

珠峰，位于中国与尼泊尔交界的喜马拉雅山之上，峰高8848米，终年积雪，被誉为“世界第一高峰”。早在十九世纪中叶，珠峰就已成为世界各国登山运动者向往的攀登圣地，至今仍以其无穷的魅力无时无刻不吸引着全球各地探险者前来一试身手。

高山沸腾公司，为中国首家专业的境外登山服务机构，一直致力于中国民间高山探险事业。为继续书写中国民间登山队挑战自我极限、探索大自然奥秘的传奇，由高山沸腾公司组织的2015年珠峰（南坡）登山活动，将于今年4月中旬隆重启程。

高山探险运动，要在充满困难和艰险的条件下展开，要战胜高空飓风、极度严寒、缺氧和雪崩、冰崩等危险，对人类的体力、体能和意志、毅力等是一个严酷的考验，因此高山探险需要经过专业的训练与长时间的准备。同时，高海拔登山运动，除了勇气、技术、体能之外，还需要可靠的精良装备，后者也为登山者提供了进一步可靠的安全保障。

严峻而恶劣的珠峰环境，对于照明装备的要求更为苛刻。纳丽德，作为美国移动照明协会（PLATO）的首批会员及国内手电品牌唯一投票会员，参与制定ANSI手电标准，并严格执行ANSI标准进行产品测试。对于品质的追求，纳丽德有着朴素而执着的理解：每当您需要的时候，它总能点亮！纳丽德手电，军工品质，值得信赖。也正是凭借过硬的产品品质，及推动中国民间登山探险事业发展共同梦想，纳丽德成为高山沸腾公司珠峰登山活动的赞助单位，为高



## 未完珠峰梦，纳丽德手电继续挺你到顶！



高山沸腾公司珠峰登山活动的赞助单位，为高

山沸腾公司提供了全套移动照明装备。早在2014年4月，纳丽德手电就与中国民间女子珠峰登山队结缘，纳丽德双开关智能调光高亮头灯Light Star也曾随当时队员之一的凌桑（曾玉）登顶

第一位女性登顶者。遗憾的是2014年珠峰（南坡）登山活动中，由于珠峰（南坡）雪崩造成特大山难，导致攀登活动中途全面终止，凌桑登顶珠峰的梦想也中途夭折。今年，纳丽德赞助运动员凌桑，将再次作为中国民间女子珠峰队成员之一，出征2015年珠峰（南坡）登山活动，即将圆珠峰登顶梦，刷新其个人登山史新的高度奇迹。

此外，纳丽德还特别为本次登山活动的夏尔巴协作提供全套专业的登山照

明装备。关于夏尔巴人，有的人可能不大了解，但

在关于珠峰的攀登活动中，夏尔巴人是不可或缺的一部分。他们是珠峰登山路径上的“先行者”，协助一批又一批热爱登山的人完成巅峰梦想；他们以生命为代价写就令人难以置信的攀登奇迹，没有他们，人类探索高山的足迹或将举步维艰；但他们的处境、伤痛甚至死亡却极少被人提及……他们是登山者的安全护航者，纳丽德手电也期望能为登山队队员和夏尔巴向导的安全攀登保驾护航。

纳丽德为本次活动提供的全套登山照明装备由2600流明高亮搜索型手电圣火3、460流明高性能USB直充战术手电TA4、双开关智能调光高亮头灯Light Star和世界上最小最强悍的歌路途GLO-TOOB战术信号灯等系列产品组成。

2015年珠峰（南坡）登山活动将于4月10日盛大启程，希望纳丽德手电像忠诚可靠的夏尔巴向导一样，成为登山队队员的安全护航者，同时预祝活动顺利，期待登山队队员成功登顶！

晰、结构严谨、切合主题。

3、作品格式：文字+图片，另外可将视频、图纸照片等作为附件上传（附件以ZIP或RAR压缩包形式上传，大小不超过10M）。

### 奖项设置

奖项设置/名额	奖金/奖品
一等奖 1名	奖金3000元+价值468元的myTorch S 18650手电+证书
二等奖 2名	奖金1000元+价值288元的myTorch S 2AA手电+证书
三等奖 3名	奖金500元+价值248元的myTorch S AA手电+证书
优秀奖 4名	价值105元的K10手电+证书

