



春季养生

起居调养

春回大地，人体的阳气开始趋向于表，皮肤腠理逐渐舒展，肌表气血供应增多而肢体反觉困倦，故有“春眠不觉晓，处处闻啼鸟”之说，往往日高三丈，睡意未消。然而，睡懒觉不利于阳气生发。因此，在起居方面要求夜卧早起，免冠披发，松缓衣带，舒展形体，在庭院或场地信步慢行，克服情志上慵懒思眠的状态，以助生阳之气升发。

春季气候变化较大，极易出现乍暖乍寒的情况，加之人体腠理开始变得疏松，对寒邪的抵抗能力有所减弱。所以，春天不宜顿去棉衣。特别是年老体弱者，减脱冬装尤宜审慎，不可骤减。为此，《千金要方》主张春时衣着宜“下厚上薄”，既养阳又收阴。《老老恒言》亦云：“春冻未泮，下体宁过于暖，上体无妨略减，所以养阳之生气”。当然，这仅是在古代的养生之法，当代人的生活方式已发生翻天覆地的变化，人们的阳气也日渐衰减，头颈为纯阳之体，更不宜着凉。

饮食调养

春季阳气初生，宜食辛甘发散之

品，而不宜食酸收之味。一般说来，为适应春季阳气升发的特点，为扶助阳气，此时，在饮食上应遵循上述原则，适当食用辛温升散的食品，如：山药、春笋、韭菜、豌豆苗、菠菜、大枣等，而生冷粘杂之物，则应少食，以免伤害脾胃。

初春，由家转暖，温热毒邪开始活动，致病的微生物细菌、病毒等，随之生长繁殖。因而风湿、春温、温毒、温疫等，包括现代医学所说的流感、肺炎、麻疹、流血、猩红热等传染病多有发生、流行。预防措施，一是讲卫生，除害虫，消灭传染源。二是多开窗户，使室内空气流通。三是加强保健锻炼，提高机体的防御能力。

运动禁忌

春季雾多，风沙也大，因此锻炼时肢体裸露部分不宜过大，以防受潮寒诱发关节疼痛；不要在尘土随风飘飞的地方锻炼，要学会鼻吸口呼，不要呛风；运动前要做好准备活动，先抡抡臂、踢踢腿、转转腰，身体的肌肉、关节活动开以后再再做剧烈运动。初春时晨练不要太早。

生活是一种态度

文/吴丽平 A1资料员

生活是一个很平凡的词，但是所有平凡里有太多的不平凡，生活对于我们每个人都会有不同的解说。有的人说：生活就是平安健康的活着；有的人说：生活就是不断的前进，努力向上；有的人说：生活就是开名车住豪宅过人上人的生活；有的人说：生活就是一家人平安幸福快乐。有太多的说法，也有太多的不同观点。

每个人对生活的看法都不一样，其实生活是自己对人生的一种心态。有的人活得洒脱、快乐、自在、辉煌，是因为他们心态平和、善待人生、懂得取舍、并坚持着自己的梦想。梦想有成功，亦有失败，成功者会把所有的挫折当作人生的一次经历，他们宽容，稳谦，他们有着自信与决心，他们不放弃失败，不放弃对人生的梦想，把所有的失败当作一种新的成功开始，所以他们有着傲人的成就。失败者活得灰暗，不思进取、生活懒散，所以他们总是不如意，终究是失败者。这就诠释了生活是一种态度，是我们每个人内心对人、对事的一种心态、感恩、努力、幸福、进

取的心态。心态决定我们每个人的未来，心态也决定人生的起伏，心态更决定自己的成败。

每个人都有自己的优势，每个工作岗位都很重要，从基层到领导，所以不要轻视自己的工作，轻视自己的贡献，更要相信自己，把最好的自己带给公司，带给朋友，带给身边的所有人，一步一步往前冲，那你就是最优秀、最杰出的。因为你在进步、在吸收。当别人抱怨时你开心；娱乐时你努力；生气时你微笑。这样的人，不成功也难。所以所有的朋友及同事们，当你们抱怨自己的工作时，想想那些连工作都没有的人。

