



Chile

江山一线的国家
智利

BDS最新动态

四季DRC之亮马桥头望春风

春风拂面 关爱暖心

外交e家
THE DIPLOMATS⁺

悦读 BDS



北京外交人员服务局
BEIJING DIPLOMATIC SERVICE



北京外交人员服务局
BEIJING DIPLOMATIC SERVICE



email: e-book@bsbdm.com.cn

《悦读BDS》下载链接:

www.bsbdm.com.cn/E-Mag



主编寄语

信步走在建国门外大街上，放眼望去，玻璃幕墙、钢架铁框构建的现代化豪华地标鳞次栉比。然而，总有些貌似“不搭调”的老式建筑吸引着行人的目光，那种不动声色的醇厚正是岁月给予它们的别样韵味。

住在建国门附近的老北京应该都有印象，20世纪50年代的建国门还是一片荒凉之地。伴随着使馆区的建设，这里随之出现了供驻华外国机构工作人员居住的外交公寓以及供外国友人购物、娱乐的友谊商店和国际俱乐部。曾有混迹于使馆区的北京人感慨：“作为一个在北京出生和长大的人，这些老建筑无法不引起我惆怅和怀旧的情绪。外交公寓高高的天花板，正南正北的宽大房间，初夏夜晚懒洋洋的空气流畅地在房间里穿行——正是最适合北京这个城市的气候和自然环境的……只有少数幸运儿，才能享受到这样老式的奢侈。”

是啊，时间的车轮滚滚向前，在飞速发展的城市面前，越来越多的人叹息北京已渐渐失去了古城的风貌和它特有的风味，人们开始怀念那种庭院深深、浓荫夹道、鸟语花香的居住体验。也许并不止于此，这怀念中还有着对往昔那些人与事的深深眷恋。

本期的《悦读BDS》让我们将这怀念展开来，探究那些老建筑的历史，分享曾在那里发生过的故事。毕竟，让历史足迹和时代步伐兼容并蓄的北京城，才会更美好。

陈辉



目 录

01 主编寄语

04 悦·讯 新闻掠影

08 悦·人 她不简单，更不平凡 访智利驻华使馆中秘——陆春雨

10 悦·居 10 从建筑看历史 国际友人的“第二故乡”——北京国际俱乐部 14 四季DRC——亮马桥头望春风 16 亮马桥物业部举行五星级物业揭牌仪式 18 亮马桥C区别墅 20 外交官评亮马桥外交公寓

21 悦·享 21 春风拂面，关爱暖心 ——记使节夫人高端医疗体验之旅 24 明年还要来中国！ ——记2013年中文春令营 26 北京胡同里的名人故居 28 关注呼吸健康，从空调清洗做起 30 江山一线的国家——智利 36 中智两国贸易往来各取所需 ——智利驻华参赞专访

38 悦·品 38 智利葡萄酒 43 呼吸杯 44 你会清洗果蔬吗？ 45 中式养生秘方：饮春茶

1

北京外交人员服务局接待乌兹别克斯坦服务局代表团来访

3月6日至12日,乌兹别克斯坦外交人员服务局朱拉耶夫局长一行五人应邀来华对我局进行工作访问。3月7日晚,外交部程国平副部长出席欢迎晚宴,并高度评价了两局互访交流为两国战略伙伴关系所做的贡献。3月8日,钱洪山局长及相关领导与代表团进行了工作会谈。



北京外交人员人事服务公司

地址:北京市东城区朝内大街223号4层

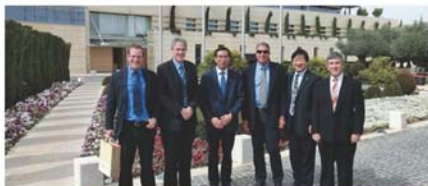
电话:(010) 6512 2200 / 6512 1457

网址:www.dpssc.com.cn

2

王炳南副局长应邀访问以色列

3月10日至14日，服务局副局长兼人事公司总经理王炳南应以色列外交部邀请赴特拉维夫，就以色列驻华使馆中国雇员社会保险等事项，与以色列外交部相关负责人进行会谈，并探讨了双方在ADS签证代理等方面合作的可能。此次访问加深了以色列外交部对中国法律法规的了解，推动了双方进一步的合作。



北京外交人员房屋服务公司

地址：北京市东城区朝阳门内大街223号5层

电话：(86 10) 6532 1040 (公司总部)

6532 4849 (公关销售部)

(86 10) 6532 8532 (总服务部)

5979 2320 (网络营销专线)

邮箱：drc@dhsc.com.cn

网址：www.dhsc.com.cn

3

关爱客户的探索永不停歇， 服务至上的理念永不动摇

3月19日，北京外交人员房屋服务公司“2013年新春招待会暨亮马桥C区别墅开盘仪式”在北京瑞吉酒店成功举办。希腊、阿根廷、摩洛哥、缅甸等40余个国家的驻华大使，以及来自100多个国家驻华使馆、国际机构、驻京新闻媒体的近300位外交官、高级代表及家人应邀出席。



新店开张 大酬宾

顶级享受 亲民价格

100%
原装进口
正品保障

高品质
包装

可靠
物流

盛大开业

NEW OPEN

开年第一弹 世界零距离

4

北京外交人员服务局京东商城开业

新年伊始，服务局首家京东商城网店“使节品尚”进入了紧张的开业筹办阶段。“顶级的享受、亲民的价格”是网店的宗旨。目前网店已正式开业，并开展“原装进口葡萄酒开业优惠大酬宾”活动，敬请红酒爱好者们选购、品鉴！

品味·经典

购买链接：<http://mall.jd.com/index-32476.html>



5 波兰驻华使馆为乌兰教授最新译著举办新书发布会

3月26日，波兰驻华大使馆为服务局语言文化中心乌兰教授与北京外国语大学易丽君教授合译的波兰文学散文集《被禁锢的头脑》举办了新书发布会。波兰驻华大使塔德乌什·霍米茨基、乌兰教授、易丽君教授、广西师范大学出版社的工作人员，以及社会各界、媒体和学生代表约100余人参加。



6 阿根廷驻华大使向中方员工冯强颁发荣誉证书

3月26日，阿根廷驻华大使古斯塔沃·马蒂诺先生在使馆举行招待会，向该馆司机冯强先生颁发了由他亲笔签署的荣誉证书，大使先生称冯先生为驻华使团中最优秀的大使司机，对冯先生在使馆工作三十余年来的优质服务和敬业精神予以表彰。



