

纵情山水，激荡智慧 ——第五届纳户外论坛·大河水库会议圆满落幕

5月是一年中最灿烂的季节，有这一年中最纯净的天空，5月的山水景色也格外迷人。在山水清秀的阳春大河水库，为期3天的第五届纳户外论坛·大河水库会议于5月31日圆满落幕。

纳户外论坛的前身是纳丽德公司产品体验活动及户外讨论会议，是纳丽德“体验和创新”的主要活动之一。随着活动的深入开展，纳丽德发现户外专业人士、甚至跨界人士的加入会碰撞出更多的思想火花，让讨论活动具有更广泛的价值。邀请户外专业人士、跨界知名人士加入纳丽德户外讨论会议，户外畅谈，畅谈户外，这就是纳户外论坛。



本届纳户外论坛的选址依旧遵循“山水之间，激荡智慧”的初衷，将论坛地点定于山水清秀风光旖旎的阳春大河水库。大河水库位于阳春市西面绵山之腹，水库依西山河道呈狭长形，长40多公里，水碧如蓝，湖中鱼虾欢跃，帆影点点，美景夺目。水库两岸，层林叠翠，草木葱茏，山峦连绵起伏，奇峰突起，似万马昂啸；水面上浮现数十个小岛，岛上飞鸟盘旋。泛舟其中，如入世外桃源，穿梭在一幅美丽的山水画廊之中。大河水库不仅风景秀美，还是难得的天然氧吧，置身旖旎风光中，冲破天花板和围墙的阻隔，与大自然亲密接触，呼吸着新鲜的空气，释放身心，纵论各界之道，在山水天地间激荡出更多的智慧灵感。

本届纳户外论坛再次得到各界知名人士的鼎力支持——知名户外杂志《户外探险》执行主编何亦红，壹基金救援联盟监事@陶冶救援-雪狼，珠海市登山探险协会、珠海市山地救援队队长@李京安藏葵，阳江市点线面企业管理咨询有限公司首席顾问李文明，曲速科技有限公司总经理林振霖及阳江知名户外达人@漠阳虎等人参加了本届论坛，并现场分享各自领域的专业知识，与会人员在热情洋溢的分享与讨论中，碰撞出更多的思想火花。

户外，带我们领略世界本来的样子——《户外探险》执行主编—何亦红



“户外的脚步让我们到达地球上最偏远的角落，那些鲜有人打扰的地方，从在南北极体验到的自然之纯净，到在不丹体验到的精神之纯净，

这都是世界本来的面目。”《户外探险》执行主编何亦红热情分享南北极及不丹探秘之旅，海量精美图片及生动的讲述，让在座参会者对南北极、不丹等圣地无不心向往之，真想马上来一场说走就走的旅行。

户外运动，从学会“害怕”开始——壹基金救援联盟监事—@陶冶救援-雪狼

“户外有风险，出行需谨慎”。看到大家听完何主编的分享都有点蠢蠢欲动，@陶冶救援-雪狼及时地给大家上了一堂“户外安全与风险管理”的课程。近年来，户外事故频发，遇难人数剧增，主要归咎于户外参与者不具备户外运动经验和救援知识，一时兴起的说走就走，是对自己生命安全的不负责任。户外运动，要从学会“害怕”开始，并通过学习去“防患于未然”，冷静应对户外运动各种不可预知的风险。

户外安全救援，“救”在身边——珠海市山地救援队队长—@李京安藏葵



在雪狼讲完户外安全与风险管理方面的知识后，珠海市登山探险协会、珠海市山地救援队队长@李京安藏葵则根据自己多年来的救援经验，结合实例给大家讲述如何在恶劣天气及在水上进行救援。藏葵告诉我们，救援的最高境界是没有救援，即大家都懂自救，人人能自救，这才是最好的救援！

