



更多精彩内容请关注华成官网

媒体聚焦

沈波:让浙商能够走得出去 也要走得更稳

B20峰会倒计时半个月,钱江新城CBD,华成国际大厦36楼的江景落地窗前,记者见到了手握B20入场券的浙江华成控股集团总裁沈波。

“我可能是参会代表中最年轻的。”85后的沈波正式从父亲手里接棒华成集团不过短短半年,就将代表浙商站上B20世界经济的大舞台。今年3月,华成集团成为杭州首批入围B20峰会议题工作组的企业之一,将参与B20峰会投资贸易工作组各项研讨。

华成集团的发展缩影: 从建筑队到民企500强

“今天光是采访就有4场。”为工作起了大早的沈波精神奕奕,谈起这次珍贵的B20参会机会,他兴奋地说:“这是一件很幸运的事。”

浙江华成控股集团40年的发展历程,也是传统浙企的一个缩影。40年前,华成集团董事长、沈波父亲——沈凤飞,从一个土建瓦工学徒做起,凭借自己的努力,从萧山所前一支建筑队逐渐成长为以房地产、建筑建材板块为核心,市场物流、高科技和金融资本市场投资为辅的大型现代化民营企业集团。发展至今,华成集团已经拥有十二家全资或控股子公司,资产规模超过百亿,行业涉及建筑、房地产、化工、市场物流、投资和金融等多个领域。如今,华成集团已经连续10年被评为中国民营企业500强单位、全国服务业500强企业,同时也多年被评为浙江省和杭州市的百强企业。

此刻,就在记者身处的这座建筑——华成国际大厦,高201米,建筑面积近8万平方米,正是华成集团走过四十年的实力见证和象征。该楼不但被评为“浙江省十佳高端写字楼”、浙江钢结构工程最高奖“金鼎奖”,还成为了钱江新城的标志性建筑。

2011年,华成集团正式搬入了这座42层的高楼,这也是沈凤飞的杰作。这座大厦采用独特的钢框架及钢筋混凝土核心筒的混合结构,是

华成集团的扛鼎之作。沈凤飞曾表示,造一座高楼是自己儿时的梦想。而对于站在巨人肩膀上的“创二代”沈波而言,造一座高楼不再是梦想,守住一座高楼才是真正的考验。

谈华成的转型升级: hold得住,才能玩得转

被问及“十年以后的华成将是一个什么样的公司”,沈波的回答很低调:“十年太远,我给自己定的是3到5年一个指标,一点点慢慢来。十年以后,我只希望大家知道华成是家很大的公司就好。”

正如同沈凤飞曾经一直强调的一点:“现在做事,在讲诚信的基础上,第一要‘稳’,第二也是‘稳’,第三还是‘稳’。”沈波的答案也和多年前父亲的说法如出一辙:“华成的发展还是要稳,近两三年,还是要把公司理顺,做点新业务,把效益好的子公司做下去,不好的删掉。要hold得住,才能玩得转。”

至于转型升级,沈波表示需要慎重对待:“可以先用投资的形式去参与某个感兴趣的转型的领域和方向,之后觉得不错的再考虑加深。”

作为本次B20峰会投资贸易工作组成员,曾在英国攻读金融和管理的沈波如今分管了集团的投资和贸易业务,在他的带领下,华成在贸易类别的业务份额上,已经进入国内同行的第一方阵。沈波直言,金融投资类的业务将成为华成未来的重中之重。“目前金融投资在华成业务版图上的占比约为三分之一,未来可能会达到二分之一。”

在即将举行的B20杭州峰会中,沈波希望以浙商“创二代”的思维站上B20这个世界经济的大舞台。“一方面展示华成的成就,另一方面积极寻找国际峰会带来的商贸机遇,看看是否有好的投资项目可以进行并购、收购,以及是否有好的贸易合作伙伴可以进行洽谈。”同时,沈波希望能成为杭州国际化战略的有力执行者,



准备就国际贸易的规范化和阳光化发展方面展开调查研究并提出针对性建议。

沈波认为,目前华成控股集团被人熟知还是因为“房产建筑”这一传统领域上的成绩。“比如萧山歌剧院、杭州电力调度大楼、杭州汽车北站、温岭总商会大厦等等很多有良好口碑的工程都是华成的作品。”但是对于今后的发展

心,沈波表示,华成仍然要做稳基础建筑业,但要适当收缩一部分房地产业务,深挖产业链,纵向不断拓展。“建筑、房地产、金融投资、市场物流是我们的基础板块,高科技生物医药、高端制造业是我们的前进目标和奋斗方向。”未来,华成将致力于打造多元化、专业化的品牌,实现走出国门,走向世界的名企梦想。收缩实体,扩

展新产业及资本投资。“让企业能够走得出去,也要走得更稳。”沈波说。

对于未来,沈波流露出十足的信心。“G20的召开,杭州的国际竞争力、国际知名度一定会大大提升,与此同时,作为一个杭州企业,机会一定也会变得越来越多!”

