



华夏龙人

09 期

2023年 总181期

— Contents 目录

新闻聚焦

荣誉授牌|华夏龙再获全国4A级物流企业和深圳市重点物流企业

市场动态

极兔正式于香港联合交易所主板上市
上海将创建丝路电商合作先行区
天猫、京东双11开售首日战报出炉
抖音电商上线小时达

一线频道

停止内耗 迈向积极人生----- 广州公司-柯美媚
读《书店里的灯火》有感----- 武汉公司-肖丽
歌诗达邮轮之旅----- 中山公司-尹义宸
当你耳边吹过温柔的风----- 深圳公司-欧佩珊
幸福生活靠努力奋斗得来----- 天津公司-霍超

回音壁



荣誉授牌

华夏龙再获全国4A级物流企业和深圳市重点物流企业

在秋天这个收获的季节，华夏龙供应链先后获“国家AAAA级物流企业”和“深圳市重点物流企业”授牌。

接连斩获两个奖项，是业界对华夏龙在物流供应链综合运营服务能力的充分肯定，为华夏龙“专注需求·贴心服务”服务理念再添一笔精彩的注脚。未来，华夏龙将不负“4A级物流企业”与“深圳市重点物流企业”之名，秉持为客户创造价值的理念，为各行业客户提供更优质的全渠道供应链管理服务。



客户
第一

诚实
勤劳

艰苦
奋斗

健康
丰实

让打胜仗的思想成为团队信仰

市场动态

极兔正式于香港联合交易所主板上市

10月27日，全球物流服务运营商极兔速递环球有限公司今日于香港联合交易所主板上市，股份代号为1519.HK，上市公开发售价每股12港元，全球发售募集资金净额35.28亿港元（超额配售权暂未行使），市值超1000亿港元。

随着极兔的上市，如今资本市场已经聚集了顺丰、京东物流、中通、圆通、申通、韵达、德邦等快递企业，菜鸟也已向港交所提交上市申请。



上海将创建丝路电商合作先行区

据中国政府网10月23日消息，国务院发布关于在上海市创建“丝路电商”合作先行区方案的批复，原则同意《关于在上海市创建“丝路电商”合作先行区的方案》。“丝路电商”合作先行区建设要立足新发展阶段，完整、准确、全面贯彻新发展理念，加快构建新发展格局，统筹发展和安全，发挥上海在改革开放中的突破攻坚作用，鼓励先行先试，对接国际高标准经贸规则，探索体制机制创新，扩大电子商务领域对外开放，打造数字经济国际合作新高地，在服务共建“一带一路”高质量发展中发挥重要作用。



天猫、京东双11开售首日战报出炉

10月24日晚8点，天猫双11开启预售。战报显示，1小时内成交额同比增长超200%的品牌达1300多个，成交同比超500%的品牌数近700个。

珀莱雅、欧莱雅、海尔、斐乐、兰蔻、美的、娇兰、耐克等品牌成交额连续破亿，花至、且初等国货新品牌也实现破亿。此外10月24日双11首发4小时，淘宝直播超十家头部直播间破亿。

10月23日晚8点，京东11.11“现货开卖”。公开数据显示，京东开售10分钟下单用户数、成交订单量同比增长均超4倍。今年参加京东11.11的商家数量再破纪录，较去年同期增长超1.5倍。百亿补贴商品数量达到618时的两倍，开售五分钟成交额破亿。

抖音电商上线小时达

10月11日消息，抖音电商旗下的小时达，已于近期获得独立的入口。用户打开抖音，搜索“小时达”即可一键直达，该入口位于首页-商城界面内。值得注意的是，“小时达”业务此前则在抖音超市界面内，用户并不能通过搜索直达。目前，抖音超市界面内没有发现并列的“小时达”入口，意味着该功能已独立出来。

另外包括“小时达”在内的抖音即时零售，被视为抖音电商的核心项目。同时，抖音正在搭建配送产品能力，包含骑手作业平台、商站作业平台、物流基础能力、派单策略等相关模块。完善配送产品能力，也将能够进一步提升抖音电商的物流配送体验，以期能够在当前的配送环节的竞争中，打下基础。