她不简单，更不平凡

访智利驻华使馆中秘——陆春雨



在北京外交人员人事服务公司有这样一批人，他们长年坚守在外交服务工作第一线，为驻华使馆提供优质服务。他们中无论是中文秘书、办事员、通讯员，还是司机、厨师、花工，都在各自看似平凡的岗位上，做出了不平凡的业绩，被所在国家元首或政府授予各类勋章。他们十几年甚至几十年如一日，勤勤恳恳、踏踏实实，他们付出了美好青春、奉献了黄金岁月，他们撒下了辛勤汗水、留下了坚实脚印，他们赢得了外交官的信任、促进了国家间的友谊。这其中包含着多少酸甜苦辣、喜怒哀乐，这其中又有多少动人的故事和感人的事迹，恐怕不是所有人都能体会和了解的。

今天，让我们走近这样一位中秘，她在智利驻华使馆工作了二十八年。她以一丝不苟的服务态度、严谨高效的工作作风，赢得了历任外交官的尊重和信任。为了表彰她对智利驻华使馆的无私奉献和突出贡献，2007年智利总统亲自签署颁发了“贝尔纳托·奥西基斯骑士勋章”授予这位默默无闻的中国人，她叫陆春雨。

回忆起多年在使馆工作的经历，她感慨道：“二十八年了，最难莫过于坚持。”是啊，当年那个风华正茂、刚踏出校门的小姑娘，如今已年届半百，两鬓已见斑白。即使是她的家人对她能长期坚守在这里也不太理解。她的儿子曾对她说：“你干了这么多年不过还是一个小小的翻译。”面对家人的不理解，她淡淡地一笑：“我不后悔自己的坚持和选择。”只有经历过的人才懂这背后的艰辛和感动。



陆春雨刚到智利驻华使馆时，全馆只有两名翻译和一名办事员。大家工作起来不分部门、不分你我、互相帮助、彼此补台，让干什么就干什么，工作内容涉及政治、签证、总务、礼宾、商务等方面。她回忆：“记得有一次总统来访，我的职责是陪同随团记者。记者为了能及时向国内外发稿，经常加班到深夜。我连续几天陪同记者工作到凌晨三、四点。”她还提到，有时外交官出差不在北京，她会毫不犹豫地扔下自己年幼的孩子，到外宾家里帮忙照看孩子。正是这种爱岗敬业、无私奉献的精神才使她与外交官之间建立了牢固的信任和深厚的友谊。随着两国国家关系的不断发展，中智之间的人员往来越来越多，现在使馆工作量和业务面成倍增加，还专门增设了商务处、武官处、签证处和农业处等部门。她说：“转到签证处工作已经六、七年了。以前签证处的工作一个人半天就处理完了，现在需要三个人从早忙到晚。每一个人的工作虽然被细化，而且实现了信息化办公，但工作量却有增无

减。相比于过去，虽然忙碌，却也充实。”

二十八年来，智利驻华使馆的大使、参赞等高级外交官已经更换了好几任，从年龄上看差不多整整更换了一代人，而中文秘书陆春雨依旧坚守在该使馆，成为被外交官们称颂的“元老级”中国员工。智利驻华使馆历史上先后获得过总统勋章的四位中国员工中，有的已经退休多年，有的转到其他使馆工作，目前只有她一个人还坚守在原来的岗位上。

外交无小事，使馆这份工作，中秘这个岗位说简单也不简单，说平凡也不平凡。像陆春雨这样二十八年没有晋升机会，二十八年没有调换岗位，不是所有人都能做到的，也不是所有人都能够理解的。她始终如一恪尽职守，她任劳任怨、无私奉献，她用二十八年的付出和坚守诠释了“尊重与责任”——外交服务人员核心价值观的深刻内涵。荣获一国元首最高勋章，她当之无愧！从这个意义上讲，她不简单，更不平凡。



从建筑看历史



国际友人的“第二故乡”

——北京国际俱乐部

文/风声

北京国际俱乐部的前身为“西绅总会”（又称北京球房），1878年（晚清）初建于北京闹市区东交民巷，是专为使馆区洋人们提供的休闲、娱乐、社交场所。1909年被焚毁。1911年在各使馆和其他机构的资助下，由德国建筑师罗斯凯格尔(Curt Rothkegel)设计的俱乐部建成，地址在原俱乐部附近的台基厂8号，并被重新命名为“北京俱乐部”。

1950年，北京俱乐部划归新成立的中华人民共和国外交部领导，更名为国际俱乐部。1972年，在周恩来总理的关心下，全新的北京国际俱乐部在建国门外（俱乐部现址）建成，当时被认为是北京长安街上与北京饭店和友

谊商店齐名的三大豪华建筑物之一，被称为是国际友人的“第二故乡”。新国际俱乐部面积扩大了好几倍，在建筑设计上更是融入了中国古典建筑的风格，内设几个庭园，又用亭、廊将前庭园分成两部分，有平台、花架、荷花池、喷泉供室外活动。虽然整个俱乐部的建筑群体量差别较大，但设计得高低错落、虚实有弛，贴合中国古典的审美情趣。作家刘心武在《通读长安街——国际俱乐部》一文中，用短短的文字，简明扼要地解读了这个大厦的建筑背景、设计元素及这种建筑作为中国建筑史上的一个结点的价值。在刘心武看来国际俱乐部“在那个年代，总算传达出了些微西方建筑艺术中的健康信息。”



在北京国际俱乐部的建筑群中，网球馆值得一提。“文革”期间，万里刚刚恢复工作，他提出要在北京国际俱乐部修建一个国际标准的网球场馆。军代表不同意，说网球还要什么馆？浪费资金。但万里坚持说：“北京冬天冷夏天热，秋冬风沙大，如果不修场馆，外国人就不愿意打，使用率会很低。”在他力排众议下，这个网球馆终于落成。那时候凡是在中国会打网球的国际友人，没有不知道这个网球馆的，并给予它极高的评价。

七十年代是国际俱乐部的“黄金时代”，它是周恩来、邓小平和宋庆龄等著名国家领导人举行社交和庆祝活动的重要场所。其餐厅和娱乐设施也是驻华外交官和政府官员经常光顾的地方。在众多与国际俱乐部有着深厚感情的外国友人和外交官中，曾担任过美国总统的乔治·布什被认为是俱乐部有特殊感情的人。乔治·布什还是美国驻华联络办公室主任的时候，经常到俱乐部吃饭、理发、打网球，是这里的常客。万里通过约打网球，和他成为了朋友。

1989年2月，时任美国总统的乔治·布什正式访华，提出要到国际俱乐部看望老朋友。那些曾经为他服务过的理发师、厨师和网球陪打员一同参加了会见。总统夫妇非常高兴，原计划在俱乐部停留15分钟，结果延长到将近1小时，后面的一个活动只好临时取消了。有趣的是，2002年2月美国前总统小乔治·布什正式访华时也特地选择在国际俱乐部酒店（现北京瑞吉酒店）下榻。之后，包括美国现任总统奥巴马在内的很多国家首脑及政要下榻过该酒店。

