

去东北，去理解一个精壮的民族从崛起到颓败的发展脉络。彪悍的满族就是在关东建立自己的帝国的，如今，历史所遗留的只剩下伪满皇宫。

去东北，更为了过滑雪的瘾，虽然别处也有滑雪场，可是，人造的雪又怎能和东北大地上那自由自在的冰雪相比较？在辽阔的雪地上自由地滑翔，滑雪橇、骑雪地摩托，想怎么玩就怎么玩。

所有这些理由，在血液中奔流着，沸腾着，过年了，不去东北去哪里？



特有年味儿的北方春节

◎浙江富森实业投资有限公司 刘奕菱

忙碌了一年，最放松、最难忘的是春节。我的老家在河北保定，北方的春节洋溢着很浓的年味儿。春节前一周，妈妈就开始张罗着做豆沙包、做黄米粘糕、炸散子、炸猪肉粉条丸子、蒸牛肉丸子、炖鸡、炸带鱼……总之，把一些好吃的东西都提前准备好，过年期间只要稍一加工，就是各种美味佳肴了。

到了大年三十，家家户户开始贴对联，各个屋子一个不落。下午就开始包饺子了，妈妈做的饭菜中，最让我垂涎的就是饺子。纯瘦的馅加些白菜，或者芹菜、西葫芦，再将纯香滚烫的花生油浇到馅儿上，拌以味精、盐等佐料，再配上纯手工的饺子皮，就这样，全家人围在一起其乐融融地包饺子。“最好吃莫如饺子”，在北方的春节，只有吃了团圆饺，才称得上过了年。

最热闹的是初一那天，从早上七点开始，不光亲戚朋友，还有邻居街坊也开始给老一辈拜年。有的人很是实诚，记得往年有年轻一辈来给我妈妈拜年，刚说着“姨，给您拜年喽”，话音刚落，双脚一跪，就结结实实地磕了个头。这可不是做戏，尤其是孩子，更是要跪下磕三个响头。老辈人觉得不好意思的，就赶紧拉一下，然后都要给红包。红包里的钱不一定多，但却是一片心意。大家在新年的第一天，说笑逗趣拉家常。一整个上午，拜年的人络绎不绝。亲戚朋友间，平时都各忙各的，但是一到这一天，大家似乎要把平日疏远的关系一下子给拉近回来。邻里间平时相处也难免有些磕磕碰碰，一到拜年，似乎很有“一拜泯恩仇”的架势。人和人的关系，在这真诚的奔走相揖间，变得简单、纯朴。

过了初一初二，就是互相串亲戚的过程，今天你来我家，明天我去你家，七大姑八大姨的互相探亲。等到了初三、初五，就是再次拜祭祖先、扫墓的日子，我想，之所以把扫墓再次安排在春节后，就是为了提醒小辈儿过年也不要忘祖先吧。在这一天，所有的亲戚都会在扫完墓后，共聚一家。从老到小，三代同堂，人多时甚至可以坐上三桌。大人们聊着天，年轻人帮着“家里的大厨”择菜、做饭，小孩子们则追逐玩闹着……等到开饭了，桌上先上七道凉菜，再上十个热菜，然后再上粘糕、豆沙包等面食，最后再上一轮饺子……直到你吃得肚子圆滚滚的。

嫁人后，我来到南方过年，出于地域差异，总觉得这年味变淡了很多，于是记忆中的北方春节，让我倍感珍惜，时常回味。



因相聚而欢喜

◎富阳杭加新型建材有限公司 潘璐姣

周末的阳光很温暖，毫不吝啬地洒在富春江上，江水载着攒动的金黄，洗尽了眼中的烦扰。想来是因为临近春节，周围的一切都掩藏不住地绽放出灿烂热情的笑颜。在这晴朗静谧的午后，一树腊梅，一对桌椅，一杯花茶，一江温暖，眼里是满满的惬意，脑海里开始想起一些事……

“等”之欣喜

小时候，我们都很期盼过年，因为过年就意味着放长假，有新衣服、新鞋子，有压岁钱，有很多美食，有回乡的玩伴，同时也意味着我们又长大了一岁。小时候就盼着快点长大，希望自己越来越能干，而不在乎自己长了一岁的时候，长辈们又老了一岁。很多时候，只有到了春节，家人才能真正地团聚，在外漂泊的人才能一起回到那个温馨的小窝。等到过年的一切就绪，我就会期待下一场大雪，可以欢乐地打雪仗、堆雪人。因为家在江南，要下一场大雪很是不易，能有一场小雪也足够令人欣喜若狂。

