

NO.09
2017年12月刊

德成汇



武汉德成控股集团有限公司

地址/武汉市武昌区中北路126号德成中心
Address of weishang district of wuhan city, 126 north road, into the center
电话/027-8726 6726 网址/www.dckgjt.com

德成汇

二〇一七年十二月刊

冬天来了， 春天还会远吗？

苦练内功提素质 主动作为过寒冬
进入白银时代，成本管理工作到底应该怎么做？
善于自我批评，做好御寒准备





临街商铺 一朝拥有 别无所求

8000m²集中商业 1-4层整层起租

招租电话：8485 6618



德成内部刊物

2017年12月刊

总顾问：徐小波

编委会：胡波 胡斌 赵星 段岩 陈圣义 邹斌

总编辑：陈圣义

编辑：李黎 余倩

设计：熊起俊

编辑部联系方式

地址：武汉市武昌区中北路126号德成中心5B

电话：027-87255996-8087

投稿邮箱：pr@dckgjt.com

集团邮箱：office@dckgjt.com

集团官网：http://www.dckgjt.com

内部资料，免费交流。
文章所述仅为作者观点，
不代表本刊或德成控股集团相应立场。
版权所有，如需转载，请注明出处。

目录 Contents

01 德成聚焦

省工商联领导一行考察调研德成控股集团	03-04
德美新工厂奠基仪式隆重举行	05-06
德成控股集团连续2年跻身湖北民营企业百强	07-08
集团组织员工参加2017年体检活动，为员工健康护航	09
东湖国贸中心B座开荒保洁	10
历经风雨 砥砺前行——2017团建活动见证德盈团队成长	11-14
德勤物业组织开展专题培训提升服务水平	15
方卓教育应邀出席武汉百万校友资智回汉-武大专场	16

02 特别策划

冬天来了，春天还会远吗？	17-18
进入白银时代，成本管理工作到底应该怎么做？	19-20
苦练内功提素质 主动作为过寒冬	21
善于自我批评，做好御寒准备	22

03 前沿视界

德成生活中心助力盘龙城临空经济新引擎	23-26
东湖国贸中心以“整”破局之道	27-28

04 七彩人生

奋勇争先 挑战自我 勇攀高峰	29-32
冬季泡脚，胜过补药	33-34
遇见最美的三亚	35

05 成长在线

人生第三十年头的雨	36
骑行+烧烤 这样的团建才最潮	37
学会找准自己的位置	38
学会多为他人着想	39
物业服务礼仪之我见	40

06 悦读时光

《高效能人士的七个习惯》读后感 习惯的力量	41-42
书籍推荐	43



省工商联领导一行 考察调研德成控股集团

66

11月4日，湖北省工商联副主席江浩、湖北民营经济研究院院长王涛等一行莅临德成控股集团考察调研企业建设和经营发展，集团公司总裁徐小波亲切会见并互动交流。

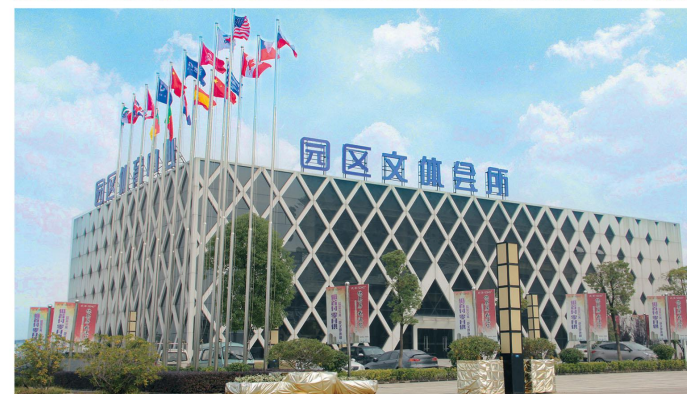
徐总详细地介绍了德成控股集团作为新经济组织努力践行奉献社会、创富惠民的发展理念，努力探索企业转型发展、创新发展的创业历程。

99

徐总在会谈中提到，十九大报告指出“要支持民营企业发展，激发各类市场主体活力，要努力实现更高质量、更有效率、更加公平、更可持续发展”。在深入学习贯彻十九大精神的指引下，湖北民营经济将迎来新的历史机遇进入新的发展阶段，当前，我集团在产业优化升级、健康消费、文化教育、特色经济等领域不断加大投资，发展的活力和创造力已充分激发出来，公司投资建设的位于武汉市洪山区白沙洲的长江未来港和武汉阳逻港综合保税区的物流产业园正焕发新的动力和活力。

在考察会谈中，湖北省工商联江浩副主席肯定了德成控股集团务实奋进走在湖北民营经济方阵的前列，赞赏公司热心参与社会事业、为地方经济建设添砖加瓦的不懈努力，并对公司的创新发展、投资领域和企业现代化建设提出了宝贵的建议。他鼓励德成控股集团继续发扬创业精神和工匠精神，希望集团加强与企业家、产业界的互动联系，加入楚商大阵营，为湖北的经济建设和社会发展作出新的、更大的贡献。

德成控股集团副总裁胡波、总裁助理吴凯、集团财务总监潘尔华等参加了本次考察会谈。



志存高远 创新发展 德美新工厂奠基仪式隆重举行

■ 文/黄琳 图/李黎

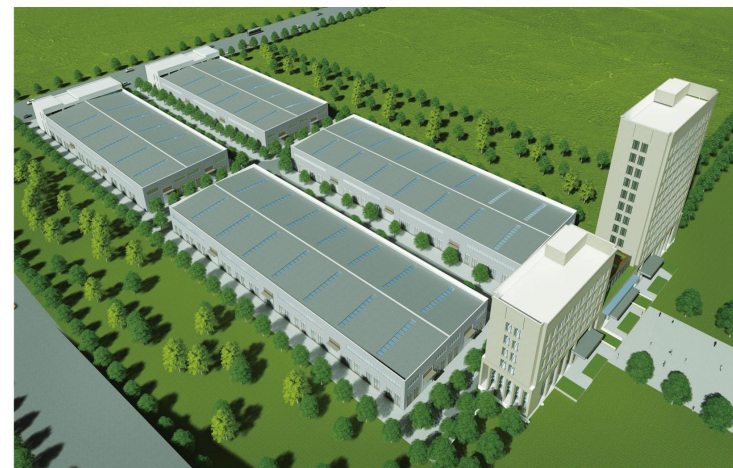
66

2017年10月16日上午10时16分，武汉市阳逻开发区平江路异常热闹，锣鼓喧天，鞭炮齐鸣，德成控股集团旗下德美新材料公司的新工厂隆重举行了奠基仪式，三十多位嘉宾一起见证了这一历史性时刻。

99



集团领导与嘉宾共同培土奠基



新工厂厂房鸟瞰图

德成控股集团副总裁胡波先生对德美新材料的市场地位和战略规划作了积极的肯定，同时也对其未来发展前景表达了殷切的希望。在热烈的掌声中，整个奠基仪式到了最激动人心的时刻。德美新材料总经理余克武先生以及嘉宾代表扬起铁锹共同为奠基石培土奠基，现场一片欢腾景象，奠基仪式完美落幕。

新工厂建设项目的上马，铸就了德美新材料成长的脊梁。依托德成控股集团的企业实力，德美新材料将固本培元，提升后劲，践行“中国制造2025”强国战略，抢占涂料行业新一轮竞争制高点。

据了解，“武汉德美产业园”总建设用地120余亩，预计投资总投资1.8亿元，建筑面积约8万平方米。投产后，德美新材料年生产能力10万吨，产值达8亿元，将汇聚国内最先进的新技术、新工艺。届时，一座按欧洲环保标准设计建造的现代化厂房将在长江边拔地而起，德美将跻身全国一流外墙涂装企业行列，迎来更波澜壮阔的发展前景。



新工厂规划效果图

民企已成湖北经济建设主力军

德成控股集团 连续2年跻身 湖北民营企业百强

HUBEI MAIN FORCE IN ECONOMIC CONSTRUCTION
HUBEI TOP 100 PRIVATE ENTERPRISES

湖北地处长江中游，位居华中腹地，区位优势得天独厚，科教人才资源丰富。当前，湖北正面临着中部崛起、长江经济带、中三角、高铁经济圈等多重机遇叠加的“黄金十年”，湖北民营经济成为经济结构调整、创新驱动的重要引擎。



2017年11月15日至17日，第三届楚商大会在武汉召开，再次引发政府和全社会对民营经济的关注。

本次活动主要集中在先进制造、高新技术、文化旅游、现代物流等领域。截至目前，共征集全省重点招商项目超过300个，招商投资总额有望超过3000亿元。本次大会活动主题为“楚商回归，共建支点”。国内外楚商代表，全国知名企业家，部分世界500强企业、中国500强企业、中国民营500强企业负责人以及知名商会、有关经济组织、研究机构代表等约1000人参会。

据了解，本届楚商大会专题活动以对接国家战略，融合发展趋势，立足湖北实际，贴近楚商需求为目标，以国际化、专业化、民生化为标准，精心挑选一带一路、智能制造航空产业、智能制造激光产业、青年创业、医疗健康等近年备受瞩目的五个议题，内容丰富、特色鲜明。

此次大会不局限于举办期间的招商引资项目的展示，而是将对接、洽谈贯穿于会前、会中、会后各项活动之中，始终坚持把项目落地作为检验大会成效的重要标准。截至目前，已达成一大批合作成果。据悉，楚商大会现场，将签约30个项目，投资总额将超过千亿元。