2007年12月19日，北京市规划委员会公布的《北京优秀近现代建筑保护名录（第一批）》将71处、188栋建筑列为保护对象。建于1972年的北京国际俱乐部名列其中。虽然现在的国际俱乐部已是“高龄”，但岁月给予它的，反而是更多的韵味。



亮马桥头望春风

文/深呼吸



亮马桥是北京的一个地名，如果高架桥也算是“桥”的话，这名字也可称是名至实归。河水自颐和园昆明湖逶迤东来，穿过护城河，在塔园村打个弯，名字就叫做亮马河了。“百度百科”称：“亮马河是东直门外一条小河，相传早年间来京客商的马车队在进城之前，都要在这条小河里给马匹洗涮，冲掉一路的征尘，洗完马后，便将马拴在河边的大柳树上，等把马身上的水渍晾干后再进城，以图吉利。于是将此河称为‘晾马河’，后谐音为‘亮马河’。也有人认为历史上的亮马河一带水源充足，牧草丰盛，明永乐年间皇家的御马苑就设在这里，于是将临近的河流称为牧马河，又因牧马在皇家使用前要清洗和晾晒干净，所以将此河称为‘晾马河’，后谐音为‘亮马河’。”此说未见之于史籍。清《天府广记》第36卷载：“蓟水西流注太湖（即今天的昆明湖）。……湖水东流为洗马沟，侧城南门

东注……”。从历史沿革上看，此“洗马沟”应即是“晾马河”吧。

早过了立春时节，空气依旧寒冷，站在亮马桥头——这么说不确切的，在车流滚滚的桥头怎么站得住呢。其实，我是站在亮马桥DRC的高楼上——俯瞰车水马龙、万家灯火的夜景，一阵西北风劲吹而过，我记起英国桂冠诗人John Masefield的《西风歌》

(The West Wind)：

西来风暖百鸟鸣，惹我泪眼唤我听。褐土西山西风老，春回四月水仙轻。

(It's a warm wind, the west wind, full of birds' cries,
I never hear the west wind but tears are in my eyes./
For it comes from the west lands, the old brown hills,
And April's in the west wind, and daffodils.)

英伦三岛与大陆气候不同，受大西洋洋流影响，春季多温润的西风，而冬季则多寒湿的东风。北京的春天该吹起东南风才是，不过当下的情景正巧用上雪莱的名句：“哦，西风，冬日已至，春天岂待久等？”(O Wind, /If Winter comes, can Spring be far behind?)

我相信北京的春天已经走近了，DRC庭院中的草色正在微微泛绿，玉兰树的花苞也蓄势待发，外交公寓荡漾着一种激动人心的气氛——那是亮马桥DRC获得

了北京市五星级物业小区的殊荣，用DRC人的话说，他们摘取了“五星”。

五星，按照惯常的概念，应该是行业中最高级的荣誉吧。对此我毫不怀疑，因为这里的服务，无论是楼宇设施还是清洁安保，无论是接待服务还是设备维修，都那么精致和体贴。如果可能，我甚至乐意再为他们添上几颗星呢。

就在春分前一天，外交人员房屋服务公司(HSC)在北京瑞吉酒店举办了2013年新春招待会。CEO蒋琪女士的中文致辞格外给力：“房屋公司秉承客户至上的服务理念永不动摇，追求关爱客户服务的探索永不停歇。”现场译员的传译忠实达意，外交服务网(<http://www.bsbdm.com.cn>)新闻稿译做“The concept of client first would be never changed and the efforts of providing customer care would be never stopped.”其中“客户至上”与“关爱客户”分别译作“Client First”和“Customer Care”，既准确又传神。无独有偶，北京国际俱乐部瑞吉酒店的管理方，美国Starwood(喜达屋)管理集团也在推行Starwood Care活动。我想，真正伟大的企业都是相似的。

那天，我从瑞吉酒店出来的时候阳光明媚，看来北京的春天真的来了。

亮马桥物业部举行 五星级物业揭牌仪式

2013年3月26日上午，北京外交人员服务局房屋公司举行亮马桥外交公寓“北京市物业管理五星级示范项目”揭牌仪式。公司相关领导与来自多个国家的驻华高级外交官住户共同见证了这一荣耀时刻。

上午11时，揭牌仪式在欢腾的舞狮表演和喜庆的锣鼓声中正式开始。亮马桥物业部郑涛经理向来宾介绍了亮马桥外交公寓的基本情况。他说，亮马桥外



交公寓将始终秉承公司以“尊重”为核心的经营理念，竭诚为住户提供周到细致的物业服务。2012年，通过冲星，公寓的硬件和软件水平都有了很大提高。评审组专家在评审参观结束后，连连称赞“这才是五星物业的标杆，希望今后有更多机会来这里参观学习”。评审专家对公寓的高度评价，就是对亮马桥物业管理与服务水平的最好肯定。今后，亮马桥物业部将在新的起点上，不断挖掘和拓宽服务项目，努



力把公寓建设成为共享和谐的国际化社区。

随后，蒋琪副局长致辞，她对亮马桥外交公寓在参评的百余家企业中以第一名的优异成绩获得北京市物业管理五星级示范项目荣誉称号表示热烈的祝贺。同时，她要求物业部的每位员工继续秉承为外交使团服务的崇高使命，竭诚为住户提供更加舒适的办公、居住环境，共同携手，建设更加美丽的DRC家园。

最后，蒋琪副局长和塞浦路斯驻华大使共同为亮马桥外交公寓获评“北京市物业管理五星级示范小区”揭牌。

塞浦路斯驻华大使对亮马桥外交公寓的舒适、安全以及优质到位的服务给予了高度评价，并表示如果在中国的任期能够延长，她将继续愉快的住在外交公寓的“家”里。



揭牌仪式结束后，物业部组织来宾参观了设备机房。来宾对整洁明亮、一尘不染的各类机房赞叹不已，对能在亮马桥公寓居住感到满意和自豪。

“北京市物业管理示范项目”介绍：

为规范物业服务行为，提高物业服务质量，树立行业优秀典型，北京市住房和城乡建设委员会组织并负责“北京市物业管理示范（四星）和（五星）项目”考评的监督管理工作。考评的程序大致为：申报、资格审核、现场考评和公开答辩四个环节。依据《北京市物业管理示范项目考评标准及评分细则》，现场考评总分值在98分以上（含98分）且通过现场答辩的项目，才能被授予北京市物业管理示范（五星）项目称号。

据悉，2012年北京市4000多个物业管理项目中有217个项目提交申报。经过专家审核，其中仅有包括亮马桥外交公寓在内的3个项目被评定为2012年度“北京市物业管理示范(五星级)住宅小区”。



