

百多位社长总编赞不绝口 开元凤鸣山庄不负枣庄盛名



3月9日至12日,来自全国十多个省、自治区的37家报社的百余名“报业大咖”聚集枣庄,交流办报经验,共商报业发展大计,探寻媒体转型发展之路。本次会议接待由开元凤鸣山庄承担,为此,热情的开元人亮出真功夫,精心准备,以热情周到的品质服务,

为代表们创造了一个舒适温馨的环境,给枣庄增光添彩,赢得与会宾客的好评。
为做好此次接待工作,开元凤鸣山庄提前两天制定了接待方案,与会务组人员仔细讨论会议流程,落实接待细节。在会场布置、台型摆放、后台调配等硬件方面积极准备,力求为客人提供满意的服务。
“您好,欢迎入住开元凤鸣山庄,若您入住期间有任何需要,请告知我们,我们将竭诚为您服务。祝您入住愉快!”虽然只是寥寥数语,但细致周到的体贴问候,如“春风”般传递给每一位参会人员。
由于酒店客情繁忙,会务组预订的会议室还在召开着其他单位的会议,会议一结束,宴会人员加班加点进行翻台工作。此次会议时间紧,规格高,每一次的桌椅摆放都用线进行整理,杯子整齐的摆在右手边,桌垫在每张桌子的中间位置,铅笔与便签纸成45度角摆放,做到整齐划一,无论纵横均成直线。当主办单位看到原来还杂乱的会场顷刻间发生了翻天覆地的变化时,对酒店员工高效的服务感到满意,更是赞不绝口的竖起了大拇指。
为了体现枣庄的饮食文化,酒店特意为代表们准备了彰显枣庄特色的菜肴。桌台上每位宾客面前都摆放着精心设计的菜单,微山湖四孔鲤鱼、辣子鸡、菜煎饼、羊肉汤等佳肴令人垂涎,赢得宾客的一致好评。高脚杯、玻璃杯、小酒杯错落有致,红色的口布摆放在桌边,让桌面宛如盛开的花朵。包厢内设施齐全、温馨舒适的就餐环境,给人宾至如归的感觉,代表们在开元凤鸣山庄开怀畅谈,品尝枣庄美味。
节处见真章,近150人参加的大型会议,客房部为宾客精心布置好房间,摆放在床头柜上的闹钟和遥控器,放置在窗前的拖鞋,MINI吧上造型精致的水果,还有卫生间内的防滑地垫,把每一处细节都做到极致,让宾客拥有舒适的休息环境。这些服务的背后都是开元凤鸣山庄全体工作人员默默付出的结果,让客人们感受开元服务的无微不至。
“当我们刚拿起杯子去续水的时候,服务人员就出现在了我们的面前,感觉她们

好像知道我们想要的。”前台的小孙一边为客人做着引领工作,一边为客人充当起了客人的小导游,展现着好客山东人的热情。“先生您好,这是您的房卡,枣庄欢迎您,这里有闻名中外的台儿庄古城,拥有“天下第一窟”抱犊寨,有微山湖湿地,熊耳山大裂谷,还有辣子鸡、羊肉汤、菜煎饼等美食,这还有一份枣庄市旅游地图,希望可以帮到您,祝您入住愉快!”
在得知客人因为出行的着急,没有准备手机充电器时,小孙让客人先回房间,她想办法给客人解决。在房务中心了解到由于客情原因,充电器都已经借光了,小孙又匆匆跑到员工更衣室拿自己的充电器给客人。当客人拿到充电器后,她对表示了感谢。看着客人满意的笑容,她又回到前台继续工作。
每一分的付出,只为客人满意的微笑。参加本次会议的代表,很多都是第一次来到枣庄,经过几天的了解,对枣庄有了全新的认识。开元凤鸣山庄热情周到的服务,让代表们感受到枣庄人的热情好客。



开元凤鸣山庄开展“高级宴会师”培训活动



日前,酒店邀请开元学院培训人员进行“服务从心开始”高级宴会师培训活动。培训期间,来自酒店各部门的近60名员工,将对服务礼仪、葡萄酒知识、餐饮服务突发事件处理、宴会设计和技巧、宴会、会议台型设计、会议服务等方面进行学习。培训师通过理论知识讲解、互动小游戏、实操演练、一对一服务技能指导等方式相结合,直观形象、深入浅出的为大家带来一场“从心开始”的服务培训,更好地提升了酒店从业人员服务专业化水平,不断强化了酒店的服务品质。

