

# 360 史偉莎

issue

17

05.2024

## 用心換開心

page 06-07



## 目錄

01	主席的話	
04	封面故事	
08	穿梭各地	
14	焦點透視	
16	史偉莎	
18	生機源	
19	蟲蟲特攻	
20	史偉莎人專欄	
22	人材專訪	
26	創善的循環	
27	圓桌會通訊	
28	由心出發	
29	生活閒談	
30	史偉莎人有話兒	
37	身心成長	
38	管理心法	
39	治療自療	
40	心中有富	
41	滴水感悟	

**360** 史偉莎

issue  
**17**  
05.2024

### 編輯

香港市場部助理經理  
**何廣聰 Kenny**

香港市場部市場拓展助理  
**陳樂兒 Sandy**

### 美術

**THEDO**

發行量 **5,100本**

繁體 香港印刷 **1,200本**

簡體 香港印刷 **3,900本**

追求卓越，成就自來

Chase excellence,

success will follow



Notes

# 主席的話

隨着疫情陰霾的結束，中港兩地的生活和商務逐步復常，世界經貿往來也日益頻繁，人們對心中企盼已久的「春天」充滿著無限的憧憬。……奈何，疫情後的經濟創傷，中東戰爭引致經濟衝擊，外部環境帶來的阻力影響著全球經濟，作為世界金融中心的香港也籠罩在二十多年來經濟低迷當中。

如今香港市道非常蕭條，旺鋪招租、商店倒閉的現象隨處可見；商場內人流不絕、餐廳酒樓門庭若市的景象也只是偶然假日才可以見到……的確，經濟低迷對飲食業衝擊尤大，導致各商家經營困難。而史偉莎的大部份客戶都是來自餐飲行業，我們也首當其衝地受到連累。同事們每天都會接到客戶停業倒閉、暫停服務、省減開支、要求減價等等的通知。

在這個後疫情困境下，令人欣喜鼓舞的是史偉莎銷售部的營業員們沒有望天打卦、自怨自艾，反而比以前更加積極奮發地去外訪客戶，努力爭取為公司為大家贏得生意。這過程的艱辛相信大家都能感受到，一定比以往更艱難，所以每一位客戶都得來不易。因此，我們後勤的同事更加要全力以赴地去配合。作為一家優質的服務性行業公司，必須要以客戶為主導，及時有效地回應客戶合理的要求，妥善圓滿地為客戶解決問題，這就是客戶在芸芸市場內選擇我們的信心！作為主管，要主動聆聽客戶的褒貶之聲、要貼近市場脈搏、亦盡可能優化流程、減少內耗，這就是我們在競爭力強大的市場內佔有領先地位的關鍵。

在兩個星期前，公司內部的下情上達會上，參與的同事都是在前線崗位從事了一至兩年的技術員。席間大家都圍繞着怎樣可以做到真愛待客、急客所急、減少投訴率、減少客戶流失率這幾個話題作為討論重點。儘管這幾位技術員非常年青，在以往的工作裡，亦曾經歷了疫情的挑戰，有著比較深刻的體會，所以這幾位同事的表達亦令我感覺到他們誠懇的工作態度及成熟的工作能力。他們的態度是決定全程投入工作並解決客人問題的根源，他們坦誠的表達和建議，再次提醒我們服務團隊應具備同理心、換位思考，與客戶共達雙贏！

我相信目前的狀況是市場競爭中汰弱留強的階段，亦是公司和同事成長的進步階段，更是將危機化為轉機的必經階段。讓我們所有史偉莎人一起滿懷希望地迎接和接受各種挑戰和磨練，讓史偉莎成為「亞洲第一衛生及蟲控公司」的願景早日實現！

史偉莎集團副主席

林卓儀 Dorothy



隨着全球各國政府減少碳排放和環保目標及政策、技術的進步、性價比元素等，燃油汽車轉變成為電動車已是汽車行業的一大趨勢，而電動車品牌特斯拉（Tesla）一向是電動車的全球的先驅和領導者。

在2024年1月2日卻有一個消息：比亞迪在2023年全年電動車的累計銷售量達致302.4萬輛，超越了特斯拉的180萬輛，鎖定了全球銷量冠軍的位置。

這個消息對我來說是非常鼓舞，作為中國人，中國品牌能夠在一個巨大的新興行業佔領領導地位，實在令人驕傲及興奮。

當然比亞迪的成功，除了因為技術上的不斷突破和出色的經營水平外，扎根於中國、成功佔領中國市場也是最大原因：中國市場是全球最大的電動車市場，在2023年在全球的市佔率是58%。

企業發展三大元素：行業是否朝陽？市場是否增長及規模？企業自身的經營及管理水平，三個元素缺一不可。

史偉莎身處衛生及蟲控行業，人們生活水平不斷提升，衛生要求自然提升，肯定是朝陽行業。雖然行業在中國/亞洲市場相對於歐美成熟市場，規模仍有較大距離，但卻每年以15%至20%快速增長，我們在這個行業發展前期階段已經扎根中國/亞洲，使我們奠定了一個堅實的發展基礎，史偉莎的未來是充滿機遇和前途。

我們行業的參與者非常分散和數量眾多，但現在行業領頭羊仍然是進入市場較早的外國品牌。史偉莎在2023年定立了一個非常重要的願景：成為衛生及蟲控行業亞洲第一，我們立志將會好像比亞迪一樣，在我們中國人的領土，由一個中國品牌：史偉莎，成為中國第一、亞洲第一，讓每一位史偉莎人、甚至中國人感到自豪和驕傲。

我們很幸運可以在一個朝陽行業、全球增長最快市場發展和奮鬥。史偉莎創業已經25周年，卻因為我們的激情和目標，使我們保持年青和活力。這25年來我們建立了的企業文化、人才、價值觀、品牌、基礎，使我們可以在經營及管理水平上不斷進步和提升，讓我們企業發展三大元素都能完全具備，讓我們可以有條件達致亞洲第一的目標，而這個目標背後具備了重大意義：「企業強員工富、善循環」。

來吧，各位史偉莎人，我們一起去經歷這件有意義的事，建立一個令中國人自豪的品牌！

史偉莎集團主席

林浩宏 Franco

我們已設立主席信箱，歡迎各史偉莎人透過電郵 (chairman@lbsgroup.com.hk) 或微信直接反映情況，表達意見、提出建議，讓我們一起建造一個更好的史偉莎。



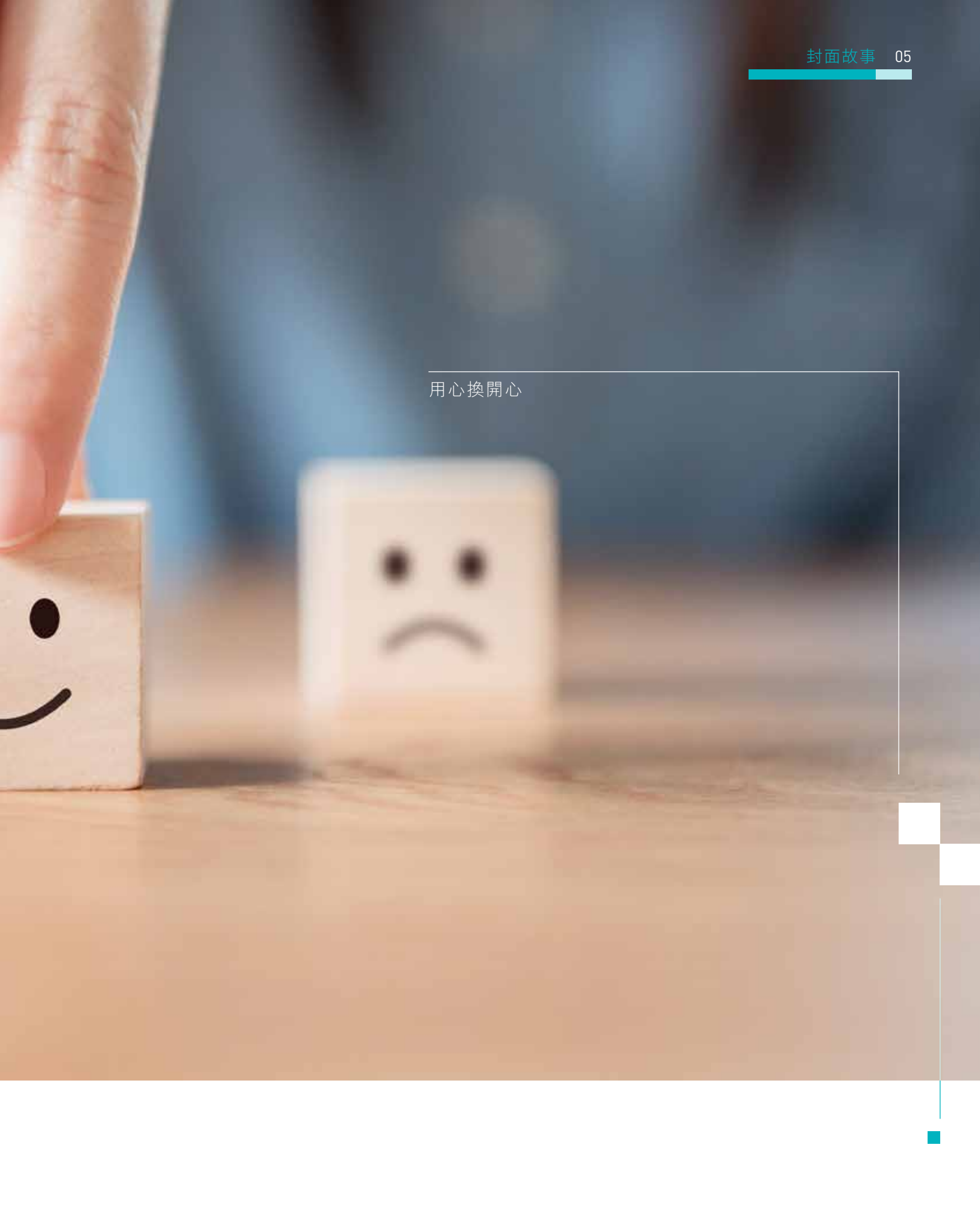
封面  
——  
故事

Cover

Story



用心換開心





# 用心換開心 十八22 — 番禺大眾喝茶 吃飯的街坊飯堂

十八22年輕態餐飲集團創立於2017年1月9日，是集粵式早茶、午晚餐市、大型宴席一體化的年輕態餐廳，一直以來憑藉優質的服務與匠心出品，力求滿足不同消費群體的需求，樹立了良好的口碑和品牌形象，並得到了廣大顧客的一致認可。不論年紀大小來到十八22用餐都能感受到童心未泯，年年月月歲歲十八22的年輕心態為經營理念朗朗上口的店名早已家喻戶曉，成為番禺大眾喝茶吃飯的街坊飯堂。



目前，十八22年輕態餐飲集團共設有8間門市，西麗總店、羅家店、大石店、龍美信業店、橋南店、河村旗艦店及十八22機物農家菜主題餐廳、十八22機物食雞專賣店等直營店。十八22年輕態餐飲集團憑藉著獨特的經營理念，把「用心換開心」作為自己的企業文化，迅速躋身為番禺餐飲界龍頭企業，未來，十八22年輕態餐飲集團將繼續著力打造以年輕態餐飲文化為宗旨，不斷開啟發展新程，務求引領番禺飲食新風尚。

史偉莎與十八22的一間合作的便是十八22（市橋店），由2017年5月開始合作洗手間衛生管理服務，到現時一共八間分店都交由史偉莎做清潔服務的。



注：暨南大學管理學院梁新弘老師為十八22餐飲集團創始人許業林先生授予MBA教學實踐基地牌匾

十八22集團作為一個全天經營茶市飯市，一直是客流量比較大的餐廳，許業林老闆和各個分店的經理都認同跟史偉莎合作後，其洗手間的潔淨問題和氣味問題都得到了很大程度上的改善，為其顧客打造了一個優質舒適的用餐環境！