停止内耗 迈向积极人生

广州公司-柯美媚

生活中，我们时常被琐事、压力、焦虑等精神内耗所困扰，这些内耗无形之中消耗了我们的精力和积极性，让我们的生活变得沉重和困难。但是，停止精神内耗并不难，让我们一起探讨如何迈向积极人生的道路。认识内耗，找到解脱之法。

首先，我们需要认识到内耗的存在。内耗常常潜伏在我们的日常生活中，如担忧未来、回忆过去、与他人竞争等这些消极思维会让我们感到焦虑和困惑。因此，要时刻保持警觉，观察自己的思维和情感，认识到内耗的存在。积极心态，迈向光明未来。

其次，我们可以通过积极的心态来化解内耗。积极心态是一种强大的精神武器，可以让我们更好地应对生活中的挑战。当我们遇到问题时，不要被困扰，而是积极地寻找解决办法。要相信自己的能力，相信未来会更好。放松自己，舒缓压力。

另外，放松自己也是消除内耗的有效途径。生活中的紧张和压力常常导致内耗的产生。因此，要学会放松自己，可以通过冥想、运动、阅读等方式来缓解压力，让自己保持平静和冷静。与他人分享，减轻负担。与他人分享也是减轻内耗的方法之一。与亲友交流，倾诉内心的困扰，会让我们感到心情舒畅。他人的关心和支持可以帮助我们更好地应对问题。给自己喘息的时间，重新充电。

最后，要给自己一些喘息的时间。生活中的忙碌和焦虑常常让我们没有时间休息。要学会停下来，给自己一些空间和时间，做一些自己喜欢的事情，重新充电。不再焦虑、不再拖延、不再在意评价、不再反复纠结、不再苛求完美、不再过度自责、不再害怕拒绝、不再压抑情绪、不再自我怀疑这都是停止精神内耗的重要方法，让我们一起将它们融入生活，过上积极、快乐的人生。

读《书店里的灯火》有感

武汉公司-肖丽

这本书通过简述淑英子辍学辗转成为地下工作者通过书店，参加读书会结识了一群有志青年，得到思想和精神上的洗礼至此加入中国共产党，并参加抗美援朝的经历。在条件艰苦、读书难的大环境下，她没有磨灭意志，仍旧渴望学习，才能遇到人生的转折点。在过去那些暗无天日的岁月里，书店就是希望所在，就是理想所在，就是生命的活力所在。直到现在，与书为伴成为她一生的习惯。

读书不仅帮助我们开阔眼界，提升思考能力，还能给予我们新的人生价值观。出了学校步入社会，我早已丢失阅读的习惯，现代社会，我们逐渐沉迷电子产品给大家的新鲜感和五花八门的娱乐方式。我都不记得最后一次去书店是什么时候，只有小时候休息日，邀上三两伙伴，去书店里面挑上自己喜欢的书，一坐就是一下午。那时候家里父母不让看电视，去书店看书可以一待就是一下午，觉得看书也挺有意思，特别喜欢看童话故事书，里面讲述的又新奇又励志，路上还与小伙伴分享今天看了什么内容，大家叽叽喳喳，好不快乐。

现在将这一习惯重新拾起来，闲暇之余去去书店，翻一翻书籍，空气中带有一丝墨香，闻着让人心情轻松！





歌诗达邮轮之旅

中山公司-尹义宸

世界这么大，我想要去看看。体验过自驾游、飞行跨国游、踩单车游、徒步游、骑马游、骑摩托车游、坐火车游等等，也坐过一些30人左右小型游艇，但却没有过跟2600多人一起乘船出行，它就是歌诗达邮轮“大西洋号”深圳+冲绳+宫古岛海上之旅。满载：2680人，客房：1107间，总共12层，4个自助餐厅，12个酒吧，3个游泳池，2个健身房，1个球场等等，仿佛把一个社区搬到船上了。