此外，大会还将发布了2017湖北省民营企业100强榜单。德成控股集团积极探索城市空间更新和资产运营管理途径，重塑商业模式，挖掘存量市场，以优秀业绩跻身湖北民营企业百强（第34位），继去年该集团位列百强榜单第24位后再次站在湖北民营企业的第一方阵，名次同比虽然有所退后，然而却是集团在湖北建设经济支点，楚商企业超常发展，集团战略转型的新时代、新背景下取得的辉煌成就。同时，德成人也分享到楚商突飞猛进、硕果累累的喜悦，更加坚定企业在转型跨越、稳中求进的信念。

“筚路蓝缕，以启山林”，楚商已成为中国经济地理版图中一道亮丽的风景线。楚商企业特别是民营企业已成为经济社会发展的重要力量，民营企业越来越成为奉献社会、引领时代的创业家、创新者。前不久，湖北更出台了《关于大力促进民营经济发展的若干意见》，大力推动民营经济发展，民营企业迎来了大发展、大进步的新时代。

德成控股集团立足武汉、放眼全国，致力于成为城市核心高效资产的运营商服务商，在产业发展、文化教育、健康消费、绿色人居领域积极探索、不懈努力，为湖北民营经济发展贡献力量。集团投资建设的位于南武汉长江之畔的“DE未来港”，旨在打造高端产业综合体和创新产业的孵化平台；“德成生活中心”服务社群消费，丰富百姓生活，把健康、放心、温馨送到千家万户；“文为教育谷”融合幼教、K12优培和职业工匠培训，形成全方位、全覆盖的素教互动与职业提升，为促进就业创业提供高效优质服务。

新时代，新征程，新使命，德成控股集团将倍加珍惜社会给予我们的荣誉，不负期望，不负托付，全心全意把我们的服务做好，为社会做出新的更大的贡献！

集团组织员工参加2017年体检活动， 为员工健康护航

■ 文图/余倩

66

为切实维护保障员工身心健康，帮助员工全面了解自身健康状况，2017年10月31日上午，德成控股集团组织全体员工到武汉爱康卓悦体检中心进行全面的健康检查。各部门管理人员分工明确、各尽其职、科学规划、合理分配，使整个体检环节井然有序。

99



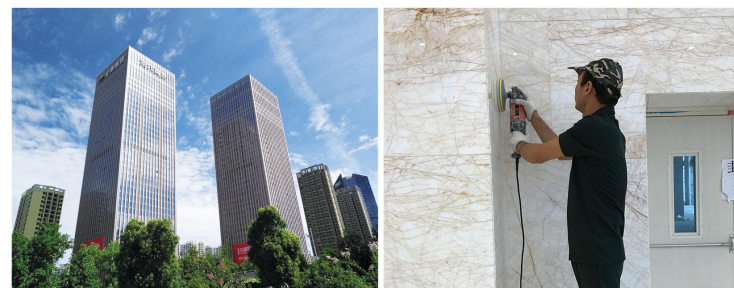
本次检查项目除包括内科、外科、血常规、心电图等常规项目外，还根据男女员工的生理特点安排个性化检查，为员工送上了一份温暖和关心。

通过体检，使每一位参检员工都能及时获知体检结果，并得到专业的健康建议，让体检真正发挥出作用，取得实效。同时，也让广大员工的健康意识不断提升，确保以健康的身体和充沛的精力投入工作与生活，同时也让员工感受到来自德成大家庭的温暖。



德勤物业 进驻东湖国贸中心B座开荒保洁

■ 文图/李黎 余倩



保洁人员对地面和墙面进行清洁抛光打蜡

近日，东湖国贸中心B座开荒保洁正式开启，项目小组分工、协调，紧锣密鼓、有条不紊的展开工作。

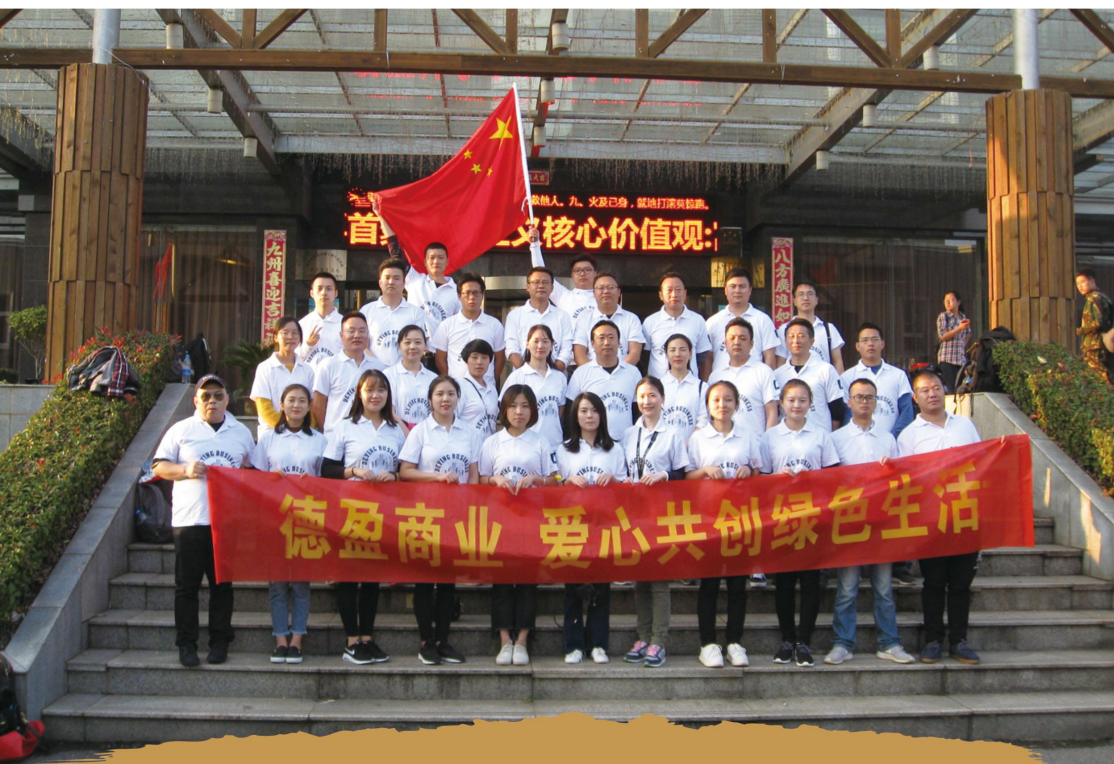
目前，大楼施工刚刚完成，楼内外的建筑垃圾、积尘严重，工作量大、时间要求紧。不过对于德勤物业的专业保洁来说，这不算什么。虽然早已立秋，但屋内仍感觉闷热难挡。保洁员的脸上挂满了汗珠，衣服都湿透，但他们毫无怨言，仍然干得热火朝天。大到地面、墙面，小到地砖接缝，都严格按照甲级写字楼的保洁标准执行，不放过任何一个细节。

德勤物业陈董事长在工作现场巡视时指示：“公司对保洁人员和物料设备要进行合理调配，确保开荒保洁工作按期完成。同时，充分发挥人力物力的最大作用，采取交替工作方案，防止交叉作业造成二次污染，浪费人力物力。”

经过十天的连续作战，B座大厅和电梯间已经焕然一新。项目小组所有成员用饱满的热情投入到开荒保洁当中，埋头苦干，不怕脏、不怕累，完美地诠释出德勤人严谨、高效的工作态度。相信有了德勤人的共同努力，东湖国贸中心将显现出干净、整洁的办公环境，以最好的面貌迎接业主单位的到来！



德勤物业高管及职能部门负责人亲临现场视察



历经风雨 砥砺前行

——2017团建活动见证德盈团队成长

■ 文/于泽威子 图/陈晓媛

10月21日，告别连续的阴雨天气，江城终于迎来一个灿烂的晴天。德盈商业管理有限公司三十多名员工迎着朝阳出发，顺利到达梁子湖龙湾。

早在大巴车上，教官便开始了开营热身分组活动，让平日里甚少有机会聚在一起的各项目员工暂时的距离感瞬间瓦解，团队氛围轻松而活泼。全体人员被分为了两个队，成员们群策群力，确定了各自的队名、口号、队歌以及队旗样式，“飞翔”和“德胜”在还未踏上训练的草坪之前就已经进行了激烈的对抗。

在上午的“目标市场”训练项目中，大家充分体会到方法的重要性，怎样从未知无序的信息量中提取到正确答案并以最快的速度传递给执行者，感受团队协作合作中，各成员之间的沟通方式与行为方式的变化及所需要的调整。而“巨人脚步”将整个竞赛气氛推向了最高潮，每个人双手搭着前面伙伴的肩膀，高喊着“左右左”的节拍，让所有人的双脚融为一体，冲向终点线。



下午，大家以饱满的热情举行了爱心骑行比赛，传递环保正能量。全体人员自由结队，合作骑行双人自行车，通过数轮淘汰赛，最终角逐出了胜利者。在这里，没有年龄差，没有身份区别，他们乘着风，把青春挥洒在深秋的金絮间，尽情欢呼呐喊，那也是这个名为德盈商业团队的激情。