### 参赛须知

1、参赛作品要求必须原创，且并未曾公开发表或参加其他比赛，如因抄袭和剽窃他人作品而发生知识产权或版权纠纷等均由参赛者自行承担全部责任。对此，纳丽德有权在大赛的任何阶段单方面取消其参赛及获奖资格并索回相关奖项。

2、所有参赛资料请各团队（或个人）自行留档，不予退还，由纳丽德官方进行归档管理。

3、获奖作品版权归纳丽德所有，任何学校、团体或个人不得私自用于商业用途。

4、纳丽德有权根据具体情况调整大赛日程和规则。

5、纳丽德享有大赛最终解释权。



### 作品提交平台

百源创意园

(http://innovation.powersource.cn)

### 报名方式

登录“百源创意园”平台下载电子版报名表

### 报名原则

比赛以个人或组队形式报名，每队1-4人；学生可跨学院、跨年级、跨专业组队；各团队负责人需如实填写相关资料。

### 比赛安排

1、报名和初赛作品提交时间：2015年4月15日—5月10日

2、初选阶段：5月11日—5月15日，评委初评选出15支队伍进入决赛

3、决赛名单公布时间：2015年5月16日

4、决赛时间：2015年5月30日（周六），在决赛时进行5分钟PPT演讲和实物演示，2分钟答辩，比赛结束后现场统

### 大赛主题

安全、创新型手电设计

### 大赛时间

2015年4月15日—2015年5月30日

### 参赛对象

全国高校在校大学生和研究生



关注纳丽德微信  
“码”上有惊喜



关注纳丽德微博  
一手资讯抢先知



纳丽德·智能手电  
www.nextorch.com



阳江市纳丽德工贸有限公司  
广东省阳江市阳东县东城镇裕东一路61号  
电话：400-830-0799  
传真：0662-6602218



百源实业  
POWER SOURCE

内部发行 免费赠阅 二零一五年四月 总第 46 期 www.powersource.cn

《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载体，更是关注百源、了解百源、洞悉百源的窗口。

广东百源实业有限公司  
POWER SOURCE INDUSTRIES CO.,LTD.

## 企业文化宣传标语有奖征集活动通知

## 《德鲁克管理思想精要》 ★读书笔记★

梁兵

### 目标管理

- 1、经典故事：  
三个石匠在工作，问：你在干什么？  
第一个答：我在谋生；  
第二个答：我在干最精湛的雕刻工作；  
第三个答：我在修教堂。  
显而易见，第三个石匠才能成为真正的管理者，他明白工作的目标。第二个石匠要关注的是，企业的目标是创造顾客，而不是培养精湛的工匠，当然，也只有这些精湛的工匠，才会更好地满足顾客的需求。第一种则永远不会成为管理者。
- 2、管理者的要求：  
管理者的目地制定要兼顾长期利益和短期利益的平衡。  
靠压力管理无疑是一种承认自己无能的表现。最常见的是：我不管你过程，我只要结果。  
人力资源要避免多头管理。多头管理的结果就是：逃避、隐瞒。  
衡量是否达成目标的标准是通过测评解决，测评进而达到自我控制的目的。
- 3、管理的原则：  
发挥所长，承担责任，凝聚力量，达成目标。  
4、如何区分“目标、目的、标准”：  
目标：明确的可衡量的努力方向；  
目的：不明确、不可衡量的方向；  
标准：明确的可衡量，但无方向。（工作标准+方向=新目标）  
只有可衡量，才可以管理；  
只有可管理，才有确定性。

### 领导工作

- 1、领导是一种工作；  
2、领导者必须做到卓越工作，需要克服以下四个方面的困难：  
你的时间不属于你；  
你忙于日常工作；  
管理者的价值有效性，通过被管理者实现；  
内部数据是扭曲的，你要跳出“自己的工作”，看到趋势。