开元凤鸣山庄举办“魅力女性 快乐巾帼”系列活动

3月7日,开元凤鸣山庄举办了庆“三八”节代表座谈会及系列活动,广大女员工在温馨、快乐的节日氛围中过节。
上午,该公司召开了“三八”节女工代表座谈会,对工作中表现突出的10名“巾帼建功立业标兵”及3户“文明和谐家庭”进行了表彰。座谈时,参会的女职工各抒己见,畅所欲言,谈工作、谈生活,谈收获,谈感悟。会上,酒店常务副总经理李英对大家在企业的经营发展中所付出的努力予以肯定和感谢,并表达了节日的祝福,同时,对大家新的一年工作提出了新的希望和更高要求。
下午,在酒店网球场举办了“魅力女性 快乐巾帼”系列趣味活动。活动异彩纷呈,环节生动有趣,有计时踢毽子、争分夺秒跳绳、抱抱团、削苹果游戏、萝卜蹲、成语接龙项目等比赛项目。赛场上,所有的女员工尽情展现她们的风采,围观的同事们加油助威,大家在欢快活泼的氛围中开心比赛,脸上洋溢着幸福的笑容,共同分享节日的快乐。
通过系列活动的开展,不仅为女员工们送上了节日的祝福,感受到企业大家庭的温暖,还强健了身体,愉悦了心情,提高了她们对企业的凝聚力和归属感,为企业的发展贡献更大力量。(程洪娜)



喝茶,你为什么非要等到老的那天?

品茶亦是修禅,无论在喧嚣红尘,还是处寂静山林,都可以成为修行道场。茶在众生的心里,有不同的味道。那一壶用静水煮沸的新茶,在茶客的唇齿间环绕,品后有人似觉苦若生命,也有人淡如清风。
后来才知道品茶如品人。选择一个飘逸闲适,清幽淡雅的环境,湖上一杯好茶,让自己置身这种环境之下,以清静闲适的心情来品茶,伴着淡淡茶香来品悟人生,感悟生活。一个人喝茶,其意不仅在止渴,而更在于鉴赏其色、香与味,体会其苦、甜与醇,领悟起淡、雅与和。自省自悟,品出茶的真实性,体会人生百味,达到天地人和相通的境界。
茶,源于自然,汲日月精华,沐春秋洗礼,从而有了如此山魂水魄的灵性。茶可以洗去浮尘,过滤心情,广结善缘。所以懂得品茶的人,也是一个愿意让自己活得简洁的人。始终相信,禅是一种意境,有些人用一生都不能放下执念,悟出菩提。而有些人只用了一盏茶的时光,就从万象纷纭中走出,绽放如莲。
人有万象,茶有千面。茶可分几种,人也是如此,这是品质决定的,是无法改变的事实。真正的好茶经得起沸腾热水的考验,真正有品质的人同样也要能承受世世的侵蚀,眼明心清,始终保持着天赋本色。茶在杯中,上下漂浮,香气四溢,乍看上去平淡无奇,若想分辨其优劣,还得需用心去品。正如三毛说茶的一

