

羽毛球赛记

供应链 / 彭艳娟

2014年12月19日，天河区异地务工人员“庆元旦，迎新春”羽毛球赛圆满结束。恒远球队代表凤凰街在比赛中团结一致，顽强拼搏，取得了团体第八名的成绩。在高手如林的球场上，在人才济济的19支球队中，我们的队伍挺进8强，这着实让我们的队员激动不已，备感荣耀。

最初报名时，我的内心极为忐忑，一是担心自己水平有限，怕上场丢分拖队伍后腿，二是要我担当领队，更加让我觉得压力重重。但是回头看看我身后的队员，有恒远第一美女球员许晓曼，有体育健将邓强，有恒远男单种子选手温天生，还有恒远男双神组合王嘉鹏和冯释潮，更有常年驰骋在恒远羽坛和乒坛的常青树杨坚。这样一支多才多艺的队伍总算让我带队的信心增添了几分，更可喜的是，比赛场地在曾经的沙河镇第二工业区内举行，尽管地名已改，但对老园区这片土地，我们还是如两年前一样亲切，一样熟悉，此次出征，地利人和，必胜无疑。

当日上午9：00，天河区各界领导发表了热情洋溢的讲话，正是天河区及各街道领导的大力支持，才使得我们各个领域异地务工人员有机会“以球会友”，让来自全国各地的朋友有机会在广州这座繁华迷人，古老又现代的城市相聚。

习惯的力量

选自文摘

有一位教授曾做过一个实验：他将一只跳蚤放进一个容器里，容器的高度刚好为跳蚤能够达到的位置。为了防止跳蚤从容器里跳出，教授特地在上面放了一块玻璃隔着。第一天，跳蚤表现得十分活跃，它一次又一次地撞击着玻璃，大有不达目的不罢休之势。可是，它的力量实在太单薄了，无论怎么努力，始终无法冲破玻璃的阻隔。尽管如此，跳蚤还是没有放弃，每隔一段时间，它又会发起一阵猛烈的攻击。

过了几天，教授再去观察，发现跳蚤上跳的频率明显减少了，它没了先前的冲劲和锐气，变得有些懒惰和绝望了。又过了几天，教授再去观察，发现跳蚤几乎丧失了斗志，只是在容器底部跳来跳去……就这样，过了几个月，教授惊奇地发现跳蚤已不再作任何努力，它终日得过且过地呆在容器底部。随后，教授将容器上方的玻璃抽掉了，他满以为跳蚤会一下子蹦出来。但出乎意料的是，跳蚤丝毫没有这样的举动，它已经完全习惯了现在的生活。

紧接着，教授又将另一只跳蚤放进一个容器里，容器的高度略微超过跳蚤上跳的极限，上面没有再加盖子。经过一段时间的观察，教授发现，跳蚤每天都会习惯性地往上跳，虽然每次它都无法超越

这次比赛项目只设男女混合团体赛（混双-男单-男双），所以团队的合作尤为重要。上午循环赛，19支球队分6组，第一组和第六组分别是3进2和4进2，其他小组3进1，胜出直接进8强，每局比赛采用三场两胜，一局制胜，出场次序：混双-男单-男双。很幸运，我们抽在第6组。我们首先对阵的是五山队，这是一支朝气蓬勃的队伍，人均年龄不到20岁，在对阵队伍的安排上我们可是尤为小心谨慎，怕是被这初生牛犊撞了腰，于是我们派出混双实力较强的许晓曼和温天生，单打派出邓强，男双让王嘉鹏和冯释潮组合。可能是五山队队员练习较少，尤其混双中男女队员的配合不协调，以至于还不用我们的男双出场。我们队混双和男单便直接赢得两分，轻松拿下第一场。

第二场对阵的是棠下队，这是一支从头武装到脚的队伍，连球鞋都能统一，这是支花了多少心血，寄予多少希望的球队啊！我们还听说，他们的男单选手下午还有别的羽毛球赛打决赛，这个消息更是让我们倒吸一口冷气，我们的战术要调整了，这一场我们首先派出