亮马桥C区别墅

一、地理位置

亮马桥外交公寓，位于东三环与亮马桥路交汇处的第三使馆区，紧邻美国、法国、日本、韩国等使馆，并与加拿大国际学校、德国学校等知名国际学校遥相呼应，国际氛围浓厚。同时，该区域地处燕莎商圈核心地带，是各国外交官、跨国企业高端商务人士办公、居住的首选。

二、交通

交通便捷，步行5分钟即可到达地铁10号线亮马桥站。周边多条道路主干线纵横交错，无论是前往市中心，还是前往首都机场，驾车20分钟内均可抵达。

三、环境

C区别墅由2栋独栋办公楼和5栋联排别墅构成，占地面积约6500平方米。绿化率高达35%，在此居住、办公，舒适感受不言而喻。

四、格局

独栋别墅面积约1800平方米，可作为小型使馆办公用房。联排别墅，每栋均设计为8室4厅8卫、建筑面积580平米的精装三层建筑，并附带半地下室一层，可作为外交官住宅。一层为宽敞明亮的客厅、餐厅，挑高高达3.6米，可容纳20余人同时就餐，是理想的聚会、宴请之处；二层设有多功能厅，是家庭成员休憩娱乐，尽享天伦之乐的场所；三层主卧室，地面由实木地板铺就，色调沉稳温暖，配有水晶吊灯，高贵典雅，采光充足，通风良好。

五、服务

遵循DRC卓越、专业的服务理念为客户提供物业服务，包括免费为客户
提供24小时物业管理、卫星电视、冷热水、超长供暖等。同时根据客户要求可提供家电、窗帘等配套设施，以及家政等自选服务项目。C区别墅均有光纤入户，可将电话、宽带互联网、电视等多种信号高速接入别墅。住户还可免费在亮马桥会所享受游泳、健身。会所距C区别墅仅200米，步行3-4分钟即可到达，内有运动、餐饮、购物、医疗、美容美发等各式休闲娱乐场所。此外，C区别墅还设有39个车位，其中地上17个，地下22个，让住户的爱车也能有一个温馨的居所。



外交官评亮马桥外交公寓



塞浦路斯驻华大使伊欧娜·玛莉奥蒂斯

“我住在外交公寓有9个月了，我非常喜欢住在这里。作为大使官邸这里堪称完美，厨房、空调等设备设施都很理想。无论发生什么故障，维修人员都会立即赶到并修好，对此我非常满意。外交公寓楼内外公共区域，甚至垃圾房都干净整洁，楼外的花园种植着美丽的花草树木，所有员工都非常友善并彬彬有礼。这里我要恭喜你们获得北京市物业管理五星级示范称号，你们是名符其实的！”

美国驻华商务公使威廉·蔡瑞德

“首先，我恭喜你们获得北京市物业管理五星级示范项目称号。我知道北京有太多的公寓项目，能得到物业行业的最高荣誉是很不容易的。我住在这个公寓快两年半了，对我来说住在这里很理想，不但离单位近，而且服务非常周到。由于我的工作需要，经常会宴请或举办招待会，有时来宾较多，能达到七、八十人，你们的工作人员对我的客人都非常礼貌，对我的员工也很和善，只要我们提出要求，你们就会给予相应的帮助。我很荣幸地借此机会说一句：我对外交公寓非常满意！”





悦 · 享

邮箱地址: e-book@bsbdm.com.cn

春风拂面，关爱贴心

——记使节夫人高端医疗体验之旅

3月8日清晨，正值北京早春时节，微风拂面，阳光和煦。数辆“使”字头的黑牌轿车陆续停靠在北京国际医疗中心（IMC）门前，几位身着各式民族服装的外籍女士在医护人员的引导下，款款走进医疗中心体检处。她们作为莫桑比克、安哥拉、津巴布韦等国驻华使馆的馆长及副馆长夫人，受邀参加北京外交人员人事服务公司携手北京国际医疗中心及相关保险公司举办的“国际三八妇女节免费体检活动”。该活动专门为南部非洲发展共同体（SADC）驻华使节夫人量身打造，旨在体现对驻华外交官家属的人文关爱，并通过在非洲使团中普及健康保险，提升发展中国家驻华使节及其家属的健康医疗保障能力。

在北京国际医疗中心内，体检活动正有条不紊地进行着。夫人们由专门的医护人员引领，依次进行了血常规、B超、彩超、牙科和眼科等专业



检查。医生们专业细致的检查，护士们耐心周到的服务，让夫人们体验到一对一医疗服务的舒适贴心和方便快捷。体检间歇，夫人们一边品尝着免费早餐——北京特色小吃，一边兴致勃勃地交流着对高端医疗的感受。对她们而言，高端医疗健康保险并不陌生，许多非洲国家已普及了此类



保险，而政府职员、驻外外交官及家属更能优先享受这一福利。政府也愿意在有成熟商业健康险市场的派驻国，为其外交官及家属投保商业医疗保险。这样既方便投保人在签约医院就诊，享受直接结算服务，又省去大量现金垫付和传统理赔的繁琐手续，降低了政府预算风险，有效控制了开支。夫人们认为，北京的医疗条件非常优越，有许多国际化三甲医院，并能提供专业的多语种服务。她们相信在不远的将来，高端医疗将走进更多中国寻常百姓的生活。

近两小时的体检结束了，经过专家们的精心检查，夫人们对自己的健康状况有了更深入的了解，有些夫人还和医生约好了复诊的时间。走出国际医疗中心时已是正午时分，明媚的阳光带来了融融暖意，路边的花草树木春意盎然，刚刚体验了北京高端医疗服务的夫人们也带着浓浓笑意，结束了此次特别的行程。

+IMC+

INTERNATIONAL MEDICAL CENTER-BEIJING

北京国际医疗中心

Your Health Provider

in the past 20 Years

and for the future!



1993

2013

Tel: 6465 1560/1/2/3

Web: www.imcclinics.com

明年还要来中国！

——记2013年中文春令营

农历春节刚过，外交人员语言文化中心便迎来了联合国国际学校中文春令营的学员们，在这春寒料峭的季节里，中国文化之旅已火热启程……

结合去年春令营在北京和西安的成功游学经验，今年的春令营则安排前往上海参观游览。而中心的汉语及文化课程也一如既往地“给力”：精心准备的教案和旅途中教授的“快乐汉语”，使学员们的汉语会话水平在短短几天内就有了不小的提高。





在参观游览中，配合专业导游的讲解，陪同老师还从中华文化的视角为学生和家长进行深度介绍，让他们感到“物超所值，不虚此行”。在北京，他们为长城、故宫、天坛的雄伟及其历史文化内涵而倾倒，为鸟巢、水立方的壮美与新颖构思所折服，也为798艺术区的现代艺术气息所吸引，更对中国交运经济技术合作公司怀柔基地的草莓品质交口称赞，一致将采摘草莓评为此次春令营的最佳活动之一。在他们乘坐高铁抵达上海时，国际化大都市的现代感扑面而来，学员们为中国改革开放以来在基础设施、城市建设和经济发展方面的巨大成就惊叹不已。