慧眼识英才——阳江市点线面企业管理咨询有限公司首席顾问—李文明

企业是由人组成的，“企”字少了“人”字，就是“止”，人才对企业至关重要，那么企业如何发现和选拔人才呢？深谙企业用人之道的李总，现场赠与与会者们分享了几种常用的人力测评方法，包括纸笔考试、心理测试、结构面试、情景模拟等，其中还着重介绍了心理测试法中的笔迹法、心理画和DISC个性测评法。李总凭借其热情诙谐的言语、趣味十足的互动，让与会者在轻松愉悦的学习氛围中学到了人资领域的专业知识，学习如何用一双慧眼去发现人才。

移动互联网，“玩乐”营销——曲速科技有限公司总经理—林振霖

纳户外论坛的初衷就是走进自然，亲近自然，在玩乐中学习。而在



与会嘉宾中，能把玩乐玩到极致的莫过于曲速科技有限公司的林总。为了跟大家形象解说如何进行网络营销，林总以如何通过社交网络去交女朋友为例详细展开，让大家深刻认识到，网络营销该如何定位、如何选择目标人群、如何选择适合的网络渠道等，将产品的“乐”（卖点）和消费者的“乐”（买点）相结合，才能“玩乐”移动互联网营销。

洞悉市场格局 共推发展战略——纳丽德总裁梁兵及纳丽德团队



纳丽德总裁梁总是NEXTORCH（纳丽德）手电品牌的创始人之一，也是国内外手电行业的资深专家，走过全球50多个国家和地区，足迹遍及全球主要的手电生产热点地区，拥有丰富的行业经验和全球化营销战略思维。梁总凭借着自己丰富的经验和阅历，从全球手电行业整体发展状况、细分市场、世界知名品牌三大方面详述当今手电的市场格局。梁总由浅入深的讲解让与会者对当今的手电市场格局有了一个宏观的认识，同时也为本届纳户外论坛另一大主题——品牌战略研讨会定下了讨论的主基调。

本届纳户外论坛的第三天，纳丽德市场部、设计部、销售部代表齐聚，从纳丽德品牌定位、战略执行两个方面展开热烈的讨论，共推纳丽德未来品牌发展战略。

纳户外论坛的宗旨是“玩出智慧”，置身户外山水美景，除了分享智慧，又怎少得了户外畅玩呢？泛舟、畅泳、垂钓、夜骑、烧烤等诸多有趣、刺激的户外体验，让与会者与大自然更亲近地接触，悠然享受户外的惬意与自由，激发更多的创意灵感！

5月31日下午，第五届纳户外论坛·大河水库会议圆满落幕。告别阳春大河水库，珍藏智慧果实，第六届纳户外论坛，我们还会！



关注纳丽德微信，随时有惊喜



扎尕那，藏语是“石匣子”的意思，位于甘肃迭部县西北34公里处的益哇乡境内，是一座完整的天然“石城”，俗有“阎王殿”之称。2009年，扎尕那入选《中国国家地理》杂志社发布的十大“非著名山峰”榜单，位居第四。

近年来扎尕那吸引了不少驴友前往，这座规模宏大的石头宫殿对于外人来说就是一个偌大的世外桃源。为了更深入地探秘扎尕那，纳丽德大力赞助的四川绵阳后山车队经过细致调研和组织策划，计划于2014年5月24日开启“扎尕那骑行探秘之旅”，期待能为世人进一步揭开扎尕那的神秘面纱。

绵阳后山车队是四川绵阳地区唯一一支由速降运动爱好者组建的车队，本次扎尕那骑行探秘活动成员主要由7人组成：具有精湛摄影技术的摄影师兼总领队——原野，在骑行圈小有名气、骑行经验丰富的车手——苏丹麟、任家桐、葛洋，《户外探险》杂志知名记者——陆阳，另外还有两名后勤兼摄影助理，活动阵容精简而强大。