随后，举行了2016年度德盈优秀管理者、员工及团队的颁奖仪式。公司总部工程设计部袁云杰和宜昌项目招商部龚宇琦获得优秀员工称号，盘龙城项目招商部项目总监张钊获得优秀管理者称号，总部工程设计部获得优秀管理团队称号。百舸争流，奋楫者先。这次优秀表彰是对获奖者的肯定，也是对全体员工的激励。宜昌项目总经理王安龙发表了闭幕讲话，他对各位获奖者表示了祝贺，也对此次团建活动表示了肯定，希望各位员工能通过此次活动，开拓进取，锐意创新，将协作和激情延续到工作中去，取得更大的成果。



互相关爱、互相帮助，一天的团建活动让大家意犹未尽，变得像一家人一样亲密无间，也从全新的角度再次体会了“团队”这个词。德盈人的手将继续紧握在一起，遇挫折不退缩，遇风浪愈坚挺，从自我提高做起，实现团队的价值与突破。



德勤物业 组织开展专题培训提升服务水平

■ 文图/李黎 余倩



为进一步规范物业承接查验行为，加强前期物业管理活动的指导和监督，提高各项目人员对承接查验专业知识的学习能力，提升员工对项目承接工作的专业知识。2017年9月14日下午，德勤物业职能部门开展了“物业承接查验工作”和“物业维修人员进行礼仪”主题培训，东湖国贸中心以及德成中心项目部人员二十余人参加了本次培训。

作为窗口行业，对于物业维修人员来说，上门维修、服务态度以及规范是基础。通过培训，将使员工达到意识上重视，行为上改观的效果，从而提升整体服务水平和业主满意度。

本次培训内容全面具体，精彩互动，掌声不断。培训结束后，大家纷纷表示，通过本次培训，既提升了业务技能，又开阔了专业化知识视野，受益匪浅，感触良多，将进一步提高工程部门专业知识和技术水平，打造一支服务规范、业务精湛的技术队伍。

开展物业承接查验，对减少建设单位的开发遗留问题，维护业主的共同财产权益，降低物业服务企业的管理服务风险，化解物业管理的矛盾纠纷，构建和谐互信的物业管理关系，具有重要的现实意义。

方卓教育应邀出席 武汉百万校友资智回汉—武大专场

8月26日，第二批武汉百万校友资智回汉·武汉大学专场在国博洲际酒店隆重举行，泰康集团、小米科技、融创中国等“武大商帮”企业家现场签下千亿元巨额投资大单，为武汉市献上一份大礼。湖北省委副书记、武汉市委书记陈一新，武汉市长万勇等省市领导；武汉大学党委书记韩进、校长窦贤康以及泰康保险董事长兼CEO陈东升，小米科技董事长兼CEO雷军等超千名武汉大学校友共赴盛会。



湖北省委副书记、武汉市委书记陈一新会上指出，国家战略聚焦的武汉，正致力于开启复兴大武汉的新征程；山水形胜的武汉，正致力于打造世界有影响力的亮点城市；科教发达的武汉，正致力于打造全国高水平的科技创新中心；九省通衢的武汉，正致力于打造国际交通枢纽城市；工业重镇的武汉，正致力于打造高效高新产业高地；人才荟萃的武汉，正致力于打造新民营经济集聚地；宜人居住的武汉，正致力于打造世界知名滨水生态绿城。而助推武汉全面复兴，需要凝聚武大校友的力量。

如何打造菁英经济？陈一新给出路径：打造成“大学生最友好城市”，确保5年留下100万大学生。他说，武汉要建设全国低成本创新创业中心，让大学生能就业、易创业、快落户、好安居。

武汉方卓教育科技有限公司总经理助理戚合理也应邀出席了此次盛会。据方卓教育戚总介绍，武汉是一座大学之城，每年毕业的大学生30万人。青桐计划实施之前，武汉只有零星的大学生创业者，创业意识不活跃，创业氛围也不浓厚。大学生在学校内主要以学习为主，交际与沟通的圈子相对较窄，对政府在大学生创业方面给予的政策、资金、办公场所、注册等信息不了解。而且跨学校的大学生创业者，创业的大学生个人之间的连接与沟通不畅，导致一些有想法，有创业意向的大学生个人基于现实的各种困难而放弃创业。为了促进和帮助大学生更好的创业，我们在阳逻港华中国际产业园建立阳逻港临港SOHO众创中心，一站式企业服务生态平台。旨在为创客们提供集约化的办公和交流平台，为创业团队提供专业的产业链服务，并搭建创业者、从业者、投资人、产业链上下游机构的合作交流平台。全面的提供政府给予大学生创业的政策，法规，优惠措施。此外也可以与市场的知名创业空间，投资机构，著名的企业快速对接，帮助大学生创业者提高创业的成功率。

据了解，自2015年两会上李克强总理提出要把“大众创业、万众创新”打造成中国经济的“新引擎”，到2017年湖北实施“我选湖北”计划，5年将留住百万大学生在湖北创业就业，方卓教育就积极响应政府号召，并付诸行动。阳逻港临港众创空间位于武汉市阳逻经济开发区余伯北路99号阳逻港华中国际产业园，创新创业公共服务大楼一栋，使用面积1867平米，场地可同时容纳30余家创业团队，办公楼水电、通讯设备齐全，同时创业孵化器内建设有完善的生活服务配套设施。可常年开展建设企事业单位专业管理人员岗位培训，为多种行业、多类创业主体提供专业的创业指导服务。

冬天来了， 春天还会远吗？

WINTER IS HERE,
SPRING IS FAR BEHIND?

■ 文/本刊编辑部

儒家思想代表人物之一的孟子有句名言：“生于忧患，死于安乐”。在当前中国经济下行压力较大，各个行业都陷入严冬的大背景下，这句话更值得我们深思。

2017年是风云变幻的一年，也是几家欢乐几家愁的一年。在“调结构”与“稳增长”并存以及供给侧结构性改革推动下，经济增长的新常态也带来了房地产市场的新常态，行业政策环境、投资增速、企业表现、需求结构等方面都开始形成全新的市场格局。

2017年三季度，“四限”范围、力度继续扩容，九江、赣州、兰州、西安等城市重启或升级限购、限贷。9月底，包括长沙、武汉、重庆在内的9个二三线城市相继加码调控。房地产信贷“去杠杆”持续推进，在严格执行“限贷”政策基础上，各地又开始严查“消费贷”、“经营贷”、“房抵贷”等资金违规流入市场，房贷资金全面紧缩。

与此同时，“租售并举”制度成为高度热议话题，九部委率先发文要求在人口净流入的大中城市，加快发展住房租赁市场，并且选取广州、深圳、南京等12个城市作为首批开展住房租赁试点城市。

“世易时移，变法宜矣”。早在2012年，面临着新环境、新挑战。集团领导就以前瞻性视野把企业经营定位为：城市核心高效资产发展运营商。德成人以崭新的面貌，按照发展战略创新产业、潜心经营，推动行业发展的新一轮强势增长。为了能够继续为市场筑造优质产品、提供优质服务，实现持续快速健康协调发展，转型前的阵痛在所难免，但就是这个时期，正是我们反思、沉淀、蓄积能量的宝贵时期，需要我们忍耐、坚持、等待。

此时此刻，重读《华为的冬天》，让人更深刻地意识到“居安思危”的现实意义。

早在2001年，华为创始人任正非在华为2000财年销售额达220亿元，利润以29亿元人民币位居全国电子百强首位的时候，写出了震惊业界的《华为的冬天》一文。他用充满忧虑的口气告诫员工，华为可能马上要进入冬天，以此来增加企业和员工的忧患意识，正是这种居安思危的管理理念，才使华为度过了一个难关，继而跻身世界500强榜单。相反，手机行业的王者诺基亚却因不思进取，无法适应智能手机时代而不断衰退，最终放弃了手机业务，于2013年9月将手机业务和各种专利作价54.4亿欧元卖给了微软。

成功与败落，许多时候只是一步之遥。

从某种程度而言，经历行业周期性低谷也不见得完全是坏事，这对德成而言既是考验也是机遇，也可以理解为是行业的一次大洗牌。在这样的市场变化当中，德成人必须居安思危，有备无患，以优秀的团队、全面精细的成本控制、科学合理的运营规划、严谨的过冬措施应对危机，应对洗牌。

在我们的一生中，没有人会为你等待，没有机遇会为你停留，成功与失败都只是暂时的。因此在这个严冬来临之际，我们既要着眼于安全度过危机，又要发现在危机中的机遇，以一个更加优秀的姿态向春天奔跑，超越自我，超越过去。这是强者的姿态，也是胜利者的姿态！



进入白银时代， 成本管理工作到底应该怎么做？

■ 文/何清华（德成地产审算部）

66

在现阶段，虽然房价仍然偏高，但目前国内一线、二线城市拿地成本居高不下，钢材、铜材等建材价格又不断涨价，竞争异常激烈，而成本管理是提高房地产企业综合竞争能力的前提基础。因此，只有做好成本管理工作，才能够在开发的过程中节约成本，对各项资金的使用也能够进行跟踪，以达到公司的平稳发展和项目的顺利推进。

99

在传统模式下，成本管理部门更多的做的是预算工作，进入白银时代，我们该如何修炼内功、提升竞争力，把预算转为控制，尽量减少无效的成本？个人认为，要加强成本管理，必须建立起系统的成本管理系统，施行精细化管控。

成本管理，从字面上去理解可以分为“成本”和“管理”两个重点。“成本”是专业范畴，可以从成本部门各专业岗位人员技能方面进行把控；“管理”则是行政手段，通过部门内相关各岗位的协同工作，与公司其他部门良好有效的沟通、配合，增进全员的成本管理意识。