美好的时光总显得那么短暂。在结业典礼上，学员们手捧学习证书，与中心教师依依惜别。其中有两位被美国家庭领养的中国孩子格外引人注目，这是她们被领养后第一次回到祖国。和其他孩子一样，她们对中国的一切都感到新鲜有趣，而对祖国文化的认同感更是十分强烈。其中一个叫Isabel的女孩向一同来华的美国养父母表示，明年一定还要来中国！

为什么中文春令营被誉为联合国学校所有语种春令营活动中最好的一个？答案就在每一个学员的心中……





北京胡同里的名人故居

古往今来，很多来自五湖四海的名人都隐身于京城大大小小的胡同之中，构成了一张巨大的文化“蛛网”。北京现存的名人故居之多，不胜枚举。让我们在他们曾经居住过的庭院稍作停留吧。



梅兰芳故居

西城区护国寺街9号，是一处典型的北京四合院。此院原为清代庆亲王奕劻王府的一部分，后经修缮，著名京剧表演艺术家梅兰芳（1894—1961）搬到这里居住，在这个幽静、安适的四合院里度过了他人生的最后10年。梅兰芳逝世后，这里建成了梅兰芳纪念馆。

一进大门，迎面是青砖灰瓦的大影壁，影壁前安放梅兰芳先生的汉白玉半身塑像。

庭院内种有两棵柿子树，两棵海棠树，寓意“事事平安”。

纪念馆前院现辟为展厅，以大量的照片、实物介绍了梅兰芳的艺术生涯。梅兰芳8岁起学习京剧，11岁登台，饰演青衣兼刀马旦，后来成为中国“京剧四大名旦”之首。

后院的三间北房保持了故居原貌。会客厅内摆放着梅先生使用过的硬木家具及练功用的穿衣镜、鸽子哨等，西墙上挂着清代画家沈蓉圃的《同光十三绝》。客厅的里间是起居室，东耳房是卧室，西耳房是书房，西厢房也辟为陈列室，主要展示梅兰芳的文化业绩。东厢房设为录像室，再现了梅兰芳的艺术风采。

（摘自陈光中的《北京胡同》）



关注呼吸健康，从空调清洗做起

自去年以来，PM2.5成为大家关注的一个热点，引发了大众对呼吸健康的重视。然而，已经是众所周知的PM2.5并不是对我们呼吸健康的唯一威胁，中央空调这一我们司空见惯的办公楼“标配”也潜伏着种种“危险”……

从健康角度考虑，中央空调通风系统犹如您生活空间的“肺”，掌控着您生活空间中空气的新陈代谢。然而，它内部阴暗、恒温、恒湿的独特环境，却也使风管系统成了污染物的温床和藏污纳垢的大本营，大量的病菌、病毒通过风管气流送到室内，严重时可导致室内污



北京交汇环保科技有限公司

地址：北京市朝阳区光华路44号2号楼一层

邮编：100020

电话：010-8532 2768

传真：010-8523 2789

电子邮箱：bjjiaohui@126.com



染是室外污染的15-30倍。有关调查表明，室内空气污染来自不洁空调通风系统的比例高达42%-70%。不仅是病菌与病毒，中央空调造成的空气污染与PM2.5也“息息相关”，这些微小颗粒如果不及时清洗，会通过中央空调在室内反复循环，危害人体健康。具体来讲主要有以下三个方面：

1. 空气置换效果较差：使用中央空调的地方大多数为封闭、半封闭空间，室内空气循环利用，空气的清洁度依靠空调本身的过滤和定时输送活量新风来维持，如不及时清洗中央空调系统，相对室外空气来讲，室内

的空气就会越来越浑浊，空气新鲜度越来越差。

2. 积尘诱发细菌滋生：由于中央空调是依靠风道及出风口将处理后的空气送入房间，风道属密闭空间，而室外空气中各类悬浮颗粒物不能完全被空调过滤装置所阻隔，因此微细灰尘便会进入风道并黏附在风道内壁上，加之大多数风道狭小，日积月累便形成大量积尘，极易滋生各类有害微生物。

3. 寄生物和昆虫的摇篮：由于风道布置大多处于楼宇吊顶板内，加之风道内四季温、湿度较为适宜，因此常常成为寄生物和昆虫滋生的温床。



公司简介

北京交汇环保科技有限公司隶属于北京外交人员服务局。公司自成立之初，就按照相关国际及国家标准建立了质量、环境和职业健康安全管理体系，并于2008年成为国内首家同时通过三体系认证的集中空调通风系统清洗的专业公司。公司采用国内最先进的专业空调清洗设备，以专业化的操作团队，利用摄像监控系统实现清洗过程可视化操作。目前，已承接的项目有外交人员服务局办公大楼、钓鱼台国宾馆、钓鱼台大酒店、国际俱乐部等多家宾馆、酒店、写字楼的集中空调系统清洗项目，同时还承接了部分大型公共设施的通风管道系统清洗工作，凭借专业周到的服务获得了客户的广泛好评。公司将继续秉承“为您服务，让您满意”的理念，竭诚为广大客户提供专业、优质、高效的服务！



江山一线的国家

——智利

文/张沙鹰

(作者曾任中国驻智利大使)





咫尺天涯的神奇

上中学学地理时，我就对智利这个世界最狭长国家特殊的地形、地貌深感惊奇。这么一个纵观南纬18—56度，长达4200公里，平均却仅有180公里宽的国家，真像倚在南美洲腰间的一把利剑。细细学来，知道智利国土的面积算上“地球之脐”——复活节岛和其他岛屿，却有75.6万余平方公里，竟然比德国、奥地利和意大利面积之和还要大些。可整个国家山水一线，天地咫尺，一段国土从海拔7000多米的阿空加瓜峰向西陡然坠入太平洋中7500米深的塔尔塔尔海沟，无疑是世界上绝无仅有的地势跌宕，怎不令人咋舌称奇。多年之后，我有幸来智利工作和生活，亲身体会这个遥远国家的神奇。外出旅游，乘汽车走几个小时山路，你就能穿越东西；而乘飞机从北到南，却比哈尔滨到海口还远。这种特别的体验，是我在任何其他国家不曾有过的。



智利人传说，上帝造世时，在完成全球的拼图后，只剩下块少雨的沙漠、两条并行的山脉、小块的山谷和牧场、星星点点的河流、湖泊，还有一大片汪洋和众多的小岛、海滩。往什么地方放呢？他信手把剩下的所有材料，全部堆砌在最遥远的角落——南美洲大陆的西侧，于是便有了智利。有人说这是造物主画龙点睛的神来之笔，也有人说这是废物利用的无心之作。日月沧桑，这倒成了这片神奇土地的谶语，凭人去预测这个国家的命运和未来。