6月27号中午从深圳蛇口港登船，交完护照办理入住手续，我被安排到最顶层房间，下方正好就是船头船长位置，独特C位。这里是看日出的最佳视野，于是准备在阳台架设相机。突然被敲门声“你好”打断，一看是一位外籍服务生，于是我用英文打招呼，谁知她用流利中文回复：先生您好，我是本层楼住宿服务生，有什么需求请拨打客房电话通知我们。这条游轮上服务员400多人，他们来自韩国、越南、泰国、菲律宾、新加坡、日本、柬埔寨、意大利、法国、中国等等，突然感觉我们祖国强大起来了，现在很多外国人学中文了。

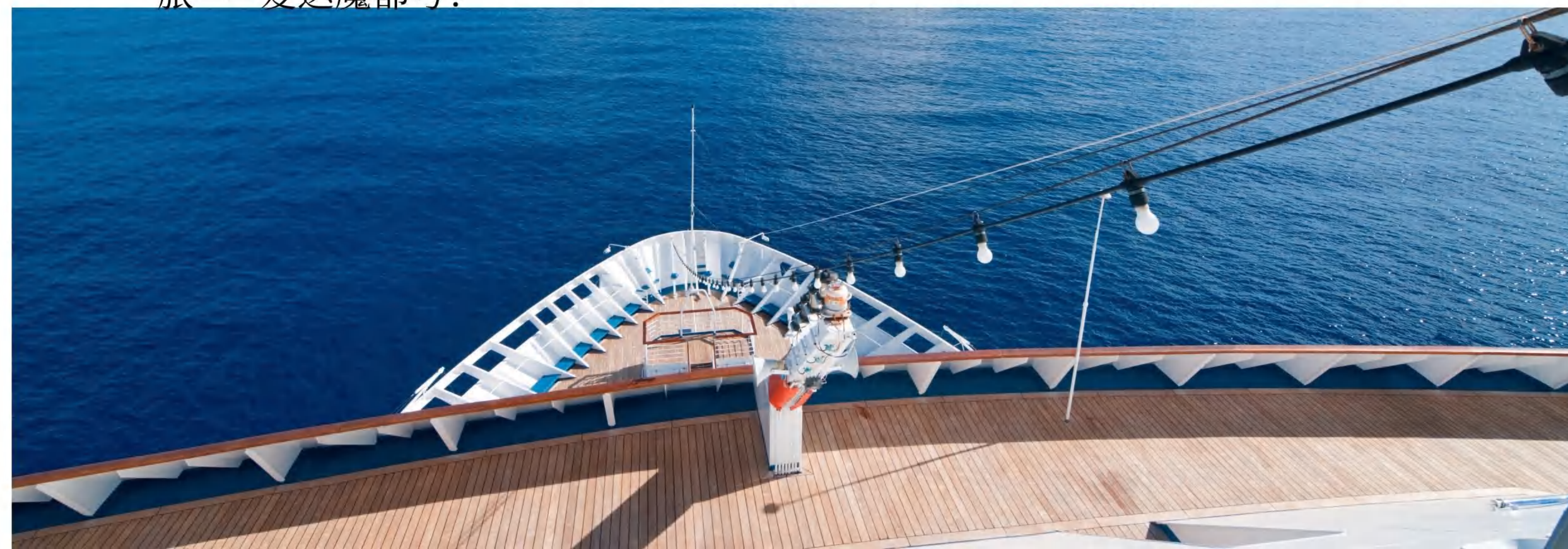
乘坐电梯下到第一层：丹特 Disco舞池秀，音响超级好，跟着节拍走可以放松心情。第二层：甜蜜生活酒吧、幸运酒吧、蝴蝶夫人酒吧，可以点一些红酒品尝。一路沿着走廊前行有威内托休闲中心、卡鲁索大剧院酒吧、幸运俱乐部、棋牌室、卡鲁索大剧院，品酒同时看看意大利歌剧表演等等。再往上的楼层有免税店，有商场可以SHOPPING，吃穿日用品等都可以按免税价购买。接着到第九层：波提切利自助餐厅、那不勒斯披萨屋、奥罗拉酒吧、舞国酒吧、奥罗拉游泳池、舞国游泳池、维纳斯美容中心Spa、奥林匹亚健身中心。