因为有缘才让我们在宝天集团工作，让我们一起为家人在努力，为自己的未来在向前走着，所以我们知道只有不断前进，不断努力，不断吸收，不断学习，才能让自己过得更好，甚至改变自己的未来。希望我们始终坚持自己的原则与梦想，用正确的态度去打造，去升华。

恭贺宝天建设集团 荣获工程质量无投诉示范单位荣誉

本报讯(张志鹏)省发改委、省信用办在省委、省政府的统一领导和大力支持下，会同各市（区）政府、各有关部门不断加强统筹规划和创新实践，积极探索“诚信陕西”建设的有效路径，努力构建一个完整的社会信用体系并在此基础上，编制了《陕西省“十二五”社会信用体系建设规划》，于2012年3月由省政府印发实施，由此正式将信用体系建设规划纳入陕西国民经济和社会发展五年规划体系。同时，省政府办公厅每年印发社会信用体系建设工作要点，确保全省信用体系建设各项工作整体、协调、有序推进。

在此之际陕西省宝天建设集团积极响应政府号召，严把工程质量关，全公司上下尤其是一线的项目部，紧紧围绕这个主题，齐抓共管，取得了不错的成绩，在前不久我集团公司荣获“陕西省工程质量无投诉示范单位”荣誉称号。



宝天集团报

— BAO TIAN GROUP —

主办/ 陕西宝天房地产开发有限公司 协办：陕西省宝天建设集团有限公司
企业网址：http://www.btijsjt.com/ 投稿邮箱：btjbxzzx@163.com 电话：029-6866 3296

总编：张彩虹/主编：陈君孝 王跃进 孙鸿安/执行主编：张志鹏

人文宝天 科技宝天 绿色宝天
以人为本 和谐共荣 自我激励 追求卓越
总第八期
2015年4月1日 星期三

宝天集团召开高管培训会议

董事长冯小琪、总经理张彩虹提出2015年宝天发展目标 确立宝天“ π ”时代的到来



集团董事长冯小琪及总经理张彩虹与集团培训老师

本报讯（张志鹏）为切实贯彻集团公司总经理张彩虹在2015年1月24日集团公司高层会议上的讲话，实现宝天集团走进“ π ”时代的目标，集团公司于2015年3月邀请了多位专家老师多次进行相关培训。集团公司董事长冯小琪，集团公司总经理张彩虹也应邀参加了培训。

此次举办培训是加强集团公司各部门领导对集

团公司走进“ π ”时代的认识，从多方面了解“ π ”时代的含义。培训形式丰富多样，有座谈会、产品推介、经验分享、合作共进等。培训会上参会人员认真听讲，讨论时间踊跃发言，积极与培训老师沟通，气氛热烈，整体培训效果极好。

通过这几次的培训集团公司各级领导及员工受益匪浅良多，多方面的了解了“ π ”时代的含义，从而

能更好的结合自身的优势，使宝天集团在未来的发展中更具有独特的优势，宝天的项目更具有市场竞争力，实现宝天集团走进“ π ”时代的目标。

名词解读：“ π ”时代

源于2015年2月初，位于北京市北部昌平区的回龙观地区“生活半径”一个以学符号“ π ”命名的智能调度系统，为社区提供类型各异的便民服务。是“O2O”模式的延伸。“O2O”这个自团购时代就开始流行的词汇，是“online to offline”和“offline to online”的缩写，意为线上和线下的融合和联动，线上生成订单，线下完成商品或服务的交付。是现代电子商务的产物，正在风靡各大城市。为人们生活提供了更大的便利性，正在被更多人群接受。

集团确立了2015年“ π ”时代的目标。已经开始在集团下属“盛世一品”项目进行应用软件开发工作，计划先在盛世一品项目实施。据悉，在西安，提出“O2O”概念的项目很多，但实行的截止目前还没有。宝天国宾中央区项目将打造最为先进的社区云服务系统，为业主提供全方位便捷先进的服务，全面践行“汇聚你一生”理念。

宝天“ π ”时代已经来临，对各位宝天家人来讲，也是一个全新的机遇和挑战，这就要求每一位宝天人，要跟上市时代的发展，跟上公司的步伐，在董事长的带领下，一同为2015年的新目标共同努力！