绝地逢生的智利人

人们说，在智利不存在一成不变和循规蹈矩的观念，甚至由于地震多发，连地壳安全的概念都是奢谈。一切都处于运动、变化和差异之中，而且常常是意料之外。诺贝尔文学奖得主、智利著名诗人聂鲁达形容智利人“像贴附安第斯山而生的蜗牛”。我想，大师形象不过地描绘出智利人民艰难的生存环境和他们积极的生活态度。智利背靠高山，面向大洋，除中部小片沃野、牧场和森林外，北部沙漠、群山，南部冰川雪原，人的生存条件不能说不险恶。然而置死地而后生的智利人民，经过多少世纪的艰苦奋斗和开拓创新，硬是把一个立锥之地改造成各具特色的经济发展区块。今天的智利不仅铜矿砂、硝石等传统产品产量出口名列世界前茅，木材、纸浆、鱼粉、养殖三文鱼等非传统商品的出口，也迅速跃居世界前列。近些年来，智利经济持续高速增长，金融活动得到有效监管和控制，大大增强了应对世界性危机的能力。根据地域条件，能把国民经济规划和发展得如此井然有序、成效显著，智利不愧是一个榜样。“立锥莫笑无余地，万里江山笔下生”。英勇的智利人民在穷山恶水之地成功地画出了让世界赞叹的美丽画卷。



“奎卡”舞中见风情

浩瀚的太平洋是智利人宽阔的胸膛。智利人民热爱和平，寻求与他国人民和平共处。人称智利人是“毕生的行者”，他们始终以开放的视角、虚怀若谷的求新精神拥抱拉美，拥抱世界，为使国家尊严地融入全球化发展的进程，沉着而坚定地探索前行。

在智利每到一处，当地的主人总会穿着节日盛装，用流行全国的民间歌舞“奎卡”欢迎远方的来客。男士头戴礼帽，身着“蓬裘”披肩，足登长靴马刺，手挥白色丝绢；女士头戴平帽，身着黑色紧身上衣，腰系深色长裙，手摇红色丝绢。舞曲和缓，舞步款款。舞蹈英武中透着和煦，朴实中显现优雅，让你一下子就感悟到“朋友来了有好酒，豺狼来了有猎枪”的比喻。舞如其人，智利人的风情风貌在“奎卡”舞中尽显无遗。





中智两国贸易往来各取所需

——智利驻华参赞专访

2013年2月5日，智利驻华大使馆商务投资参赞金龙先生在智利驻华大使馆接受了本刊的特邀访问。以下是专访全文：

《悦读BDS》：中国是智利目前最大的贸易合作伙伴和商品出口国。请您简要介绍下近年来中智贸易往来情况和发展前景。

金龙：自智利和中国签订“自由贸易协定”以来，中智两国贸易关系取得了长足发展，中国是拉美主要的贸易伙伴之一，更是智利目前最大的贸易伙伴。越来越多的智利产品开始在中国受到大众的欢迎，目前智利已成为中国进口新鲜水果的第二大供应国。我们希望通过不断的努力，逐渐让中国消费者更好地了解智利，以及智利所提供的高品质、安全可靠的商品。随着中国经济的飞速发展和中国民众购买力的增强，我们相信在

不久的将来，更多的人会了解到好品牌和高品质的商品不仅产自欧洲和美国，其他国家像智利也有可信赖的高端商品。

《悦读BDS》：智利非常重视经济发展和环境保护的相互平衡，请简要介绍贵国在这方面的经验。

金龙：首先，智利非常重视这方面的问题，对产



品的清洁生产要求很高，并且有严格的产品检验程序。智利标准委员会对出口商品都会严格把关，不仅检查产品的质量，甚至会检查供应商的整体情况，绝不容许不合格的商品出现在海外市场上。一旦发现问题，公司就会受到查处，甚至关门停业，因此可以说，智利首先在意商品的质量，然后才是价格。其次，智利是一个生态环境良好的国家，关于环境保护的法律法规非常严格，特别是针对矿业等容易造成污染的行业。

《悦读BDS》：智利在对外贸易及吸引外资方面有哪些优惠政策？

金龙：智利是一个开放性的市场，智利政府欢迎所有海外企业的投资项目。智利大使馆有一个专门的机构——智利贸促会，它的主要作用是架起进出口贸易的国际桥梁。2014年初我们在北京会有一个大型的商讨会，希望借此机会使中国企业更多地了解智利。另外，如果中国企业想去智利考察的话，我们也会提供帮助。中国企业和我方在贸易合作时可按照相关规定签署协议，这样中方在智投资期间，不论智利国内投资政策有何变化，都可保持50年内企业缴纳税额不变。同时，建议投资者到智利去体验尝试一下，你会发现智利有很多高端品质的商品和投资机会。

《悦读BDS》：作为智利驻华大使馆商务参赞，请您为我们的读者简要介绍几种智利的特产、几个旅游胜地及一些特别的风土人情。

金龙：我认为智利有4个有特色的地方，它们会带给你不同的体验。首先是景色秀丽的南极洲，与智利南部隔海相望，最适合夏天去进行一番独具韵味的探险。然后是位于智利中心的“酿酒厂”，离圣地亚哥很近，您可以在那里品尝酿制出的酒和酿酒用的葡萄，并且观看和感受酿制的整个过程。智利的复活节岛以其石雕像而闻名于世，没有人知道它是怎么来的，这无疑增添了复活节岛的神秘历史色彩。最后值得一提的是智利北部的沙漠，在那里有330天都拥有晴朗的天空和阳光，堪称天文爱好者的天堂。在那里，你可以用望远镜在晚上近距离欣赏璀璨星空。



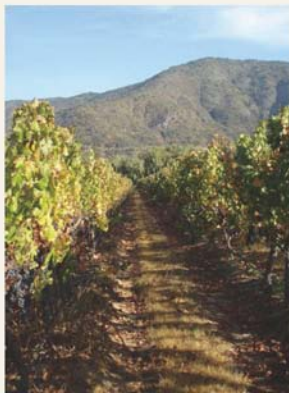
智利葡萄酒

智利，作为新世界葡萄酒生产国中的佼佼者，有着450年的葡萄酒酿造史，比美国加州早200多年，比澳大利亚早将近300年。其葡萄酒风格明朗，口感柔顺，浓郁醇厚，性价比极佳，在国际市场中独领风骚，遍布世界各大洲，备受英国、美国、德国、日本、巴西等国消费者的欢迎。

智利葡萄种植区的气候为地中海气候，降雨集中在冬季，春末开始干旱，到秋末结束。这里的日夜温差大。日照时间长，夏天的相对湿度仅为55%-60%。其得天独厚的气候对葡萄树的光合作用帮助很大，晚上低温又