纳丽德与后山车队本次骑行活动的合作可谓机缘巧合，纳丽德与《户外探险》杂志一直保持良好的合作关系，而此次活动时间恰好在纳丽德首款自行车灯B10上市前夕。纳丽德大力赞助本次活动，除了看中活动成员的影响力及勇于探索的活动精神与纳丽德企业精神相契合外，同时也是希望借本次活动为B10的上市宣传造势，更重要的是能够让客户和消费者更深刻地认识和体验纳丽德产品。此外，纳丽德还为本次活动成员配备了纳丽德2013年亚洲户外产业大奖配件类银奖作品——双开关智能调光高亮头灯Light Star，为活动组提供了一套完整的骑行照明解决方案。纳丽德·智能手电，随时为您点亮征程！



葛洋



任家桐



苏丹麟

（图片来源：原野摄）

跟纳丽德一起穿越扎尕那，探秘阎王殿



百源实业

POWER SOURCE

内部发行 免费赠阅 二零一四年六月 总第 41 期 www.powersource.cn

人才工作 喜报频传

曲阿

在企业福利、企业文化和员工认同等方面均投入强大的建设力量，百源为员工们规划出了未来更广阔美好的发展道路，受到了社会各界及员工的赞誉。百源一直以管理者们的领导职责，就是要通过搭建舞台，为每位员工营造创新与展示的舞台，使每位员工的长处都能发挥出来。在百源，最让人感动的是，很多普普通通的员工，能够用心去做自己的工作。如果每个人都能够用心去工作，去提升，那整个百源的整体战斗力就会自然提高。每个人都希望得到别人的尊重，都希望自己的价值得到承认，而百源就致力于所有的员工都能充分的表现自己，并在这个过程中不断地提升自己。百源希望，应聘而来的，都是认同我们的企业文化，和我们一样具有社会责任感的人。百源将为员工提供更为适合发展的、更为宽广的平台，理更多的学习成长的机会，更有竞争力的待遇，更为先进的文化。

百源荣获智通人才网·2013年优秀雇主称号



智通人才网·2013年优秀雇主评选，由广东智通人才连锁集团主办，智通人才网承办，新世纪人才研究所、《21世纪人才报》、《才富》协办，旨在通过发现一批为员工创造良好工作环境、

为社会积极担当责任的优秀候选企业，并对其进行展播，由求职者对候选企业的关注度与简历投递数量作为评选的重要依据之一，再结合各项专业指标的评测数据，评选出“2013年优秀雇主”。2013优秀雇主评选活动旨在帮助企业认识并重视雇主品牌的建设与发展。活动致力于重视人才战略、具有远见卓识的企业创建并打造优秀雇主品牌，从而提升企业的招聘软实力，助力企业汇聚海量杰出人才，领跑人才争夺战！

百源被授予阳东县“人才工作示范点”

5月16日上午，中共阳东县委组织部在阳江喜之郎果冻制造有限公司举行会议，对阳东县人力资源和社会保障局、广东百源实业有限公司等6家单位，授予阳东县“人才工作示范点”牌匾。

就如何开展好人才工作示范点工作，阳东县委常委、组织部长林进豪要求，要充分认识开展示范点建设的重要意义；要明确工作目标和要求，建设高标准、高质量、有特色的人才工作示范点，着重树立精品意识、创新意识、示范意识；要以示范点为抓手，带动全县人才工作整体推进；要加强组织领导，确保人才工作取得实效。

创新为帆，破浪远航 ——第六届“纳丽德杯” NEXTORCH未来手电设计大赛

创意，将会公布在网站“创意园”页面供大家交流分享，创意者还可以获得相应的现金奖励。百源创意园，为您提供一个将创意想法变成现实的平台，致力于实现广大创意者设计创意的最大价值！



经过一个多月的组织和开展，本届手电设计大赛得到了众多广州大学城高校学子的积极响应和参与，纳丽德共收到近百份手电创意设计方案。经过专家评委分别从“市场”、“技术”、“成本”、“专利”四个不同的维度对参赛作品进行评估，通过层层筛选，最终有20支参赛队伍脱颖而出，挺进总决赛。