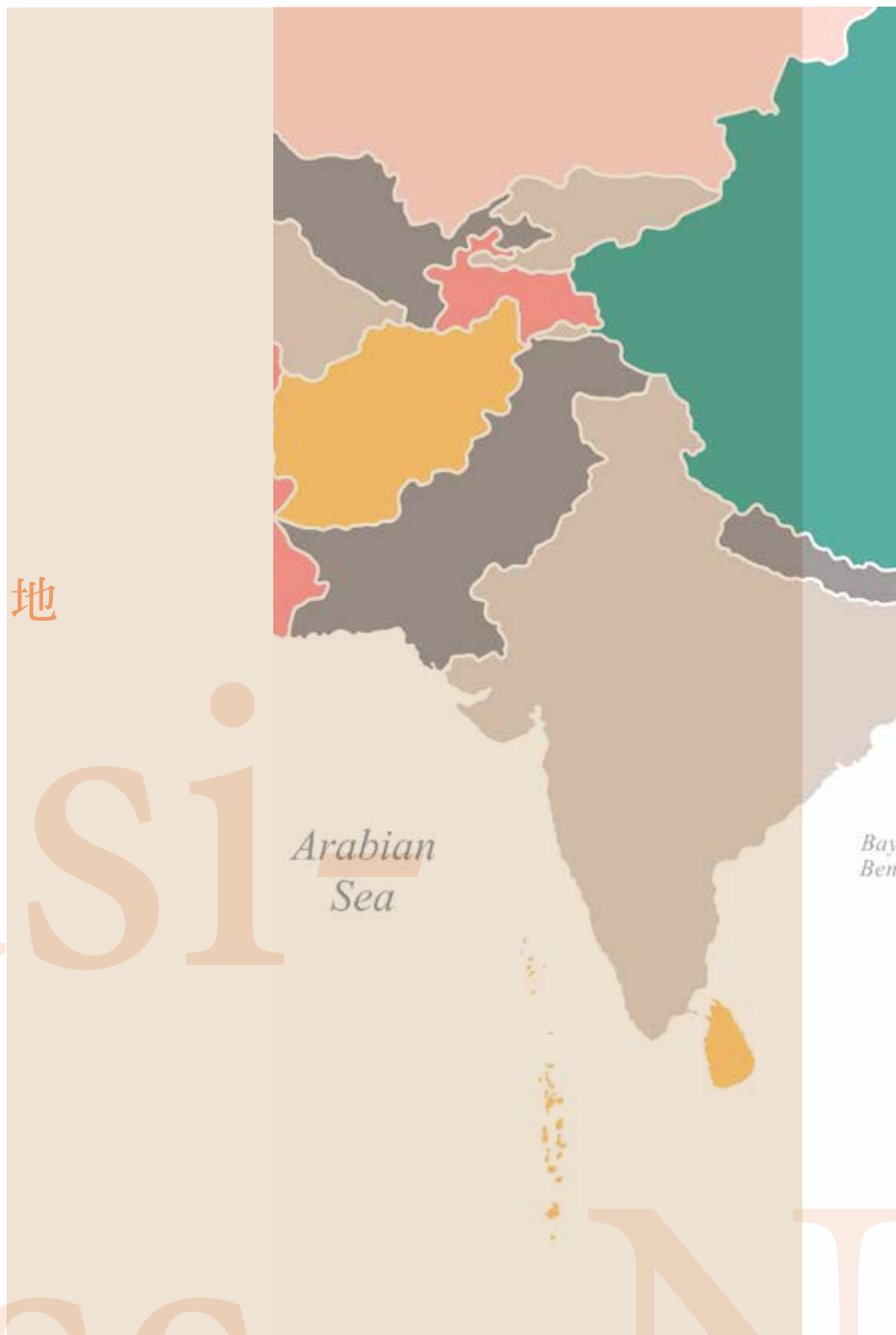
史偉莎不管在餐飲、商場、學校等有隨處可見，給客人最好的服務體驗，時刻保障洗手間的乾淨與清香。十八22集團從17年開設第一家門市，便第一時間想起史偉莎的服務及必要性，與史偉莎合作成為戰略性合作夥伴，自此，8家門市皆一開業都會毫不猶豫與史偉莎合作洗手間深層清潔服務。通過定期每週一次的深層清潔，配備全套洗手間設備，提升客戶體驗感，保障食客健康。



注：由左至右起是廣州地區總經理May Li，十八22運營副總經理許建新先生，十八22老闆許業林先生，華南區副總監馬貴琴小姐，廣州銷售經理Ricky Wong

感謝十八22老闆許業林先生及許建新副總經理接受360°史偉莎訪問

穿梭  
|  
各地



Buusi

ness

N



北京  
天津

西安

CHINA

南京

武漢

無錫

上海

成都

重慶

長沙

福州

East  
China  
Sea

南寧

佛山

東莞

廈門

桃園

台北

中山及肇慶

江門

深圳

台南

台中

珠海

澳門

香港

高雄

海南

Philippine  
Sea

吉隆坡

新加坡

South  
China  
Sea

etwork

## 史偉莎衛生及滅蟲方案新趨勢簡介會

撰稿 | 香港市場部拓展助理 陳樂兒 Sandy

近年來，社會對健康與衛生的重視持續提升，加上如今科技發展日新月異，衛生服務行業一直在不斷發展及創新科技，以提供更安全及健康的環境。

史偉莎在2023年12月的時候在香港尖東的酒店舉辦了「史偉莎衛生及滅蟲方案新趨勢簡介會」，向各行各業的來賓介紹並深入探討一系列配合智能科技 IoT 的衛生與滅蟲方案。

### 智能滅鼠科技

老鼠是一種十分聰明的生物，牠們善於發現捷徑及漏洞，所以要消滅牠們的存在，除了基本的滅鼠方法外，亦需要加入智能科技配合，用更科學化的方法去杜絕。史偉莎IoT技術監控鼠患，紀錄老鼠行動習性，以數據找出鼠患根源以及一些肉眼看不到或非常隱蔽的結構漏洞，制定合適的滅鼠方案，這樣使施放藥餌、老鼠板更準確，封密店內結構漏洞阻擋老鼠入侵更有成效。

### 洗手間摔倒感應器

不時都會有新聞講述有人在洗手間暈倒失救的報導，為了減少同類事故發生，史偉莎的洗手間摔倒感應器能夠實時檢測洗手間用家的姿勢和動作。一旦感應器檢測到有人倒地或失去平衡或在一定時間內完全沒有移動，即時觸發警報系統，通知該處的工作人員迅速前往營救，拯救生命。

### 空氣質素及水質監測服務

室內空氣質素管理也是史偉莎關注的重點領域，因為直接關係到人們的健康和舒適度，史偉莎的智能監測系統，能監測空氣中的污染物，如懸浮微粒、硫化氫、氨氣，以及揮發性有機化合物等有害氣體，確防止有害氣體積聚到威脅健康的水平。另外，史偉莎的全天候水質監測系統可找出漏水位置，避免嚴重漏水造成場地破壞以及環境衛生，系統亦可偵測水溫、pH值、氯氣及病菌情況。

史偉莎將繼續致力於不斷創新和改進，以滿足客戶對衛生和滅蟲的新需求，提高效率、安全性和可持續性，推動行業的發展和進步。讓我們期待這些新技術和服務的應用，為社區和環境帶來更美好的未來。



# 史偉莎收購馬氏兄弟科技(北京)股份有限公司

撰稿 | 香港市場部拓展助理 陳樂兒 Sandy

史偉莎集團於2024年2月27日正式完成對馬氏兄弟科技(北京)股份有限公司的收購。這次收購是購標誌著史偉莎在不斷追求卓越、拓展業務領域的道路上邁出了堅實的一步。

## 關於馬氏

馬氏兄弟科技成立於2006年，是中國內地第五大滅蟲公司，國家級高新技術企業，專注於城市有害生物防治服務領域(PCO)。具備《全國有害



生物防治服務機構A級資質》及《北京市有害生物防治服務機構A級資質》、上海、廣州、重慶等多個地方性有害生物防治企業資質；並通過了「ISO9001質量管理體系」、「ISO14001環境管理體系」以及「OHSAS18001職業健康安全管理体系」認證。

服務覆蓋中國內地20多個省60多個城市北京、上海、天津、西安、沈陽、青島、河北、福州、呼和浩特、成都、廣州。馬氏兄弟科技於2008年北京奧運、2010年廣州亞運及2017年「一帶一路」會議成為指定蟲害防治服務供應商。

## 協同效應

史偉莎集團主席林浩宏先生表示：「馬氏因其卓越的技術實力和優質的服務而在業界獲得了極高的評價。他們的技術能力和客戶群與史偉莎高度互補，這次收購將帶來明顯的業務協同效應，讓史偉莎集團能夠提供更優質和全面的服務，並為兩個品牌帶來新的活力和成長機會。」

馬氏兄弟創辦人馬軍強調：「這次收購將進一步增強我們的技術實力和服務覆蓋能力，發揮各自特長，並提升集團的競爭力」

史偉莎和馬氏兄弟的戰略合作將推動蟲控行業的新發展，共同建立以創新、協同和共贏為核心的生態體系。通過聯合創新和合作共贏，實現高質量發展，共同開創蟲控行業的新篇章！



## 參觀東莞博物館

撰稿 | 東莞銷售部銷售 鄭華平

本次東莞精英會活動為參觀東莞博物館，此次活動讓同事們瞭解到東莞城市發展的整個歷程，瞭解東莞科技，文化，歷史，經濟，城市建設等的發展過程。過程中大家一起討論這個城市的過去，現在及未來的發展，也從展館內虛擬的「虎門海戰」演示中重溫抗戰歷史，均能為這個城市的发展歷程感到敬佩，希望大家勿忘國恥，自強不息！



## 榮獲2023中國預製菜產業服務創新先鋒

撰稿 | 中央資源部市場部

回顧2023年下半年，史偉莎作為中國衛生有害生物防制協會理事單位身份，參與到全國消殺大會中；9月，史偉莎榮獲2023中國預製菜產業服務創新先鋒，並成為預製菜專業委員會理事單位！集團KA副總監Stanley在中國預製菜全產業鏈大會上發表專題演講；11月，史偉莎受邀參加CBRE世邦魏理仕供應商峰會。未來，中央資源中心將持續優化行銷方案，積極創新行銷策略，提升品牌影響力，為公司的發展注入新能量！



## 廣州精英會選舉及活動

撰稿 | 廣州技術部技術經理 趙華利

2023年10月，廣州地區迎來了一年一度的精英會選舉，在完成新一屆的精英會成員選舉後，我們也舉行了精英會的收官活動！

在過往的一年，第十一屆精英會的同事們盡職的履行了自己的職責。年初，我們面臨疫情的輪番攻擊，封控、客戶停業、同事感染等各種突發情況，精英會積極配合公司，調整人員安排，協助制定封控流程。在疫情解除後，又馬上開展各種精英會興趣小組活動，讓同事們儘快調整到正常的工作狀態中來。特別是新同事，2023年人員突破性增長，新入職的同事更是通過精英會組織的各類活動來瞭解公司的經營理念和人文情懷！

收官活動當天，全體同事們興致高昂，各類活動笑聲不斷，各個小組的同事們都全心投入到了活動中，大家暢快地大笑，盡情地釋放著心中的能量，為接下來的挑戰積蓄力量！



## 25周年之銀禧華南區年會 — 澳門

撰稿 | 澳門技術部技術員 林志恒

史偉莎集團澳門分區全體同事，往深圳參加史偉莎集團25周年之銀禧華南區年會，也是疫情後首次參加公司之盛大年會，許多技術部同事參與年會晚宴之舞台演出。參與表演的同事每天完成了忙碌的工作後，再抽空回到公司排練，經過一個多月的排練，我們在年會上的表演圓滿成功，充分展示為澳門同事為了共同目標而團結一致努力的精神，同時我們也將團隊精神也帶到日常工作上為客戶提供更優質的服務。



# 焦點

# 透視

# Our



### LBS Hygiene 史偉莎

提供全面衛生解決方案，包括洗手間衛生、商業及家居滅蟲、化糞池、沙井及污水處理服務，更提供紙類及垃圾袋、清潔劑及一眾手部清潔及消毒產品，成為您的衛生專家



### LBS Air Purification Services 史偉莎空氣淨化服務

採用納米空氣觸媒及等離子納米空氣淨化機，捕捉空氣中的污染物，包括甲醛、揮發性有機化合物、臭味、細菌、病毒等，迅速分解並轉化為二氧化碳及水分等無害物質，保障客戶健康



### LBS Refreshment Services 卓宏飲品服務

多元化飲用水機，齊備活性碳濾芯過濾、Firewall™紫外線除菌淨水及BioCote®抗菌銀離子保護層，更榮獲ISO9001、WRAS、NSF/ANSI 53、55A&B及P231等多項國際標準，讓客戶能時刻享用清純優質的飲用水



### LBS Commercial Kitchen Cleaning 史偉莎廚房清潔服務

使用專業的清潔劑，清潔抽油煙機系統內外、過濾網及抽油煙機與煮食爐之間的可見牆壁，既環保又安全，亦大大節省清潔時間，信心保證



### Puriscent 飄盈香

運用不同種類的香氣配合傳遞系統，為客戶營造出獨有的品牌形象，增強消費者對品牌的聯想及有助提升品牌價值

# Br



### BioCycle 生機源

全港首間蟲害管理公司獲得ISO14001和ISO9001國際認證，使用獨家擁有的保而剋®環保滅蟲產品；亦是心居康™白蟻族群滅治系統在香港首席授權營運商，為高端客戶提供安全、環保、專業和個人化的蟲害及白蟻管理服務