### 有效决策

- 1、实现目标需要有效的决策；  
2、决策要把握5个要素：  
了解问题的性质：常发生，还是偶尔发生？  
找出问题的“边界条件”；  
找到正确方案，然后再考虑妥协，适应，让步事项，以期能让该决策被接受；  
没有执行方案的决策是没有意义的；  
重视决策中的反馈，以便印证决策的正确与否。
- 3、有效的管理者不需要太多的决策；  
4、有效的决策是见解，不是对错的选择；  
5、要选择反面意见，激发想象力；  
6、最后我们需要问自己：我们是否真正需要决策？

### 发挥沟通

- 1、沟通是实现目标的最佳手段；  
2、沟通是一种感知；  
3、沟通是一种期望；  
4、沟通产生需求；  
5、沟通和信息是不同的，有时是对立的；  
6、沟通需要共享经验；  
7、倾听是沟通的先决条件。

### 致工作者

- 1、工作者的知识、智慧，本身不是成果，只有通过有效工作达成目标才能实现价值；  
2、工作的有效性是可以培养的，学习是唯一的途径；  
3、全能的人才是不存在的，管理者的职责是让各种不同能力的人各自发挥长处；  
4、职务的改变，需要有适应新职务的能力，自满于过去的经验，只能导致工作的失败。

## 金山公园春暖花开，百源女生花容神采 ——记2015年广东百源女生节活动



与的“女汉子”们；贯穿整个活动过程的还有激动人心的五轮抽奖，166份各类护肤品、生活用品及饮品悉数派发，现场欢呼不断，气氛热烈。

数百份的食品、礼品和奖品，充分体现了公司对全体女员工的关怀与爱护；精彩纷呈、喜气洋洋的活动，更展现了每一位百源女生的精神风貌和花容气质。

### 爱护环境

在活动举办的过程中，我们也不忘对环境的保护。这里是属于所有阳江市民日常活动的公共绿地，爱护草坪人人有责，特别是本次公司集体活动，我们代表的是百源的企业形象，更有义务维护好城市绿地。活动过后，现场几乎看不到任何的垃圾和食品残渣，而是早已一一装进塑料袋子里，集中回收，这一举措无疑体现了百源人优良的品格和素养。

情意浓浓，欢声笑语，全体女员工们一同度过了一个温情暖暖的女生节，百源大家庭因你我的参与更精彩，更具凝聚力。



### 精美礼品

惊蛰过后，春暖花开，万物复苏，在这个阳光明媚、温暖宜人的下午，举办户外活动特别是亲子活动，最适合不过了。活动开始之初，经过分组，我们给所有到场的女员工和小朋友派发各类美味水果和零食，满足大家的味蕾；经过四轮的二人绑腿跑趣味竞赛，我们共派发出80份精心准备的礼品，嘉奖积极参



## 菜谱名称 富贵花开

## 食材明细

**原材料：**鳊鱼一条、葱3根、姜片适量、火腿适量、红绿椒适量  
**调味料：**盐 10g、蒸鱼豉汁 20ml、食用油 5g、生抽 10ml、料酒少许

## 菜谱分类

**工艺：**蒸 **口味：**原味 **难度：**一般 **时间：**20分钟

## 菜谱简介

换季时刻，人体代谢机能较弱，易受湿气侵扰，故此，温阳除湿尤为重要，而选择进食鱼类，有助于调和脾肾功能，增强机体免疫力，是最廉价有效的初夏食补选择。

鱼肉为居家最常见的美味，不仅味道鲜美，而且营养价值高，此源于其所含热量少、脂肪低，是体弱者进补食疗的最佳水产食品。鱼富含丰富的硫胺素、核黄素、尼克酸、维生素D及一定比例的钙、磷、铁等矿物质。鱼肉中脂肪含量虽低，但其中的脂肪酸经研究有降糖、护心和防癌的作用；鱼肉中的维生素D、钙、磷，能有效地预防骨质疏松症。

《富贵花开》我们选择的是鳊鱼，随便一个市场，都可以见到它的身影。其性温、味甘，具有补虚、益脾、养血、祛风、健胃之功效，还可以预防贫血症、低血糖、高血压和动脉血管硬化等疾病，营养价值非常高；而且制作简单，只要在外观上稍微花点心思，就色香味俱全啦。