给与葡萄树充分的休息，是葡萄成熟的最理想条件。智利由于夏天干旱，葡萄很少得病，加上天然的环境，是唯一没受根瘤蚜虫（Phylloxera）伤害的重要葡萄酒生产国。这样好的种植环境，在全球是独一无二的。

“好的葡萄酒七分靠原料，三分靠工艺。”质量上乘的葡萄再加上完美的工艺，其结果自然不言而喻。那绚丽的色彩、纯正的香气、丰厚的酒体和悠长的回味真是让人叹为观止。





米高桃乐丝智利黑色庄园 初选干红葡萄酒

基本信息

产地：智利—中央山谷

酒精度：14%

年份：2011 规格：75clX6

葡萄品种

100% 赤霞珠

感官特色

视觉：红宝石色彩。

气味：野生浆果、甘草及香料气息，并伴有皮革味道。

口感：单宁出众，果香十足，口味醇厚

适配菜肴

适于搭配冷盘、香肠、烤肉及肉类菜肴。适于储存温度18℃。

米高桃乐丝智利黑色庄园 优选干红葡萄酒

基本信息

产地：智利—库里科谷

在法国橡木桶存放15个月

酒精度：14%

年份：2009 规格：75clX6

葡萄品种

100% 赤霞珠

感官特色

视觉：红宝石至褐色。

气味：香气平衡圆润，典型的太平洋赤霞珠香气。

口感：口感强劲，丰满，回味持久。

适配菜肴

适于搭配烧烤、禽类等肉类菜肴。



北京外交人员综合服务公司

地址：北京市朝阳区光华路44号

电话：(010) 6500 6303

电子邮箱：cscwine@dcsc.com.cn

京东商城网店：<http://mall.jd.com/index-32476.html>



米高桃乐丝智利黑色庄园 珍藏干白葡萄酒

基本信息

产地: 智利-中央山谷

酒精度: 13.5%

年份: 2012 规格: 75clX6

葡萄品种

100% 长相思

感官特色

视觉: 清爽的淡金色

气味: 苹果、茴香及成熟热带水果的混合香气

口感: 口感丝滑, 酸度适中, 回味悠长

适配菜肴

可作为开胃酒, 或配以烤鱼肉, 搭配酱汁, 适于储存温度10℃



米高桃乐丝智利黑色庄园 珍藏干红葡萄酒

基本信息

产地: 智利-中央山谷

在法国橡木桶中存放七个月

酒精度: 14%

年份: 2011 规格: 75clX6

葡萄品种

100% 赤霞珠

感官特色

视觉: 红宝石色彩

气味: 精致的甘草香气伴有皮革味道

口感: 单宁柔滑, 口感优雅, 回味持久

适配菜肴

适于搭配冷盘、香肠、烤肉、家禽及肉类菜肴。适于储存温度18℃



上述酒品在京东商城网店“使节品尚”有售



龙西埃西拉子珍藏干红葡萄酒

产地：智利-阿空加瓜山谷

级别：珍藏级

年份：2009

酒精度：13.5%vol

规格：750ml

葡萄品种：西拉子

视觉：深邃红宝石色彩

气味：浓烈的成熟水果、香草和巧克力味道。

口感：丰富圆润，单宁持久，结构平和，回味绵长持久。

适配菜肴：搭配烤羊排、牛肉、奶酪口感更佳。



北京外交人员免税商店

地址：北京市朝阳区光华路44号

电话：(010) 6532 4678

电子邮箱：bjdfssd@vip.sina.com

公司网址：www.bjdfs.com

龙西埃佳美娜珍藏干红葡萄酒

产地：智利-阿空加瓜山谷

级别：珍藏级

年份：2009

酒精度：13.5%vol

规格：750ml

葡萄品种：佳美娜

视觉：明亮的红宝石色彩

气味：红色果实、香辛及烟熏气味。

口感：单宁和谐，酒体平衡，回味醇厚。

适配菜肴：搭配烤红肉及家禽口感更佳。



以上两款为完税商品



蒙特斯富乐

原产地：圣库里克（空家瓜谷）

年份：2005

酒精度：15%vol

规格：750ml

葡萄品种：100%西拉

视觉：深宝石红色

气味：带有明显的成熟深色水果（黑莓酱）和优雅的香草气息。

口感：入口层次感强，像成熟的深色水果、黑莓和熟透的李子，带有西拉典型的烟熏味道。富口感，回味长。

储藏建议：蒙特斯富乐可以立即饮用，但是陈酿20年以上品质更佳。



蒙特斯紫天使 2004

原产地：蒙特斯单独酒园

年份：2004

酒精度：14.5%vol

规格：750ml

葡萄品种：92% 卡门尼雅+8% 小味儿多

视觉：深紫色

气味：深色浆果和香料的混合香气。

口感：酒体丰厚，大量成熟的单宁赋予收敛感并令酒体结构更佳。

储藏建议：可陈年十年以上。

以上两款蒙特斯酒品为免税商品，仅供外交官购买。

上述酒品在北京外交人员免税商店有售

呼吸杯

众所周知，为使葡萄酒更加香醇怡人，在饮用前都要有一个醒酒的过程——将葡萄酒倒入醒酒器中，使其与空气充分地接触。这种传统方法一般都需要半小时以上。德国Eisch集团耗时5年，研发出一款获专利的无铅水晶杯。在例行的生产程序之后，酒杯还被氧化处理，透气度极高。葡萄酒倒入呼吸杯5分钟，即相当于在普通杯子里醒酒一个小时的氧化效果：酒的香气和口感变得更加醇厚芬芳。普通的葡萄酒在倒入酒杯后会被柔化得更快，酒的风味也能得到提升。除了用于葡萄酒，呼吸杯还可以用来改善烈酒、果汁和矿泉水的口感。呼吸杯对清洁方法并没有特殊的要求，只须在清洁的温水中手工洗净即可。



北京外交人员免税商店有售

地址：北京市朝阳区光华路44号

电话：(010) 6532 4678

电子邮箱：bjdfssd@vip.sina.com

公司网址：www.bjdfs.com



你会清洗果蔬吗？

市场出售的果蔬表皮上常有农药残留，食用时如清洗不当会影响身体健康。今天给大家介绍几个清洗果蔬的小窍门，读者们不妨一试：

1. 葡萄：将葡萄浸泡于水中，放入两勺面粉或淀粉，轻轻搅动，再用清水洗净。
2. 苹果：苹果浸湿后，在表皮放一点盐，双手握住苹果轻搓之后用清水洗净。
3. 草莓：先用清水冲洗，将表面的污物除去，之后将草莓浸在淡盐水中几分钟，再用清水洗净即可。需要注意的是，洗草莓前不要把草莓蒂摘掉，清洗后的草莓应在两小时内尽快食用。
4. 杨梅：用清水冲洗干净后，用盐水浸泡20-30分钟，再用清水冲洗干净。
5. 毛桃：先用清水淋湿，然后用盐涂在表面，轻搓后放在水里浸泡，再用清水冲洗，桃毛就全部去除了。