大数据时代房地产业转型之道法

文/张彩虹

老子在道德经中曾说到“有道无术，术尚可求，有术无道，止于术。”如今数据已经渗透到每个行业和业务职能领域，成为重要的生产因素。如何盘活这些数据资产，使企业决策乃至个人生活服务“有道”，是大数据的核心议题，也是企业发展内在的灵魂和必然的升级方向。

大数据时代地产与物业发展之重构
以O2O模式，通过APP这样的载体来成为互联网社区生活服务供应商。万科物业比万科地产更值钱，且不说这个论断是否正确，但细究起来，确有道理。也许将来，人们会说物业管理行业比房地产开发行业更值钱。与此同时，也是非常关键的，时间是真的不等人了，现实威胁已经存在。

大数据：一场地产与人文物业服务的意识性革命

21世纪是提供人文居住环境的时代，物业管理是直接、集中体现住宅人文关怀的环节。业主期望“人文关怀”在物业管理中得到明显体现。台湾有一个项目，叫诚品空间。诚品居所的物业在标准化服务之上，更带来高端的个性化定制服务，营造安全贴心的居住环境。24小时前台接待及物业管家服务。双岗安保服务，生活安全无虞。

房地产+互联网思维
房地产的互联网思维：互联网金融、房地产电商、移动互联网将成为房地产营销的未来核心发展模式。房地产的市场总量是有天花板的，未来的上升空间也会有限，未来的房地产必将完成一个量变到质变的过程。在这个过程中，需要更多的新思维、新境界、新格局，先来破局，而后建立新的规则。

互联网为时代下中国大国文化的重构

2014年3月28日，习大大在联合国教科文组织总部的演讲：“佛教产生于古印度，但传入中国后，经过长期演化，佛教同中国儒家和道教文化融合发展，最终形成了具有中国特色的佛教文化，给中国人的宗教信仰、哲学观念、文学艺术、礼仪习俗等留下了深刻影响。”

文化的力量最终可以转化为物质的力量，文化的软实力最终可以转化为经济的硬实力。文化是协调各个要素协同发展、相关耦合的关键。正因为此，我们应该唤醒我们民族的集体记忆，复兴我们民族的伟大精神，发展和繁荣中华民族的优秀文化，为我们民族在强国之路上阔步前行创造先决条件。

房地产未来发展靠：精工产品+服务

未来的地产竞争是一场精细化的竞争，从精细设计到精细营销再到精细管理，精细化将成为未来竞争的主旋律。而在西安，地产的精细化时代已经开启，“精工品质、精细服务”理念正引领并加速走向这条道路。从客户第一次来电、第一次到访，便开始了与客户“一路同行”的服务历程，贯穿着整个楼盘建筑的生命周期。专门为业主开设的地产客户俱乐部，所见即所得的软装体验馆等等一系列的“精细化”服务，让业主和购房者体会到尽心尽责。定期回访业主的居住情况，客服热线接听业主的投诉与建议，在物业服务的各个细节方面不断前行，赢得了市场和客户的交口称赞。



模式全面开启 宝天“π”时代全面来袭

围绕着社区生活中的衣食住行，各类社区O2O项目的提供者们正越过传统社区的高墙、铁门，进入用户们最私密的空间——家，掀起了一场互联网生活方式的新变革。

90后心声：我们这代人不会觉得家务是我们必须干的，我们不愿意让油盐酱醋茶这些琐事降低我们的生活品质。

“O2O”这个自团购时代就开始流行的词汇，是“online to offline”和“offline to online”的缩写，意为线上和线下的融合和联动，线上生成订单，线下完成商品或服务的交付。通过这套系统，商家们可以砍掉线下洗衣店面（租门面就是为了客流），退回后台只做洗衣服务本身，接单和营销交给前台的O2O平台就可以了。