浙江在线

华成集团持续展开 “送清凉 送安全 送关怀”高温慰问行动



本报讯(薛帆)连日来,杭城持续38度以上晴热高温,打破历史记录!为进一步推进夏季防暑降温等劳动保护工作落到实处,营造建设“和谐华成、平安华成”的良好氛围,集团对全体员工特别是从事高温作业的工程施工人员,持续展开了以“送清凉、送安全、送关怀”为主要内容的高温慰问行动。

8月3日,华成集团总裁沈波、集团顾问温培生、集团总裁助理郑小忠一行对大江

之星项目工地的一线职工和营销队伍进行了慰问。在慰问中,各位领导现场深入查看了防暑降温措施落实情况,了解职工职业安全卫生状况,还详细询问了员工的饮食、用水与身体状况,送上了企业对员工的关爱。

送清凉。给一线职工送防暑降温用品。各子公司均购买了必要的防暑降温用品,到工地和现场走访慰问,把清凉送到广大职工的手中。

送安全。检查了各项目施工现场,高温作业场所职工劳动保护措施的落实情况,查找了夏季施工安全事故隐患,督促相关部门及时进行整改,并结合实际,推进施工安全措施进一步落实到位,顺利迎接G20召开。

送关怀。及时了解高温季节职工的住宿条件、饮食卫生状况,协助有关部门采取切实有效措施,督促及时解决职工的住宿、饮食和施工作业等方面的问题并改善相应条件。

时间9月24日-25日
地点:浙江世纪建材装饰市场西广场

金九银十家装黄金期,对于要装修的业主来说,最期待的就是家装、建材、家居、家电一站式购齐,最关心的就是产品的品质有保证。9月24日-25日,在浙江世纪建材装饰市场西广场就将上演一场精彩纷呈的家装盛宴,让广大市民真正地尽享一站式家装服务。

自2014年至今,浙江世纪建材装饰市场展销会已经连续成功举办了两届,获得了社会各界的一致好评。据悉,第三届浙江世纪建材装饰市场秋季展销会由萧山区商务局主办,新世纪市场园区管委会、萧山日报、萧山广播电视台、萧山网及浙江世纪建材装饰市场联合承办,旨在为广大消费者构建一个便捷又放心的采购平台。

【大牌云集 一站式采购】

第三届浙江世纪建材装饰市场秋季展销会品牌阵容强大,价格和折扣劲爆,专为业主定制,亮点纷呈。在为期两天的展销会上,将有几十个知名家居建材品牌联合参与,涵盖装修所需的各个方面,品类涵盖基础建材、瓷砖、卫浴、吊顶、灯饰、墙纸、木门、软装等各大门类产品,足够让大家在本次活动中一站式购齐装修需要的各类家居建材,并且活动期间还会有特别的优惠和惊喜等着大家。

【媒体监督 保驾护航】

此次浙江世纪建材装饰市场秋季展销会也受到了来自萧山媒体的各方关注,萧山日报、萧山广播电视台、萧山网等萧山主流媒体将同时对本次活动进行全程监督,让业主们在享受优惠的同时,买得放心。

【自荐参展 打响品牌】

浙江世纪建材装饰市场秋季展销会,一场精彩纷呈的装修采购盛宴即将上演。如果你是信誉良好、经营规范的家居建材品牌经营商家或装修公司,也可自荐参展,在活动中提高品牌知名度的同时,进一步促进行业的良性发展。详情可致电13777393261咨询报名。更多关于本次活动的详情,请继续关注本报后续报道。

有意向参与本次秋季展销会的业主,即日起即可报名免费领取邀请函,活动期间凭邀请函可享受特别优惠。

邀请函获取方式:

- 1、拨打电话:0571-82335897;
- 2、短信报名:发送“姓名+秋季展销会”到15558196870。

浙江世纪建材装饰市场秋季展销会即将起航

天地墅园·首府



一席主城院墅 一首岁月酝酿的诗

对许多中国人来说,提到院子时总会油然而生一种别样情怀。不同于浮华、张扬的现代建筑中日渐稀薄的生活氛围,庭院给予的是一种质朴纯粹、回归本质的生活方式。

华成集团匠心钜著,于萧山城市中轴,造一方百年珍藏院墅。一种珍贵悠然的庭院生活,一种令人怀恋已久的生活方式,于此轩然启幕。

萧山城市中心,繁华和资源的聚集之地。在这片珍稀的土地上,高层建筑随处可见,别墅却为数不多。

天地墅园·首府居萧山城市中轴绝佳区位,落笔萧山城南最具潜力地段,享受着这个城市最优质的资源。

在主城之地收藏这样一座稀世院墅,纵时光荏苒,内心依旧自在从容。

没有任何炫耀的形式,惟有质朴纯粹的生活情趣。在天地墅园·首府中,优雅的江南园林建筑,精致迷人;

人工打造的台地连绵起伏,营造出富有层次感的景观视野;开阔的私家庭院,围合出独属大家族的专属空间。

在这方时光打磨的建筑中,庭院生活优雅上演。

用空间的尺度契合上层人士的心灵尺度,华成精心打造194—380㎡多变户型,为优质生活提供不同范本,于方寸之间运筹尊贵生活。

194㎡户型打造阔绰客厅,超大主卧,大面积庭院……每个空间都温馨舒适;

260㎡户型配备南向大面积私家家庭房,方正起居室,阔绰主卧,雅致书房……生活格调在此彰显;

300㎡户型格局方正尺度豪奢,内部功能明确独立,南向双车位车库,豪华客厅餐厅,超大主卧……在此尽享豪华舒适栖居。

走进天地墅园·首府的园林,第一眼就会被这里的美景所震撼。盛放的奇花异卉、幽静的小径、优雅的园林小品,无不彰显着居者的典雅气质。

这一切背后的缔造者正是滨江集团御用景观团队——棕榈园林。它以国际化的审美标准,精湛的园林工艺,为生活在这里的每个人敬呈一场极致的景观盛宴。

经典的建筑离不开建造者们卓越智慧和不懈努力,正如天地墅园的建造者华成集团。历经40年岁月淬炼,华成一步步成长为一个实力雄厚,值得信赖的企业。

华成国际发展大厦、华成·科技大厦、滨江·华成大江之星、滨江·华成象牙海岸等多个项目为杭城楼市的经典之作。

2015年,它跻身中国民营企业500强,成功为自己加冕。

今天,华成在杭州再献一方百年传世尊邸——天地墅园·首府,只为匹配这个城市最高贵的人士。

天地墅园·首府深谙城市高端客群对于品质生活的追求,诚意聘请“全国物业管理综合实力百强企业”开元物业,只愿用最细致的人性化服务,守护天地墅园·首府业主们的幸福生活。

让住在这里的每一个人时刻感受到家的温暖呵护。

天地墅园·首府,194—380㎡纯院墅实景现房。总价200多万,一步到位,主城住别墅。8月首发认筹,诚意品鉴。



法律视窗

电信诈骗,亟须正视的社会治理“大考”

18岁的山东临沂姑娘徐金玉尸骨未寒,8月25日媒体惊曝:临沂所辖区临沂大二学生宋振宁日前也在遭遇电信诈骗后,心脏骤停,不幸离世。又一个好端端的家庭,被带走了希望和未来,也让更多人深感震惊和不安。电信诈骗,已演变为危害人们财产安全和影响社会稳定的可怕毒瘤,也成为检验社会治理水平的大考题。

电信诈骗是通讯技术和金融业务快速发展的“伴生品”。尽管有关部门已多次组织开展整治、打击等专项行动,包括追踪到境外抓捕,但自2008年以来,这类案件一直持续高发。据统计,近十年我国电信诈骗案件每年以20%-30%的高速增长。仅今年上半年,全国收到诈骗短信人数就高达9.4亿,诈骗电话拨打次数28.9亿,造成损失合计超过65.6亿元。

这惊人的数字背后,暴露出的是监管失序、法律缺位、执法不严、联动不力、功能失调等社会治理“综合症”。比如手机用户实名登记、网络实名注册,以及银行卡实名登记,本是对付电信诈骗的利器,国家有关部门也已出台了相关规定,但由于没有相应的过错责任追究制度,电信和银行出于自身利益考虑,往往以方便客户为名,睁只眼闭只眼,使手机“黑卡”、非实名银行卡依然泛滥。犯罪分子诈骗得手后,直接扔掉“黑卡”,通过连续转账将资金分散到若干银行卡上提现或购物,很难追踪查处。