### BioKill 保而剋

保而剋®的滅蟲產品採用瑞士配方生產，具有預防作用，對人類及溫血科動物安全，並且已獲得香港漁農自然護理署豁免“毒藥”標籤，是天然降解及環保的滅蟲產品



### BioCycle Air Conditioner Energizing Service 生機源空調潔淨服務

採用由澳洲 HydroKleen 創新技術及設備，已獲得澳洲國家哮喘協會認可。提供空調系統的潔淨、消毒及保養等服務，經潔淨後，空調內的污垢及微生物幾乎可清除，同時減少害蟲滋生，讓您擁有清新健康的空氣



### HKWS 香港潔淨水

香港最具規模專業濾水產品及水質管理服務公司之一，為多個美韓水質管理品牌中港澳地區獨家總代理，專門銷售及批發優質濾水產品，並提供潔淨水管服務，採用專利施工方法為香港住宅，商業及政府部門提供專業清洗水管服務



### Renaud Air 蔚諾空氣

提供市場上最先進的空氣淨化產品，讓客戶免受室內污染物、雜質及過敏原的危害，更提供有限終身保修及最佳的客戶服務



### LBS Smart Technology 史偉莎智能科技

致力於研究清潔衛生業務結合「物聯網」及「人工智能」等科技的可能性，讓衛生服務發展推向全面智能化，助您維持環境衛生，保障用家健康



# 洗手間智能化 管理方案

就算平常您是一個做事很有計劃、溫文意雅、不急不躁的人，遇到身體不適，人有三急時，您可能以火箭一樣的速度去找洗手間解決。解決好了，繼續逛街玩樂前，您可能會遇上以下情況：

1. **不幸**—廁格內的紙巾已給別人用完，自己身上又沒有紙巾，怎麼辦？
2. **不幸中之大幸**—洗手台的洗手液已用完，不能徹底清潔雙手
3. **幸運**—廁格有紙巾，洗手台有洗手液加上洗手間環境乾淨，氣味怡人

不要認為情況1及2很少遇見，如果洗手間欠缺完善管理，人力不足，這兩個情況都很常見……



## 一個完善的洗手間

馬桶、尿兜、洗手台、鏡子是洗手間不可或缺的基礎設施。要成為一個完善的洗手間就更加需要：

- **洗手液機**—最好是自動感應的，減低接觸出現的病菌交叉感染的機會，洗手液也應該是能殺菌消毒、保護皮膚及高潔淨力
- **紙巾**—在廁格內提供清潔用的紙巾，以及在洗手台抹手用的抹手紙
- **垃圾桶**—主要是收集被使用了的紙巾，以及其他洗手間使用者攜帶的雜物，保持洗手間環境清潔
- **空氣清新機**—尤其是人流甚多的洗手間，排泄物的難聞氣味容易積聚，定時散發香氣，使洗手間環境怡人

齊備以上的設備還未可以稱得上「完善」，必需現合智能化的管理才可符合「完善」。

## 智能化管理

現今不少公共洗手間都沒有駐場的衛生人員，或者是一個衛生人員忙來忙去處理多個洗手間而出現「資源錯配」。就是說衛生人員檢查某些洗手間時，消耗品是尚可提供的，但當他離開處理其他洗手間時，可能某些消耗品突然用盡，需要衛生人員相隔幾小時後再檢查才得到補充，這是因為要衛生人員「親身看到才知道用盡」。

史偉莎有見及此，推出了一個洗手間智能化管理方案，在洗手間內安裝不同的感應器，如洗手液機及紙機，配合我們的智能系統，能即時接收消耗品已到達臨界水平，需要盡快補充的提示。另外，安裝在垃圾桶內的感應器也可通知衛生人員即將滿載，需要清理垃圾。

## 智能摔倒感應器

近年經常出現無障礙廁所失救事故，雖然意外可能不可避免，但您可以盡力挽救！史偉莎智能摔倒感應器透過系統偵測及分析出有沒有人洗手間跌倒，如出現跌倒，會迅速通知地方負責人去處理。最適合物業管理、醫院、醫療中心、護老院等採用。



智能摔倒感應器參考影片

詳情請與我們的香港客戶服務部 (852) 2302 0991 了解。

# 提高客戶滿意度： 生機源™升級的鼠患 管理方案

近年鼠患問題嚴重，經常出現多隻老鼠在鬧市中聚集覓食，牠們除了帶來疾病和衛生問題外，身上的寄生蟲如蚤、蟎等更有機會給人類及寵物。

老鼠有良好的嗅覺、觸覺及聽覺，擅於攀爬及游泳，具備跳躍至高處的能力。此外，牠們亦能夠憑藉其強大的記憶力，鎖定自身位置及行走路徑。基於獨特的生理構造，老鼠可穿過一些比自己身體細小的空隙，如門縫、通道或管道進入住所或商店，牠們會破壞家居設施、木製品和傢俱、更有機會咬斷電話線、電腦的接線和電線，導致短路而引起火警。

作為香港首間獲得ISO14001和ISO9001國際認證的蟲害管理公司，生機源™採用綜合蟲害管理理念與方法，去偵察老鼠活動路線，並提供環境改善建議以減少牠們的生存空間，再配合捕鼠器及/或鼠餌提供有效且安全的滅鼠服務。當成功捕獲老鼠並移走屍體後，我們會使用保而剋®有機消毒劑對該範圍進行消毒，確保衛生。

在去年，生機源™把鼠患管理方案升級，作出即時的防入侵措施。技術員檢查後，會即時以金屬纖維物料填補老鼠可能進入的位置，如洞口或空隙，此舉除了防止老鼠繼續通過這些路徑進入室內外，更便利客人與場所持有人或維修人員溝通，盡快修補空隙或破損位置，解決鼠患入侵。

生機源™升級的鼠患管理方案和即時措施提高了客戶的滿意度。我們會繼續努力不懈執行綜合蟲害管理的理論，為客人從根源解決各種蟲患問題，同時減低化學品使用，致力追求為客戶提供安全、環保和優質的服務與產品，為客戶付出的金錢創造價值是我們無休的課題。

撰稿 | 生機源  
業務發展主任  
陳韻明



全港首間蟲害管理公司獲得ISO14001和ISO9001國際認證，使用獨家擁有的保而剋®環保滅蟲劑；亦是心居康™白蟻族群滅治系統在香港首席授權營運商，為高端客戶提供安全、環保、專業和個人化的蟲害及白蟻管理服務

## 蟲蟲特攻

# 床蝨



### 鍾錦華

生機源(香港)有限公司  
客戶服務副經理  
擁有多年的滅蟲實戰經驗

Youtube:  
少蟲生活 Pest3Living



前一段時間全球也在討論床蝨(Bedbug)問題，它又稱為臭蟲或木蝨。今期我們就來探討一下。

### 床蝨的生態

床蝨身體細小，成蟲大約5-7毫米長，常見為咖啡色，身體扁平和不飛。牠們喜愛夜間出沒，以吸食人類或動物血液為生。有研究指出牠們在不吸食血液的情況下，仍可生存2至3個月。牠們繁殖率高，視乎進食的頻密程度，一生可以生產多於200粒卵，1日大約可生產1至5粒，孵化的時間大約7至17日。

床蝨被人類或動物發出的熱量和呼吸所釋放的二氧化碳所吸引。因此，牠們較常躲藏或出現在我們活動頻繁的地方，使牠們容易吸食血液。例如床舖、床架、沙發或任何有利於躲藏的隙罅、暗位。

### 床蝨的影響

床蝨於吸食血液時會注入唾液，而牠們的唾液中含有抗凝血劑，會使有些人出現過敏反應，例如痕癢，腫脹等情況，令人難以入睡，影響精神。

### 床蝨的入侵方式

一般經由物件帶入。例如躲藏於行李、手袋、二手物件等難以被發現的邊位或接縫位。

### 床蝨的入侵跡象

1. 直接看到
2. 如經常出現被咬跡象就有可能是床蝨問題
3. 床蝨活動的地方一般會有小黑點(排泄物)出現。例如下圖：床褥邊位(圖一)和床板(圖二)



(圖一)



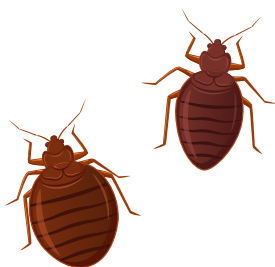
(圖二)

### 床蝨的應對方法

1. 環境改善：
  - 檢查並收拾物件，填補單位內的空隙、裂縫，減少牠們可躲藏的地方。另外，感染嚴重的物品，應先行破壞後妥善包裹棄掉，以防不知情者拾回家中使用。
2. 物理方法：
  - 吸塵機：可用吸塵機把已發現的床蝨及床蝨卵直接吸走。
  - 熱處理：熱處理能有效殺滅床蝨和卵。一般當床蝨的體溫高於45度時將會死亡。因此，細小物件，如衣物、手袋等可使用高溫進行處理，例如高溫清洗或進行30分鐘左右的高溫烘乾。至於躲藏在家私、單位結構內的空隙、裂縫的床蝨，可使用高壓蒸氣進行處理，由其是床架部件之間的連接空隙，地腳線裂縫等高危地方。
3. 化學方法：
  - 床蝨擁有高抗藥性，而且成蟲的外皮較厚，一般家用殺蟲劑可能對床蝨的幼蟲有效，但未能夠有效殺滅成蟲。而且，不正確使用滅蟲產品，對人類身體會做成危害，因此建議尋找專業的滅蟲公司進行處理。

### 如何減低床蝨入侵的機會

1. 保持良好的衛生環境可以較易發現床蝨蹤跡。
2. 出外或旅行回家前檢查隨身物品是否床蝨依附/躲藏在內，由其是物件的邊位和接縫位。如相關物品未能立即進行處理，可用白色大膠袋包好，以減低床蝨走出的機會。當有床蝨走出來時容易被發現，因為白色膠袋作為背景與床蝨顏色會形成強烈對比。
3. 盡量避免添置二手物件，如要添置，建議入屋前先仔細檢查。



LBSS

史偉莎

Phi

哲學

losoophy

## 我們的願景

- 成為亞洲第一衛生及蟲控公司

## 我們的共同使命

- 保障健康，潔淨世界
- 幫助員工成材及發展
- 超越客人期望

## 我們 > 我

- 團隊利益 > 個人利益：  
看清全局，找到最好出路，  
看到別人的感受及需要
- 部門利益 > 個人利益：  
團隊力量使個人的理想和  
能力變大
- 公司利益 > 部門利益：  
我們成功，我才更成功



願景與使命

團隊力量



## “5”Rs 關顧人材理念

- 尊重公司最重要的資產 - 人材，必須珍惜及關注
- 認同人材之表現，時刻予以表揚及肯定
- 嘉獎人材之貢獻，以分享共同努力之成果
- 培訓令人材與公司一同進步，一同成長
- 前景使人材與公司團結一致，共創未來

## “5”道

- 相處之道 - 坦誠
- 用人之道 - 信任
- 管理之道 - 溝通
- 業務之道 - 累積
- 生意之道 - 堅持

## “5”核心價值

- 顧客第一，員工第二，股東第三
- 人無我有，人有我優
- 成就自己，必先成就別人
- 先捨而後得
- 種因忘果



## 人材專訪

# 要成功，必須要用力爭取



香港高級營業顧問

## 周敬蔚 Davy

Davy在史偉莎打拼了十多年，幸得全公司上下齊心協力，才能關關難過關關過。他表示每當遇到工作上的困難，上司們的協助、各部門同事的通力合作、前線人員的專業服務，問題總能迎刃而解。

Davy認為作為一個前線銷售人員，既要得到客戶信任，也要盡力滿足客戶提出的種種要求，過程中實在會遇到不少考驗。其中一個重要元素，就是要時刻保持樂觀積極的心態，不怕失敗，勇於嘗試，更要懷著感恩的心，少埋怨多付出。他亦會本著一個「種因忘果」的精神，盡力為客戶解決問題，令客戶感受到他的熱誠。務求令客戶有需求時就會想起「有事就找史偉莎，找史偉莎就找Davy」。經營業務從來就是一門市場學，公司需要，同樣地銷售人員自身也需要悉心經營去自身的品牌市場學，既不挑客也要一視同仁，對任何客人始終如一，不計較成果只論效果，深信 do the right thing 好事便自然來。