宝天集团也在积极参与这场变革，宝天意在为国宾中央区的业主创造这样的一个现代生活平台，这是多么令人激动的事啊！



北京的现代生活

2015年2月初，位于北京市北部昌平区的回龙观地区有点忙。早上10点刚过，40来辆电动车齐刷刷地冲出回龙观北侧的马连店生活区3号楼，车后座旁插着的橙色小布旗在风中晃动，上面写着“生活半径”4个字。这群驾车者带着生活半径的使命——听从一个以数学符号“π”命名的智能调度系统的调遣，帮用户达成周边3公里以内的生活服务。通常会驶往散落在回龙观各处的餐饮商家，等着往车后座的保温箱里装上第一份外卖餐食。

11点-13点，生活半径的配送员不停地在各大商户和用户家之间穿梭。忙碌的不只是他们。有时，他们一抬眼就在同一个餐厅或居民楼电梯口撞见穿着外卖“饿了么”工作服的配送员。在回龙观三纵三横6条商业街，他们常常还会和写着“百度外卖”几个字的电动车打个照面。

离马连店生活区不到5公里的回龙观西大街琥珀天地1单元，是“阿姨帮”干洗业务的一个收衣点。下午2点，“阿姨们”走街串巷收集来的衣物已经放满了半间屋子，雪地靴、羽绒服、羊绒大衣……下午稍晚一点，这些衣物就会被送到阿姨帮设在北京上地的洗涤中心，那里距离回龙观有近7公里的路程。

下午4点，半成品菜提供商“青年菜君”的店员已经在冰柜里摆好了一盒盒搭配好的菜品。砧板师傅把油麦

菜切成段，配上一小袋鲑鱼。青椒丝和肉丝的组合总是受欢迎的，大块的香菇和羊排能够滋补，适合冬日。最近青年菜君还推出了下锅即炒的麻辣香锅。

这家体验店就守着回龙观地铁站唯一的出口，每天静静地看着人流从地铁里涌出，行色匆匆地四散到这个常住人口超过30万的超大型生活区。青年菜君最乐意看到的，是有人造访在这家体验店，取走昨天在线预订的菜。

有些夜晚，从回龙观地铁站里会走出一位张师傅。他30出头，是提供厨师预约上门服务App“爱大厨”平台上的兼职厨师，擅长粤菜和官府菜。自从2014年9月在爱大厨接单以来，他的许多周末和夜晚都是在别人家的厨房里忙活。进门换鞋套，穿上爱大厨的工作服，戴上高筒厨师帽，挂上印有他照片和姓名的工牌，成为他重复无数次的标准动作。

千万别小看了这些跑跑腿生意的配送员、干体力活儿的阿姨、卖半成品菜的店员，以及与油烟打交道的厨师，因为现在他们都是社区O2O的从业者。他们频繁出入的回龙观社区有“亚洲第一大社区”的称号，社区规模约850万平方米，庞大的用户数和社区规模对生活服务O2O创业者而言就是富矿。

下午4点，半成品菜提供商“青年菜君”的店员已经在冰柜里摆好了一盒盒搭配好的菜品。砧板师傅把油麦

懒人经济

2015年1月11日晚，住在回龙观龙腾苑五区的刘迷杉一边哄着女儿，一边等待通过爱大厨预约的张师傅上门，为女儿的一周岁生日做家宴。晚6点半，张师傅如约拎着一大袋从家乐福买来的菜进了屋。一个半小时后，有鱼有肉有菜有汤的8道菜上了桌。张师傅洗净了砧板、刀具和锅灶，清扫了厨房，提着一袋厨余垃圾离开。餐厅里，刘迷杉的女儿戴着粉色的生日帽，拍着小手，轻声和着家人为她唱的生日歌。

这不是刘迷杉第一次体验大厨上门服务。为了上班方便，最近刘迷杉从公婆家搬了出来，家务活儿靠自己解决。各类社区O2O成了她的救星。她在“e家洁”上找师傅搬家，找保洁阿姨做新居开荒；1月下旬公司年会，她通过App下单请化妆师和美甲师上门做形象设计；她还曾在晚上

8点预约提供上门按摩服务的App“功夫熊”的男技师上门给她做按摩，把思想传统的父母吓得不敢。她的手机桌面上，甚至有个名为“O2O”的文件夹，里面排列着各种外卖、家政服务、美容类App。