电信诈骗是一种新型诈骗方法,且随着技术发展不断翻新“进化”。而我们现有的法律法规和司法解释,在认定诈骗数额、共同犯罪审查等方面,仍沿用传统思路与模式,导致取证难、查处难,影响定罪量刑。法律惩处力度也不够,没有充分认识到其社会危害远远大于传统诈骗犯罪这一现实。同时,对相关灰色产业的打击,比如泄露或出售私人信息、网上销售短信群发器和银行卡等,相关法律法规难以操作甚至欠缺。

在执法方面,警方面对这种无接触痕迹、信息化智能化、跨区域跨行业的犯罪行为,往往知难而退,能推则推。有时想查处也心有余而力不足,因为没有统一、协调有力的平台。受害人报了案,先在派出所填材料,再去找领导签字,一遍流程走,银行卡里的钱早被转到了多个地方,甚至到了境外。等公安机关办完各类手续,再到电信、银行去查询信息、冻结账户,往往“黄瓜菜都凉了”,跨地区甚至跨境追索就更难。

在受害群众方面,平时社区也好,学校也好,包括大众传媒等,这些本应发挥相应社会功能作用的重要角色,却对防范电信诈骗常识的宣传很少,更谈不上多角度、全方位、持续广泛。试想,就连有一定文化知识的高中生、大学生,都会成为电信诈骗受害者,遑论信息渠道有限,鉴别能力较差的老年人,在花言巧语、变号设局的陷阱面前,很难不中招堕入彀中。

由于犯罪成本低、风险小、回报高、易得手,电信诈骗很容易被效仿和传播,形成犯罪“黑色产业链”,不但严重侵害和威胁群众财产安全和合法权益,更严重影响人们的安全感,也有损于政府威信和国家形象,是一个不容忽视的社会问题,亟须完善相关法律,加大执法力度,形成联动机制,最大限度挤压违法犯罪空间。

这方面不妨多借鉴一些境外经验,抓住关键的三条。首先是打好实名制这一基础。办理手机卡、银行卡,宁可一开始麻烦一些,身份证以外,还要检验户口簿、家庭固定电话、工作单位等身份信息,并存档备案。一旦发生诈骗行为,就能轻松查出相关信息,而不是一个假身份。其次是建立警方、电信、银行等的统一反诈骗咨询专线,只要将犯罪嫌疑人骗款账户提供给金融机构,该账户及所有下级账户均很快被停止相应业务,不但被诈骗款易于保全,也方便侦破、取证。最重要的是加大犯罪成本。根据其特殊危害性,适度提高电信诈骗罪的法定刑,提高罚金数额。对提供技术支持的人员,只要能推定主观上应知道是在为电信诈骗提供帮助,就可以按共犯论处,减少司法证明责任。同时,对电信、金融因监管不力造成严重后果的,依法追究经济、行政、刑事责任。如此多管齐下,假以时日,相信电信诈骗由猖獗慢慢减少,避免更多人因电信诈骗而付出财产乃至生命的代价。

文章来源:人民网

G20 2016 CHINA B20 2016 CHINA

你弄清楚了吗? G20与B20

二十国集团领导人峰会 9月4日-5日 | 二十国集团工商峰会 9月3日-4日

9月, B20峰会与G20峰会将携手举行, 共商世界经济增长大计。听过G20, 可你听说过B20吗? G20与B20又有什么关系? 新华网带你一图掌握。

• G20与B20

G20 二十国集团(G20)是国际经济合作的首要论坛,旨在促进工业化国家和新兴市场国家就有关全球经济增长的重要问题开展富有建设性和开放性的对话。

B20 二十国集团工商峰会(B20)是国际工商界参与全球治理的重要平台,其核心工作是向G20峰会提交政策建议报告,供G20成员领导人决策参考。

400条政策建议 自2010年起, B20累计向G20峰会提交了逾400条政策建议, 受到G20成员领导人高度重视, 部分建议已被列入历届G20峰会公报。

• 2016 议题

G20 四大议题

- 创新增长方式
- 更高效全球金融治理
- 强劲的国际贸易和投资
- 包容和联动式发展

B20 六大议题

- 金融稳增长
- 贸易投资
- 基础设施
- 中小企业发展
- 就业
- 反腐败

• G20与B20大事记

G20

- 1999年: 二十国集团(G20)由七国集团财长会议于1999年倡议成立, 其运行机制为财长和央行行长会议机制。
- 2008年: 2008年全球金融危机后, G20升级为领导人峰会, 主要讨论全球重大经济金融热点问题。
- 2009年: G20在美国匹兹堡举行第三次峰会, 确立G20作为国际经济合作主要论坛的地位。
- 2011年: 在法国戛纳峰会, G20每年举行一次峰会, 标志G20峰会机制化。
- 2016年: G20迄今已举行10次峰会, 2016年杭州峰会是第十一次峰会。