「Aim High, Reach High」是Davy人生座右銘，意思是確立一個明確而且遠大的目標並且專心致志地達成，以「最佳銷售員」作為每年奮鬥的目標，再一步一步地實行，以「最Top」作為他自己的標準。過程雖艱辛，但一旦鎖定目標，就必定會堅持。要知道「堅持到底，必有成果！」這種態度，是Davy從三個每天努力不懈操練游水的兒女身上體會到。「一分耕耘一分收穫」這句老生常談，真確無誤。成功從來沒有捷徑，越努力越幸運。失敗總有因由，不為失敗找藉口，要為成功找方法！除此之外，必須先為自己訂立短期性目標，例如每日最基本簽一至兩張新訂單，或每日最少有一至兩個全新客，又或者每日陌生拜訪若干數量的潛在客戶等等，從而令自己每日工作的感覺處於熱身狀態，繼而再為自己設定更長期的目標，深信一定可以越做越好成績！



隨著公司業務多元化，Davy絕對深信自己與各位同事生意額蒸蒸日上。要記住「Winners make it happen. Losers let it happen.」要成功，必須要用力爭取，而非等機會自然地出現，坐以待斃。

他亦鼓勵各位史偉莎同事要主動出擊，爭取好成績！史偉莎為大家提供一個自由開放的發展平台，只要不是以一個「打工仔」心態，而是抱著「做好自己門生意」的心態去打拼，必定能夠成功！

## 人材專訪

# 十四載職場修行：感恩 遇見、時刻改變



加入史偉莎之前，Gilbert在香港從事了6年的倉庫管理員，每天就是不停做報表、跟貨物打交道。在每日每夜重複的工作中熬成公司年資最長的人。漸漸的他在想，要維持這種狀態多久？會在這這家公司終老嗎？從這個時候開始，他就有了出去闖蕩的想法。當時他的大專同學Ziv（當時的上海的銷售經理）在國內工作，並引薦他到上海史偉莎，加入了這個大家庭。

無錫地區總經理

## 陳展豪 Gilbert

入職後他做過總經理的助理、銷售，在2012年被派到蘇州開發市場，2013年在無錫成立公司正式管理一個地區。當時史偉莎的其中三位股東，教會了 Gilbert 很多東西，印象特別深的是，“打工仔在有成就前必須受得批評、埋頭苦幹、任勞任怨”、“作為管理者凡事要親歷親為”，他們的教導奠定了 Gilbert 往後在史偉莎工作上的方向，當然除了工作上的指導外，私下亦幫助了 Gilbert 很多，令他可以在國內安居樂業。

12年的時候離開上海到一個陌生的城市、帶著手底下幾個人，沒有管理經驗的他開始就擡起袖子憑感覺去做，雖然每天有忙不完的事情發生，但日子過得很充實。他就像一個遊擊隊員，哪裏需要去哪裏，技術部缺人的時候去做服務、沒人安裝去安裝、沒招到營運就在辦公室，隨著業務增多，難以分身的他就開始有點顧此失彼。領導 Ziv、Clark（當時的華東區副總監）常常提醒他要把事情放手，管理要放權、懂得分配、安排。作為領導需要引領同事的方向，而不是一味的幫他們解決問題，讓他們學會承擔，這樣才能令他們成長。所以 Gilbert 試著把自己需要的結果告訴同事，讓他們先去做，有問題再指正。這樣下來發現自己可以獲得更多時間去做其他事情。



除此之外，在管理中溝通亦很重要。每個人都是獨立的個體，思想、對事情理解各不相同。中央資源組技術經理陳信文常跟 Gilbert 說，透過溝通會發現很多事情都是誤會產生，“你以為他懂，他以為你懂”，大家都在猜測。所以他每次遇到問題或者安排工作會先問同事的想法，再把自己的看法告訴他們。多溝通、多理解工作氛圍和效率才會提升。

公司成立之初，市場剛剛開發，生意額不多，當時宿舍辦公都在一塊，有一次看見同事早早回來，Gilbert 突然明白 Franco 說過的一番話“同事相信我們來到公司工作，我們就要對他們的生活負責”，所以他晚上有時間就去跑客戶。開發新客戶重要但保住原有客戶亦同樣重要，他堅信業務是靠口碑累積的，他要求客戶認同理解他們的服務才去報價，這樣客戶對他們服務的理解和期待會更加接近，停單的機會也會減少，同事也不用辛辛苦苦把單做好過幾個月就沒了。

當然，作為一個普通人的他也曾遭遇過孤獨、迷茫，甚至想要放棄。但每當想起自己離家1500公里，花了這麼多的時間得到這麼多人的幫助，實在不甘放棄，何況也不能辜負信任他的同事。所以每當遇到迷茫，回想自己的初衷，堅持做對的事，種因忘果，迷茫自然會消除。

Gilbert 的工作路上不是一帆風順，也會犯錯，所幸有 Ziv 的包容和指導，改正問題。人們普遍認為貴人是提供資源；機會、助發財的人是貴人，Gilbert 則認為願意批評、指出問題、在困難時幫助改變的都是他人生中的貴人。過去十四年有幸得到許多貴人的幫助，所以他同樣也希望可以幫助別人。

人們常常活在舒適圈裡而不自知，這是一件很危險的事情，他曾經看過一本書作者黃毅力說過一句話“上帝要你亡，先讓你瘋狂”，在人們一切都盡在掌握的時候往往是最鬆懈的時候，正所謂物極必反、居安思危。現在社會發展迅速時刻都在變化，所以要提醒自己需要不斷的改變、進步，引用當時史偉莎另一位股東跟他說過的一句話 Change before change made you change（在你不得不改變之前先改變）。

## 創善的循環

史偉莎慈善基金由2013年成立後，啟發了史偉莎人的向善心，透過圓桌會和各地精英會的推廣，舉辦了多項愛心募捐和籌款活動，冀能幫助更多有需要的人。各地區同事們更自發組織和參與不同的公益活動，大家攜手行善，讓善的力量不斷壯大。在2020年更創立慈善分，啟動同事善的循環，只要努力工作就等於行善，工作越出色幫助的人就越多，行善便越多。



# 海灘執垃圾和膠樽回收行動

撰稿 | 澳門物流部主任 何佩南

初夏的陽光灑在大地上，萬物生長充滿了生機。在這個充滿活力的季節裡，我們這些志願者，一同投身於志願者活動，無私奉獻的精神，為社會貢獻一份微薄的力量。「2023年7月9日去海灘執垃圾和膠樽回收行動」，通過一番努力和拼搏，我們完成了這富有意義的志願者活動。「2023年7月9日去海灘執垃圾和膠樽回收行動」回顧這段活動的歷程，我們深感自豪，我們不僅為社會貢獻了自己的力量，還收穫了寶貴的人生經驗和成長，學會了與他人溝通協作共事，每個人都在不斷挑戰自己，突破自己的舒適區。我們的組織能力、溝通能力都得到了極大的鍛煉和提高，同時我們明白一個人的力量是有限的，但眾志成城就能創造無窮的力量。



# 圓桌會通訊

撰稿 | 圓桌會副會長  
李觀發

從圓桌會2012年成立至今也是第十二個年頭了，在過往的時間裡也有多名不同的同事成為會長，今年我也屬於第二任副會長了。圓桌會是集團核心的一個組織，負責很多功能，而打開圓桌會守則映入眼簾的第一個功能就是——向地區推廣集團的“5”Rs關顧人材理念、“5”道、“5”核心價值，以及願景、使命及其他集團哲學。

在現今瞬息萬變及競爭激烈的環境下，企業及員工必須有著清晰及堅定的使命感、核心價值和目標，才能突圍而出，持續發展。而一個企業現在所取得的成果是幾代人共同努力的結果，每一步邁進都彙聚了智慧和汗水，傳承優秀的企業文化就如同傳遞一個接力棒，是一種情結的傳達，是一種感情的寄予，更是贏得企業向心力，凝聚人心的有效方式。

所以在第十屆圓桌會的時候，提出了史偉莎哲學理念的交流分享，由總監和圓桌會三位會長負責撰稿《史先生/史小姐有話說》，關於史偉莎哲學理念的文章傳閱在集團各地及微信群。一經啟動反響很好，大家都會發表各自的一些點評，也會傳閱到各地同事，讓大家通過文章瞭解史偉莎的理念和文化。

第十一屆圓桌會又達成共識，為了更多的視野更多的分享交流，啟動由各圓桌會成員即各地地區老總分享史偉莎哲學，讓各地的同事相互看到了同樣的理念，不同的經歷和故事，更深刻的文化印象。



至今第十二屆圓桌會，我們開放了這個平台，面向全國各地區的同事集稿，面向更多的一線同事，也展現了很多平凡的崗位不平凡的故事。很多人也感受到自己所經歷的別人正在經歷，自己堅持的是別人也正在堅持的，大家一起受到莫大的鼓勵。

從小眾的分享到大眾的分享，正是一種感染，一種文化的「承」與「傳」，讓我們不忘初心，砥礪前行。



王耀海 Chris

香港關顧人材及行政部經理

## 由心出發

# 反思「顧客第一 員工第二 股東第三」

管理學之父彼得德魯克 (Peter Drucker) 的名言，生意的目的就是要創造顧客 (The purpose of a business is to create a customer)。因為沒有顧客，企業擁有優秀人材，優質的服務及產品也無濟於事。

史偉莎一直推動「珍愛惜客」的理念，就是提升同事認同顧客的重要性。將顧客的需求和滿意度放在首位，意味著企業需要持續為顧客提供優質的服務和產品，以滿足客人期望，並且主動聆聽顧客的意見及反饋，透過建立良好的顧客關係，贏得顧客的口碑和忠誠度，從而獲得更多業務發展及長期利益。

顧客固然重要，但我們亦認同企業需要時刻關心和重視員工的需求和福祉。「員工第二」意味著我們應給予員工公平的薪酬和福利待遇，提供良好的工作條件和安全環境，並鼓勵員工參與決策和創新，讓企業吸引優秀的人材，保持員工的忠誠度和投入度。再者，企業亦可提供培訓和發展機會，以幫助員工提升專業技能和個人成長。這種關注員工的做法有助於建立一個正面及積極的企業文化，促進團隊合作和創新。而史偉莎多年來透過自家的「關顧人材」及「用人」理念，致力為員工創造更大的回報、價值及幸福感。

儘管史偉莎將「股東利益」排在第三，但並不意味忽視股東的重要性。股東是企業的投資者，他們對於企業的經濟效益和回報應抱有合理期望，因此，企業應該追求長期價值和可持續發展，平衡股東利益和其他利益相關者的需求；制定長期營運策略，注重企業的財務穩健和可持續性，以及建立透明和有效的溝通機制，給股東分享企業的發展和成果。

「顧客第一 員工第二 股東第三」的理念體現了一種平衡和持續發展的商業模式。這種經營模式有助於建立良好的企業形象，提高顧客和員工滿意度，增強品牌忠誠度，並創造長期價值。同時，他也能減少風險，避免因忽視顧客需求、員工不滿或社會責任問題而引起不良影響。因為在當今競爭激烈者不斷變化的商業環境中，企業應該不斷努力適應求改善，實現以顧客為中心，關注並滿足他們的需求和期望，並同時重視員工的福祉和股東的長期價值。這種平衡和綜合考慮各方利益的方法，有助於企業可持續發展和長期成功的基礎。

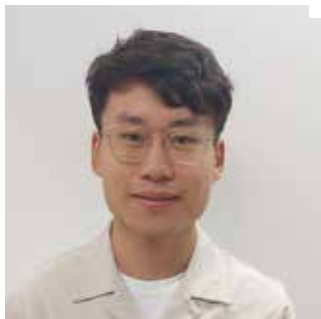
史偉莎以「企業強 員工富 善循環」為企業目的意義，深信只要堅持顧客第一的經營原則，加上我們選擇了對行業跑道，有助企業進一步強大。另一方面，史偉莎致力為員工構築事業發展平台，讓員工得到物質及精神的滿足，令生活及心靈也可富起來。能夠成功做到這兩點，相信股東亦不愁回報。而這也是我們一直堅信的企訓「種恩忘果」。

當股東的長遠利益得到了保障，他們更樂意投入資源發展企業，為顧客帶來更多關注環境衛生及健康的服務及產品，員工亦同步在史偉莎事業平台得到發生及可觀的回報；企業的「善循環」也會因而持續擴大，吸引更多優質顧客及有志之士選擇史偉莎，成為我們可持續發展的最大動力。