房地产成本管理，按照时间发生顺序来主要划分为事前成本、事中（过程）成本、事后成本；按照成本的用途来分大致可以分为前期工程费用、土地成本、建筑安装工程费、市政公用设施费用、管理费用、贷款利息、政府主管部门收取的税费等。

目标成本管理体系

所谓目标成本是指在不同阶段根据现有信息所制订的项目开发成本计划，目标成本是项目在开发过程中成本控制的依据之一，也是编制成本责任考核指标的基础文件。

由于房地产行业自身的特点，地产公司很难像工业企业那样把成本定额做得很细，但是房地产成本管理要实现主动控制，就要做到“算了以后再做”，而不是“做完后再算”，要实现这个目标，我们就要对房地产工程成本目标进行测算，做到花钱明明白白。事实上，如果有合理的方法和成本数据的积累，建立目标成本的并不难。

在实际操作中，目标成本按开发进度的不同阶段始终处于动态调整之中，原则上，每一个版本的制订都是在上一版本的指导下进行的。

在可研阶段要进行成本的估算，这个时候主要是对投资的可行性进行估算，然后随着方案的不断深化，目标成本开始逐渐的准备和细化，到主体工程施工图预算确定后形成最后定稿的版本。

从流程上讲，建立目标成本首先应该根据项目的设计特点、选材用料标准、财务利润要求和类似楼盘的成本经验，测算项目的单方建筑安装成本，然后根据项目特点和公司拟分包思路，明确各分包工程承包范围及其相互搭接关系，将单方建筑安装成本分解到各分包工程上，测算各分包工程的单位成本，检讨是否与选材用料标准吻合，如不吻合，调整有关要求或标准，重复上述步骤。

这个过程关键是目标成本的市场化，由于市场是经常发生变化的，因此在制订目标成本时除了要参照历史数据外，很重要一点是要随时了解市场，同时，成本的测算一定要与项目的定位档次相匹配。

由于在规划设计阶段已经决定了绝大部分的项目成本，因此，应把此阶段应该作为成本管理的重点。

责任成本管理体系

此外，目标成本制订以后，一定要将成本逐项分解到部门，并以设计为龙头，建立控制的标准。

我们在制订目标时，要按细项列出清单并划分责任部门，通常建造成本按发生程序划分责任部门，建造成本以外按成本项目划分责任范围。那么，对多个部门承担责任的可以按权重进行分解。

从项目成本的构成看，一般包括土地成本、前期费用、工程成本、营销成本、管理费用和财务成本，每一个子项均可以找到责任部门，从而追根溯源。目标成本分解后还需要建立控制的标准，分解后的成本责任必须纳入绩效考核的范畴。

动态成本管理体系

由于市场瞬息万变，而且开发过程中有很多不可预见的因素，因此，我们必须对整个成本进行过程上的动态管理，而要进行有效的动态管理，必须建立详细的和可操作的动态成本信息系统以及保持动态的监控。

首先必须在各部门建立起动态成本台帐，确保各部门发生的成本能及时反映出来，这是动态成本管理的基础。

其次要确保所有的变更能够得到及时的管理，包括设计变更、签证管理和顾客的变更，因此，必须建立起完善的设计变更流程和签证管理流程，变更与签证前的审核是动态成本控制的基本手段，变更与签证流程的严格执行是基本的保障。还必须在各阶段对动态成本进行分析和总结，必要时及时调整目标成本管理体系，真实反映成本控制现状。

以上体系是成本管理系统的基础管理框架，要完善房地产的成本管理，必须先从建立上述基础管理体系开始，逐步积累成本控制的经验和完善成本信息数据库，从而有效的控制成本。



苦练内功提素质 主动作为过寒冬

■ 文/左勇（集团总裁办）

不知不觉一年就快要过去了，房地产行业政策调控加剧，市场资本力量多层叠加，大型房企纷纷抢滩武汉，竞争激烈前所未有。事实上，受到整个大环境的影响，眼下各个行业的竞争也日趋白热化，转型或转变是各行各业不得不迈出的第一步，也是迎合市场需求的重要开端。

在武汉到宜昌的高铁上，我重读了任正非的《华为的冬天》，他在华为如日中天的时候，大谈危机和失败，这种居安思危的远见给我上了深刻的一课，也令我陷入了深思。正如他说：“十年来我天天思考的都是失败，对成功视而不见，也没有什么荣誉感、自豪感，而是危机感。也许是这样才存活了十年。我们大家要一起来想，怎样才能活下去，也许才能活得久一些……”

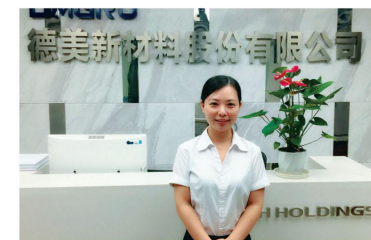
每个企业在发展的任何一个阶段都存在着这样那样的问题。尽管德成与华为这样的通讯巨头行业大为不同，但是我们都会遇见企业的发展、员工个人的发展以及企业与员工共同发展的的问题。

集团领导在年初就提出“2017年将是集团转型发展的效益年”，发展方向十分明确，目标任务十分具体。其中房地产经营将由规模型向轻资产型、运营型转变，继续坚持以合作开发为主，以城市核心资产为中心，做好产品线，力图提高公司整体的核心竞争的能力。

所谓“铁打的营盘，流水的兵”，但是，在德成，核心团队一直坚守着工作岗位。作为总裁办的一名普通员工，我也在思考如何为公司出一份力，夯实基础，苦练内功，干好每一件平常事、具体事，从而对公司和自己负责。

在日常的工作，我努力遵循公司办公程序，争取将每一件小事都落到实处，做到对事负责而不对人负责，不假公济私，敢作敢担当。对领导分配的任务、安排的工作，都要争取今日事今日毕，使每项工作、每件事情，都有计划安排、有组织实施、有跟踪督导。同时，经常总结自己在一段时间内的工作态度、工作效率和工作作风，提醒自己“勿因善小而为之，勿因恶小而为之”，决定主动适应新形势、新变化，坚决拥护公司的任何安排和。蓄势聚量，确断职责，走好自我调整完善之路。

总之，在德成转型的过程中，我们每个人必须明确自己肩上的责任，心连心，居安思危；肩并肩，共赢发展。就让我们从自身做起，从现在做起，从点滴做起吧。



善于自我批评 做好御寒准备

■ 文/黄琳（德美新材料行政部）

66

在《论语》一书中，孔子的弟子曾子倡导做人要每天多反省自己：“吾日三省吾身——为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”在《华为的冬天》中，任正非先生也提出：“自我批判是思想、品德、素质、技能创新的优良工具。”

作为公司的一份子来讲，我们更应该多考虑：自己是否有足够的敬业精神、献身精神、责任心以及使命感。自我批评的目的在于发现自己的不足，找到改进措施，提升优化自己，从而更好的完善和提高自己，同时，它也是发现问题、改进作风和推动工作的有效手段。

在企业转型的过程中，我们每个都要勇于拿起批评与自我批评的武器，以保持企业的凝聚力和战斗力。今天借此机会我就自身存在的一些问题进行解剖分析，不足之处请大家予以批评指正。

一、工作中存在的主要问题：

1、对本职工作知识把握得不深不全，工作能力有待进一步加强。主要是学习不够，总是被动的、消极的去学，在学习缺乏钻研的精神，对有些专业知识总是现学现用，知识储备有限，导致有时候不能很好的胜任本职工作。

2、由于身兼数职，在思想上存在惯性思维，灵活创新意识不强。在工作中爱因循守旧，对待问题思考的层次不够深入。一旦遇到意外情况，往往不能灵活应对，不能结合实际情况进行处理。

3、在奉献上做的还不够好，害怕碰壁和失败，有一些患得患失的情绪等等。在实际工作中不够精细，处理问题表面化，没有主动探究问题的根源，较少主动思索举一反三。

有时候存在等待、依赖的心理，总是把希望都寄托在别人身上，想等待领导怎么安排，看看别人能不能帮忙；对工作的要求不够高，只满足于干完，没有把工作标准和质量、效果融入于工作中。

二、今后的努力方向：

任正非先生在文章的最后对华为员工提出：要安安静静应对外界议论。俗话说的好，身正不怕影子歪。做为德成大家庭的成员，我们也要敢于在困难前面亮剑，为企业发展贡献一份微薄之力。而言行一致埋头做事不仅是低调做人的一种姿态和风度，也是我个人职场生涯的努力方向。

在互联网+的行业大变革中，我们只有随时做好抵御严寒的准备，才能够打破传统销售枷锁，以开创性思维、自主创新研发进行准确市场推广，有效的客户互动沟通。

在个人的工作中，我更要坚持大事讲原则，小事讲风格，原则问题不退让，枝节问题不纠缠；要严于律己，敢于正视自己的缺点，克服自己存在的问题与不足，进一步规范自己，严格要求自己。以学习为突破口，不断加强自我修订，努力提高自己的综合素质，努力完成各项工作任务，力争更好的胜任本职岗位。唯有这样，我们才能成为四季轮回中物竞天择的适存者，继而拥有挑战下一个冬天的权利。