B20

- 2010年6月: B20会议始于2010年6月, 时任G20主席国的加拿大政府邀请各国工商界代表共同商讨如何应对金融危机和实现世界经济复苏。
- 2010年11月: 第二届B20会议在韩国G20领导人峰会期间举行并提出了B20的机制化建议。此后, 每年一届。
- 2016年9月: B20至今已举办7届, 2016年B20杭州峰会是第八届。这是中国首次主办B20。

• 这样的B20, 你期待吗?

1 商界精英人士担任 B20 议题工作组主席

今年, B20 组委会围绕 G20 峰会的主题, 成立了 5 个议题工作组, 并组织举办了 4 场政策论坛。每个工作组的主席都是中国非常知名的企业家。

傅建民 中国人寿集团总裁 | 高敏俊 中国中化集团公司董事长 | 李彦宏 百度公司董事长兼首席执行官 | 任洪斌 中国机械工业集团有限公司董事长 | 马云 阿里巴巴集团执行主席

2 凝聚各方智慧的《B20政策建议报告》已经“出炉”

今年的《B20政策建议报告》已经形成, 报告从四个方面提出了 20 项政策建议。在 B20 峰会上, 《报告》将正式向 G20 领导人提交。

3 B20 峰会与 G20 峰会将携手举行

今年工商峰会与领导人峰会将携手举行, 共商世界经济增长大计。B20 峰会将于 9 月 3 日-4 日在杭州举办, G20 峰会将于 9 月 4 日下午开幕, 5 日下午结束。

4 史上规模最大的工商峰会

本届 B20 峰会是 G20 历史上规模最大、层次最高的工商峰会。B20 峰会参会代表共计 800 人, 中外代表各占一半。

新华网

比“洪荒之力”更强大的力叫“铁榔头力”

里约奥运会,中国女排决赛,这是一场创造奇迹之战!



还记得,中国对荷兰女排半决赛,四局比分分别是 27-25、23-25、29-27、25-23,这组数据可以说明一切,已经无法用文字、语言来描述:对抗与胶着、绝杀与起伏、荡气回肠与极限爆发,很多人一定如我般是按住自己的心,流着泪看完比赛,甚至在很多时候,觉得绝望而内心安慰中国女排姑娘,“即使这场输了,你们还是我内心的偶像!”

可是中国女排总是有一种力量给人巨大的惊喜与震撼,这是一种在逆境中崛起的力量,这是一种在极限中突破极限的力量,这是一种在绝望中唤醒希望的力量,这是一种遇强更强、不惧强者的力量,这是一种擦干眼泪笑对挑战的力量,这是一种永不放弃、永不言败的力量……

前一段时间的傅园慧之“洪荒之力”给我们极大的欢喜,甚至理性的我也瞬间成为她的粉丝,从而对“洪荒之力”有了特殊的情感。这力是人类在古代看到自己难以企及、又无法解释之力时所赋予的定义,从一个侧面体现了人类对于宇宙奥秘、对自然之力的敬畏,同时也使现代的我们感受到“洪荒之力”之强大。

“洪荒”是盘古“开天辟地”之时,即便在今天,大自然对于人类的认知能力而言,依然是“神秘”与“混沌”,依然需要人类借“洪荒之力”,敬畏自然并理解自然。十万八千年,人类能够融入这神秘与混沌,则需要的是认识自身之力,就如盘古开天地一般,必先有自己之觉醒,这觉醒将混沌分为天地,将自己融入天地。

因此,自我觉醒之力强于“洪荒之力”。这觉醒之力,在我看来可以称之为“铁榔头力”。正是一代代中国女排内在的“铁榔头力”,她们延续 30 多年的不懈怠,无论是波峰波谷始终全力以赴,以勇者之气概、盎然之战意、钢铁般意志,在厮杀中压倒对手,在惊心动魄中绽放英雄本色。

有人曾经问,女排精神是什么?郎平说,女排精神不是赢得冠军,而是有时候知道不会赢,也竭尽全力。在与荷兰对决之后,郎平接受采访时说:“你死我活的顶”,这就是中国女排可以做的选择,没有其他的选项!