值得一提的是，在决赛备战阶段，各维度的专家评委对每个进入总决赛的方案提出进一步的修改建议，选手可根据专家修改意见不断完善作品。



决赛现场，选手们围绕手电“安全”、“创新”两大设计主题，将自己的“未来手电”设计方案进行精彩演示，并对专家评委的提问进行答辩。选手们的作品构思大胆创，意十足，而且具有一定的实用价值：“360度旋转筒头”、“声波防蚊设置”、“手电户外生火功能”、“带摄影功能的执法手电”、“行进充电”……这些新颖的想法与创意，让纳丽德在场的设计团队深

《百源》是由广东百源实业有限公司主办的内部刊物，它以提高企业凝聚力和竞争力为核心思想，以推动百源内部交流学习为出发点，以推广百源及旗下子品牌、介绍部门动态、展现员工风采、发布产品信息为主要内容，以信息丰富、资讯及时、版式精美、互动参与为办刊诉求的百源人内部读物，是展现了百源企业文化的载体，更是关注百源、了解百源、洞悉百源的窗口。



丘志勇市长到访百源

山风



5月31日上午，阳江市市长丘志勇同志，在阳江市企业家商会梁开亮会长的陪同下，到访百源。

丘市长参观了百源厂区的电筒生产车间，观看了实验室的电筒测试，并参观了公司的样板房和设计开发部。在生产现场，市长不时询问公司生产经营的基本情况；在实验室，市长鼓励要严格要求，提升品质；在样板房，市场得知我们的产品畅销全球，表示满意，并饶有兴趣地把玩了一些样品，连声赞叹；在设计开发部，得知百源在自主创新和知识产权保护方面卓有成效，高度评价我们立足技术创新和营销创新，致力于打造高端本土品牌。

最后，丘市长勉励百源继续打造精品，争取做大做强，创造出更大的社会价值！

受启发，受益匪浅。

经过4个多小时的激烈角逐，最终来自广东工业大学的张梓颖、陈柏恒、林露樾三位同学组成的团队凭借《智能安全巡检手电筒设计方案》折冠。有趣的是，本届大赛的冠军组成员中，有一个连续三次参加“纳丽德杯”未来手电设计大赛的“三元元老”，随着赛事的逐渐完善及经验的积累，其作品及表现也一次比一次优秀。在纳丽德未来手电设计大赛这个舞台上，选手们不仅展现了才华，更收获了成长。

经过现场7位专家评委的专业评审，大赛最终决出一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，优胜奖6名。一等奖获得者不仅获得3000元的高额奖金和纳丽德660流明高亮战术手电P8A，还有机会参加纳丽德主办的纳户外论坛，近距离与专业的手电专家、达人进行深度的思想碰撞。





菜谱名称 杨枝甘露

食材明细

原材料：芒果2个、西柚30g、西米5g；
调味料：椰浆100ml、淡奶30ml、白糖10g、冰糖5g。

菜谱分类

工艺：搅拌 **口味：**原味 **难度：**简单 **时间：**20分钟

菜谱简介

杨枝甘露是夏天最受欢迎的港式甜品之一，味道酸甜可口、Q弹香软，给人带来无限清爽和甜蜜的感觉。虽叫杨枝甘露，但它却与杨桃、荔枝没有任何关系，而是用芒果、西柚和西米，再加上椰浆、淡奶油烹制而成，口感清凉爽滑，唇齿留香。因此，杨枝甘露也称为芒果柚子西米露。

芒果是著名的热带水果，素有“热带水果之王”的美誉。肉质金黄，鲜美多汁，如盛夏吃上几个，能生津止渴，消暑舒神。常食芒果有利于防治心血管疾病、调节视力，还能迅速补充体力、润泽

烹饪方法



- 准备好材料和工具：
原材料：芒果2个、西柚30g、西米5g。
调味料：椰浆100ml、淡奶30ml、白糖10g、冰糖5g。
工具：搅拌机、滤勺、冰箱。
- 芒果洗净，削皮、去核，取出果肉。
- 取一大半果肉放入搅拌机内，再加入西柚20g、白砂糖10g、椰浆100ml、淡奶30ml，用高速搅拌，看到无明显颗粒即可。
- 将搅打好的芒果椰汁过筛，去掉颗粒杂质，然