99



德成生活中心 助力盘龙城临空经济新引擎

66

在武汉第十三次党代会上，陈一新书记向大会作了《高水平全面建成小康社会，全面开启复兴大武汉新征程》的报告。此次会上，武汉城市格局也迎来新规划，城市空间将定位为“1个主城+3个副城+3个新城组群”。其中，三大副城之一的临空港经开区是湖北省首个发展临空经济的国家级功能区，将重点发展临空制造、高新技术、高端服务等产业。

99

交通：立体交通网络不断完善

临空经济区的定位与所处的地理环境、交通枢纽位置相辅相成。作为拥有大临空大临港优势的第一大区，黄陂盘龙城地处武汉市黄陂区最南端，它是阳逻深水港、汉口火车站、天河机场之间的一个金三角，也是武汉重要的经济发展带。

2016年年底，2号线延长线开通，给盘龙城片区带来了新的发展机遇。除此之外，盘龙城即将迎来双地铁时代。一直备受市民关注的武汉地铁7号线北延工程即前川线，由7号线一期东方马城站引出，向北穿过黄陂盘龙城、横店临空产业园至前川，沿环湖中路、汤云海路、盘龙大道、双凤大道、黄陂大道行走。线路全长约36公里，概算投资180亿元，预计今年年内开工，2021年建成通车。



产业：凸显“集群效应”

盘龙城现有及规划建设的产业聚集区主要有汉口北商贸区、卓尔总部基地、佳海工业园、航空总部基地、临空示范园等，配套的居住区有刘店居住区、叶店居住区、临空居住区、后湖居住区、横店居住区及天河居住区。

在武汉临空经济发展全面跻身国家战略层面之际，盘龙城产业定位明确在已初步形成了光学电子、医药化工、冶金建材、机械制造、食品加工和汽车贸易等6大支柱产业的基础上，按照省政府关于开发区应具备鲜明产业特色和较强的配套能力，并致力发展成为现代化制造业的集聚区的要求，将以光电机械、化工医药、纺织服装及与天河机场配套的航空物流港等作为今后产业发展方向和重点。



商业：商业配套成熟完善

2011年，武汉市、黄陂区投入约60亿元，汉正街整体搬迁汉口北。这一机遇推动盘龙城加速全面崛起，住宅以及商业配套的发展几乎同步推进，城市宜居模式呼之欲出。



在众多开发商的眼中，盘龙城板块成为不折不扣的潜力股。

数年精雕细琢，盘龙城商业配套的发展可谓日新月异，大型居住区效果也日益显现。随着多家知名房企相继入驻，尤其德成生活中心落户于巨龙大道核心主轴之上，该板块迅速进入提升期。

作为一站式家庭情境购物体验MALL，德成生活中心依托区域新一轮发展，从建筑设计、品牌业态到商业运营服务革新将加入跨界思维，让都市家庭不再停留在单一的消费空间，以及纯粹的物质购买行为，在构筑的多种场景与产品中得到快乐与温暖，亲身体验精彩纷呈的城市艺境生活。

德成生活中心项目建筑面积约7万平方米，集合时尚、休闲、娱乐、美食、购物、教育、社交等复合功能于一体。目前仍在紧张施工中，预计明年五月开业。



初心不改，未来已来

东湖国贸中心以“整”破局之道

■ 文/云晋峰（德盈商业东湖国贸项目）

66

武汉的发展速度日新月异，不断拔地而起的高楼大厦改变着城市的格局。

在城市发展从量变到质变升华的过程中，东湖国贸中心因华中金融城区域规划的朝气蓬勃而日新月异，因它的海纳百川而茁壮成长。在德成控股集团的精心雕琢下，形成了个性化和品牌化的特色办公空间产品体系。

面对激烈的市场环境，东湖国贸中心项目组充满信心、无惧竞争，他们牢固树立市场意识，加强市场调研，直面挑战，甚至逆势而为。

因为，对于江城写字楼市场而言，最好的未来已经来临。

99

>> 武汉写字楼市场的机遇

1、城镇化速率加快，办公人口红利可期

城镇化的进程与房地产开发两者之间从本质上讲，始终是高度一致的。通常，一个国家，完成70%左右的城镇化率，我们就说这个国家基本完成了城镇化。一般而言，一个国家的城镇化率越高，意味着国家越富裕，产业越发达。这也就是国家从18大以来一直强调城镇化的根本原因所在。

根据相关资料，2016年湖北省的城镇化率为58.1%，目前处于高速发展中，近5年年均提升1.13%，常住人口年均增长26.5万人次。照此速率推算，截至2018年，湖北将新增城市常住人口160万人。他们也许不会买房，但他们一定需要上班。

近5年湖北城镇化率及人口变化情况



2、商务能量场聚集助推甲级写字楼办公

华中金融城不是心血来潮，是应运而生。

对于一家企业而言，在交通便利的商务核心区甲级写字楼内与商业巨头为邻，拥有一流的建筑设计和空间环境对于在产业链上下游建立品牌形象至关重要。而商务集群产生的行业聚合以及圈层效应，则是5A甲级写字楼提供的溢价服务。

社交圈层、体面的办公环境是写字楼能够提供的重要资源。对于员工而言，上班就得在5A甲级写字楼，饿了点外卖，渴了喝咖啡，下班逛汉街和东湖绿道，已经成为武汉商务精英的生活常态。

在这样的大环境下，以中北路为主轴的华中金融城规划水到渠成。

如今的中北路，已经云集了124家国际、国内区域性总部企业，6栋缴税超过亿元的写字楼。

未来的华中金融城，将新建楼宇700万方，吸引投资800亿元，形成9个城市片区，增加64公顷公园、广场和步廊，凝聚武汉市40%的金融机构，200多家企业总部。

>> 区域市场的竞争与挑战

1、武汉市甲级写字楼供应量

写字楼的蓬勃发展，意味着更为激烈的市场竞争。根据戴德梁行今年三季度的写字楼市场报告，未来三年写字楼的供应量在120万方以上。不难看出，写字楼的销售，其难度是动态增加的。

2、区域甲级写字楼供应量

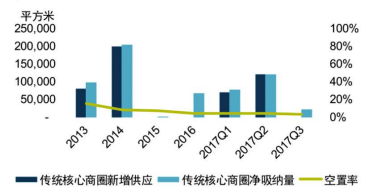
就项目所处区域而言，已提供了超过30万方的甲级写字楼，价格相对于地段以及产品硬件标准下的分化也比较明显，区域写字楼竞争处于白热化状态。

3、2017年武汉市写字楼需求预测

从武汉市核心区域写字楼的净吸纳量看，2017年一季度，已经超过2016年全年，预计2017年全年将超过30万方。而核心商圈写字楼的空置率也基本保持在5%上下。从整体来看，目前写字楼的发展是良性、健康的。

但是，从销售的角度来看，仅仅是区域内竞品的供应量就已经超过武汉市整个核心区域甲级写字楼净吸纳量，写字楼的销售进入拼刺刀阶段。

挑战永远与机遇并存，江南写字楼销售对于营销和客户体验提出高要求。如何在竞争中形成差异化的优势，是各个开发商都在追求的“在水一方”。



>> 东湖国贸中心的营销破局

用兵之法，无恃其不来，恃吾有以待也。无恃其不攻，恃吾有所不可攻也。——《孙子·九变》

写字楼对于任何开发商而言，都不是香饽饽，有大客户最好，没有大客户，散着也能卖。以时间换空间，生冷不忌是大多数写字楼销售政策的选择。低区散着来，高区等大户，都能算的上是有等待精神的开发商了。

然而为了短时资金的快速回笼，散售的销售模式，必然大幅提升后期运营的成本，对楼宇整体的品质，以及进驻企业的办公体验，都将造成不可逆的负面影响。

而东湖国贸中心以“整”的营销策略，在市场上独树一帜。

“整”即“整售”。尽可能保证楼宇办公的纯粹性，给予客户最舒适的办公体验。“东湖国贸能够坚持楼宇的完整性，针对目标客户整，是一种非常明智的做法。”某大型金融公司副总考察了东湖国贸项目现场后，发出这样的感慨。该公司在武汉考察多个写字楼项目，最后在北京总部会上，东湖国贸项目荣膺综合评分第一名。

“整”是“整合”。每次操盘项目，都希望有用不完的营销费用，但是从集团的利益出发，我们必须结合年预算，确定目标值，要能花最少的钱，干最多的事。对于东湖国贸中心，我们选择主要依托项目自身产品良好的昭示性，建立推广壁垒。辅以自身的资源、人脉，从线下进行攻坚，团队上下广泛参与，形成合力。而某大型风投集团客户就是在这样坚持不懈的陌拜中挖掘而来的。

“整”是“整理”。竞品环伺，自团队进场以来，我们接待的每一个客户都是“有备而来”。让已经考察过众多项目的客户，如何在东湖国贸项目重新找回如同初恋的感觉，是我们要求置业顾问在接待客户时的唯一标准。

东湖国贸中心，华中金融城坐标，中北路与武汉大道交汇处，瞰南湖，眺一江——它的美，值得你发现，更值得你推荐。



奋勇争先 挑战自我 勇攀高峰 ——记德勤物业庐山团建活动

■ 文/彭凯旋（德勤物业阳逻港项目）

2017年9月8日下午，在公司领导的带领下，德勤物业的员工前往庐山开展团建活动。那天我中午没有休息好，加之路上堵车颠簸，导致有些晕车，虽然人不太舒服，但有大家的关心与照顾，心里还是很感动的。