期盼各位史偉莎人秉承「企業強 員工富 善循環」這個企業目的意義，為顧客、為自己、為公司正大光明賺取所得。



## 生活閒談



吳國華 Wallace

香港市場部CRM及  
影片剪輯助理

# 回南天天氣污染

捱過寒冬，春天如約而至。但南方的春天帶來溫暖同時，也帶來潮濕和陰霾的天氣外，還常伴隨著空氣污染物的到來。而這些污染物都會對健康構成不同的影響，正所謂知彼知己，百戰不殆，接下來帶大家了解常見的空氣污染物！

### 回南天如何影響空氣質數？

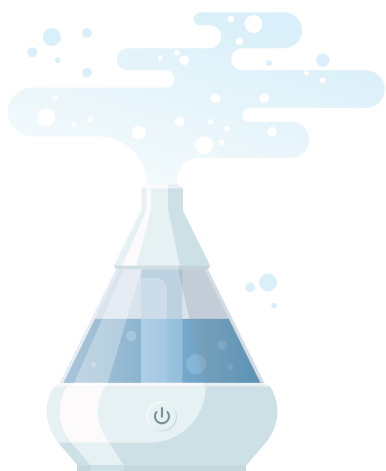
回南天期間，由於氣溫回暖，天氣變得潮濕，顆粒物附著在水氣中，不易被吹走；此外，大氣層流動趨於穩定，容易導致污染物在空氣中長時間積累。

懸浮粒子 (PM2.5和PM10)	這些微小的粒狀物會影響心血管疾病和慢性呼吸疾病患者，已被國際癌症研究機構界定為人類致癌物（第1類）。
二氧化硫 (SO <sub>2</sub> )	主要來自工業排放和燃燒過程，會刺激眼和鼻，對呼吸道有強烈的刺激作用，對哮喘病患者及慢性呼吸系統病患者有明顯影響。
二氧化氮 (NO <sub>2</sub> )	主要由汽車廢氣和工業排放產生，會刺激眼睛、鼻、咽喉及呼吸道的黏膜，長時間接觸可能會減弱肺部功能以及降低呼吸系統抵抗疾病的能力。
臭氧 (O <sub>3</sub> )	主要由光化學反應產生，會刺激眼睛及引致呼吸系統的毛病。除可引發哮喘外，亦會增加呼吸系統受到感染的風險。

為了減少空氣污染暴露，一些的健康防護措施是必要的：

1. 出門帶口罩，隔絕污染物的刺激
2. 注意室內通風，雖然回南天潮濕，但適當的通風仍有助於減少室內空氣污染。建議在晴朗、濕度較低的時段開窗通風，同時避免在早晚車流較多時開窗通風。通風時，盡量打開窗戶，讓室內外空氣充分交換。
3. 由室外進入室內時，可加強個人衛生防護，例如洗手、洗臉、清潔鼻腔。
4. 使用專業的空氣淨化器：空氣淨化器可以有效去除空氣中的顆粒物、細菌、病毒等污染物，提高室內空氣品質。

資料來源：香港衛生署衛生防護中心



## 史偉莎人有話兒

## 人生最大的成就是成為你自己

撰稿 台中  
高級技術員  
賴麒仲



很多時候，我們一直重複在做自己不想要的東西，只是因為全世界都在這麼做，我們就視這件事為理所當然。例如全世界都在賺錢、全世界都想功成名就、全世界都在結婚生小孩……可是，那真的是我想要的嗎？我真的要做這些事嗎？這些問題，只有自己能夠回答。

這段是我閱讀完整本書後，讓我思考最多的地方，一開始拿到這本書時，讓我最疑惑的就是書名中的「做自己」，前段時間當自己身陷在追求別人口中的“自己”時，我一度不斷在心裡質疑怎麼樣的我才是「自己」，我覺得自己被控制在某一個迴圈裡面，即使自己的心裡不斷的提出質疑，但心裡那份責任感、不甘心、覺得自己應該如此……等，不斷的壓制住自己不要的念頭，在看完書後，我了解到了自己之所以陷入在那個迴圈，是因為我並不了解「自己」，不想去「面對」問題，「解決」問題，面對

自己沒有足夠的能力，並且害怕跨出解決問題的第一步，但現在我會一點一點慢慢練習，全然的接受自己是什麼樣的人，自由選擇我想要成為怎麼樣的人——「我可能沒辦法決定客觀的條件，例如身高、外貌，但是我可以主觀的決定我要用什麼態度去面對它。」

現在的我會在睡前利用幾分鐘的時間，去回想及反思自己今天的生活，是否有可以/需要改進的地方，學習跟自己對話，一點一點的認識自己，探索自己，有意識的去選擇成為那更好的自己。



## 最初的感動

撰稿 台北  
高級技術員  
黃思儀



仍清晰記得，剛入史偉莎時，青澀亦懵懂，但經專業的新人訓練及師友所傳授的技巧，為不辜負所學和師友期望，使我不懈的專注向前邁進，經過時間的磨練後，從一開始面對案件的不知所措，到現在已能獨當一面，將累積的專業經驗回饋給客戶，滿足客戶各項需求並發揮所學專業，使客戶更加的信賴我們。

在服務案件的同時，我都秉持著原則，依照公司標準作業程序並依序檢查，配合客戶意見反饋，使得店家整體情形日漸穩定。

追憶過去，某日離開店家前，店主激動且緊握我的手道謝，感謝我所用心，那股真摯溫暖的力量透過我的掌心，慢慢流淌至我內心深處，那是我初次深刻的領悟到「成就自己，必先成就別人！」

爾後每當我遭遇瓶頸時，一幀幀的畫面總會湧出心頭，當時使我激昂的那份感動，我想這就是我仍然堅持的理由，也期望自己能夠帶著這份熱情以「人」為初衷，繼續秉持著真誠、認真、用心，希望這份感動可以不斷的延續下去，未來願與公司一同成長，共創未來。

## 幸福家庭史偉莎

撰稿 台南  
技術部主任  
王雅筑



我來到史偉莎公司工作短短2年了。剛開始進入了公司我跟大家都不熟也不了解，但慢慢的跟大家相處、了解後，感覺到的是公司的人情味。公司的人情味很濃，整體的氛圍很好很和諧，也會互相幫忙協助，也沒有職位上的高低之分，在這樣的一個氛圍里，不管是工作還是學習都是很快可以上手及適應的。同事和同事之間可以很輕鬆的交流和溝通，沒有什麼壓力，也沒有什麼顧忌。這就給在一起工作提供了一個很好的前提條件，不管遇見什麼困難，只要開口問，別人都很樂意教你、和你交流。大家在一起工作，就好像一個大家庭一樣，互相幫助、互相關心、很溫暖、很溫馨。

我覺得公司的主管對公司有着不可磨滅的功勞。另一方面，公司很注重對人才的培訓。公司大大小小的培訓不計其數。只要你願意學習，公司會給你很多機會。讓你有個平台可以發揮所學，這個可能也是公司的3“5”理念。只有不斷的學習不斷的充電豐富自己，才能不斷的前進，才能更進步。更加的蛻變自己，幫助更多需要幫助的人，並更加的實施主管宣導的種因忘果來作為一個史偉莎人的目標。

## 裝睡的人叫不醒，再不清醒窮死你

撰稿

 台南  
資深技術員  
藍志強


某日為了在火車站等待久違的朋友到來，看了一眼手機的時間還很充裕，就去了車站附近逛逛，之後走進一間二手書店，就發現一本勵志書，書名為「裝睡的人叫不醒，再不清醒窮死你」，翻了一下內容主要是生活上學習上等等之類及自己內心深處對現況不安、不甘、不滿，如何改變自己內心平衡的一本書。

打開書本蠻認同二個篇文，像章節六抱怨不公平的內容寫道：當不公平的現象激怒了你，當你四處高喊我需要公平時，請先問問自己，如果占便宜的人是你，你會抱怨自己占便宜了嗎，當你不夠強時，你發的一切飆和牢騷，你落的任何眼淚和汗水，在別人看來都只是個笑話。

章節七把自己當弱者寫道：弱者只是你實力的註解，並不是用來要脅這個世界的道具，弱者不是你向全世界無限索取的理由，即使別人因

為你的弱勢而施捨給你想要的東西，那也僅僅是施捨而已，如果一味施捨你，你就會永遠是個乞丐。

如果認為自己對於生活、工作、人際有困惑，不妨抽空去書店走走翻翻這本書，也許對未來的自己有幫助，也不會那麼的玻璃心。



## 感恩的事

撰稿

 桃園  
高級營業顧問  
溫智凱


在2021進入到史偉莎的大家庭，首先需要感恩當初還是業務主任的周世復，親自帶領我，毫不藏私地分享他業務成功的經驗與方式，更教導我他在技術員時期所學的技术如何應用到業務場勘上，直到現在我還是會不時向世復請教各市場勘時遇到的問題。

再來要感謝的是我們桃園的業務經理：林文川，經理私下是個毫無主管架子的主管，私下我們都稱他「川哥」，而不是「林經理」，我能在史偉莎打拼近三年的時間，甚至有機會升上高級營業員，都是川哥的一手提拔，川哥不僅是工作上的好前輩、好主管，更是心靈上的導師，川哥不僅是我

們一線業務員最可靠的後盾，在必要時也能衝上前線帶領我們開發。

最後也是壓軸的是我們桃園營業所的大家長，張育璋區總經理，還記得第一次看到阿偉經理的時候就是在面試時，阿偉經理給我非常平易近人的感覺，在進入史偉莎服務後，在最缺乏人力，業務員們深怕無法如期施作時，阿偉經理二話不說扛起機器，PC、FO樣樣難不倒，更不會因為他身在高位而放不下身段做最基層的工作，阿偉經理的以身作則讓史偉莎桃園營業所這個大家庭富有凝聚力及向心力。

## 小細節讓人生大不同

撰稿

 高雄  
會計組員  
蕭靜如


俗語說的好：「魔鬼都在細節裡。」要成就一個龐大的組織，就必須用繁複的細節去堆砌出競爭力。注意到細節，演變到最後結果也會跟著不同。想要與別人不一樣就要凸顯出不同之處，細節之處是關鍵點。為什麼顧好小事，才能成大事？因為「細節決定成敗」。知名慈善家克萊門特·史東（Clement Stone）曾說，鉸鏈雖小，開關大門還是得靠它來運作；同理，某塊小齒輪失靈，可能會導致整台機器故障。尤其是在工作上可以把這些小事做好，你就能減少很多的阻礙。如果你能注意到別人可能忽略的事情，那你就獲得更多成就感。同樣也適用於身處職

場的我們，無論是多簡單的工作，都不能忽略細節，注重細節的存在，在一定程度上也會更靠近成功。

無論有多熟悉或是多擅長，只要把心態放低，把任務細化到每一小項，然後有序的開展每一步工作，落實的過程中腳踏實地，處理好每個細節，就能得到相對報酬。



## 感恩的事

撰稿 | 東莞  
營運部主管  
劉嘉華



我覺得在這裡工作，不是為了打發時間的，我要更多的去提升自己的管理能力，一定要往上走，打造自己的核心競爭力。

在過去的三年六個月裡，我們在工作中學到了很多，從一開始的營運文員到主管的階段，從沒有管理基礎我也學會了如何在工作中做好自己的工作，在我們遇到困難時，首先要做的便是堅決不放棄，在遇到挫折的時候也不要氣餒。我們的困難只是為了以後的成長，我們要勇敢的面對它。只要你敢於面對，那麼你就不會那麼難做到。

感謝公司給我這次機會參加管理七劍培訓，對我的工作及職業發展有很大的幫助，開闊了我的思路。讓我學習到不要讓性格成為管理問題的藉口，我們應該客觀認識自己的性格特點，積極改進自己的管理風格，並將焦點放在問題解決和目標實現上，只有這樣，才能更好地發揮領導作用，推動團隊不斷進步和發展。

希望通過學習我能克服一些自身的缺點，改變工作的態度、方式、方法，來提高我的工作效率，從而使我們整個部門工作氛圍更融洽！

## 山不讓塵，川不辭盈

撰稿 | 東莞  
財務部會計  
林舒欣



“山不讓塵，川不辭盈”其意思是，大山是因為不會拒絕細小的塵埃，所以才能那樣的巍峨；江海是因為不嫌棄溪流的細小，所以才能如此的浩瀚。

而其映射的意思是，欲成大事者，小事也要做好，不能好高騖遠，不能因小而不為。只有凡事從点滴做起，不斷積累，循序漸進，穩紮穩打，才能成事，才能完成自己所願。

無論生活還是工作也是如此，我們不能只看到巍峨的大山，浩瀚的江海，我們更應當知道細小的塵埃堆積成高山，渺小的水滴彙聚成大海。好像業務員去跑業務，即使客戶金額小業務小也去友好溝通簽約，業務量便會積小成多。技術即使客戶投訴小事情也去跟進，從小事情做好，從細節做好，讓客戶知道公司的良好態度，就會形成專業的印象，慢慢積累，總有一天會如願以償。