皮肤，是男士的天然能源，女士们的美容佳品。

西柚较普通柚子小，又比橙子大，具有酸味和甘味。它含有丰富的维生素C和P，能预防黑斑、消除疲劳、增进食欲，还可以帮助身体吸收钙和铁，增强皮肤及毛孔的呼吸功能，有效预防贫血，并达到美容养颜的功效。

炎热的夏天，总想来一碗冰镇的糖水。可是，烈日当空，甜品屋好像离得不够近。那就自己做上一碗杨枝甘露吧！步骤简单、酸甜可口，是你的不二之选。

电饭煲懒人饭

从来没想过电饭煲有这样神奇的功能吧？姑娘汉子们，学会下面这几招，人人都能当厨神！被膳道广大吃货验证过的，懒人变厨神的捷径。

可乐鸡翅



- 将鸡翅1斤洗干净，放入电饭煲内。
- 倒入半罐可乐、半勺盐、2勺酱油、4片姜，盖上锅盖，按下煮饭键，等开关自动跳起，可乐鸡翅就做好了。

电饭煲煎饺

- 用不粘底的电饭煲，倒入一点油，抹匀锅底，均匀铺放一层速冻饺子，不要叠放。
- 然后倒入清水没到饺子的三分之一处，按下煮饭键，等开关自动跳起，饺子就煎好了。

电饭煲手撕鸡

- 准备嫩鸡一只，洗干净，往鸡肚子里塞2片姜，在鸡身上抹一层食盐，静置5分钟。
- 取一个小碗，加入一勺老抽，一勺生抽，半勺盐，半勺糖，一瓶盖料酒，拌匀后抹到鸡身上，腌制20分钟。
- 把葱姜平铺在电饭锅底，放入腌好的鸡及调料。按下煮饭键，等开关跳起10分钟后即可开锅取出，将鸡撕开就可以食用了。





有奖竟答

50块糖分给10个小朋友，每人都有糖且得到的数目不同，不可把糖块截断，你要怎么分配？

每期竞选选取一名幸运儿，本次幸运儿将获得膳道洗菜篮一套。

答题路径：加膳道QQ：1413007131回答问题，答题时请一并附上解题思路。

上期答案解密：蓝色。

膳道旋转瓜刨获得者：叶颖统

夏天饮食攻略

夏天，对于很多帅锅米女来说，是又喜欢又痛恨。想穿的漂亮帅气出门，但是总发现衣服小了一个尺码。想减肥吧，说得容易！但其实，做起来也不难，真正的吃货，就是会利用适当的食物，来达到减肥的效果。下面就都你几招，既能减肥，又无需节食的方法：

青瓜

青瓜是最常见的一种减肥食物，它含有一种很好的可以抑制体内糖类转化为脂肪的物质——丙醇二酸。此外，青瓜还含有细纤维素，对促进肠道排泄很有好处，同时也可以降低胆固醇。

梅子

梅子是所有减肥食物中最为突出的一种食物。它是一种富含有机酸物质和无机酸物质的碱性食物，尤其是含有很高的柠檬酸，对身体内热能的代谢起着很好的作用。

魔芋

魔芋这种食物很容易让人产生饱腹感，它具有高膨胀、高弹性、高粘度的特性。用魔芋加工的食品，比如：豆腐、面条、面包等食品，都能产生饱腹感。并且对降低胆固醇、甘油三脂、血糖等都很有效果，是一种很理想的减肥食品。

冬瓜

很多人都知道冬瓜具有利尿去水的功效。冬瓜本身不含脂肪，含的钠盐也很低。胖人体内大多都积存过多的水分，肌肉绵软不结实，用适量的冬瓜煮汤喝，能将体内过多的水分排出来，减肥的疗效非常显著。也可以将干的冬瓜皮加水煎着喝。