当天晚上抵达九江后，大家分头自由活动，有的在房间里喝茶聊天，有的看电视听歌，而我和香奈天鹅湖项目的田主管相约早早洗了澡，养足精神好爬庐山。

庐山的美以前只是在书本中读过，现在身临其境却有一种震撼的感觉。我和很多人一样初闻庐山源于唐代诗人李白的诗句：“横看成岭侧成峰，远近高低各不同，不识庐山真面目，只缘生在此山中”。去过庐山之后，我发现它不仅拥有雄、奇、秀、险的自然风光，还拥有悠久的人文历史，无数文人墨客、国家政要在此留下了他们的足迹。



庐山上的景点基本上可以分为东线和西线。东线景点主要包括：三叠泉、五老峰、植物园、含鄱口；西线景点主要包括：石门涧、龙首崖、仙人洞、花径、锦绣谷、如琴湖；另外还有一些景点如：美庐、毛泽东故居、庐山会议旧址等都在牯岭镇上。



第二天的第一站是花径，雨后的庐山云雾缭绕，在这幅水墨山水画中行走时，有点腾云驾雾的感觉，白云仿佛被我们踩在脚下，蓝天伸手就可以触摸。远处的群山峻岭，更是连绵起伏不断。花径就在如琴湖旁边，是唐代诗人白居易吟咏桃花的地方。来到这里，迎面一座石门上横书着“花径”二字，两侧则是“花开山寺，咏留诗人”的石刻楹联，引人注目。站在石门前，回顾形如提琴的如琴湖，涟漪泛碧，鲜花缀岸，山峦倒影，宛如一幅美丽的画卷。虽然错过花季没有见到桃花，仍让人感到美不胜收。



沿着绝壁悬崖修筑的石级前往仙人洞，一路上千岩竞秀，万壑回萦；断崖天成，石林挺秀，大家不禁掏出手机相机各种拍。陈董事长细心叮嘱大家要注意安全，别挤了，不能越过黄线拍照。



庐山瀑布，首推三叠，故有“不到三叠泉，不算庐山客”之说。吃完中饭，我们来到了三叠泉。大家兴致勃勃走下台阶，据资料记载和导游解说，三叠泉位于五老峰下部，飞瀑流经的峭壁有三级，溪水分三叠泉飞泻而下，落差共155米，极为壮观。这里由上而下单程约3300个台阶，高坡陡，地势险要，年轻力壮的人也爬得气喘嘘嘘，汗流浹背。下了一半台阶，我们都已经筋疲力尽了。但大家毅然朝着目标前进，决定战胜自己。公司综管部方曼经理是名副其实的开路先锋，期间，她不时停下脚步等候落在后面的同事，给他们加油鼓劲。走得最辛苦的是采购部周部长，他脸色苍白，汗流不止，还不时扶着栏杆吐粗气。最后，我们不放弃、不抛弃，奋勇克难，相互扶持走完了全程，体现了德成大家庭的和谐。

经历艰辛之后，终于可以站在第三叠抬头仰望飞瀑，只见一道白练凌空飞下，雷声轰鸣，令人叹为观止。三叠泉，值得一玩！

回到宾馆安顿下来后，我们一个个叫嚷着脚腿发软，但收拾了一番，又相约去庐山上的牯岭镇，趁着夜色，散散步买点山货。



第二天清晨，我们换上印有公司LOGO的T恤衫到集合点拍“全家福”。拍完照片后，所有人都匆匆准备出发。就在这个时候，我无意中看见陈董事长走了回去，将板凳上的垃圾（衣服的包装袋）捡起来，一直拿在手里，直到丢进垃圾桶。这一幕，让我感慨很深。这虽然是一件小事，但从细节中让我领悟到，爱护环境要从小事做起，领导身体力行给我们做出了表率。

通过这次活动，充分体现了公司领导层对企业文化建设的重视，既让员工们感受到了自然风光的魅力，更让大家体会到了每个人在团队中的重要性。几天时光虽然短暂，但是会深深留在每一位同事的脑海中，成为美好的回忆。



遇见最美的三亚

■ 文图/刘敏（集团财务部）

实用攻略：

- 1 必备物品：** 相机、防晒霜、泳衣、墨镜以及一颗说走就走的心；
- 2 购买机票：** 全国大部分市均有直飞的航班，如果有时间，不妨多留意下特价机票；
- 3 公共交通：** 三亚的公共交通并不是十分发达，很多地方可能看不见公交站牌，而且价格偏高，所以建议出行以出租车为主，用打车软件约车也很方便；
- 4 美食住宿：** 如果不具备讨价还价的能力，建议还是在酒店选择自助餐。白天最好能多尝尝当地的水果，比较常见的是青椰，路边一般是卖6-10元一个，金椰贵一些。除了椰子以外还有芒果、菠萝、菠萝蜜、山竹、释迦、杨桃等等。如果住在市区，水果店很多。一般来说，当地酒店价格跟着海滩质量走，海滩质量最差，酒店相对价格便宜，但是设施也老旧一些。亚龙湾的海滩最美，高档酒店较多，质量更有保证，但价格上没有优势，周边也没什么餐饮服务，到市区比较远去机场也很远。比较偏远的海棠湾，沙滩很美，水质不错，但浪很大，周边基本上什么也没有，到市区开车一个多小时，酒店档次较高，价格跟亚龙湾比优势较大。



在希望中前行

■ 文/董丹丹（集团法务风控部）



一叶落而天下知秋，立秋之后，可以明显感觉到昼夜温差逐渐变大。

与生活多年的深圳相比，武汉四季分明，它不仅造就武汉人敢爱敢恨的性格，也带来四季不同的风景。在人生的第三十个年头，我迎来了一场武汉 连绵不绝的秋雨，丹桂飘香，秋雨潇潇，让人心生平添几分“何事秋风化悲凉”的惆怅。因此，在行色匆忙的上班途中，也渐渐地多了一些三十岁的沉思和感慨。

读书的时候，听郑智化的《水手》时，喜欢的是节奏强劲的恣意宣泄。

三十岁以后，再听《水手》则又是另一种感受，它勾起了心底的一些情愫，打破了朝九晚五生活的平静。《水手》歌词很简单却很让人震撼，写出了都市人的共鸣，以及对生命意义的反思。岁月如梭，流年似水，无论我们是否愿意，岁月都在身上刻下一圈圈的年轮。我理想的生活是什么样的，我现实的生活又是什么样的？我对自己的要求都达到了吗？这些一直萦绕于心的问题，此时似乎没有了确切答案。

以前，总是喜欢骄傲地说“做自己”。现在看来似乎是自己逃避现实的理由和借口。因为到目前为止，我的行囊还是空空如也。人在旅途，根本就 没有机会选择行与不行，只能埋头默默前行。我多么希望自己是一个讲故事的高手，煽情处讲得天地动容，可遗憾的是我不是。重听以前的音乐再也找不到从前的感觉，更没有了突发奇想。

现在看来，上有老下有下的生活虽然平淡无奇但却也最有生活气息。感谢德成，能让我能够承欢父母膝前，在子女面前付出爱意。当我挽着父母的手漫步街头，见证孩子日渐成长的变化，当我下厨为爱人做一顿爱心早餐，这就是一种巨大的幸福。

傍晚的时候，盯着车窗外雨后的夕阳，它如此安静、柔和，让人分外平静。清风微拂，撩起了发丝落在脸上，柔柔的、痒痒的。那些忙碌的日夜，那些努力后的收获，那些温暖鼓励的话语也都涌现出来，让自己心中的想法也就更加笃定了。偌大的城市，有自己小小的城，所以，我必须 选择继续努力，做自己应该做和必须做好的事情，工作、生活、学习。

台湾诗席慕容曾说：“所有的磨练都会使当时的我们泪流满面，可再过一段时间来审视却能觉察出一丝的甘甜来”。是啊，人总要学会承受才能够 长大。当时光流逝，我告诉自己要继续努力下去，在忙碌中充实自己，让青春在奋斗中展现美丽。即使前路会有荆棘，我也永远相信越努力越幸运。

冬季泡脚胜过补药

■ 来源：网络

66

南方冬天湿气重、寒湿袭人，泡脚很好的祛湿方法。脚是阴血的大本营，三条阴经都汇集于此：足少阴肾经、足太阴脾经、足厥阴肝经。肾生血，肝藏血、脾统血，所以，冬季养护好您的双脚至关重要。泡脚半个小时，深度以淹没脚踝为佳，同时揉搓脚掌心的涌泉穴和腕背横纹中点处的阳池穴，祛寒湿效果更好。

99

1、花椒泡脚

功效：花椒在中药里归入祛寒类药物，它能，扶助阳气，利气行水。另外，花椒还有杀菌、消毒、止痒、消肿等作用。用花椒煎汤泡脚能起到内病外治的作用。天天坚持下去，可起到去病延年之效果。最明显的是可增强对流感病毒或其他传染病的免疫能力。

做法：用花椒煎汤泡脚。每晚睡前先将双脚洗净，再用此汤浸泡。泡脚的时候，最好是按摩脚部，即使你对穴位不了解，也可以全脚部进行揉搓按摩，可有效刺激脚部穴位，起到很好的保健防病作用。

注意：花椒泡脚不宜长期连续进行，感觉原来的病症消失，就应该停止几天，等出现不足症状时再进行，否则可能出现中医古籍中说的“乏气”和“火自水中生”等现象。

2、艾叶泡脚

功效：艾叶泡脚具有驱寒作用，天天用热水泡脚本来就有促进血液循环赶走体内湿寒的功效，况且艾叶能通十二经络，调理阴阳。经络通畅的人，气血就会跟着畅通，而气血健康的人，体内寒气自然也就无处可待。用艾叶水泡脚能有效地祛虚火、寒火，可以治疗口腔溃疡、咽喉肿痛、牙周炎、牙龈炎、中耳炎等头面部反复发作的这些与虚火、实火有关的疾病。