各种陌生人带着各自的手艺和服务出入刘迷杉的家。“家是很私密的地方，这些服务提供者却通过一个App轻松地敲开你的家门。”刘迷杉放下手中的摩卡咖啡，对《商业周刊/中文版》说。她今年30岁，长发垂肩，衣着考究，抹了大红唇来衬托白净的脸。

越来越多的人和刘迷杉一样乐意把家庭琐事外包。移动互联网和智能手机极大地解放了我们的束缚，并释放出更多的商业机会和可能——懒人经济。

服务产品化

不过，O2O这个概念不重要，互联网开始嫁接到人的生活中，这个趋势是必然的。正如科幻作家威廉·吉布森所说，“未来已经降临，只是分布得还不够均匀。”

2015年春节临近，一场新的O2O运动正拉开帷幕。阿姨帮赶在1月把保洁业务拓展到了南京、西安、武汉、杭州等7座城市，大喊“春节前大扫除不用愁”。爱大厨则

瞄准了颇有仪式感的除夕大餐，“年夜饭”私人定制活动已经在北京、上海、深圳推出。主做外卖配送的生活布森所说，“未来已经降临，只是分布得还不够均匀。”

（宝天集团招商部 陈引波 编辑整理）

宝天集团 四月生日名单

王文勇 房地产
苏晨晖 总经理办
强恒水 行政中心
刘妮 财务部
刘利利 物资中心
杨杨 物资中心
刘磊 工程中心
张旭高 营销中心
张涛 营销中心
任英 营销中心
贺云海 园林公司
赵欢营 项目一部
付攀龙 项目一部
杜玉宁 项目二部
徐雷雷 项目二部
陈卫 项目二部
雷争 项目二部
杨晓龙 物业公司
刘良富 物业公司
陈惟肖 直属队
周文绪 监理单位
贾郡芳 监理单位
刘焕新 办公室
陈建花 办公室
马立姓 办公室
冯永芹 环境事务部
张万秀 环境事务部
元争国 物业中心
陈绪亮 物业中心



这完全属于您的一天
能带给您快乐
愿在未来的日子里
锦上添花
祝您



集团董事长冯小琪年会讲话



集团总经理张彩虹做集团年度总计报告



集团公司舞蹈《小苹果》

襄盛举 绘蓝图 新跨越

（宝天集团2015年会）

本报讯(张志鹏)时光飞逝，岁月如梭，转眼间忙碌的2014年已过去，充满期待的2015年向我们走来。新的一年，孕育新的目标和希望。2月15日在绿地假日酒店，集团公司各部门员工、合作伙伴，各级领导们齐聚一堂召开了2015的年会。

年会现场充满了激情、热烈、活跃的气氛。首先，集团公司董事长冯小琪和总经理张彩虹上台发表的重要讲话，

他们对集团寄予了深深的希望和祝福，希望大家拿出激情和干劲，为集团的2015奋斗！在过去一年里，公司成员逐步增加。公司的销售额也正在逐步增长，工程进度按计划顺利完成，这些都离不开公司全体成员的耕耘和付出。

此次年会公司还为员工提供了一个展示自我和团队的舞台，各部门的伙伴们带来了形式各异、让人目不暇接的表演，唱歌等，中间还穿插了令人鼓舞的

优秀员工、优秀管理者的颁奖环节，大家用心投入其中，呈现出集团这个大家庭的欢乐盛宴。这些不仅给大家带来了欢声笑语同时也让同事之间彼此的心更加贴近。随着冯董的一曲“爱拼才会赢”在张总的伴舞下掀起年会的高潮。公司领导与员工亲情互动，让歌声、掌声、欢呼声一直在会场上荡漾。

光辉灿烂的2014年过去了，充满希望和挑战的2015悄然来临。在过去的一

年里我们有欢笑也有泪水，各项工作都取得了丰硕的收获，面对2015，我们满怀憧憬，激情澎湃，有更高的目标等着我们去实现，更大的市场等着我们去征服，更壮观的工程等着我们去挥洒智慧和才能，让我们一起用信心和勇气，昂首阔步，去书写一个更加灿烂的未来。让我们祝愿宝天集团的明天更加辉煌！



集团董事长与优秀管理者合影



集团总经理与优秀员工合影