的混双是许晓曼和邓强，晓曼在第一场已经热身，现在正是最佳状态，至于邓强这个百搭型选手，怎么安排我们都很放心。不出所料，我们第一局混双非常顺利就拿下一分。接下来，男单由温天生迎战棠下的头号种子选手。男单还没开打，光看对方选手精精壮壮，脚长手长的样，我们都在心里为温天生捏把汗，果然一开球，对方选手快攻快守，球像一支支利箭直攻我方阵营，快球让温天生连丢几个球，这时我们久经沙场的队员们在场边献计献策，邓强说：“对方益打快球，我们别拼快，我们慢慢打”，冯释潮说：“要

发挥扣球的强项”，我说：“不要着急，放轻松打，你肯定能拿下的他的。”温天生很快把状态调整过来，对方打快球，温天生慢慢吊球，待对方追到前场接上这个吊球，他再来一猛扣，就这样，在前半场失利的情况下，温天生步步紧逼，咬定青山不放松，最后以3分优势再为我队加上宝贵的一分。虽然第三场我们的对手是强劲的天河南队，但无关紧要，3战两胜，我们的队伍已稳稳地迈进8强大门。

下午的比赛以淘汰方式决出前8名次，尽管我们的队伍仍在球场奋力搏杀，但无奈其他球队实力超强，我们的脚步只停在了第8名。此时，比赛的排名已不那么重要，我们尽情的参与到活动中来，我们发扬体育精神，展现了我们恒远人的风采，我们坚信：“友谊第一，重在参与”，这就是我们的球队此行的最大收获。

广州市天河区2014年异地务工人员羽毛球赛

凤凰街

广州市天河区2014年异地务工人员羽毛球赛

凤凰街

万圣节（西方传统节日）

网络文摘

万圣节又叫诸圣节，在每年的11月1日，是西方的传统节日。

万圣节源自古代凯尔特民族(Celtic)的新年节庆，此时也是祭祀亡魂的时刻，在避免恶灵干扰的同时，也以食物祭拜祖灵及善灵以祈平安渡过严冬。前一天晚上(也就是万圣节前夜)，小孩们会穿上化妆品，戴上面具，挨家挨户收集糖果。



万圣节是西方国家的传统节日。这一夜是一年中“闹鬼”的一夜，所以也叫“鬼节”。华语地区常将万圣节误称为万圣节。“Hallow”来源于中古英语halwen，与holy词源很接近，在苏格兰和加拿大的某些区域，万圣节仍然被称为“All Hallow Mas”，意思是在纪念所有的圣人(Hallow)那一天，要举行的弥撒仪式(Mass)。

关于万圣节由来的，版本繁多，流传较广的是：

两千多年前，欧洲的基督教会把11月1日定为“天下圣徒之日”(ALL

发挥扣球的强项”，我说：“不要着急，放轻松打，你肯定能拿下的他的。”温天生很快把状态调整过来，对方打快球，温天生慢慢吊球，待对方追到前场接上这个吊球，他再来一猛扣，就这样，在前半场失利的情况下，温天生步步紧逼，咬定青山不放松，最后以3分优势再为我队加上宝贵的一分。虽然第三场我们的对手是强劲的天河南队，但无关紧要，3战两胜，我们的队伍已稳稳地迈进8强大门。

下午的比赛以淘汰方式决出前8名次，尽管我们的队伍仍在球场奋力搏杀，但无奈其他球队实力超强，我们的脚步只停在了第8名。此时，比赛的排名已不那么重要，我们尽情的参与到活动中来，我们发扬体育精神，展现了我们恒远人的风采，我们坚信：“友谊第一，重在参与”，这就是我们的球队此行的最大收获。

广州市天河区2014年异地务工人员羽毛球赛

凤凰街

^[1] 一切事无法追求完美，唯有追求尽力而为。这样心无压力，出来的结果反而会更好。

轻松一刻



广州市天河区2014年异地务工人员羽毛球赛

凤凰街

广州市天河区2

亚龙湾

网络文摘

亚龙湾国家旅游度假区是中国海南省三亚市东郊的一处优质热带海滨风景区，距离市中心区约10千米，这是一个月牙形海湾，拥有7千米长的银白色海滩(沙滩)，沙质相当细腻。而这里的南海没有受到污染，海水洁净透明，远望呈现几种不同的蓝色，而水面下珊瑚种类丰富，可清楚观赏珊瑚，适合多种水面下活动包括潜水等，令海底成为了当地的旅游的核心。