句话,“第一道苦若生命,第二道甜似爱情,第三道淡如微风”。若以此标准来衡量人,滋味又岂止三道?
世间一切情缘,皆有定数。有情者未必有缘,有缘者未必有情。随缘即安,方可悟道。茶水洗心,心如明镜,一个人只要看清楚自己,即可辨别无常世界。意乱情迷时,大可不必慌乱。静心坐禅,明天会如约而至。春花依旧那样美,秋月还那么圆。
品茶可以让人宽恕过错,从而在杯盏中得到平和。真正完美的人生当留白,留白,即是佛家所说的空明。人间是最能表现自我的剧场,如果不是有一天故事剧终,选择出离,一定要真的放下,而不是走投无路的放逐。要相信,别无选择,会有最好的选择。
茶有四德,慈悲喜舍。所谓云水禅心,就是在一盏清茶中,品出生者必死,聚者必散,荣者必枯的真意。须知任何悲伤都是喜悦,任何失去都是得到。一个人对自己慈悲,才是对万物慈悲。
静水深流,简单的人其内心清和,更容易参透禅理。修佛亦如品茶,将一杯苦茶喝到无味,这就是禅的境界。人生应该删繁就简,任世事摇曳,心始终如莲,安静绽放。就如同万千溪涧,终究要汇入河流,潺潺清明,简静安宁。
世间风云,变幻莫测。佛家讲究因果轮回,无论物转星移、飞沙走石,有一天都会烟消云散、俱静归尘。如茶,融汇了万物的精髓,倒入杯盏中,钟情一色,澄澈醒透。时光流转,云水千年。茶成了生活中的习惯,成了修行者不可缺少的知音。只是多少人,可以将汹涌不安的岁月,喝到水静无波。多少人可以将浑浊纷纭的世象,喝到纯净清明。也许我们可以选择一个无意的日子,无论晴雨,不管春秋,饮下一壶人生的禅茶,回归本真,找到最初的自己。



快节奏的都市生活,很多人由于工作忙碌、精神紧张,养成不规律的饮食和作息习惯。早餐不吃、晚上大补、工作一忙零食替代正餐充饥,长期这样胃肠很受伤。
健康的吃饭规律是:早上吃好,中午吃饱,晚上吃少。其实早餐这顿饭,等于是吃补药,是最重要的一餐饭,所以大家一定要吃营养早餐。吃好早餐营养早餐必须具备几样东西:
主食、豆浆、麦片加上苹果,主食必须要有蔬菜加水果。假如只有两种以下的营养早餐,就算不上营养早餐了。据统计大部分人20%不吃早餐,50%—60%不会吃早餐,早餐营养不好,中午和晚上是补不回来的。
为什么晚餐要少吃?
90%的胖子缘于晚餐吃太好,吃太多,加上晚上活动量小,热量消耗少,多余的热量在胰岛素的作用下大量合成脂肪,肥胖就自然形成。
因为在夜里睡觉不消耗热量,因此吃进去大量的热量就会转化为脂肪。这些脂肪堆积在肾囊里,那么肚子就丰满了,然后肚子就越来越大了。当然这些脂肪也分布在身体各个部位,诸如:皮下、血液、心肌、肝脏等,这造成了人体功能的减退。
晚餐要以清淡的食物为主,食用高纤维食物能更有效减肥。膳食纤维无热量、体积大,进食后充填胃腔。它需要较长时间来消化,延长胃排空的时间,使人容易产生饱腹感,从而减少了摄入食物中的热量比值。
同时纤维素在肠内会吸引脂肪而随之排出体

外,有助于减少脂肪的积聚。冬日节宴荤腥油腻太多,高纤维食物更加有助于均衡膳食、保健养生。
建议吃七分饱!
七分饱的概念,不仅是每顿饭七分饱,而且整天都是七分饱。
然而我们吃的太多,总是担心自己饿着,总是担心孩子饿着,总是担心老人饿着,总是担心病人饿着;我们总是问人家吃饱了没有。然而我们好心办了坏事,因为我们把自己和别人撑出病来;而且浑然不知。
不吃晚饭肚子难受怎么办?
如果晚饭完全不吃的話,很伤胃的。因为你身体已经有了固定的生物钟,到了晚上即使你没有吃饭,还是会分泌胃酸,但是你的胃里却没有东西跟他们反应,这样对胃粘膜有很大的伤害。另外的困难就是,不好坚持。尤其是头几天,有一点晚饭或者电视上吃饭的画面或者广告都能诱惑你放弃不吃晚饭,这时候由于心理作用会吃得比往常还多。
所以最好的办法就是晚上七点前,喝点粥,吃些蔬菜或者水果。无论什么,都是有量的限制的。吃多了水果小心也会发胖,因为有些水果含有大量的糖。
晚饭少吃需要辅助配合的就是作息规律。晚上睡觉不要超过11点,早起不要晚于7点。良好的作息习惯会让你变得更健康哦。

健康的饮食习惯很重要,你的胃还好吗?