最后，夏天来了，就意味着大量荔枝龙眼闪亮登场。鲜美的荔枝让人停不下嘴，但是“一颗荔枝三把火”，请在吃荔枝或龙眼前喝一点盐水或者凉茶，能够有效清热降火。祝大家拥有一个清凉舒爽的夏天！

梁玉英：爱是最让人笃定的东西

文/陈麒凌 摄影/张海明

人物档案：梁玉英，女，1987年生，阳江白沙人，包装车间操作员，2012年度、2013年度“员工之星”。

梁玉英是那种女孩，在学校是最懂事的学生，在工厂是最合作的员工，在家里是最乖巧的女儿。

从小到大，父母亲戚左邻右舍都夸赞她的乖巧，脾气好，说话轻声细语，又勤快，让她干什么活儿都爽快地去干。所以在炎炎夏日的中午，当年还是小学生的梁玉英，每天都会在村里的井头洗衣服，她洗得很急，一边洗一边擦汗，因为下午还要赶着上学，而衣服又那么多，爸妈的、大哥二哥的、还有姐姐的。她是家里最小的孩子，照理来说应该是最受宠的那个，但实际不是那样，疲于生计的父母无法过多地关心孩子，哥哥们也各有其忙，只大一岁的姐姐性格刚好跟她相反。姐姐漂亮任性，爱发脾气，想要的东西到不了手便会大声哭，俗话说，会哭的孩子有奶吃，家里人不愿意姐姐，所以都尽量哄着，好处先让她享着，而人人夸赞的乖孩子玉英，反而成了干活最多而且毫无怨言的那个。

她也努力地学习，数学成绩一度名列前茅，她希望父母分享这荣耀，可是家长会他们一次也没来过，她考差了，心情难过哭了一场，可是回到家父母根本没注意。后来她的成绩真的差了，初中毕业没有选择继续升学，梁玉英解释说没心读书了，也许这样的放弃，同时也是对那份一直渴求的关爱的，放弃。

2010年在百源包装车间，梁玉英第一次见到小张。小伙子比她大三岁，看起来踏实稳重，他当时是金帆的货车司机，送货的间隙常会到车间小坐，因此和大家很熟。也就是那次，同事们笑着让他俩交换电话，年轻人交多个朋友很正常，梁玉英初时并没有怎么注意。但相处下来，小张的体贴渐渐触动了她的心。那些细心的短信，下班时发来一句“开车要小心”，出门前发来一句“记得带手机钥匙”，夜深时发来一句“早点休息”，逛街时又发来一句“注意安全”，寻常的叮嘱，却透着关怀的温暖，从相识相恋到结婚生子，这一点从

忙了，儿女多，关爱不够分，感情线条又比较粗，没法顾忌小女孩细腻的心思。童年的梁玉英该有多么渴望父母的关注，不是那种给你吃给你穿衣你穿的爱，当然那种也是爱，可她好想他们也像电视剧里的父母那样，检查一下她的功课，陪她聊聊天，伤心的时候可以安慰两句，告诉她没事不要怕，甚至一个拥抱，一个吻。为此小小的她一直在努力学着懂事和体谅，一直努力地乖着，这样的努力是有期待的，我表现得这么好，能不能好好看我一眼呢？

梁玉英说，丈夫是全世界最让自己放心的人。

在他面前，她是最本真的自己，放松自在，可以任性，可以刁蛮，可以不乖，因为他给她这样笃定的自信，即使自己不乖，即使自己表现不那么好，这个人也会无条件地爱自己，接受自己，包容自己，那样地确信，那样的安全感。遇到小张之前，梁玉英总是不停地换工作，遇到小张之后，才踏踏实实干下来，在百源车间至今五年，平凡的岗位上愉快努力的工作，无意中连续获得两年的优秀员工奖，这似乎是证明，心安稳了才能发展。或者说，她心里那个一直渴望拥抱的小孩，终于等到了最温暖的拥抱。