亚龙湾集中了现代旅游五大要素：海洋、



你不可不知的甜品中的极品

网络文摘

“拿破仑之王”猫山王榴莲拿破仑



一般的拿破仑如果放上几个小时，就会变得不再可口酥脆。不过这款号称“拿破仑之王”的猫山王榴莲拿破仑，不仅从上到下连放四层的千层酥皮，中间夹入的全是浓香四溢、绵长细滑的马来西亚极品榴莲猫山王奶油夹心，不用入口，就可以被浓烈的香味引爆嗅觉的全部功能，而且口味浓郁一点都不油腻，每一口咬下去都能享受到令人满足的酥脆口感，最神奇的是，解冻后如果当场没吃完放入冰箱冷藏储存8小时后的酥皮，还能保留一定的脆度，不愧是拿破仑之王！

职场寓言

好领导该说的十句话

网络文摘

我是这样想的

也许你是领导，但这并不意味着你比别人聪明或更有远见。不要急于下断言或做决定，先说出你的理由。以理服人，而不是以你手中的权力。

花时间解释你的决定，可能会引发别人的议论或批评，但也给了别人提出改进意见的机会。权力能显示出你一个人的才干，合作却能展现出所有人的才干。

我错了

我有个自认为绝妙的想法：把公司的一名员工调到生产一线上，以增强生产力。这样做让这名员工非常不适应，于是，我给他加的薪水也不少。如果写在纸上，这可能是一件美谈，在现实中却事与愿违。

几个星期后，我遇到那名在新岗位上苦不堪言的员工，对她说：“我知道你当初不同意这样做，你是正确的，我错了。我还是把你调回原来的岗位吧。”我知道自己办了一件蠢事，估计肯定是威信扫地了。结果我又想错了，一位员工后来说：“我以前不大了解你，但您敢于承认错误，这就足够了。”

如果你出错了，就要如实说出。你不但不会失去威信，还会增加威信。

你真棒

没有谁会嫌听到的表扬太多，你发现任何一个人干好了一件事时，应该说一句：“噢，你真棒。”即使一个月之后，你再次提起那件事时，还会一如既往地给所有员工增添干劲，甚至还会产生更大影响。这显示出你珍重员工们的劳动，没忘记他们的功劳。

表扬是一件礼物，而且不用花钱买，对于被表扬者来说却是无价之宝。多一些表扬，不但身边的人会更喜欢你，你也会更喜欢自己。

谢谢

你肯定有过这种经历：你给了一个人礼物，他好像觉得很不自在。对方的这种反应会让你有些扫兴，对吗？反过来讲，你对别人也应该多一些感激，少一些抱怨。不要破坏了别人的兴致。刺眼的闪光灯可能会让你觉得不舒服，但你仍然应该说一声“谢谢”。不要总觉得应该别人感谢你，你也应该学会感谢别人。

能帮一下我吗

在你需要帮助时，无论遇到什么麻烦、想求的人是谁，只要你真诚并谦虚的说出来，肯定能获得帮助。你没有掩盖你的弱点，能虚心听取他人意见，这是成为一个好领导、成为他人好朋友的必要品质。

对不起

人非圣贤，孰能无过？我们都做过需要向别人道歉的事情，比如说过错误、办过错事。

说完“对不起”，不要拖泥带水地在后面接着说一句：“但是当时我那样做是因为……”或者其他任何推脱责任的话。你可以解释，但要敢作敢当，说话时既不夸张，也不敷衍，这样，你们双方就会有一个全新的开始。

你能给我做个示范吗

建议是暂时的，知识是永远的。知道应该做什么是很重要的，但知道怎样做、为何要做才是最重要的。

当你请别人教你或给你做个示范时，会有几件事情发生：你诚恳地对给予建议者表达了尊敬之情；你相信他或她的经验或技术；你开始评估这一建议的价值。不要总是好为人师，要学会以他人为师，最后就是你和对方双赢。