最让记忆深刻是去奥罗拉酒吧，当天14点钟有一场船长参与的面具酒会，每个人都带了不同面具，船长是意大利人，他说用他20年航行经验安全地带大家完成这次完美之旅：Cheers！另外奥罗拉游泳池也是非常不错，躺着水里泡温泉、也有儿童滑梯池，孩子们最爱。来到第十层是日光酒吧（露天），可以边听现场唱歌，歌手还大部分都唱着经典国语歌，再看看星星夜空，在一望无际大海中自由前行。接着旁边还有奥林匹亚健身中心，看着玻璃外的茫茫大海在晃动，在这种情况下健身运动也是一种新体验，这个可以考验你体能。第十一层是慢跑道和网球场，早上和晚上吸引很多人过来，早上看海面初升朝阳，跑跑步也是一种乐趣。晚上落日余晖映照在大海之上，游客都成了摄影者。

经过3天航行到达冲绳，参观首里城——琉球国王的原居住地，持续了近500年的王国的中心，从十五世纪起跨越19代国王直到明治维新（1868）。它已被联合国教科文组织列为世界遗产，有些古建筑还保留很多中文字迹。接着到宫古岛，其绵延约七公里的辽阔海滩以白色细砂质地堪称，海滩与来间岛隔海相望，另外，它还因为是铁人三项比赛的游泳赛区而名扬海外。这里海水碧海蓝天之中之外，还有滑水等其他各式水上活动。

7月2号返航回到深圳，船上娱乐悠闲非常充实，整个一周下来发现上面很多地方都没完全走到。原来想着一周待一条船上肯定无趣，但邮轮生活是永不停歇，就像我们工作一样要不断向前。沿途有移动的美丽风景，船会靠岸，供你上岸尽情玩乐一番，领略不同风土人情。

众所周知，当今造船工业皇冠上的三颗明珠：航空母舰、液化天然气船、豪华邮轮。今年我国自主制造“爱达魔都号”超级邮轮已经完工，客房有2125间，能容纳5200多人，会比意大利歌诗达规模还大，号称5G邮轮，设施更加齐全，至此实现国产大型邮轮零的突破，为伟大祖国点赞。下一次期待的邮轮之旅——爱达魔都号！



▶ 当你耳边吹过温柔的风

深圳公司-欧佩珊

你发现了吗？雨后抬头看看晴朗的天空，格外的美。

貌似大家每天都很忙。忙着工作、忙着生活、忙着各种琐事，但是渐渐地，很多人心生了许多埋怨，这个人不配合，那个人在刁难我，所有事情都是不顺心的……

于是，埋怨、不公、心里憋了满满一肚子的气，总觉得全世界都亏欠了。

生活真的糟糕透了吗？工作真的就是让你觉得那么痛苦吗？对于公司，您真的非常大意见了吗？前几天，我听过一堂课，老师讲了一个小故事：

一个很有名的教授去演讲，那天早上他发现，底下坐着的高管全部都闷闷不乐垂头丧气的，他说：“我怎么发现你们上课都有点不高兴啊？”那些人：“废话，当然不高兴啦，今天周末，周末我们应该休息，公司总是喜欢在周末的时候逼着我们来上课。”面对大家对课程有着如此反弹的情绪，他没有生气，反而反问了学员：“你们觉得你们是自己能够选择今天来不来这上课吗？”底下人说：“当然不能，公司规定的。”“很好，你们已经做出选择了。”然后底下的人不明白说：“做出什么选择？”“你们已经选择了接受公司的安排，现在你们可以选择用什么样的心情度过这一天，你们可以继续不高兴，然后不听课，在这坐一天，也可以尝试听一些内容，看看能不能找到一些乐趣，然后快乐地度过这一天，这完全是你们自己的选择。”

我们经常面临着很多“不得不”的选择，实际上，我们面临着丰富的选择。一念入魔，一念成佛。要想得到一些东西，前提是不是反思一下自己，我们应该朝着什么方向去努力，得到我们自己想要的？