梁玉英说，回望成长岁月，人生中让自己感动的事情少之又少，除了妈妈送伞那次，就只有初中时林老师耐心帮她解题、让她帮忙改卷子的事情。其实自己是个很容易满足的人，有人对自己好一点就能记一辈子。遇到深爱自己的

没更改。小张不是浪漫的人，却记得在结婚周年纪念日送给她鲜花巧克力，小张也不是善于表达的人，他的爱全部表达在行动里。她和女伴逛街逛得太晚，他会主动从很远的地方骑着摩托车来接；她怀孕的时候下楼梯不小心跌了一跤，他在旁边急得骂人，担心她有什么事；他每天给她煲汤，一个大男人突然开始学起了厨房工，她生小孩进了手术室，小张在外面等，事后他说，一个小时好像过了一千年一万年那么久，他从来没没那么害怕过。

梁玉英说，丈夫是全世界最让自己放心的人。

在他面前，她是最本真的自己，放松自在，可以任性，可以刁蛮，可以不乖，因为他给她这样笃定的自信，即使自己不乖，即使自己表现不那么好，这个人也会无条件地爱自己，接受自己，包容自己，那样地确信，那样的安全感。遇到小张之前，梁玉英总是不停地换工作，遇到小张之后，才踏踏实实干下来，在百源车间至今五年，平凡的岗位上愉快努力的工作，无意中连续获得两年的优秀员工奖，这似乎是证明，心安稳了才能发展。或者说，她心里那个一直渴望拥抱的小孩，终于等到了最温暖的拥抱。

梁玉英说，回望成长岁月，人生中让自己感动的事情少之又少，除了妈妈送伞那次，就只有初中时林老师耐心帮她解题、让她帮忙改卷子的事情。其实自己是个很容易满足的人，有人对自己好一点就能记一辈子。遇到深爱自己的



丈夫，感觉很幸福，以前没有的东西，现在都补回来了，这样一想又觉得，人生其实很公平。

梁玉英的儿子小小张已经两岁多了，她笑着说这是一个非常调皮的孩子，经常抢大人的电话打，大家笑他就生气地把电话丢在地上，又非常好动，一天到晚都爬上爬下，自言自语说个不停。但即使儿子调皮，梁玉英也不愿意过多地管制他，她希望儿子能尽情地释放自己的天性，自由地表达情绪，不必因为要讨巧大人而成为一个不快乐的乖孩子，自己是那样长大的，深知那样的欠缺和委屈。而作为一个学会了爱并懂得了爱的母亲，她所要做的，只是微笑着，随时张开手臂，给孩子满是爱和温暖的拥抱。

正如她童年时渴望的那些。

温馨一刻



Chloe & Lolly

人生是一种缘，缘分让你我相聚百源。

3月，你来到百源，加入F组团队，那时，我们有着一样的身份——90后，“洞里”的校友，百源F组成员。

4月，你回到办公室实习，我教你基本的流程，你跟我说，不要皱眉，不要急性子，然后我记住了。

5月，我们一起打卡，一起吃饭，一起参加活动，你教我卖萌，我帮你拍照，终于，在这个520的特别日子里，我们手牵手狂奔在大雨中，你说，我们在一起吧，我说，我们为什么不带伞！

6月了，日子就这么一天天平静幸福地过着。某一天，我们偶遇了钢哥，他说，你们有超过一个小时是不呆在一起的么？！你说，外出的时候，我想，我们一个星期外出了几次？

或许，在哪一天，我们都分开了。但庆幸的是，你在我的生命中出现过，不只是过客。



膳道，开启您的美食之旅
www.kitchendao.com



膳道，您身边的美食视频
/youku.com/kitchendao



膳道官方淘宝，淘你喜欢
kitchendao.taobao.com



做好吃的

广州膳道信息科技有限公司
广州市海珠区新港东路1068号
电话：4008-304-777
邮件：info@kitchendao.com
网址：www.kitchendao.com