做法：取艾叶一小把煮水后泡脚或用纯艾叶做成的清艾条取四分之一，撕碎后放入泡脚桶里，用滚开的水冲泡一会儿，等艾叶泡开后再对一些温水泡脚，泡到全身微微出汗。

注意：在用艾叶水泡脚同时，喝上一杯生姜红枣水即去了寒又不泻气。

3、热水泡脚

功效：用热水泡脚，对身体很有好处，特别是在冬天。中医有一个说法，叫作“风寒从脚下生”，冬天天气寒冷，人体更容易出现寒性肌肉酸痛、手脚冰凉以及寒性胃痛等各种不适，坚持用热水泡脚则可以促进气血运行，疏通经络，解表散寒，缓解手脚冰凉，扩张毛细血管，促进脑部供血。

做法：每晚用40℃至50℃的水泡脚15分钟。泡脚时水要没过脚面，水凉了可再加入热水，使人对温度能慢慢适应，不应一次倒入太烫的水，以免造成低温烫伤。

注意：睡前用热水泡脚特别适合寒证，如平素怕冷、手足凉，伴有慢性腹泄、痛经、冠心病、小便困难等病症。



4、醋水泡脚

功效：经常用醋泡脚可调和经络，促进气血运行，有助于平衡阴阳。使用醋泡脚可加速人体的血液循环，改善身体各部分因为长期不动或者是疲劳而导致的缺氧，增强新陈代谢，改善手脚冰凉情况。长期坚持用醋泡脚，不仅可以改善睡眠质量，对于身体的强壮与抵抗能力的增强都有改善作用。

做法：每晚睡前将2500毫升60℃左右的热水倒入盆中，加食醋150毫升浸泡双脚，淹没踝关节。每次浸泡20分钟即可。

注意：需要特别提醒的是，虽然食醋泡脚能够治疗脚气病，但是一定要在脚部没有伤口的时候进行泡脚，避免出现不好的情况哦!

5、生姜泡脚

功效：生姜泡脚也可以起到驱寒的作用，以此来预防感冒。生姜泡脚能够有效地改善血液循环，缓解手脚冰冷的症状。生姜泡脚时加入适量黑醋，能够很好的刺激足底穴位，增强各系统的新陈代谢，从而使人体放松、缓解疲劳，从而改善睡眠质量。生姜泡脚可以促进末梢神经血管循环，散寒止痛，尤其对痛经、关节痛会有一定的改善，此外还可以改善风湿关节疼痛。

做法：用生姜泡脚并不是将生姜放入热水中泡一会儿，而是一般取15—30克的生姜(约为中等大小的姜半块)，将其拍扁，放入锅中加入小半锅水，盖上锅盖用热水煮上10分钟左右。煮好后，将全部姜水倒出，加入适量冷水至40℃左右(一般以不感觉到烫为宜)。泡脚时水要没过踝部，最好边泡边搓双脚。

注意：在风寒感冒初期也可以泡泡脚，出出汗来排毒。但是风热性感冒就不宜。

6、桂皮泡脚

功效：桂皮即桂树的树皮，又称肉桂、官桂或香桂，是最早被人类使用的香料之一，也是一味常用中药材。有温肾阳的作用，用桂皮泡脚对于因肾病引起的浮肿有较好的缓解作用。

做法：如果出现了肾源性水肿，可以用花椒和桂皮各15克煮后泡脚。连续用此法泡脚能够起到一定的消肿作用。

注意：食欲不振，整天感到腹胀口淡，爱打嗝，有时甚至有作呕的感觉的患者都可以使用桂皮泡脚。尤其是在冬季，这样更可以达到明显的效果，所以这点大家应该注意了，平时生活中应该经常使用桂皮泡脚。

泡脚禁忌

- 1、泡脚水的温度以38—40℃为宜，最好不要超过45℃。
- 2、泡脚时间不能过长，以15—30分钟为宜。泡脚时血液会流向下肢，脑部易供血不足。
- 3、泡脚一般泡到身上发热、微微出汗就可以了。有的人上身不出汗就下身出汗，说明是肾寒。可以在泡脚时喝些姜糖水或热开水。还有的人上半身发热，下半身却不出汗，这使气虚的表现。坚持一段时间后，可以有效缓解。
- 4、泡脚最佳时间是晚上5-7点，因为这是肾经的活跃期。饭后1小时内不宜泡脚。吃完饭后，体内大部分血液流向消化道，如果饭后立即用热水泡脚，本该流向消化系统的血液转而流向下肢，日久会影响消化吸收而导致营养缺乏。
- 5、中药泡脚最好用木盆。铜盆等金属盆中的化学成分不稳定，容易与中药中的鞣酸发生反应，生成鞣酸铁等有害物质，使药物的疗效大打折扣。
- 6、女性经期和妊娠期间以及出血病人最好不要泡脚。

骑行+烧烤 这样的团建才最潮

■ 文/陈晓媛（德盈商管行政人事部）

曾经有一种团建，叫做“别人家”的团建。每次学习“别人家”的团建，我除了艳羡别人家充足的预算外，更赞同别人家创意十足的团建方式。这一次，我们部门在吴总监的带领下经过充分筹划，终于定下现在的团建活动内容。

作为商业管理公司，我们的同事都是具有复合知识结构的专业人才，来自营运管理、企划管理、工程管理、人事管理、财务管理、公共关系管理等不同的岗位，大家承担的业务不同，个人分工不同，合作是否顺畅决定了工作是否高效。我们非常希望通过团建活动进一步明确和认同组织目标，增强公司的凝聚力，树立相互配合、互相支持的团队精神。



如何用有限的资金精打细算做好活动，真是一项动脑力的技术活啊！不仅要益于员工身心健康，锻炼大家的身体素质，更要提高团队的凝聚力，进而加深员工对公司的归属感。

我们认为，当空气质量、人类生存环境越来越受到关注时，作为公共生活和消费空间的商业项目也必须关注绿色环保问题。因此这次团建设置的各种游戏，不论是目标市场、巨人的脚步还是双人骑行，都很符合德盈倡导绿色环保生活的理念，并且可以提升大家的默契度。

让我觉得非常开心的是，平时有些拘谨的亲们，通过经过一上午的游戏项目熟练了起来，开始约起烧烤组合。在梁子湖边，大家享受着新鲜的空气，一起说说笑笑，有人负责生火、主厨，有人打下手、递盘子、递佐料……各司其职忙得不亦乐乎，齐心协力为中午的烧烤大会做着准备。看着蓝天和白云，闻着阵阵桂香，很多生活和工作中的烦恼其实付之一笑也没什么大不了。

一切自己动手，风月足食，享受了美味的户外烧烤，德盈人走之前也不忘做好各项卫生和安全工作。“轻轻的我走了，正如我轻轻的来，挥一挥衣袖，不留下一点垃圾”，让大自然保持它美丽的模样！

学会找准自己的位置

■ 文/熊起俊（德盈商管市场部）

10月21日，我们迎来期待已久的团建活动，大家一身运动装来到了龙湾。

首先，第一环节是分队选择队旗，我们是飞翔队，并选择蓝旗为我们队旗。分队后队员们一起想队训、队歌、队歌，这些事在队员们积极参与下很快就完成了，随后我和胡鹏一起分工合作，认真蹲在地上画好了LOGO。

在拓展训练游戏中，让我印象深刻的是“巨人的脚步”。一开始，我们迟迟找不到行走的方法，而对手似乎很快就找到了赢得游戏的诀窍——团结协作。在有节奏的呐喊之下，我们心往一处想，力往一处使，终于取得了不错的效果。

俗话说，众人拾柴火焰高。这个道理人人都懂，可是大家却不能很好的应用，这个游戏注重的是大家的默契配合，个别突出的人应该带领团队走向胜利而不是突出个人主义。因此，它的最高境界是“不抛弃，不放弃”，体验合作的乐趣。

其实在我们的实际工作和学习中也是如此，一个好的团队并不是说每一个人各方面能力都特别棒，而是能够很好地协作分工、坦诚相待，取团队其它成员的长处来补自己的短处，也把自己的长处优点分享给大家，遇到问题及时交流，才能迈着巨人的脚步去迎接新的挑战，让团队的力量发挥得淋漓尽致，共同进步。

此外，明确职责，落实分工极其重要，在做游戏项目时，最初每个人还能听着队长安排，时间稍长，便按耐不住，喜欢即兴发挥自己的想法，一度造成了局面的混乱。团队需要灵魂人物。没有灵魂的团队，就像一盘散沙，不可想象。这些项目如果没有人指挥，没有人付出和奉献，在有限的时间里将如何去完成？工作中又何尝不是如此呢？

因此，在具体工作中，我们要明确分工、落实职责，找准自己的位置。当遇到困难的时候，更要少抱怨，多换位思考，寻找解决这些困难的方法。人们在面对困难的时候，往往最大的障碍物是自己的心魔，克服自己的心魔很关键。



学会多为他人着想

■ 文/童华莺（德勤物业华中企业城金寓服务中心）

最近，德勤物业组织项目一线员工到公司总部参加了礼仪培训。这次培训确实受益非浅，特聘老师不仅传授了职场服务礼仪方面的知识，也让我们懂得礼仪素养对于个人和企业的重要性。

