

挪 報

主 办:



挪宝新能源集团
Nobao Renewable Energy
Holdings Limited

2018年6月10日 (第五期)

地址:上海市静安区永和路118弄4号楼

内部刊物

孙国平董事长视察地源热泵供热项目改造工程

5月19日下午18时,挪宝新能源集团孙国平董事长陪同北戴河区委副书记、区长陈秋华,莅临挪宝勘察公司5711地源热泵供热项目改造工程施工现场视察指导工作。



挪宝新能源集团成功举办首届“宝&家”杯羽毛球比赛

初夏五月,挪宝新能源集团首届“宝&家”杯羽毛球比赛成功举办。本届杯赛由集团统一策划,全国各分公司自行组织。

作为挪宝新能源集团“宝&家”系列文化工作的第一场大型活动,本届杯赛得到了集团领导的大力支持,孙国平董事长在百忙之中亲自过问活动的每一个细节,审定比赛方案,提出具体要求。姬国卿副总裁对比赛进行周密筹划,带领工作小组现场指导比赛的组织与实施。

各分公司也对本次杯赛投入了极大的热情,积极参与、认真组织。北京冠航公司领导亲自参与比赛,与大家乐在一起;北戴河挪宝能源公司在奥林匹克大道公园体育场举行了比赛,北戴河分公司常务副总滕



凌江亲自担任此次比赛的裁判长;挪宝天津公司注重在比赛中培养员工的奋斗精神,为在工作中更好地攻坚克难打下坚实的思想基础;挪宝能源技术宁夏公司的比赛引来了当地群众的驻足观看,既营造了内部团结和谐的良好氛围,又展现了挪宝员工积极向上的精神面貌。

本次羽毛球比赛,全体员工都能够踊跃报名、全力参赛,发扬了“有第一就争,见红旗就扛”的进取

精神,体现了挪宝新能源集团精诚团结、斗志昂扬的精神风貌。较好地提升了公司的凝聚力和向心力,丰富了员工的业余生活。下一步,集团还将推出更多健康向上的文体活动,提升企业文化建设水平,打造亮丽企业文化品牌,促进挪宝事业全面发展。

5月8日,石家庄市灵寿县地源热泵考察团一行5人,由县政协主席白东风带队,到秦皇岛市北戴河区实地考察地源热泵集中供热项目。北戴河区政府副区长张敏、挪宝能源(控股)集团副总裁董彩萍陪同考察。

考察团一行先后参观了北戴河区北房、医院和滨海供热站,对机器设备的性能、技术参数以及供热站日常运行、维护、检修等进行了询问了解。随后,考察团一行、北戴河区政府有关领导和挪宝集团有关人员在北戴河区政府会议室召开座谈会。

会上,北戴河区住建局局长黄建勇对北戴河区供暖的基本情况作了说明,对挪宝地源热泵集中供暖项目运行后群众一致好评、环境明显改善、能耗显著减少等方面进行了介绍。北戴河区副区长张敏对挪宝集团过去一年来在当地冬季供暖做的重大贡献给予了高度评价和肯定,并对将来政企之间进一步加强合作提出了希望。

挪宝集团邢广忠顾问从地源热泵的生产、设计、安装、服务一体化,八大专业特点与管理优势,先进的供暖技术和灵活的商业合作模式等方面,对地源热泵集中供热项目进行了详细阐述,对考察团一行的现场提问一一作了解答。座谈会气氛热烈,研讨深入。

会议最后,石家庄市灵寿县政协主席白东风作了讲话,对此次考察感到非常满意,收获很大。对北戴河区利用地源热泵集中供暖的成功经验给予充分肯定。并表示,会后将就有关项目的具体细节问题与各方进行深入交流,期待早日合作成功。



石家庄市灵寿县地源热泵考察团考察北戴河区集中供热项目

椰宝新能源集团“宝&家”杯羽毛球比赛获奖名单

★上海赛区★

女子单打冠军:封 瑾
女子单打亚军:张向红
女子单打季军:孙云兰
男子单打冠军:周志明
男子单打亚军:胡永康
男子单打季军:范键兵
混合双打冠军:封 瑾、周志明

★天津赛区★

女子单打冠军:郭丽莉

女子单打亚军:陈 娟
女子单打季军:梁士金
男子单打冠军:程明利
男子单打亚军:邓 磊
男子单打季军:周 海
混合双打冠军:程明利、郭丽莉

★北戴河赛区★

女子单打冠军:李佳雨
女子单打亚军:苏敏敬
女子单打季军:边一凡

男子单打冠军:范龙东
男子单打亚军:王 亮
男子单打季军:关永召

★宁夏赛区★

男子单打冠军:韩光超

★北京赛区★

女子单打冠军:蒋喜娟
女子单打亚军:边 鑫
女子单打季军:汲利咚

线上商超新秀崛起之——挪丹瑞芬



挪波(上海)电子商务有限公司是挪宝新能源集团旗下从事海外进口贸易、在华渠道分销、跟踪售后的多元化项目服务分支,运用跨境贸易资源,丰富在华市场需求,使消费者享受到国际商品采购的渠道便捷和服务实现。