看女排对巴西一战,这是一场荡气回肠的逆袭之战,她们每每在关键时刻的呐喊,临危之时的爆发,时时唤起内心熟悉的感觉:女排精神、女排魂。

看女排对荷兰一战,这是一场绝地反击的复仇之战,她们每每在绝望时刻的坚定,胶着之时的无畏,时时触动内心熟悉的感觉:女排精神、女排魂。

看女排对塞尔维亚一战,这是一场创造神奇之战,她们每每在遇强之时的淡定,鏖战之中的无畏,时时激发内心熟悉的感觉:女排精神、女排魂。

与荷兰一战之后,远在旧金山的明姐发来当地的华文报纸关于女排报道的一份截图,上面写到:“从小组赛第四,到涉险淘汰巴西,再到顽强拿下荷兰,看中国女排比赛,就像看人生,会被折磨、被质疑、被困难践踏得无完肤,但只要撑着站起了,就能把惊慌和恐惧留给对手”。

是的,这就是中国女排带给我们 30 多年的感召之力,她们与自己较劲,也尽全力相信自己 and 激励自己;她们化蛹成蝶,自我蜕变而获得尊重;她们每一个人都是主角,但每一个人又都是配角,组合成一个“钢铁长城”!

泰戈尔说过:“我存在,乃是所谓生命的一个永久的奇迹。”此刻,我只想对中国女排说:“你存在,乃是所谓生命的一个永久的奇迹!”泰戈尔还说:“爱情是因为相信,所以看见。”此刻,我只想对中国女排说:“因为相信你们,所以看见奇迹!” 春暖花开

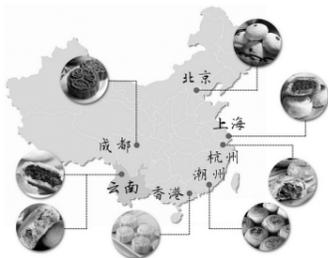
奥运冠军奖金 不如电竞选手?

奥运会的奖牌是传统运动员们的梦想,奥运奖牌获得者则被全世界所尊崇和接纳,并可以上升到国家荣誉的高度。不过,单论奖金来讲,奥运会的运动员们并不一定能和电子竞技相比。根据 CNN 的报道,美国运动员获得金牌之后能获得约 17 万人民币的奖金,银牌是 10 万人民币,铜牌则是 6.6 万元。并且,还是税前。菲尔普斯在今年奥运会收获 5 枚金牌和 1 枚银牌,奖金合计 93 万元,同时大约要上交 36 万元的税。相比之下,美国的电子竞技选手在获奖之后就可挣得更多。Halo 选手 Campbell 于 2016 年参加 Halo 电

子竞技世锦赛夺冠,获得了 166 万元奖金。不过,菲尔普斯的身家大概有 830 万元。奥运冠军在大品牌代言上,以及在全世界的声望和影响力上是电竞选手不能比的。

文章来源于网络

别样中秋味:中国月饼地图



成都:茶月饼

四川的茶文化底蕴流长,走在街头,你仿佛都可以闻到那股茶香。而茶月饼,它更类似于日本抹茶的做法,但是又采用的是四川的绿茶和红茶。绿茶融入莲蓉,红茶入豆沙,将两种最传统的馅料变出了四川味,将日常生活中最常见的茶融入了象征传统佳节的中秋。

北京:自来红、自来白月饼

自来红和自来白都是传统京式月饼,它们的得名来自不同的皮色——自来红是烫面制成的,自来白则是冷水面团,所以呈现不同颜色。这两种月饼个头都很小,一般做成一斤二十个,为了显得饱满,里面一半是空的。

潮州:朥饼

猪油在潮州称为朥,而在制作朥饼的过程中,不论是制皮还是制馅,猪油都唱主角。在猪油的作用下,朥饼特别润滑香甜,所以人们一般把潮州本上制作的、具有浓郁潮州乡土特色的月饼都称为朥饼。