“观”之沉醉

每当春节前夕购置年货的时候，大街上的行人总是摩肩接踵，络绎不绝，耳边时不时地响起各种鞭炮声。要看春节的气氛，自然要看家家户户门上的春联，以及晾衣杆上那一串串腊肉腊肠。讲究一些的人家会在大门两侧挂上大红灯笼，灶台上也会贴上个红元宝，把旧年的家当都装扮得焕然一新。这红红火火的热闹场景最惹人心情也是喜气洋洋的。当夜幕降临，男女老少便会玩起烟花，特别是在除夕夜，鞭炮声不绝于耳，眼睛则能享受到一场绚丽的烟花盛宴。

“聚”之喜悦

有多少家庭因为工作等原因不能常常相聚？因为有了离别，相聚就变得格外美好，让人懂得珍惜。家人欢聚一堂的年夜饭桌上，常年奔波在外的家人们谈论着一年的收获，憧憬着来年的精彩，一年的疲惫与愁绪顿时烟消云散……春节第一天，小辈们要随着长辈走亲访友，听得最多的虽是些唠叨，但心里收获的却是浓浓的亲情。如今，依然是春节临近的光景，路过大街小巷寻找热闹，坐在富春江边品味惬意，体会又一个春节到来的喜悦。时光改变着人与事，过年时的幸福更显珍贵，让我们珍惜这一刻的美满，让它们成为我们的生命中不可磨灭的记忆。

美国公布6种有益长寿的心理

据美国《科学日报》近日报道，最新一项心理与长寿关系的研究发现，一些看似不好的心理活动其实有益长寿。美国加州大学心理学教授霍华德·S·弗雷德曼和莱斯利·R·马丁根据研究情况，在《长寿计划》一书中，列出影响长寿的诸多心理因素。

适当忧虑。研究发现，那些被父母说成“异常快乐与性情乐观”或“从来不发愁”的孩子，长寿几率反而低。弗雷德曼说：“我们经常听到的劝告是：要快乐，要高兴，这样才会健康。然而，新研究结果显示，发愁有时也是件好事。”多项研究证实，适当忧虑有益健康，对男性而言，尤其如此。因为心中担忧某事，便会全盘考虑各种可能性，做到有备无患。

做喜欢的事。研究发现，中年积极运动对长寿至关重要。身体出问题才发誓要开始运动的人，往往难以持之以恒。做自己感兴趣的活动更能坚持。弗雷德曼表示，只要能从椅子上站起来，做什么都行，如种花种菜、做木匠活、遛狗、去博物馆等。

不过度乐观。德国埃尔朗根-纽伦堡大学一项4万人参与的研究发现，过度乐观的人更可能做一些高危行为，如抽烟、酗酒、吸毒、飙车等，在10年里遭遇残疾或死亡的风险更高。而对未来较悲观的人可能会更重视健康与安全，更懂得自我防护，并鼓励身边人一起行动。

喜爱社交。《美国科学院院报》刊登英国伦敦大学学院一项新研究发现，无论内心是否感到孤独，没有社交都会增加老年人的死亡风险。相反，社交生活能增寿，与亲友保持联系、帮助他人等都可以。朋友不多的人，积极参加社区活动或志愿活动也有相同效果。

保持成就感。很多人认为，早退休早享福。但新研究发现，与早早退休无所事事的人相比，退休后继续做一些力所能及的工作的人寿命更长。科学家表示，舒适的工作环境、事业成就感能让人保持快乐。马丁博士表示，事业越成功的人早死的可能性越小。有很多追求目标的人往往更长寿。

态度认真。研究发现，童年时期态度认真是预示长寿的一大信号。

常说“我们”更快乐

说话方式也会影响人的快乐感。刊登在美国《生活科技》杂志上的一篇文章指出，那些说话时经常使用“我”和“我自己”的人更容易产生抑郁心情，而那些爱说“我们”、“咱们”、“大家”的人更快乐。

德国卡塞尔大学的研究团队选取了数百名志愿者，让他们参与了一次长达90分钟的带有心理治疗性质的访谈。谈话内容有关他们的人际关系、自我认知。研究团队对谈话进行录音，并计算了第一人称单数和第一人称复数在心理访谈中出现的次数，并与他们的心理健康状况和快乐程度进行了比较。结果发现，使用第一人称单数“我”较多的人更容易出现抑郁问题，而使用第一人称复数“我们”较多的人与他人相处更和睦，也更快乐。

研究者认为，谈话时经常使用“我们”的人，会把自己放到社会关系中考虑问题，一般容易有较好的社会支持。而使用“我”的人，做事时习惯把自己独立于社会之外，但又渴望获得关注。