富贵花开，因其摆盘似花而得名，恰逢劳动节，希望同事们付出的劳动都有所收获，花开富贵。

## 烹饪方法



## 小贴士：

- 破鱼的时候注意鱼腹千万别划开，不然会影响整个造型。
- 切鱼的时候间隔要适中，所切的鱼片厚度在1cm-1.5cm之间为宜。
- 切片时鱼腹不能切断，要尽量将刀口切到鱼腹的边缘，这样更容易摆出开屏的形状。切的时候可以先把鱼骨部分切断，然后再小心地修剪到腹部。
- 去腥：除了料酒外，鱼身下和身上都铺上一层葱姜丝，再入蒸锅。
- 食材选择：从造型角度来说，宜选用体形扁平，鱼身宽大的鱼，比如“武昌鱼”。这样的鱼“屏”会比较长，更美观。
- 蒸鱼时间：根据鱼的品种和大小来决定。一般蒸5分钟。蒸好后按个人喜好做豉汁或淋入酱汁都可以。

快来捡不锈钢肥皂吧。

左边的4个图形呈现一定的规律性，第5个图形是（ ）。

小学生都会的图形推理题目，你会么？



关注膳道  
收获惊喜



有奖竞答



每期竞答选取一名幸运儿，本次幸运儿将获得膳道不锈钢肥皂一块。

答题路径：膳道官方微信（膳道）回答问题，答题时请附上解题思路。

上期答案解密：40。

膳道围裙套装获得者：张涛。



膳道，开启您的美食之旅  
www.kitchendao.com



膳道，您身边的美食视频  
iyouku.com/kitchendao



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

## 美丽一线

## 陈雪容：世上最美的风景，都不及回家的那段路程

文/陈麒麟 摄影/张海明

**个人档案：**陈雪容，女，1992年生，广东阳西人，光电组包装操作员，曾荣获2014年员工“明日之星”奖励。

还有个原因，就是哥哥也帮不上什么忙。比她仅大一岁的哥哥温和怕事，有次雪容被男同学欺负跑去找他，他反而被吓跑了。没办法，只好自己学着勇敢起来。这以后再遇到顽皮的男生欺负她，她也鼓足勇气反抗，最英勇的一次，是六年级的时候和同班男生动手打架，她的勇猛把人家震慑住了。而她也真的好像有能力帮助自己的家人了，再遇到妹妹被男生欺负，陈雪容会很霸气地找到那小子说“你要敢再欺负我妹，小心我揍你一顿！”就连妈妈有事情也会郑重地来找雪容商量，因为她有想法不累，只要和身边的人相处得好，就是有一种很像家里的氛围。她几次辞职的理由都是因为好姐妹要走，自己留下没什么意思。再有就是，她离开家的最长

期限不能超过半年，否则，她会因为想家过度而无法忍受。所以有好几年，陈雪容的生活状态是上半年在外乡打工，下半年闲在家里享受爱和温暖。

陈雪容说，家是我最宝贵的东西。小时候家给她的印象就是一间很大的屋子，屋顶下住着很多人。大伯、三叔、四叔，当然还有爸爸、妈妈、哥哥、妹妹。年节的时候最热闹，大家都回来了，大门口进进出出的脚步声，大厅里通宵达旦的笑语声。吃饭的时候，大圆桌挤着挨着坐满了人，虽然没有太丰盛的菜肴，但大家都是你夹给我夹给你，通常一只鹅腿转了一圈又回到原来的碗里，家就是这么和睦地在一起生活的人。在这样的和睦里，即使住的大屋子很简陋，只有简单的一层水泥墙壁，房间也又暗又小，还是觉得非常快乐。

妈妈的性格给陈雪容的影响最大，她是全村人人称道的好人，不仅勤劳能干，一个人养鸡养猪种地样样都行，而且脾气很好，好像什么事都不会让她动气，脸上总是笑咪咪的。她出言厚道，不好议论是非。她待客十分热情，虽然家里没什么东西，但总是尽己所能拿出番薯、芋头、甜薯送给人家。不过让陈雪容有些不平的是，太过好脾气的妈妈有时会很软弱，受了欺负也不出声。她记得那次自家养的母鸡被邻居打瘸了脚，妈妈也默默忍了。小小年纪的陈雪容当时就想，不行，我要让自己变得强一点，不然怎么能保护自己的家？