香港:冰皮月饼

为什么叫“冰皮月饼”?这主要是因为冰皮月饼的做法和传统月饼的做法不同。冰皮月饼的一部分原料是糯米,外观呈白色,在冰箱里保存,无论从外观上,还

是口感、保存方式上,它都和传统月饼有很大的不同。冰皮月饼外观精致,口感酥软滑爽,略有弹性。如今的冰皮月饼口味多样,有抹茶味、巧克力味、芒果味等等。

杭州:榨菜鲜肉月饼

杭州的榨菜鲜肉月饼早已有之,但名气不大。传说清代康熙皇帝在一次南巡到杭州时,有糕点师傅做了榨菜月饼,康熙吃过之后评价很好,而榨菜鲜肉月饼的配料也不金贵,从此在更大的范围传播开来,成为了杭州人的美食记忆。

比起地肉月饼,杭州人更爱榨菜鲜肉月饼。这是因为榨菜的口味鲜,能够解去肉馅的油膩口感,吃起来更爽口。又是一年中秋节,杭州的老字号前一定又排起了长队。

上海:鲜肉月饼

《顶级厨师》的评审刘一帆曾毫不掩饰地表达对鲜肉月饼的喜爱。他说:“如果要挑选某款月饼来代表上海,那么鲜肉月饼一定当之无愧。”

鲜肉月饼是江浙沪一带的特色小吃。顾名思义,馅完全是由一大团鲜肉组成,皮脆而粉,又潜藏着几分韧,丰腴的肉汁慢慢渗透其间,可谓一绝。鲜肉月饼比较符合南方人的口味,香甜脆爽,尤其是热的时候吃起来很赞。每到中秋节,上海的月饼老字号前就排起了长龙,购买鲜肉月饼的食客络绎不绝。 人民网

原创天地——赛花日记

取悦自己 说说容易

“这个颜色不错”
“给你修个圆形的吧”

放纵地瘫在懒人椅上,期间打了个盹,26 度的室温,完全忽略了夏天的中午。我就这么看着 wz,认真又享受地做着美甲,等她结束了再轮到她。这是我第二次在美甲店做指甲,第一次是跟小徐妹妹,一个自由的 90 后白羊座妹子。

“你的钱都是这么花掉的,做一次美甲就要几百块,真是的!”。这是在我没做美甲之前,经常训斥小徐妹妹的话,就跟大部分人一样,觉得美甲这种事,自己涂涂就好了,买一瓶指甲油也就没几块,店里这么做就得几十几百块,真当钱是洪水发来的。现在我发现,真的不是钱的事情,女人需要取悦自己。

关于取悦自己,听到最多的相关话,“我要去美美地烫个头,再染个色”“我要去买件新衣服”“我要来一场说走就走的旅行”,可最后大部分都变成,“算了,等天气凉点再说”“等我瘦了再说”“等我小孩大一点了再说”,于是,最后基本都是不了了之的结局。

从这个角度来说,我觉得 wz,小徐妹妹,还有单位领导 zk 老师,都是值得学习的人。

wz 是八个月孩子的妈,还在哺乳期,“喂奶做指甲不好的”,这是 wz 听到比较多的一句话。类似的话,从她刚开始怀孕起,就听到了无数,“不能吃冰的”“不能吃辣的”“不能穿紧身”的,结果我发现,偏偏 wz 怀孕的那段时间,是她打扮得最美最时尚的状态。

而小徐妹妹,几乎你能想到的指甲颜色,还有流行好看的花色,她几乎都做过,最贵的消费有时一次可以三四百,衣服基本上可以一

周不重样。有人说,有钱人真好,可是你会听到小徐妹妹,平均每个月都会说一句,“赛花,没钱了,饭卡能不能借我用一下”,以前我老骂她败家,如今她自己创业开店挺能吃苦,其实,这姑娘不是败家,是懂得取悦自己。又有几个人能像她一样,可以为了买自己喜欢的衣服,少吃好几顿饭,但是,喜欢了就必须买!

至于 zk 老师,从她小孩 14 个月大开始,她就只身一个人,背着儿子从青岛到马来西亚,从马来西亚到新加坡,从新加坡到澳大利亚,从澳大利亚到德国,前前后后走了七年,如今俨然成了一个旅游达人。很多人羡慕她,包括我,在我看来,张老师是个特别想得明白,懂得取悦自己的人,至少从旅游这件事来说,工作忙了挤一挤,钱没了省一省,总之,每年一次旅行雷打不动。也许对她而言,能出去用脚丈量世界,是她努力工作的目的和意义。

取悦自己,有时真的需要一点勇气。

我有个大学同学 JJ,典型的狮子座女生,大学毕业,大部分都在埋头朝九晚五,居然在京杭大运河边上,租了一套乡村别墅,每个月 6000 房租,把自己前几年拼命赚来的钱,统统花了精光,而且好长一段时间没去找工作。所有人都觉得 JJ 疯了,可是她,就那么心安理得地,种种花养养草,与世无争地过起了她的田园生活。