暴风雨的阴晴固然让人讨厌，但是风雨过后也有彩虹、凉爽的清风，还有被洗刷干净的大地。

多用心去发现美，多点给别人吹吹温柔的风，你会发现，你的耳边，也总会吹出温柔的风。

▶ 幸福生活靠努力奋斗得来

天津公司-霍超

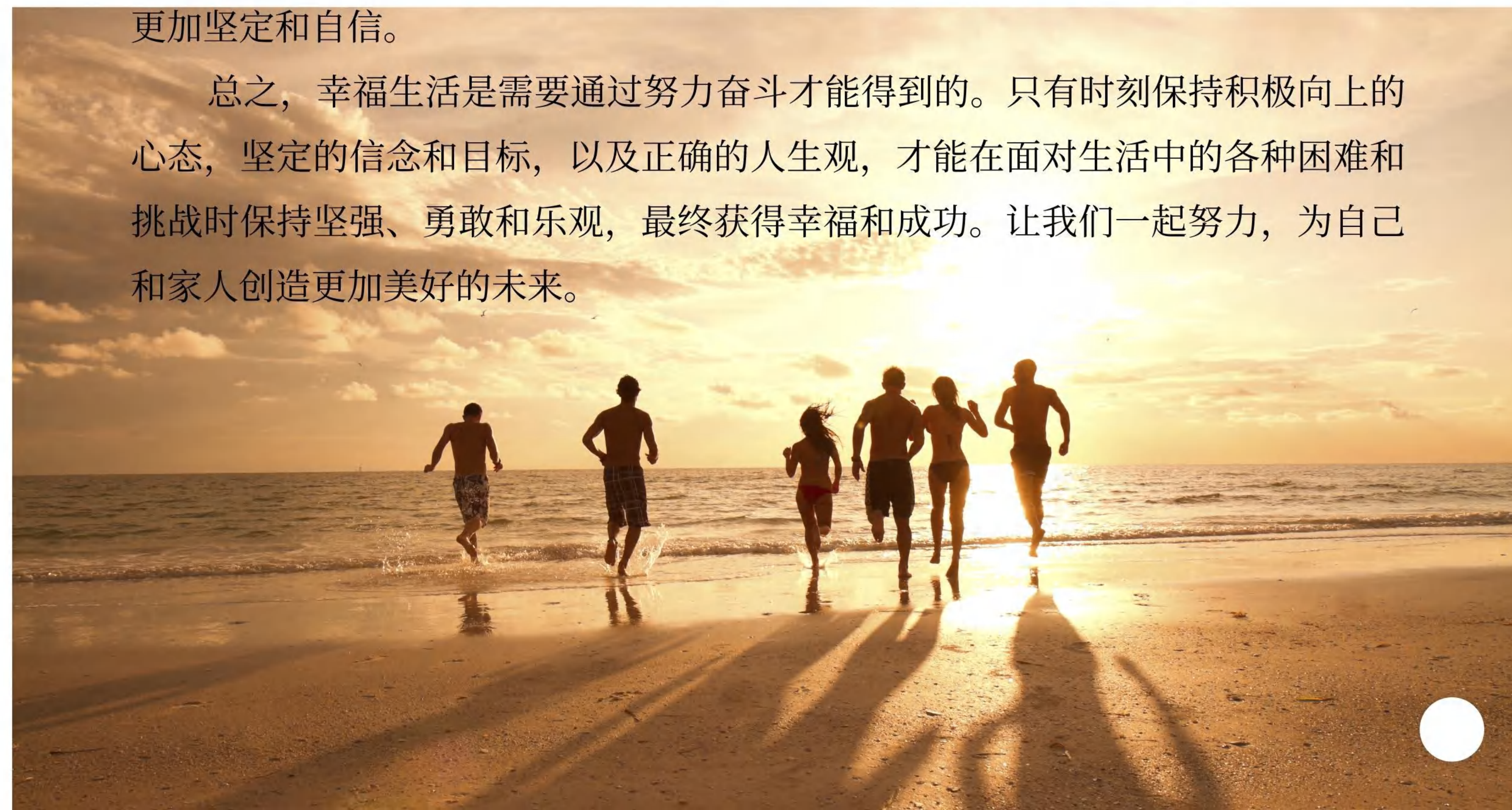
幸福生活是每个人都向往的。然而，幸福的定义因人而异，有些人觉得幸福生活是拥有财富与荣誉，有些人认为幸福生活是健康与快乐。无论如何，幸福生活都是需要通过努力奋斗才能得到的。