我来帮你

很多人将寻求帮助视为软弱的表现，羞于向别人寻求帮助，其实，我们每个人都离不开他人的帮助。

想帮助别人时，不要简单地来一句：“我能帮你什么吗？”对于这样说的售货员，大部分顾客会回答：“不用了，我只是随便看看。”你的话要有针对性，要能看出对方需要你帮助做些什么。你提供帮助的方式要让对方感到是在合作，而不是你高高在上或添乱。想一想你希望别人怎样帮你，然后你就可以卷起袖子帮助别人了。

你很可爱

无论何时、何处，只要你发现了对方的可爱之处，就应该把它表达出来。

沉默是金

当你感到失望、愤怒或困惑时，要能够保持平静。你可能觉得发泄会让你感觉好受些，但事实绝不是这样。在涉及到和你的员工有关的事情时，尤其如此。事情早晚会过去，给人留下的感觉却是长期的。你当着众人的面训斥一位员工，他看上去好像是心悦诚服地接受了，其实没有。

你要多花一些时间想一想员工们的意见，认真评估你做的决定是否有益。你可以从一次因为数据有误而造成的失误中吸取教训，重整旗鼓，但是，如果你伤害了一位员工的自尊，可能永远无法修复他那颗受伤的心。



脑筋急转弯

第三十二期 内部刊物

1、有两位盲人，他们都各自买了两对黑袜和两对白袜，八对袜子的布质、大小完全相同，而每对袜子都有一张商标纸连着。两位盲人不小心将八对袜子混在一起。他们每人怎样才能取回黑袜和白袜各两对呢？

2、有23枚硬币在桌上，10枚正面朝上。假设别人蒙住你的眼睛，而你的手又摸不出硬币的正反面。让你用最好的方法把这些硬币分成两堆，每堆正面朝上的硬币个数相同。

3、1 1 1 2 1 1 1 1 1 2 2 1 1 1 2 2 1 下一行是什么？

4、什么东西乌鸦更讨厌？

5、你的爸爸的妹妹的堂弟的表哥的爸爸与你叔叔的儿子的嫂子是什么关系？

请在报纸发放的两天内将答案递交行政部，我们将抽出5名回答正确者给予奖励。行政部投稿热线：020-37082040

第三十一期动脑答案：1、小华的身上。2、拔河。3、狗不会出汗。4、把第二个满着的杯子里的水倒到第五个空着的杯子里。5、小黄。

你回答正确了吗？

恒远视线

A1

第三十二期 内部刊物 主办：行政人事部 协办：创意设计部 广州市恒远彩印有限公司 2015年01月18日

顾问：侯焕昌 廖健 陈锋 导读：2014年精彩回放 羽毛球赛记 天堂与地狱比邻 宝贝专栏

投稿热线：020-66874582

2014年精彩回放

时光飞逝，转眼一年又将过去，回顾昨天，展望明天，一年里走过的人与事清晰如昨地涌来。这一年中，有欢笑，有辛酸，有激情飞扬，也有落寞忧伤；但是，总的来说友情温暖多多！大家不仅在恒远这个温暖的大家庭里收获了友情、喜悦与成绩，同时自身也得到了更多学习和锻炼的机会。在这里，让我们一起回顾一下2014年恒远彩印的精彩片段：

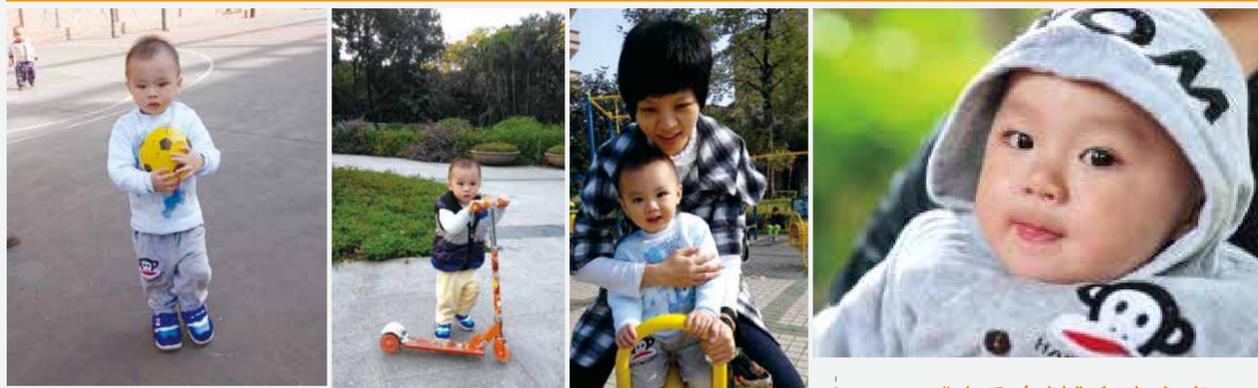
- 1. 2014年3月9日，公司举办了“三八的女节”健康知识竞赛。
- 2. 2014年2月18日，在恒远举行“北京印刷学院实习基地授牌仪式”。
- 3. 2014年6月20日，公司员工包饺子一起庆祝端午节。
- 4. 2014年9月30日，印刷部黄文喜、邱群峰、张强在第四届全国印刷行业职业技能大赛中获奖。
- 5. 2014年8月，我司荣获“2014广东之星”设计大赛金奖。
- 6. 2014年8月30日，公司举办了“中秋杯篮球赛”。
- 7. 本年度恒远视讯宝贝展照。