现在想来,对比每天忙成狗,没时间去停下脚步感悟生活的人来谈, JJ 真是勇敢的女孩,所有的行动,都跟着心走,决不允许自己委屈将就。

取悦自己,真的是说说容易。趁着还年轻,多点尝试吧,至少,不辜负这大好时光。

出伏天做好这两件事健康过秋天

夏末初秋湿气重,湿气阻滞在脾胃中,就易伤身。特别是中老年人,脾脏功能下降,就更容易受到水湿的侵害。此外,出伏后,天气渐凉,也是“秋燥”的开始,这样的天气里,很多人会感到早晨起床时嗓子发干、皮肤干燥、干咳无痰。如何应对?

做好祛湿保卫战

“出伏贴”:祛除残余湿邪

方法很简单,就是将茯苓贴到肚脐上。用茯苓末 10 克,用温水调成糊状敷在肚脐上,再用无菌纱布覆盖固定。一般 12 小时换 1 次药,连续敷 4 次就可以了。这样,茯苓利水渗湿的有效成分就可发挥作用。

藿香煎水泡脚

除此之外,也可以用藿香煎水后来泡脚,按揉小腿内侧的阴陵泉,也有很好的排湿效果。

防“秋燥”,避免嗓子干

天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳玲提醒说,对付“秋燥”要多喝水,最好在白开水中加些蜂蜜,常吃些清热、生津、养阴的食物,如白萝卜、木耳、百合、梨、芝麻等,尽量少吃油炸、烧烤类食物,起居作息相应调整,尽量保持充足的睡眠,做到静心、安神、戒躁、息怒;在保持室内通风的基础上,可在室内养些绿萝、吊兰、文竹等绿色植物。

专家还表示,增加睡眠一小时,并且保证有质量的午觉,可以让人保持精神,也可在冬来临之前保存能量,养精蓄锐。尤其是对于老年人,随着年龄的增加,老年人的气血阴阳俱亏,会出现昼不精,夜不寐的少寐现象。因此可以在晚上提早入睡,并且坚持午睡的好习惯,即使睡不着,但闭目养神也是对身体有好处的。

泉州市第一医院急诊科陈医生表示,昼夜温差逐

渐增大,应注意增减衣物,预防感冒、颈椎病、过敏性鼻炎、过敏性哮喘等疾病的发作。此时节要记得通风开窗,注意保暖,不可贪凉。夜晚入睡时,一定要盖上被子、毛巾被之类的被褥抵御夜凉侵袭。

相关链接:

出伏之后,天气是不是就真的不热了呢?

专家解释,出伏一般与处暑节气时间相近。一般来讲,出伏就代表着出了伏天,炎热渐消;而处暑节气更代表着暑气告一段落,天气会越来越凉爽。出伏之后,北方会明显感觉到凉爽,但是在南方一些地区,凉意还不是很大。而且往往在处暑尾声,人们会再次感受高温天气,也就是传说中的“秋老虎”。

形成“秋老虎”的原因是控制我国的西太平洋副热带高压秋季逐步南移,但又向北抬,在该高压控制下晴朗少云,日射强烈,气温回升。

新华网



大江之星 滨江华成 RIVER STAR

杭州新浦东 启幕黄金时代

二期 79-136m²明星户型 9月10日火爆启筹

1ST CONTRIBUTION TO
GREATER JIANGDONG BY BINJIANG REAL ESTATE

『杭州价值洼地』 RIVER STAR

高起点政策、大手笔投入
钱江南岸与主城区的加速融合
河庄街道5号地块以4.05亿高价
出让再掀楼市高潮
“杭州新浦东”未来可期

『无缝对接城心』 RIVER STAR

矗立新城巅峰核心
江东大道、钱江大道
规划中的地铁7号线和8号线等
共筑畅通交通网
举步即繁华

『尽享万千繁华』 RIVER STAR

宝龙综合体项目的落户江东
与社区内自带
约4000方的商业配套
构成购物、娱乐、休闲一站式服务
献映奢华生活

『一站式教育配套』 RIVER STAR

杭二中萧山分校已正式批复
优质教育资源
向钱江南岸扩散
公共服务一体化
逐步实现

『环境资源优沃』 RIVER STAR

于外
逐渐完善的中央公园
滨海公园群落环伺
于内约1.3万方亚热带风情园林
再添生机



销售热线 0571 82677088/82676788