陈雪容下决心让自己变得强一点，

还记得今年1月6日的下午，当我正要准备第二天到离我家很近的一家公司报到上班时，突然钢哥一个电话过来，叫我马上到阳东工业园这边来，说加班也要给我面试。那一瞬间，我真是蒙住了：因为和前面的这家公司已经谈妥了薪资，阳东工业园在哪里也不清楚，是否投过简历到百源公司也没有印象，钢哥电话里殷切真诚的言语更是让我心里倍受触动。

我的核心价值和竞争力是什么？什么样的职业定位和规划才适合我？最佳切入点到底在哪里？相比那些沉得住气、能留下来的同龄人，我的问题出在哪里？是不是别人比我更勤奋、更具聪明才智，更有使不完的能量与激情？学历与能力、能力与岗位到底该怎么融合匹配？坚持正直善良的单纯心性与追逐功名利禄的现实社会该怎么和谐相处？为何总是融不进公司和岗位当中，反而屡屡受挫、受责？为何没有一个良好的家境在身后支持？如何撑起兴家之重担？爱情之路奈何满布苦涩？未来之路该何去何从……

2012年从广州五山华园毕业后的两年半时间里，一段段居无常所、始终找不到职业和心灵归属感的“南漂”、“北漂”和“藏漂”，上百趟的火车、汽车和飞机，数千里的自行车让我尝遍颠沛流离的辛酸苦楚、心神疲惫，对职业和人生



上，看着一摞摞的砖运上来，看着爸爸一块块地砌成墙壁。如今她每次回家摸着墙都会感到由衷地自豪，这真是他们自己的家。

2013年春天，新房子建成主体，没钱了，只好停工。爸妈远赴海南建筑队打工赚钱，陈雪容和哥哥轮流回家守着新房子，第一次觉得，爸妈不在的房子，不能算做家。2013年底，新房子终于入伙了，虽然装修很简单，但一家人已经觉得很满足。入伙酒摆了十六七桌，阳西摆酒的习俗是大碗大碟满满装上，亲戚朋友都吃得尽兴而归。那天爸爸喝了很多酒，对儿女们说给你们建好新房子，总算完成任务了。那一刻，她很想哭。

90后的女孩像陈雪容这么恋家的似乎不多，她说自己每周最开心的事情就是回家。周六下午五点半下班，她以最快的速度回到宿舍收拾好东西（其中必有买给爸妈的水果），花十五元搭乘摩托车到总站，坐五十分钟的班车回到阳西县城，哥哥或者爸爸已经骑着摩托车在车站等她，一路顺风回到家，妈妈最拿手的笋干腐竹虾仁大炒杂正热腾腾地等在饭桌。这是最寻常的家庭景象，却是我们每个人最温暖的念想，为此，我们努力工作、充满能量地一次次出发，只为了在每次归来的时候用整个身心去享受——世界上最美的风景，原来是回家的那段路程。

方面，钢哥也及时指正。

感谢钢哥，给予我充分发挥和想象空间的同时，又对我的职业化素养作出约束和指引。我深刻体会过，有约束的自由才是真正的自由。

从深圳海外国旅离职时，我的市场经理就对我说过一段话“你是一个有想法的人，但是不太适合做销售，找到自己的位置，现在我还不能断定企业文化行政管理就是我一生要从事的职业所有，但已明显感受到这就是寻觅许久的那个最佳切入点。行政管理对管理者的第一素质要求是‘正直’，我从小就因为‘正直’、‘正义感’得罪过不少人，尽管如此，我还是会一如既往地坚守这项天赋品格，但也学会更有智慧，用慈悲和爱心来实践公平正义。”

从此，我触摸到了自己的核心价值和竞争力——创新想法（创造性思维）。让我惊喜的是，百源也是一家特别重视创新的企业，志者同行，不谋而合。

“吹”过国有企业人浮于事、相互推诿、臃肿陈旧的呆板作风，“尝”过家族企业独裁专断、管理混乱、任人唯亲的人性压抑，“咽”过高度标准化企业一板一眼、耽于琐（下转第二版）