对个人而言，学习礼仪提高职业技能，改善人际关系，是提升竞争力的现实所需，甚至是关乎到职业生涯发展的一部分。而对于企业来说，礼仪是企业形象、文化、员工修养素质的综合体现。

身处职场，我们的一举一动，行为举止都时刻代表着德勤人的形象，所以，不管在任何社交场合下，只要我们做为员工代表着公司，就一定要做到约束自己，尊重他人，树立良好的企业形象。

比如，日常工作中，与业主打交道的时候，我们必须要做到真心实意、全心全意和充满善意，不要吝啬自己的笑容。特别是在与人打交道时要懂得照顾他人的感受，多为他人着想。从安防、保洁到工程抢修，业主的需要就是我们的追求。

古语说“礼多人不怪”，一个人如果懂礼、知礼、行礼，不但不会被别人厌烦，相反还会得到别人的尊重和认可，在无形之中拉近和他人之间的距离。在拨打电话、与业主握手、递送名片的时候，能够发自内心的微笑，保持自己外表的大方整洁，表情与对方互动，更会给我们的生活和工作带来很多的好处。

在这次学习后，我会更加注重自己为人处世的细节：在请求别人帮忙时，用恳请的语气和祈使句往往更有效果；与别人交谈时，不应低着头或者抬着头而是应该目视对方，这既是对自己的肯定和自信，也是尊重别人的标准。

在以后的客服工作中，我也会努力运用所学，从一言一行，从每个微小的细节中做起。如果业主家出了问题，一定要主动积极和业主沟通协调，暂时处理不了的向业主说明原因，对不明白的耐心讲解，无论面对什么难题，都要大方得体的处理妥当，为业主尽心尽力排忧解难，展示服务中心最好的一面。



物业服务礼仪之我见

■ 文/杨雪梅（德勤物业长江国际物业服务中心）

如今，物业管理发展已经要求相当高的水平，我作为一名从业者也强烈感受到物业标准管理水平提高的重要性。在参加了公司组织的礼仪培训后，我深刻认识到：在服务接待过程中，多一点微笑，就多一点自信，多一点美好。

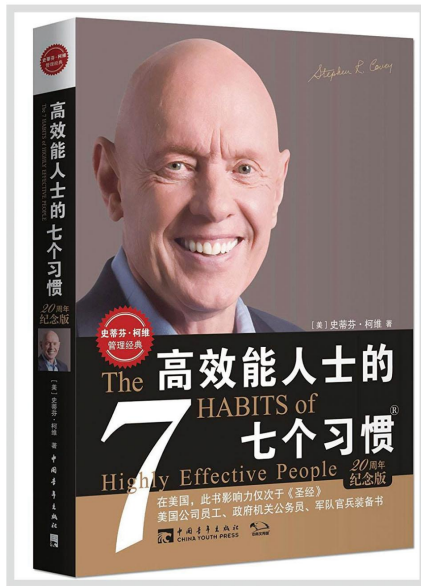
这次培训过程中，培训老师从“仪容仪表”、“行为规范”、“语言规范”等多个方面，详细地讲述了礼仪在职场的重要性，并指导大家进行实操，让来自不同项目的同事彼此熟悉，打破了僵硬的局面，大家的参与使培训气氛迅速升温，场面欢乐又不失严肃。

以前没有参加培训前，我的自我感觉还比较好，面对接受老师的指导后，我对服务礼仪规范有了全新的认识：与别人交谈时，绝对不能摇晃头、脚或腿，眼神也不能游移不定等等。而小小的鞠躬礼就分为：15度鞠躬礼、30度鞠躬礼、90度鞠躬礼。这让我意识到，在平时的工作中我们有很多地方都做得不到位，比如，鞠躬礼不够标准、遇见业主打招呼的声音太小、面部表情生硬等问题我都没有多加注意。以前认为这是很小的事情，没有重视它，经过老师在现场反复纠正，才发现这些细节的重要性。

服务也好，礼仪也罢，都必须回归于实际行动。中国物业行业的从业者经常面对业主的抱怨、指责甚至谩骂，收费难问题更是让人想起来就头疼。然而，面对根深蒂固的种种困局，我们必须以良好的职业道德迎难而上，把握客户需求，提供高效优质的服务。换位思考一下，谁不愿意自己得到别人礼貌的对待和尊重呢？尊重是互相的，只有我们先尊重业主，业主才会尊重我们。

微笑是什么？我经常扪心自问，难道只是职业性的露齿一笑吗？不，它应该是由内而外焕发出来的情绪，传递着亲切、友好、愉悦的信息。

我相信，以心换心的真诚服务，更有利于站在业主的角度考虑问题，理性的帮助对方解决困难，有利于服务工作的顺利进行。同时，也很感谢这次专业的培训，让我和各项目的同事们共聚一堂，一起分享工作之中的经验，也互相学习到了很多，能够取长补短共同进步。



习惯的力量

■ 文/朱腾飞（德成地产工程设计中心）

以前我就听说过《高效能人士的七个习惯》这本书，但没有认真看完，国庆长假期间又看这本书的时候，我有了不一样的感受。史蒂芬·柯维博士在《高效能人士的七个习惯》一书中，强调个人修养的同时，还系统地介绍了为人处世的技巧，堪称经典。他以自己的亲身经历和感受来与读者分享，向人们展示了积极乐观的精神。被高人“点拨”后的我，不仅若有所思，还重新燃起昂扬斗志。

在日常工作中，大家都经常面临要做的事情太多了，但时间总是不够用，更没有心思去考虑什么事情对我们最重要；对工作上的一些问题各执己见，互不相让，导致工作无法开展；想做事情却常常半途而废。但是，要怎样才能改变呢？

人们常说习惯决定性格，性格决定命运，我们要改变自我的命运，首先要改变自我的性格。这句话正确与否，人们都无从考究。可以确定的是，有的时候，人的改变只需要一个变动，就可以实现。该书没太多提及性格，但频繁提到“习惯”二字。

作者认为，习惯是知识，技能和意愿的交汇。如果明白自我要做什么，也清楚应怎样做，更有这个意愿去做，三者的交汇构成个人行事做人的习惯。透过改变个人的习惯，来改变我们看待外界的方式和习惯，从而实现个人性格的改变，最终能够改变自我的命运。

书中七个习惯的简要定义为：习惯一，主动积极；习惯二，以终为始；习惯三，要事第一；习惯四，双赢思维；习惯五，知彼解己；习惯六，统合综效；习惯七，不断更新。

主动积极，是作者提到的七个习惯中的第一个。人们做事情的时候，都免不了会有三种心态。

有人会被动等待事情的发生。有这种思想的人，往往是因循守旧、固步自封、缺少闯劲，因此，难以跟上时代的步伐，往往被时代所淘汰。

有人会观望事情的发生。持这种心态的人，对什么事情都缺少热情。不但自己不干事还讽刺嘲笑和挖苦别人干事。别人成功了，他不服气，会说对方是碰运气；别人失败了，他指责人家瞎逞能，凡事采取观望的态度，是一种缺少责任感的不健康的心态，于人于己都不利。

有人则会主动参与事情的发生。这是一种做事最佳的精神状态。他们勇于实践，身体力行干事，从不找借口或是抱怨，同时，他们的良好心态还会影响和激励别人积极地去干事，达到团队发展，实现梦想。所以，有效能的人会积极主动为自己的行为及一生所做的选择负责。

我非常喜欢作者的一句话：“人生共有三个重要的价值，一是经验价值，来自遭遇；二是创造价值，出自个人独创；三是态度价值，即面临困境，如罹患绝症时的反应；其中境界最高的是态度价值。”

本书还提到了时间管理优先矩阵，它把时间按其紧迫性和重要性分成ABCD四类，形成时间管理的优先矩阵。

在大多数时间里，人们总是深陷眼前“急迫的事情”，忘记或忽视“不急迫的事情”，然而在“不急迫的事情”里同样也有许多重要的事情要做。往往许多成功的人在做好“急迫的事情”的时候，同样能处理好“不急迫的事情”，他们十分重视“不急迫而又重要的事情”甚至超过眼前“急迫的事情”。这些经验告诉我们，做事情不应总是只顾眼前利益，应该把眼光放得更长远些。

有资料介绍，心理学家们认为，人类有95%的行动是在无意识中进行的，而大部分的无意识行动都是通过习惯产生的。所谓习惯就是“不依赖意志和毅力，把自己想要持续的事情，引导到如每天刷牙般轻松的状态”。通过用心培养新的习惯，持续学习不同的行为模式，将其贯彻到实际工作生活中，我们才能循序渐进地获得实质性的变革，成为真正的高效能人士。



DOUBLE MAIN ROAD CORE
THE KING COMES

东湖国贸中心
INTERNATIONAL TRADE CENTER

商务航母 荣耀起航

徐东中北又一极 约1700m²写字楼整层发售中

DOUBLE MAIN ROAD CORE
THE KING COMES
Wuhan Avenue and Zhongbei Road Interchange Business New Pole

A large silhouette of a person wearing a fedora hat, set against a background featuring a stylized globe and a map of Wuhan showing major roads and landmarks.

租售热线 8672 6666
HOTLINE 027

项目地址：武汉市欢乐大道1号（地铁4号线藏龙站D出口） 开发商：武汉市东荣房地产开发有限公司

DOUBLE MAIN ROAD CORE
THE KING COMES