目前主要经营北欧五国(挪威、丹麦、瑞典、芬兰、冰岛)的各类商品,包括来自挪威的伊丝贝尔千年冰川水;丹麦格陵兰岛的北极甜虾及长脚雪蟹;还有来自北大西洋鲜嫩鳕鱼。作为挪丹瑞芬首批上线商品中的“明星产品”,挪丹瑞芬更是将产品质量放首位,从北欧供应商的选择到产品运输,其过程都秉承着绿色环保、维持生态系统的捕捞原则,落实国家可持续发展生态理念,来制成品卓越的产品,并层层把控确保产品安全,让每个选择挪丹瑞芬的客户吃的安心、喝的放心。

就目前挪丹瑞芬商城上新的几款产品,给大家简单介绍一下:

一、挪威伊丝贝尔千年冰川水——源自于挪威哈当厄尔古兰冰川之下,其不同于普通矿泉水是直接取自天然或人工钻孔而得的地下含水层的水,冰川水则是由冰川融化后渗入地下,经地岩、地磁、地热、高压等作用,渗透、过滤、矿化,并由沿断裂上升渗出而最终形成的高品质冰川矿泉水。没有化学净化、没有人工过滤、与空气没有任何接触,只是单纯运用大自然的力量来提炼最纯净的水源。不仅完全符合人体用水需求及营养,在成分上更是远超过一般饮用水,加上不同水中不同的微量元素,会给予味蕾予不同的软硬、甜苦、滑涩、凉暖之感。而且不用担心任何水质问题,是实实在在健康饮水的首选。

二、皇家格陵兰北极甜虾——源自于格陵兰岛西部的原生态海域,寒冷的环境提供了理想的生长条件,使这种野生虾缓慢生长,充分形成细腻的口感和质感。全年均可捕捞,但会受到冰况的限制,人们只可在海水结冰期间于近海或远洋捕捞这种虾,带壳虾在打捞上来之后,会第一时间在我们现代化的拖网渔船上直接完成加工、包装和冷冻等工序;而北极虾仁的加工则是在陆地工厂完成,煮熟、剥壳然后包装、冷

冻。无论使用哪种工序,皇家格陵兰北极虾始终保持海洋的原汁新鲜,如果你喜欢味道清甜、肉质多汁紧实、富有高蛋白营养的甜虾,皇家格陵兰绝对是你的不二选择。

三、皇家格陵兰长脚雪蟹——雪蟹又名皇后蟹,生长于北大西洋和北太平洋最寒冷的地方,那里的水温常年低于4°C。这种野生雪蟹体型娇小,有着细长的蟹腿和淡橙棕色或红色的壳,约可生长6年,通常生活于泥泞或多沙的近海或峡湾海床。同样打捞上来的雪蟹和甜虾一样,会在第一时间送至加工厂,盐水煮熟并立即冷冻,以保证客户享受到最新鲜原汁的雪蟹。为了贯彻格陵兰对于海洋可持续发展的理念,当捕捞到雌蟹或体型较小的雄蟹时,会被立即放生回海洋,这种行为不仅让雪蟹的捕捞得以持续,让客户能够持续不断地享用这种美味,也确保客户能获得最优品质的长脚雪蟹。

四、北大西洋鲜嫩鳕鱼——常见于北大西洋和巴伦支海,是世界上最出名、最受青睐的鱼种之一。和其它地区的同类相比,北极地区冰冷的海水使得这里的鳕鱼生长缓慢、发育充分,所以其口感紧实、味道鲜美。而捕捞鳕鱼始终以最鲜活的状态送进加工厂,从活鱼



出水到切片进冷库,整个过程最多只花2小时。鱼在僵硬前就被快速放血、切片。和用传统方法加工的鳕鱼相比,更好地保留了鱼肉中的水分,确保了其杰出的食用品质,给客户最高品质的鲜美。

挪丹瑞芬作为线上商超“后起之秀”,始终以“客户至上、品质为先”的经营理念;“尊重产品,维持产品本色、本味”为原则,经口感品鉴、踏遍世界数十个特色产区,精选近百种生鲜及天然水,甄选出最佳批次,生鲜全程冷链运输搭配产品级高档干冰保鲜,保证送达的生鲜安全美味。选择的所有产品都提供都市人群日常健康饮食所需,更以出色品质满足资深老饕的美食诉求,挪丹瑞芬绝对是你值得信赖的线上商超,没有之一。

为打开挪丹瑞芬市场知名度,能更大力度的宣传品牌,目前每周将会以微信推文的形式进行推广,每月也将不定期举行“放价”活动,扫描挪丹瑞芬二维码了解商城第一手资讯!