简讯

一、我司代表凤凰街道参加天河区2014年异地务工人员“庆元旦，迎新春”羽毛球比赛，挺进“八强”

二、2014年11月27日广东轻工职业技术学院师生到我司参观

宝贝专栏



宝贝档案

姓名：杨泽康
性别：男
出生年月：2013年3月9日
兴趣：看《熊出没》动画片
母亲：丘文洁

还会跑的很快了，会说很多话了，还很喜欢去公园玩，看到公园跳舞的大妈特别高兴，还会跟着跳“小苹果”，跳得动作很搞笑!!哈哈!小康开始调皮了，动画片《熊出没》看得津津有味，要看着电视才

吃饭。周末是小康最快乐的时候，因为有大人陪伴可以去公园玩了，有时或者和其他小朋友一起玩得很开心，但愿小康天天都可以开心，快乐，健康地成长；有小康陪伴的每一天我们都开心，快乐。

“宝贝专栏”征文启事

为了丰富本报内容，增强本报的可读性，贴近员工生活，特开设了一个“宝贝专栏”，欢迎大家踊跃来稿！具体要求如下：
1. 110岁以下的宝宝均可参加；
2. 至少交2张以上照片（艺术照、生活照均可）和宝宝简历；
3. 来稿文字、形式、内容不限，要求：不能违背企业文化的价值观念和企业精神，积极、文明、健康、向上。
通过邮件或QQ的形式传给我，QQ:2077289399，邮箱:2077289399@qq.com。稿件发送后请电话告知(020-66834568)，稿件中注明所属部门和作者姓名。请相互转告，心动不如行动，赶快拿起你手中的笔，加入我们的行列吧！

消防演习

技术中心 / 刘思鹏

为了认真落实公司火灾事故的防范措施，增强员工的消防安全意识，消除火灾安全隐患，最大限度减少损失，确保公司财产安全、稳定工作以及生活秩序。在公司保安队与公司领导的带领下组织策划了一次消防演习。11月12日下午18:30，在公司领导的大力支持下，在公司保安队的指导下组织了消防演习。

随着演习开始口令的下达，保安队点燃了事先准备好的易燃物，给员工们介绍了公司消防器材配备型号，讲解各类灭火器的使用方法，而后员工们亲身体会使用灭火器。在开始的时候，员工们面对燃烧的大火，明显感到紧张和不知所措，随着演习的深入，员工们逐渐适应，大胆拿起灭火器进行灭火。演习结束后，保安队长对演习进行总结，管理者代表和行政人事部对此次演习作了点评，对员工们积极参加消防疏散演练的表现给予了充分的肯定，也指出了存在的不足，并希望员工们在今后能主动、积极参与公司的消防安全工作，为保安队献计献策，共同做好公司的消防安全工作。

通过这次的消防演习，员工们通过亲身参与，在一定程度上对火灾事故应急疏散、正确逃生和正确使用灭火器材的技能有了进一步的实际体验。大家认为这次演习很有必要，将促进公司消防安全工作开展，今后公司将经常性地开展消防演习并形成制度，以扩大消防知识的覆盖面。