## 《你要活成一束光》讀後感

撰稿 | 東莞  
財務部出納  
張麗華



《你要活成一束光》是一本充滿溫度和力量的書籍，看了以後讓人心靜，對人生更多的思考。

曾經我也渴望自己能活成一道光，不指望能照亮別人，但起碼可以在自己人生旅途上，能看清前面的路。那個時候令我煩惱的問題就是，一束光到底應該是什麼樣的？如果真的要成一束光，應該有什麼樣的要素要件。

說實話，向光而生，是我們每個人都嚮往的，然而有的人能做到，有的人確無法達成這樣的目標，終其究竟，主要是看我們是否有這樣豐盈的精神世界。

其中一段關於父母子女的描述，讓我記憶猶新。大致的內容是：書信中的主人翁，在母親已經逝去的一個夜晚，緬懷逝去的母親，同時也

愧疚於母親的生前，自己的陪伴太少，正如那句至理名言：樹欲靜而風不止，子欲養而親不待。

通過看別人的故事，我看到了一束光的千姿百態。沒有什麼固定的標準，有的只是在我們自己的價值理念中自己覺得人生應該有的樣子。



## 培訓交流活動感想

撰稿 | 南寧  
中級技術員  
楊葵蘭



2023年7月底的年會是我入職公司以來參加的華南區的第一次年會，會後的技術培訓交流也是我第一次參加的大規模培訓，讓我大開了眼界，增長了見識；也真切感受到了公司的規模以及對人材的重視。

經過會上系統的培訓以及與各地技術精英們的交流，乃至後來的每月的線上培訓，使自

己的專業技能有了大幅提升，為客戶服務時更加有信心了，處理各種疑難問題時也更加有底氣，工作起來更加得心應手，從而也提高了客戶的滿意度，贏得了好口碑，也為公司帶來了越來越多的客戶，這也體現了公司關顧人才的理念——培訓令人材與公司共同進步，一同成長。

## 激情奮鬥，展望未來

撰稿 | 廣州  
技術部小組長  
陳德孟



轉眼間，公司已經成立25周年了。往事如過往雲煙，在公司工作已有18個年頭，許多片段都歷歷在目，通過公司的培養和顧客的回饋，我的工作經驗不斷積累，個人也在不斷成長。

展望未來，我對公司的發展和今後的工作充滿了信心和希望。

回首過往，自己能堅持到現在，從打一份工到把這份工作當作畢生的事業，從以自我為中心到認同史偉莎理念種因忘果，我的心中有三個“只有”

（一）只有主動融入集體，處理好各方面的關係，才能保持好的工作狀態。

（二）只有樹立服務意識，加強溝通協調，才能把分內的工作做好。

（三）只有保持心態平和，“取人之長、補己之短”，才能不斷提高、取得進步。

激情奮鬥，展望未來。致我們史偉莎的每一位同事！

## 小隊長第一季培訓總結

撰稿 | 廣州  
技術部小隊長  
袁燕平



很榮幸公司能有這次參加小隊長培訓的機會。這次小隊長培訓讓我更清晰到作為小隊長的職責是什麼：首先要有正能量心態，用良好心態去感染每一個隊員，讓隊員燃燒起來，讓隊員積極參與進公司的每一個氛圍，同時作為小隊長要意識到什麼是自己的事情要積極主動去做，要意識到我們做這件事情的目的是為什麼。

小隊長崗位還要瞭解自己隊的隊員情況。時刻關注他們工作或生活當中的每一個細微。對待隊員坦誠去溝通，在溝通過程中要學會換位去思考。當隊員遇到問題時隊長應該是瞭解事情的狀

況，先處理情緒，後處理事情，引導他，用方法去協助隊員學會解決問題，讓隊員成長。而不是保姆式地幫隊員完成。找到問題所在耐心去引導和協助隊員去完成。

小隊長除了心態和與隊員溝通鼓勵之外。還需要有專業的技術積累，這樣才能在日常工作中解決隊員問題和幫助隊員去成長。所以我們要不斷去學習，提升自己。

感謝公司的每一次培訓，從每一次培訓中都有所收穫，收穫到的都能在工作中運用到。在工作中學習，在學習中成長，加油！

## 小隊長培訓心得

撰稿

廣州  
技術部小隊長  
慕容藝

2024年1月21日如期而至第二期的小隊長培訓順利舉行。在此先感謝公司及各位領導各位導師為我們提供了一個如此難得的學習機會。

第二期的培訓一共分為四大板塊，包括“心理突圍”、“專業技能”、“榮譽感”還有“團隊管理”。這次培訓主要以溫故而知新和分享案倒的方式展開，讓我們學過的一些知識更加牢固。導師馬小姐說得對：“我們要做一個運籌帷幄，深思熟慮，腳踏實地，居安思危的人”。導師唐總這一期的專業技能培訓讓我們蟲害專業知識又得到了一次提升，對工作很有幫助。第三個板塊是導師薛總說的榮譽感，是啊，薛總說的非常對，每個職業都有榮譽感，職業不分高低貴賤，只要肯努力的人都值得尊重。職業形象、職業著裝、服務報告這些都能體現我們的職業榮譽，所以我們平常這些方面不

可以忽略，一定要重視起來，把它做好。最後一個板塊是導師蘇經理的團隊管理，團隊溝通，自我管理、領導能力，團隊協作這幾方面都能體現團隊管理能力。蘇經理說想律人先律己，足夠自律的人自然會影響到身邊的人。待隊員一定要多關懷多鼓勵，給信心才能讓每一位同事都能夠積極向上，充滿正能量，開心愉快的工作。

總之這次培訓不僅讓我們在思想上得到了昇華，也拓寬了我們的知識層面，同時更重要的是提升了我們專業技能以及團隊協作、合作共贏的能力。第二期小隊長培訓圓滿結束，期待第三期更精彩。

## 廣州小隊長成長培訓心得

撰稿

廣州  
技術部小隊長  
黃洪彪

心態突圍：在工作的心態中，無論對自己或者對同事都要保持一個良好的心態，保持好自己的情緒，理清自己的思路。任何時候都保持自己一顆向上的心，積極主動，讓自己學習，增加自己的廣闊的知識。做事要穩紮穩打，不能為了快，輕鬆，而隨便做事（工作）。個人需要接受新的思想，需要改變自己，汲取不同的事與物，讓自己的能力得到提升，從而得到不一樣的結果。在學習的過程中，是枯燥乏味的，但通過累積，讓自己成為一個是能解決問題人，而不是只做表面功夫的人。人要做到知行合一，從而讓自己得到了昇華。要保持自己的初心，決心，匠心，讓同事和客戶看到願意與意願，也要接受自己和同事們的不完美。

技能培訓：努力學習，天天向上，在一期，二期的培訓下，使自己的技能以及知識都得到了提升，從種類的分辨，現場的勘查，與客戶溝通，都提升了一層，增加了自己的實操和經驗，也瞭解了蟲害該怎樣預防，該怎樣做措施，並能與客戶溝通清楚，蟲害是怎樣來的，怎樣滋生的，從使個人更加專業，更加從容感，在剛開始步入行業的時候曾因藥物和知識的不瞭解，被客戶教訓過。此後我更加渴望學習和進步，然而初步的學習，略懂了一些知識，當某個客戶問我蟑螂是怎樣入侵的，當時我就很從容的回答是怎樣來的，後來客戶的負責人豎起大拇指後，我就覺得學習以及進步，是能夠讓人，客戶，值得點贊和尊敬的。因此，世界這麼大，需要多學習，多聽講，多問問，瞭解一切，才能讓自己進步更大。

行業的標準：通過薛總的培訓教導後，瞭解了許多的行業標準與國標，組織等。也瞭解了行業內有許多的大賽等，激勵著大家積極學習，鼓勵大家去參賽，從而讓自己更加優秀，更加有能力。當然這個行業也存在風險性，如藥物的毒性，在作業中污染食品或者故意的使用，從而導致經濟和名聲的損失，所以需要遵守紀律和職業道德。我們本身是為人民的身心健康服務的，而不是做壞事的。反而通過自身所吸收的知識和所學的技能，去幫到客戶，人民，以及其他公益活動解決，得到讚賞，我們也得到了榮譽感和肯定。

管理之道：對於團隊隊員的瞭解，需要牢記掌握在心裡，腦海裡，會在某刻內給予驚喜，如：生日或者其他。管理團隊，我覺得需要掌握好各人的脾氣和性格等，能夠切入某個點位，才能更好與隊員溝通，互相理解。通過協調與各位隊員打成一片，並能很快支援和互助，從而增加工作的有效力，解決客戶的問題。當然也要管理好自身的問題，組織好會議，努力學習，給予同事正能量，以身作則，理解好公司各個方面的問題，並能夠及時傳達到隊員，讓他們瞭解問題。通過培訓後，覺得作為領導者，需要自律，努力，配合公司的調動，從而增加自己的領導能力。

## 談我對工作的理解

撰稿

廣州  
技術部小隊長  
鄭文鳳

我是2008年入職的，一晃就進入16個年頭，期間，進進出出的同事有無數個，原因很多，有些人不喜歡這個行業，覺得洗廁所很乏味沒有什麼意義，不喜歡，甚至討厭，總想著換一份工作，或者是想著就這麼耗著。

我個人覺得我們這個工作是非常了不起的，我也為自己做這一行而自豪，別人不想做不願做的我們都能做好它。清潔完成後的衛生間乾淨如新，香氣撲鼻，得到了別人讚美，這是多麼的有榮譽感的事情啊！

每天的早起習慣是健康的最佳首選，也是很多人堅持不到的，或者你試著這麼想：公司給你一個平台，給你發工資，有了這些工資，我們可以養活家人，有帶薪假期，可旅遊，也有很多學習機會！就這樣，你還嫌棄你的工作，像不像沒有長大的孩子？

我們應當心懷感恩，疫情的三年，我們幸運還有工資可以準時發放，在基層工作者中也是較穩定的收入。我們現在能做的就是帶著熱情工作，然後學習中成長！

## 《向上生長》有感

撰稿 | 廣州  
銷售部高級銷售  
林曉鑫



簡介：《向上生長》主要簡述：我們在生活中遇到的各種困惑、難題，然後逐個進行深層分析，從而告訴你如何精準選擇，抓住每一次出現的機會，擁有一條一路向前的人生路徑，是一本由九邊所著的成長勵志類書籍。本書通過作者的人生經歷和感悟，向讀者傳遞積極向上的人生態度，並提供了一系列實用的成長方法和思維模式。書中涵蓋

了學習、工作、生活等多個方面，旨在幫助讀者在面臨挑戰和困境時，找到自己的方向，實現自我成長和提升。

閱讀了這本《向上生長》的書讓我明白了向上生長不僅僅是追求更高的目標，更是對生活態度的一種堅持。作者通過生動的例子和深入的分析，告訴我們，只有積極進取，才能在生活的不確定性中找到屬於自己的方向。向上生長不僅僅是追求更高的目標，更是

對生活態度的一種堅持。無論是追求學業上的進步，還是希望在職業生涯中取得成功，這本書都能給人以啟示和動力。

本書告訴我們：遇到困難時，不要退縮，要勇敢地迎接挑戰。只有這樣，我們才能在困境中不斷成長，鍛煉自己的意志和能力。正如古人所言：「逆境磨練人，順境陶冶人」。在人生的道路上，我們要學會在逆境中找到向上的力量，才能不斷攀登高峰，成就非凡事業。



## 小隊長培訓心得

撰稿 | 廣州  
技術部小隊長  
蔡曉明



感謝導師們給我們上了精彩的一課，通過學習也發現了自己工作中的不足。自己剛剛成為小隊長，不懂怎樣與隊員們溝通，非常願意幫他們但總感覺自己使不上勁，也不懂怎樣管理，怕自己哪句話說的不對，說重了隊員們不聽，不服。

經過學習，我學會和隊員們溝通，慢慢的同事們開始對我的態度有了改變。我自己也以身做責，做好自己的服務，擔起責任心。有時候也會有客戶投訴，但我都能耐心處理並把處理好的結

果告知公司。把存在的問題與客戶溝通，建議客戶進行配合整改。敬崗愛業，不能有無關的想法。

通過學習有非常大的收穫，提高了自己的管理能力增長了管理方法。我也要發揮自己的管理能力，提高團隊的戰鬥力，把心思放在工作中，把好的處理方法與隊員分享，用心去做好每一個客戶。