随
手
影
像



丰富的 多彩的 的椰宝人



久坐不动危害很多,你知道吗?

首先,久坐不动,气血不畅,会使肌肉松弛,弹性降低,出现下肢浮肿,倦怠乏力,重则会引起肌肉僵硬,感到疼痛麻木,引发肌肉萎缩;

其次,久坐不动,血液循环减缓,则会导致大脑供血不足,伤神损脑,产生精神压抑,老年人记忆力下降,注意力不集中;患有动脉硬化的中老年人,久坐血液循环迟缓最容易诱发心肌梗塞和脑血栓的形成。

第三则是久坐会引起胃肠的蠕动减弱,消化液分泌减少,会出现食欲不振、消化不良以及腹部饱胀的症状,

最后,久坐肩背腰部持续保持固定

久坐不动危害多 四个小动作让你对抗久坐危害

姿势,椎间盘和棘间韧带长时间处于一种紧张僵持的状态,就会导致颈肩腰背僵硬酸胀疼痛,或者俯仰转身困难;

推荐4个小动作对抗久坐危害

1、敲敲大腿

一天到晚在办公室久坐,时间一长,肥胖不请自来。不仅如此,还容易引发痛经、内分泌失调、尾骨痛、便秘等疾病。该怎样保健呢?没事多敲大腿两侧是个不错的办法。方法很简单,伸直双腿,用拳头去捶大腿外侧。从大腿外侧根部(站起来屁股有个窝的地方)开始一直敲到膝盖。

2、盘曲双腿

班族久坐电脑桌前,腿部静脉受到压迫,会影响血液流通。要想避免这种情况,除了每隔一段时间起身活动活动之外,不妨练一练盘腿坐。两腿分别弯曲交叉,把左腿踝关节架在右腿膝关节处,上身保持笔直,略微向

前俯身,双手交叉虚放在肚脐处,保持这个姿势,坐20~30分钟即可。

3、贴墙站立

背贴着墙,后脚跟离墙壁一拳远,挺胸,收下巴,肩胛骨往后夹,腹肌用力往墙贴,尽量使腰部与墙壁间没有空隙。此动作一来可伸展躯干,放松紧绷的肩膀,二来可训练核心肌群。如果感觉做起来轻松,还可收缩小腹,弯曲膝盖,屁股往下坐,缓慢沿墙壁上下摩擦,可锻炼股四头肌。

4、坚持抬腿

抬头挺胸坐直,收紧小腹,慢慢抬起一条腿,使之与端坐着的身体尽可能地保持直角,坚持5~10秒后换另一条腿;或者双脚脚跟同时抬起,坚持一会儿再放下。每天坚持做一会儿抬腿动作,可缓解久坐的肌肉松弛和酸软症状,还能促进下肢气血运行,改善血液循环,预防血栓等疾病。



励志故事

未来很美好,值得你全力以赴

有人说,高考很公平,它给了莘莘学子一个公平竞争的机会,不问出身出处,自有成绩说话;有人说,高考很残酷,一次小小的失误,让十余年的努力付诸东流……其实,高考只不过是—次考试,它不能完全概括你之前的努力,也不能决定你的未来。因为,人生的高度,从来都不取决于高考。

余华(著名作家):读卫校做牙医写小说

余华参加了恢复高考制度后的第一次高考,不过他落榜了。

余华在《十九年前的一次高考》一文中写道:“高考那一天,学校的大门口挂上了横幅,上面写着‘一颗红心,两种准备’。教室里的黑板上也写着这八个字,两种准备就是录取和落榜,一颗红心就是说在祖国的任何岗位上都能做出成绩。我们那时候确实都是一颗红心、一种准备,就是被录取,可是后来才发现,我们其实做了后一种准备,我们都落榜了。”

后来,余华在卫生学校读了一年,被分配到小镇上的卫生院,当了一名牙医。空闲的时候,余华呆呆地望着窗外的大街,突然不知前途在何处。就在那一刻,他决定改变自己的命运,于是开始写小说,终于写出了《活着》、《许三观卖血记》以及后来的《兄弟》。