果蔬清洗通用小窍门：

1. 果蔬上残留的杀虫剂，有一些会随着温度升高而加快分解，因此，可先用清水冲洗，然后放入沸水中泡2-4分钟，再用清水冲洗即可。这样同样可以帮助去除农药残留物，比如青椒、豆角、芹菜、荷兰豆等。
2. 添加碱（小苏打）、果蔬清洗剂进行浸泡5-15分钟后洗涤，可以有效去除果蔬表面所含的有机磷杀虫剂。

中式养生秘方：饮春茶

茶性凉，苦中带甘，有去油腻、清心火、化痰消食的功效。因此春茶是早春养生的经典饮品。北宋诗人苏东坡的诗句“何须魏帝一丸药，且尽卢仝七碗茶”，生动形象地描绘了茶叶的养生保健、防病治病功能。

■ 太平猴魁



简介：

产自风景秀丽的黄山太平湖畔的猴坑。成品茶挺直，两端略尖，肥厚壮实，全身白毫，色泽苍绿；入杯冲泡，芽叶徐徐展开，舒放成朵，两叶抱一芽，或悬或沉，似乎有好多小猴子在对你搔首弄姿呢；茶汤清绿，香气高爽，蕴有诱人的兰香，味醇爽口。头泡香高，二泡味浓，三泡四泡幽香犹存，具有独特的“猴韵”。

功效：

提神醒脑、抑制动脉硬化、防暑降温、护肤美容、视力保健

冲泡方法：

1. 选择高杯玻璃杯；
2. 取茶叶3-5克，将根部朝下放置杯中；
3. 用90℃开水冲泡，首次加水1/3杯，等待一分钟，茶叶将逐渐浸润舒展成形；
4. 待第二次加水，3-5分钟即可。



■ 六安瓜片



简介:

中国十大历史名茶之一，简称瓜片，产自安徽省六安，为绿茶特种茶类。唐朝称“庐州六安茶”，为名茶。明朝始称“六安瓜片”，为上品、极品茶。清朝时成为朝廷贡茶。采自当地特有品种，经扳片、剔去嫩芽及茶梗，通过独特的传统加工工艺制成的形似瓜子的片形茶叶。“六安瓜片”具有悠久的历史底蕴和丰厚的文化内涵。

功效：提神醒脑、抗衰老、抗菌、瘦身减脂

冲泡方法：

1. 润茶：先用少许80℃水温润茶叶；
2. 摇香：“摇香”能使茶叶香气充分发挥，内含物充分溶解到茶汤里；
3. 品茶：初次冲泡，此时舌与鼻并用，可从茶汤中品出嫩茶香气，顿觉沁人心脾，此谓一开茶；饮至杯中茶汤尚余三分之一水量时(不宜全部饮干)，再续加开水，谓之二开茶，茶汤正浓，饮后舌本回甘，余味无穷，齿颊留香，身心舒畅；饮至三开，一般茶味已淡，续水再饮就显得淡薄无味了。



ST REGIS

BEIJING
北京瑞吉酒店

大堂酒吧

北京瑞吉酒店一层

上午8:30至次日凌晨1:00

请付人民币，并加收15%服务费

太平猴魁

158每杯

被誉为中国尖茶之冠，汤色青绿透明，滋味鲜爽醇厚，回味甘甜。

六安瓜片

128每杯

色泽宝绿，起润有霜，汤色澄明绿亮，香气清高，回味悠长。有消食，解毒，美容之功效。

西湖龙井

128每杯

色香味形俱佳，淡清而香远，茶汤鲜纯嫩香，香气清醇持久，滋味鲜醇甘爽。

碧螺春

128每杯

以形美、色艳、香浓、味醇闻名中外。叶形规整，芽嫩毫重，花香果味，鲜爽生津。

■ 西湖龙井



简介:

西湖龙井茶，因产于中国杭州西湖的龙井茶区而得名，中国十大名茶之一。茶有“四绝”：色绿、香郁、味甘、形美。特级西湖龙井茶扁平、光滑、挺直，色泽嫩绿光润，香气鲜嫩清高。清明节前采制的龙井茶简称“明前龙井”，美称“女儿红”。泡一杯龙井茶，喝出的却是世所罕见的独特而骄人的龙井茶文化。

功效:

清热利尿、减肥养颜、延缓衰老、消除疲劳

冲泡方法:

1. 冲泡水温：85-95℃沸水（切不可用即开开水，冲泡之前，最好凉汤，即在储水壶置放片刻再冲泡）。
2. 冲泡置茶量：3克/杯（或因个人口味而定）。
3. 冲泡用水的选择：纯净水或山泉水(普通水多次沸腾会降低水中的含氧量，影响茶汤滋味)。
4. 冲泡器具选择：陶瓷、玻璃茶具皆可。
5. 用开水温过杯，倒出水，再投放茶叶，然后倒五分之一杯开水，浸润，摇香30秒左右，再用悬壶高冲法注下七分满之开水，35秒之后，即可饮用。



北京国际俱乐部有限公司 北京瑞吉酒店

地址：北京市朝阳区建国门外大街21号

预定电话：(86 10) 6460 6688

公司网址：www.stregis.com/beijing



■ 碧螺春



简介：

中国十大名茶之一，属于绿茶，产于江苏省苏州市太湖洞庭山，那里的土壤呈微酸性或酸性，质地疏松，适宜茶树生长，由于茶树与果树间种，所以碧螺春茶叶具有特殊的花朵香味。据记载，碧螺春茶叶早在隋唐时期即负盛名，有千余年历史。传说清康熙皇帝南巡苏州赐名为“碧螺春”。

功效：

兴奋作用、抑制动脉硬化、抑菌、减肥、防龋齿

冲泡方法：

水以初沸为上，水沸之后，用沸水烫杯，让茶盅有热气，以先发茶香。因为碧螺春的茶叶带毛，要用沸水初泡，泡后毛从叶上分离，浮在水上，把第一泡茶水倒去，第二泡才是可口的碧螺春，但最好的茶是第三次泡的，茶的香味才充分发挥出来。



编辑部

主 编：北京国际俱乐部有限公司 陈辉

副 主 编：北京外交人员房屋服务公司 杨怡

责任编辑：局信息与培训中心 李梦颖

总 务：局信息与培训中心 傅翌帆

美术编辑：局信息与培训中心 石琳

英语翻译：龚乃绪



邮箱地址：e-book@bsbdm.com.cn



北京外交人员服务局
BEIJING DIPLOMATIC SERVICE

<http://www.bsbdm.com.cn>



[email:e-book@bsbdm.com.cn](mailto:e-book@bsbdm.com.cn)