## 《平凡的世界》讀後感

撰稿 | 廣州  
行政及人事部文員  
陳曉珣



簡介：該書以孫少安和孫少平兩兄弟為中心，刻畫了當時社會各階層眾多普通人的形象；勞動與愛情、挫折與追求、痛苦與歡樂、日常生活與巨大社會衝突紛繁地交織在一起，深刻地展示了普通人在大時代歷史進程中所走過的艱難曲折的道路。

讀後感：看完了《平凡的世界》最大的感觸就是，原來每個人的人生都不會一帆風順，即使是物質生活條件優渥的，看起來很幸福的人。人生有太多的無奈，太多的不得已，一件件的存在，只是為了去擠壓另一件事，為了生存，我們必須要放棄些什麼。

每個人都如此鮮活，如此棱角分明，每件事都在說世事無常，每個人都在努力……路途遙遠，像是看到了所有平凡的人不平凡的曾經和平凡但不平庸的餘生。

一個人，無論生活在怎樣的時代，怎樣的背景之下，只要我們用自己的努力，去奮鬥，去直面我們自己的人生，背起自己的人生責任和理想去拼搏，這樣才能在回憶往事的時候不會感到後悔。



## 從餐廳到公司的成長之旅

撰稿

江門  
銷售副經理  
梁志明

在疫情的陰霾下，我不得不結束了三家餐廳的經營。然而，2023年疫情結束後，我加入了現在的公司，開啟了一段全新的成長旅程。

公司為我提供了一個能夠充分發揮個人能力的平臺，同時也創造了廣闊的上升空間。在這裡，我不僅深入學習了管理知識，“5”Rs理念。

“5”Rs理念強調關顧人才。其中，尊重人才的表现，認同他們的價值與貢獻，體現了對人才的尊重和認可；培訓則提供了人才與公司共同進步的機會；前景的規劃使人才與公司團結一致，共同邁向美好未來。在處理客訴中，運營的調度協調，技術的支援，銷售的互補，每一個環節盡力讓客戶體驗到史偉莎人的服務，正如

我們說“我會用服務留住你”。

在團隊組建過程中，“5”Rs理念融入其中。我們共同整理工作流程，整頓團隊協作，清掃問題和障礙，保持團隊的和諧，提升團隊的整體素養。同時，關注團隊成員的表现，給予認可和獎勵，提供培訓和發展機會，讓每個人都能在公司中有所成長。

我對公司充滿感恩之情。“5”Rs理念的實踐讓我在個人和團隊層面都取得了進步。

## 感恩的事

撰稿

福州  
中級技術員  
劉玉香

在此，我很感恩能夠成為史偉莎集團中的一員，我是2022年8月1日進入公司的，到現在也有一年半的時間了，雖然這份工作的確是很辛苦，每天早出晚歸，但是我很喜歡這份工作，更需要這份工作，喜歡公司的這種氛圍和同事之間的坦誠相待。

偶然的一次機會廣州地區急需缺人，剛好我們福州地區人員充足。作為一個農村出來的我小學都未畢業更不用說文化，更不敢想能去一線城市支援，偏偏領導就給我機會就這樣2023年11月13日我被調到廣州支援，在這裡我非常感恩我的領導！

我興致勃勃的來到這繁華擁擠的一線城市，接下來公司為我安排了一周的工作和領了一周的物料，當我面對著一線城市的那種快節奏的生活加上人生地不熟，對於我來說是一種全新的挑戰。由於廣州的出行交通工作和我們福州還是不一樣的，在廣州去客戶那裡做服務全程乘車對於我這個路癡來講第一天就遇到困難了，正常乘車半個小時能到客戶那裡，結果我花了一個小時，因為乘坐公交坐反了，浪費了半個小時時間再加上我坐公交會暈

車導致一天的工作量兩天才完成。幾天下來我感覺我要堅持不下去了！因為暈車這對我來說真的太難受了，天天這樣我也沒辦法去工作。

週五那天找了領導溝通這方面的事，他們看見我這麼難受，也就決定還是讓我回到自己的地區去，我也答應了。當時我就覺得很遺憾不能為公司排憂解難反而給他們添了不少的麻煩。

就在那天晚上有同事問我為什麼剛過來就要回去，我說我會暈車然後同事說這是小事啊可以克服的，同事說你不如在堅持一周試試看？聽同事說完，我考慮了一下選擇留下來，因為我不能辜負領導和同事對我的期望，就這樣從一開始的擔心找不到地方，到能較熟練的找到地方並完成自己的工作。通過這次去廣州支援讓我成長了不少，在工作上學到很多東西，比如與客戶的交流和溝通等。在此特別的感恩我的領導在這段時間裡幫助。

寶劍鋒從磨礪出，梅花香自苦寒來，希望自己再接再厲，能取得更好的成績。

## 《任正非·九死一生的堅持》讀後感

撰稿

福州  
總經理  
梁淑芬

說起任正非，就知道他是華為的創始人，中國的驕傲。當看完這本書後才知道他的經歷是多麼的傳奇。

書中講述了華為是如何誕生的，在成功的道路上他經過了無數次阻礙，但是他一直堅持不放棄，遇到難關，一關關克服。創辦以來，華為沒有做過別的事，一直都在資訊產業耕耘。

任正非曾經說過，華為敢於將雞蛋放在一個籃子裡，把活下去的希望全部集中到一點上，這也就是華為的專注精神，這種專注的背後，就是將資金、人才、技術等各種資源集中到一個領域。

華為從不知名的小公司發展成國際領先的龍頭企業，離不開任正非的正確領導，與毛澤東思想息息相關。最大的感觸在於，沒有

任何一家企業的成功這個過程是一帆風順的，提到華為的團隊合作，第一時間想到的就是狼性文化，但是在本書裡面有提到，光有狼性還不夠，狼性象徵著進攻、佔領，但同時還要有狼性，狼性代表著謀略、策略；團隊合作是華為核心價值觀的重要體現。我們要達成集團的願景“建立亞洲第一衛生及蟲控公司”，也是需要團隊合作。

堅持是實現夢想的唯一途徑，只有不斷地努力，才有機會到達成功的彼岸。



# Growth

身心

管理心法	38
治療自療	39
心中有富	40
滴水感悟	41

成長

## 管理心法

# 基本功是真正的絕招



鄭柏禮 Paul Sir

企理—企業管理顧問有限公司創辦人兼首席顧問，擅長研究及培訓企業壯大，近年專注撰寫企業傳記，包括稻香集團的《得稻多助》、太興飲食集團的《方圓興大》、陽光洗衣集團的《洗出美麗人生》。

代筆：香港市場部  
拓展助理  
陳樂兒 Sandy

自從開關之後，香港的飲食業便遭遇非常困難的處境，原以為開關會帶來好生意，卻適得其反，不少香港人開始北上消費，導致香港的飲食業市場出現蕭條。

我有一位朋友在香港開了四間餐廳，處境淒涼，一間做了四年的餐廳應聲下馬，在三個月前已經結業。第二間在銅鑼灣的日式餐廳亦在日本核廢水事件後嚴重受挫，可能在幾個月內結業，而第三間餐廳亦在銅鑼灣，亦因為遊客稀少及港人減少在港消費，而出現業務困難，可能在年底無法續約經營，但第四間在九龍屋村裡的一間餐廳，反而站得穩，它在半年前賺不到錢，但在半年的改革後，已經可以達到收支平衡，顧客亦有輕微上升的趨勢，做得不錯。這間餐廳究竟做了什麼才能在這市道中存活下來呢？

我跟店長交談過後，發現並沒有任何石破天驚的做法，既沒有請劉德華賣廣告，亦沒有做什麼「一蚊雞」優惠，更不是在人手充裕的狀況。依舊是請不到員工，那為什麼它能屹立不倒，成為四間分店中的奇葩，有幸生存下來呢？

簡單來說，他們有三招，第一招：研究自己的生意來源，審視自己的產品中有哪些是受顧客歡迎，與核心團隊研究，加強受歡迎產品的優勢，取消不受歡迎的產品，並重新整理餐牌，而且他們每週都會推出新品，保持顧客新鮮感，這樣便能吸引他們持續光顧，不會因為食厭而北上，從而留下一批忠誠的客戶。

第二，當然是從開源節流中著手，他們研究有哪些開支是不必要的，並作一些刪減。但其實在保證質素下，不能隨便刪減資源，而是

需要經過研究之後才可以取消，由其要注重訂貨價格，收貨質素，預貨數量亦要準確，需要細心留意自己的來貨質素，不能因為減少成本而令質素出現問題。

而第三招，就更加簡單，就是加強溝通，他們每星期都舉行一次核心成員會議，同時每月亦會進行員工大會，目的是要令全公司的人都知道現時公司狀況，讓大家都齊心協力去服務好客戶，加強內部溝通，減少誤解從而令小事化無。亦要讓大家都清楚知道現在公司的處境，加強整體士氣，不用挽留想離開的員工，反而要好好鼓勵那些留下來的員工，讓大家共同進步努力多一段時間，等待轉機來臨。

就在這三個非常基本功的努力之下，他們在三個月內就慢慢地取得成績，成績有三：

1. 回頭客數量增加，工作天不能北上消費，不少客戶為了方便而在附近用餐。
2. 應洗則洗，不應洗亦不洗，穩住成本結構。
3. 內部溝通後，每人多走一步，士氣比從前上升。

不浪費一分一毫而是善用每一毫子，讓經營出現巨大變化，由虧變盈，慢慢累積盈餘，站穩腳步。

大家都可以看到他們沒有任何花巧的手段，亦沒有任何新鮮特出的點子，只是用了飲食業的基本功。做好基本功便可以得到穩定甚至改善，所以我認為不論順境或逆境，只要掌握好基本功，就掌握到成功的絕招！



## 治療自療



劉子毅

香港註冊物理治療師

www.bethesda.com.hk

# 行樓梯的藝術

香港山多平地少，路面梯級已經夠多，而且建築往往向高空及地底發展，令我們周不時都不自覺地行了很多樓梯，加上近年郊野行山活動盛行，都大大提高我們接觸樓梯的機會。政府及一些私人機構為了推廣運動，令我們身體更健康，亦會建議多行樓梯，少搭電梯。

行樓梯當然有很多好處，鍛鍊心肺功能、強化肌肉、靈活關節、加速血液循環等，但凡事都有正反兩面，這活動同時亦帶給普羅大眾一種「傷膝、令膝關節退化」的印象…的確，筆者的病人裡，十之八九都有膝關節痛，那麼行樓梯究竟是否膝關節痛的元兇？我們應該多行樓底還是避之則吉、敬而遠之？

雖然好像未見其利，先見其害，但在否定行樓梯的好處前，我們不如先了解一下是什麼原因令你行一層樓梯已經膝蓋痛，而別人卻可以登上珠穆朗瑪峰？

其實一切一切都跟姿勢有關！看官們讀到這裡，可能會覺得，行樓梯姿勢自小已曉，行了幾十年，哪有錯的理由？事實並非如此，因為壞習慣太容易養成，如果從小已經有一個錯誤的行樓梯習慣，勞損積累下來而不自知，痛症便會在若干年後導致膝關節退化。



那麼何謂正確/錯誤的姿勢？我們可以從多方面分析。從側面看，我們上樓梯時，應該全掌踏上一級，而非前

掌或只踏一半，因為我們應該盡量避免膝蓋比腳趾前，令膝蓋承受過多壓力。上身應保持挺直，避免前傾或後仰，增加不必要的壓力。從背面看，膝蓋應避免內屈，即x型腳，減低韌帶和半月瓣受傷風險。腳掌應正對前方或輕微外傾，切勿入字腳，令膝關節內旋，而且兩腳要保持大概12-15釐米的闊度，千萬不要像行鋼索般行樓梯。身體應保持在正中線，不要左右彎腰。

步伐方面，情況許可的話，應以細步為主，切忌跨級，若在山中，儘量避免跨上大石，應找小石級慢行。速度方面，要以均速行走，不徐不疾，慢慢上或落。至於發力，千萬不要以為上樓梯只用大牌四頭肌發力就可以，這樣做雖然你都可以上樓梯，但你的四頭肌亦因此而弄得筋疲力盡，令下樓梯時乏力、用錯肌肉導致勞損、甚至出意外，因為我們下樓梯時，是非常依賴四頭肌發力的。所以當上樓梯時，我們亦應該用屁股肌肉發力，協助拉直膝蓋踏上一級，同時保留四頭肌的力量應付下樓梯。最後，無論上或落，都應該放輕腳步，不要踏得很大聲，而且千萬不要有超伸等動作。

雖然很多時當病人有膝關節痛時，醫生會建議不要再行樓梯，不過筆者卻認為，只要保持正確的行樓梯姿勢，膝關節痛的病人也是可以行樓梯的。只要姿勢正確，行樓梯也不是什麼萬惡罪行。