要想获得幸福生活，就必须付出努力。只有通过不断的努力，才能让自己获得更多的成就感和自信心。在学习上，只有不断地学习、钻研，才能获得更多的知识和技能；在工作上，只有通过不断的努力和创新，才能获得更好的职业机会和发展空间。

必须拥有正确的人生观。人生观是人们对于生命、价值、意义等问题的看法和态度。拥有正确的人生观，能够让人更加积极向上地去面对生活中的各种挑战和困难，从而更好地实现自己的人生价值和目标。在生活中，我们应该从积极的角度去看待问题，抱着乐观的心态去面对未来，这样才能拥有更加美好的人生。

必须拥有坚定的信念和目标。只有通过坚定的信念和目标，才能让自己在面对挫折和困难时保持坚强和勇气。在追求幸福生活的过程中，我们应该明确自己的目标 and 方向，寻找自己的梦想，并且不断地为梦想奋斗，这样才能让自己走得更加坚定和自信。

总之，幸福生活是需要通过努力奋斗才能得到的。只有时刻保持积极向上的心态，坚定的信念和目标，以及正确的人生观，才能在面对生活中的各种困难和挑战时保持坚强、勇敢和乐观，最终获得幸福和成功。让我们一起努力，为自己和家人创造更加美好的未来。



一 回音壁



《读工作小记》有感：

作者提到一句话特有感触，“困难像弹簧，你弱它就强，你强它就弱”，工作中我们都会遇到各种困难，而面对困难时考验的就是一种处事的态度，有的人选择克服，有的人选择退缩，因此有了两种不同的结果，困难其实不可怕积极面对，会发现原来我们比自己想象的要强大得多。

运作管理部-陈敏



读《西安行》有感：

读了张群芳的西安行，跟随着她的视角，仿佛有浓厚的历史感扑面而来，西安作为十三朝的古都，承载了太多中华文化的精髓，见证了中华民族大无畏精神，下次有时间也想去西安看看，感受下西安人民的热情。

机场营业部-苏辉平



读《我的一个新起点》有感：

新起点 新征程，不负光阴就是最好的努力，而努力就是最好的自己，生活是一只看不见的储蓄罐，你投入的每一份努力都不会白费。

广州公司-柯美媚

● 读《华夏龙顺利通过三大管理体系认证》有感：多年前在工厂做质量管理时候，当时我们还是执行ISO9000：2000、OHSAS18001、SA8000等等体系，产品需要从设计、采购供应链、试产&量产制造、检验和试验、仓储、运输环境、交付体验（回访）满意度等不同角度去保障产品按质按量交货。体系也是与时俱进，比如ISO9000今天升级到ISO9001，OHSAS18001已经升级为ISO45001等等，同样说明我们公司也是与时俱进发展，企业向着更加规范高标准发展，同时承担更多社会责任，不断提升仓储和运输质量管理水平，满足客户不断增长的要求！



中山公司-尹义宸

《丰收的秋天》读后感

秋天是一个收获的季节是一个富饶的季节，它会给我们带来丰收的喜悦和成就感，还会收获了许多宝贵的经验和成长，一份辛苦一份收获。

天津公司-刘红娟

读《工作小纪》有感

从毕业到进入职场，工作占据了我们人生的大部分时间，所以工作的意义和生活的意义是一致的。你从工作中获取报酬，“才能有世界那么大，我想去看看”。

上海公司-操吕娇

读《我的一天》有感

“我的”一天就像大多数有学生的普通家庭的一天，早晚忙着弄娃，白天忙着工作，每天很忙碌也很充实，虽然有时候觉得自己忙得像个陀螺，却也有被需要的满足感。

武汉公司-刘小欢

喜报

· 热烈庆祝 ·

华夏龙再次荣获

深圳市重点物流企业
国家AAAA级物流企业



电话：4007 166 133

网站：www.china-loong.cn

地址：深圳市福田区理想时代大厦9楼A