李彦宏(百度公司创始人):从戏曲少年到高考状元

生于山西阳泉的李彦宏并不觉得自己小时候有多么大志向,像所有心都玩野了的孩子一样,每天看上去也都是忙忙碌碌的,但都不过是在“随大流”罢了。

父亲常带李彦宏去看戏曲电影,为此他还一度迷上了戏曲。他的舞台很小,只是家里的那张床。他常常把床单围在腰里做战裙,拿一根棍子当枪耍,一个人不断亮相。山西阳泉晋剧团招收学员时,他去了,剧院老师从一招一式中看到了一种灵气,决定录取他。但李彦宏对戏曲的兴趣很快就淡了。李彦宏的大姐在刚刚恢复高考的那年就考上了大学,引得四邻艳羡。相比于学戏,上学因为正统而更具有吸引力。

19岁的李彦宏考取了山西阳泉市的高考状元。在填报高考志愿时,高中时参加全国青少年程序设计大赛的他,毫无疑问地喜爱计算机,但是第一志愿却不是北大计算机系,而是信息管理系,因为他考



虑到:将来,计算机肯定应用广泛,单纯地学计算机恐怕不如把计算机和某项应用结合起来有前途。

白岩松(著名主持人、记者):从全班倒数第二到高考第八

整个高一高二,白岩松在老师眼中就是个不折不扣的差学生,用他自己的话说,“我最惨的时候,混到全班倒数第二。”直到高三,到了“之前陪你玩的同学都跑去复习”的时候,白岩松才意识到“是该冲刺了”。接着,他用了一年的时间,从倒数的位置追到了全班前10。

白岩松有着独特的学习方式和规划,他把需要复习的书全都钉在一起,然后计算着日子,每天需要看多少页,到高考前,白岩松把复习资料从头到尾看了4遍。后来,他以全班第8名的成绩考上了北京广播学院。

白岩松曾对母校的师弟师妹说:“为了让别人看到你卓越的才能,你必须先拥有优秀的成绩。如果你说,我现在有很多卓越的才能,只有学习成绩不好,那么,在目前这个年龄段,你就拥有了不了让别人接受你的机会。所以,我们要清醒意识到,在我们读初中、高中、大学时,我们的才能要通过我们的学习成绩去展现出来,尤其在高中阶段。”

我们的高考:

高考这个词对我来说已经好似缥缈的晨雾,对于那时的记忆也只是在脑海里朦胧般的闪现,仅剩的印象就是一种多年的苦读有了终点的感觉,可是后来,随着年龄的增长,才发现人生的每一天都是高考,所谓的终点远远没到。

——航顺新能源科技(上海)有限公司田雨曦

高考对我来说真的没什么大不了,别人可以的我也可以,别人都不可以的我也不可以又有何妨?所以,高考对我来说就是一段虽然很累但却无比美好的回忆,他对我意义就是教会我未来

的每一天都要保持这种拼搏和平淡的状态,积极的面对人生的每一个阶段。

——北戴河挪宝能源公司李佳雨

我明白,作为曾经经历过的一个阶段,高考已经离我远去很久了。但是,我觉得,其实人生的每一次重大选择都是一次高考,就看你能不能做对题目,选择正确答案,能否走正确路。所以,我们的高考还没有结束!

——挪信新能源科技(南通)有限公司赵敏好

高考对我来说是一部“惊悚片”,虽然结局还算完美,但片中那些惊悚的桥段恐怕这一生都不会忘记,我直到现在,都还会在梦中看见做高数题的自己。高考改变了我,托高考的福,现在的我,坚强、自信、向上、乐观,因为对我来说再也没有什么是比高考更让我惊恐万分的事情。高考,怕并感谢你。

——挪信能源技术(上海)有限公司孙晓琼

我被问到这个问题的时候,我的孩子正在高考的考场里,场内的他专注勇敢,场外的我胆战心惊。回到家里,还要给他鼓励,给他信心,生怕影响了他的心情。其实对我们来说一切都无所谓了,孩子身心健康就好,至于结果,其实真的没有那么重要,我会告诉他,人生中决定一切的不是高考,而是面对生活的态度。

——挪信能源技术(上海)有限公司谢惠钧

关于高考,我的记忆就像电视回放一样清晰,至今我还保留着那时候的笔记本,翻开第一页就能看到那时我对自己激励的话语:“芒种的初夏时刻,生活里只有书籍和放空恬静;以‘长风破浪会有时,直挂云帆济沧海’鼓舞士气酣畅淋漓地享受一次厚积薄发的高考体验”

——挪波(上海)电子商务有限公司王亚妮

一直很怀念那段时光,寒窗苦读十余载,只为高考梦想成。那年的我们年轻狂傲,那年的理想,那年的努力,那年的懵懂,那年的我们彼此珍重。勿忘初心,为梦前行。

——天津挪宝西岸能源有限公司芮萌萌