## 心中有富

# 關乎三分之一人生的事



司徒永富

鴻福堂集團執行董事，身為企業家，但同時一人身兼多角，包括副教授、演講員、寫作人。著有《老闆要的不是牛》、《唔緊要一心中有富的人生智慧》等。

早前我有機會參與一項調查了解香港在職人士的快樂和工作狀況，名為「職場開心指數」。研究團隊發現，香港的在職人口比一般人口不開心。不論任何一個年齡層，只要受薪工作和住在香港，都比一般人不開心。其中六成二港人認為「工作是一個賺取金錢的途徑，僅此而已」。另外，只有三分之一港人表示就算自己不需要錢，也會享受一份有薪工作。換言之，當工作與金錢分割後，工作對過半港人來說沒有什麼特別意義。研究又發現，受訪港人一星期平均有43小時要勞動工作，但只有三分之一會用「享受」的角度去看自己的工作。另如按行業排列，最不開心的依次為交通、物流及倉務；商業服務、金融服務、房地產和專業服務；政府；批發、零售及貿易；建造業和製造業；醫療和健康；資訊與科技、研究與開發；教育；餐飲業、酒店或款待；社區及社會服務。

受訪者中有三成在職人士指因工作導致「工作生活失衡」；四成人表示出現「過勞」(Burnout)情況；不足兩成在工作時會經常或每天會感到投入或有活力。這是名副其實的身心靈都陷於非常不理想的狀態。而導致香港人工作不開心的主因，就在於「自評薪酬恰當度」，即主觀認為自己的薪酬待遇不理想。（當然主觀也有客觀感受，例如相對同事或行業，自己受著不公平的對待。）

歌星張震嶽的《上班下班》所描述的工作也是不快樂：

「還是有點寂寞 尤其回家時候  
明明吃的很多 心裡還是空空  
電話的那一頭 沒有人說哈囉  
瞬間落寞 讓寂寞 讓寂寞  
佔滿整個大宇宙」

日復一日的上班下班，「似乎快要受不了朝九晚五的生活、非得要忙到捷運上剩我一個人在做夢」，可惜的是工作間是我們每天花費大量時間的地方，根據另一項統計，香港的上班族每週平均工作48小時，即一生中約三分之一都會花在不快樂的工作間。由此推論，香港

人的整體不快樂指數長期偏低是不足為奇。根據一項調查，香港人的快樂指數在亞太區包尾，僅5.6分（10分為滿分）。調查同時發現，人均國民生產總值(GDP per capita)越高的地區，快樂指數越低。排名最快樂的頭三位依次泰國、菲律賓和印尼。可見快樂與物質享受沒有正向關係。

多年前，曾看過一項調查，員工選擇離職的五大因素，依次是：不被信任、不被尊重、辦公室政治、人際關係、薪酬待遇，前面四項都是和人有關；而金錢則排在第五位。因此，工作是否快樂，人的因素是重中之重。換句話說，企業要留人才，要把人看成人，不是生產機器；人有情感、有成長需要，並非賺錢工具，放在管理學上，便是「以人為本」的企業文化。企業歸根究柢是由人組成，機器、設備、科技都是為人效勞的，所以企業在達成目標的過程中都是由人在主導和互動的。

我更想起不少日、韓劇的橋段，正是現實工作間的寫照，包括有上司利用個人權位，通過威脅、恐嚇或其他不道德手段來強迫他人服從他的意願。例如威脅要解雇或減少下屬的工資，或者恐嚇要污蔑他們的名譽，散播謠言，如果不服從，一定沒好下場，這種辦公室文化，有如黑社會，「誰大、誰惡、誰正確！」正氣不張，遑論個人的身心靈可以健康地發展。

管理學家Jim Collins因此而提醒健康的企業需要同時擁有第一級的"超級績效者"領導和第五級的"具有遠見的領導者"。第一級的領導者是指那些專注於短期目標和業績的領導者，而第五級的領導者(Level 5 Leadership)是一個品行無私的、尊重下屬、且具有頑強意志的領導者，能帶領團隊勇往直前，實現最佳的組織績效。他們對公司充滿熱情，雄心勃勃，但是又絕不允許絲毫個人的自負成為公司發展的障礙，且將所有的貢獻歸功於同仁、屬下以及外部幫助。有這種充滿正氣和人性化的領導作風的企業，相信辦公室的快樂指數才會得以提升。

## 滴水感悟



### 月亮老師

連續十年從事上市集團公司人力資源、銷售團隊管理工作。精通企業內部管理，自2004年開始從事業專業培訓授課工作，擅長將心理學與團隊建設、企業管理相結合，管理實例具體，直擊企業績效。

# 利用增強回路——實現人生加速成長

生命是個複雜的系統，好壞自有其運行之道。

《系統之美》一書的作者德內拉·梅多斯告訴我們，世界上有一個底層的系統規律叫「增強回路」，它是指在一個系統中，某個因素的變化會導致該因素自身的進一步變化，形成一個正回饋迴圈。這種迴圈可以不斷加強，它可以使系統的某個屬性或行為自我加強，最終導致系統發生顯著的變化。

比如，健身和鍛煉，當一個人開始鍛煉並看到身體變得更健康、更強壯時，這可能會激發他們更積極地繼續鍛煉。而鍛煉帶來的正面效果，便形成了一種增強回路。

比如，社交媒體的影響力，社交媒體平台上的使用者發佈內容，其他使用者會點讚、評論和分享這些內容。當這些內容獲得越多的互動時，它們會出現在更多用戶的推薦流中，從而吸引更多的關注和互動，並產生廣泛的影響力。

而我們的注意力的使用同樣遵循這個規律，最初的選擇會影響行為自動增強的方向。每天早上醒來，我們都會收到一份禮物——純淨的注意力。不管你昨天經歷了什麼，經過一晚的睡眠，你的精力總會得以「重啟」。

如果我們起床後做的第一件事是看手機資訊，在這個大資料時代，我們的注意力就很可能被有趣的消息、好玩的視頻、吸引眼球的標題一路吸引過去，每一次點擊都會讓人產生更強烈的點擊慾望，回路不斷增強，注意力呈無限分散的狀態。

同時，情緒一旦適應了輕鬆有趣的狀態，便會期待獲取更多輕鬆有趣的資訊，這樣又形成了一個情緒增強回路。一天才剛開始，注意力和情緒就受到影響，在面對困難和枯燥的工作時，不容易進入狀態。請覺察此時，我們的注意力的增強回路是正向的還是負向的？如果起床後我們能刻意避開輕鬆和娛樂的吸引，先去讀書、鍛煉，或者做些重要的工作，精力就會呈聚合狀態，並自動增強。比如起床後先去鍛煉，就能讓自己頭腦清晰、精力充沛，在這種狀態下做重要的工作就會非常順利，工作越順利，狀態就越好，回路逐漸增強。比如早起後先去閱讀，讀得越多，腦子裡的問題和感觸就越多，反過來又會產生更強烈的閱讀欲望，回路逐漸增強，行動回路一旦增強，我們就會進入高效和充實的狀態。請覺察此時，我們的注意力的增強回路是正向的還是負向的？

注意力的增強回路很大程度上取決於你最初的選擇，這也是更為重要的道理：要事第一！每天開始，管理自己的注意力，培養自己卓越工作習慣。你需要一張白紙，將其對折；清空大腦，在上方寫下當天要做的所有事，按權重將列出的事項標上序號。按照權重高低，先做重要的事情，個人建議是每天優先為最重要的三件事分配時間。晚上對這些事情進行複盤回顧，做的好需要保持，做的不好需要優化。

所以，生命是個複雜的系統，瞭解並利用增強回路可以幫助我們設計和優化生命系統，以實現更好的生命體驗。



## 香港總部

### 香港

香港九龍新蒲崗爵祿街33號6樓  
(852) 2302 0991

## 台灣地區

### 高雄

高雄市前金區中正四路168號4樓402室  
(886) 7 271 0018

### 台北

台北市士林區延平北路六段475號7樓  
(886) 2 28106366

### 桃園

桃園市中壢區三民路一段489號2F  
(886) 3 4270023

### 台中

台中市北屯區文心路四段752之9號10樓  
(886) 4 2236 7125

### 台南

台南市永康區中山南路420號6樓右室  
(886) 6 302 7500

## 華東地區

### 上海

上海市徐匯區田州路159號12單元1樓  
(86) 021 3466 3108

### 南京

南京市鼓樓區和燕路63號南線都市產業園B座105  
(86) 025 8969 1136

### 無錫

無錫市新區湘江路2號金源國際B座707-708室  
(86) 0510 8821 3822

### 杭州

杭州市濱江區江南大道380號威陵大廈1310-1311室  
(86) 0571 8538 3906

## 華南地區

### 廣州

廣州市天河區東圃車陂路黃洲工業區  
大院內自編8號第一層西  
(86) 020 3426 3976

### 澳門

澳門慕拉士大馬路185-191號澳門工業中心  
10樓B座  
(853) 2871 9588

### 珠海

珠海市香洲區翠前北路三街118號1棟  
(森宇國際大廈)2202室  
(86) 0756 322 3423

### 江門

江門市蓬江區興華苑1號  
興華商業大廈901  
(86) 0750 3388 139

### 中山及肇慶

中山市西區優格國際二期8棟105卡  
(86) 0760 8823 7369

### 佛山

佛山市南海區桂城街道夏南路61號  
創越時代文化創意園4座509-511  
(86) 0757 8622 3262

### 福州

福州市鼓樓區東街街道東街121號  
新亞大廈16樓03室  
(88) 0591 8750 5755

### 南寧

廣西南寧市民族大道63-1號  
歐景城市廣場T4棟1803號房  
(86) 0771 578 5760

### 深圳

深圳市福田區車公廟泰然九路1號  
盛唐商務大廈東座602室  
(86) 0755 2594 9913

### 東莞

東莞市莞城區八達路140號恒豐大廈  
13樓1304號  
(86) 0769 2303 4778

### 長沙

湖南省長沙市雨花區圭塘街道體院路合能  
楓丹麗舍小區公寓樓3棟27樓2713-2716房  
(86) 0731 8992 3466

### 海南

海南省海口市振興南路26號  
美舍苑3棟首層  
(86) 0898 6539 4489

### 廈門

廈門市思明區浦南一路37號樓  
第二層201單元  
(86) 0592 228 7530

## 華西地區

### 重慶

重慶市渝中區長江一路1號中華廣場2樓  
(86) 023 6366 0630

### 成都

成都市青羊區北大街19號正成財富領  
地3棟301室  
(86) 028 8597 2082

### 西安

陝西省西安市未央區鳳城一路12號  
中城大廈12樓06室  
(86) 029 8961 8848

## 華北地區

### 北京

北京市朝陽區朝陽路67號9號樓3層309  
(86) 010 5166 5582

### 天津

天津市紅橋區光榮道寶能創業中心A座609室  
(86) 022 2755 5862

### 武漢

武漢市江岸區解放大道2044號江城商務大廈315室  
(86) 027 6230 0082

## 東南亞地區

### 吉隆坡

LBS SERVICES (MALAYSIA) SDN.BHD. (1192449-H)  
Unit D-5-8, Block D, Megan Avenue 1, No. 189  
Jalan Tun Razak, 50400 Kuala Lumpur, Malaysia  
(60) 3 21610808

### 新加坡

LBS SERVICES (SINGAPORE) PTE. LTD.  
61 Ubi Ave 1#06-09 UB Point Singapore 408941  
(65) 6513 3668, (65) 6513 3289

## 史偉莎集團旗下

### 生機源(香港)有限公司

香港九龍新蒲崗大有街36號華興工業大廈9樓C座  
(852) 3575 2575  
www.biocycle.com.hk

### 生機源專業清洗服務有限公司

香港九龍新蒲崗大有街36號華興工業大廈9樓C座  
(852) 3575 2575  
www.biocycleac.hk

### 濠峰有限公司

香港九龍新蒲崗大有街36號華興工業大廈9樓C座  
(852) 3575 2555  
www.biokill.hk

### 香港潔淨水有限公司

香港新界葵涌大連排道35-41號金基工業大廈  
19樓C室  
(852) 3466 0000  
www.hk-water.com

### RENAUD AIR LIMITED

香港九龍新蒲崗爵祿街33號6樓  
(852) 5804 4760  
www.renaud.hk

### 史偉莎智能科技公司

香港九龍新蒲崗爵祿街33號6樓  
(852) 3702 1901  
www.lbs-smarttech.com

### 瑞洛環境科技(上海)有限公司

上海市徐匯區田州路159號12單元1樓  
(86) 400 920 3910  
www.renaudchina.com

