

## 我院成为全国外经贸认证考试中心考区

**本报讯** 中国对外贸易经济合作企业协会批准,我院已正式成为全国外经贸认证考试中心考区(授权编码为517012),主要承办由全国外经贸

## 小朋友走进大学课堂

**本报讯** 近日,40余名幼儿园小朋友跟着他们的妈妈来到我院幼儿教育专业课堂,亲身体验《幼儿教具制作》的课堂知识和专业实训。

在课堂上,老师灵巧而娴熟的手工制作技能和生动形象而富有启发式的解说,深深吸引了一个个小朋友的眼球。他们也跃跃欲试,跟着老师一起动手制作。有不少家长针对孩子感兴趣的问题与老师进行了互动交流,场面十分热闹。在幼儿保育综合实训室,小朋友们开心地在这个

## “扬子江药业班”开班

**本报讯** 医药与健康管理体系、扬子江药业集团合作订单培养班“扬子江药业班”开班仪式于近日举行,扬子江药业集团人力资源部副部长李振波、我院教务处长赵军等出席。仪式由系常务副主任袁加程

## 生化学院培训淮安地区食安办员工

**本报讯** 近日,生物与化学工程学院陆正清、史战略等老师应邀来到淮安城区郊区服务中心,为该地区肉皮制品加工人员进行食品安全生

### 尊敬的心理老师:

您好!我现在是一名大二女学生,最近感觉很迷茫,压力很大,我是一个要强的女孩,也能吃苦,有远大的目标,总不甘心做一个很平凡的人,所以每次考试时,我都会给自己很大的压力,这让我觉得很紧张,老师,有什么方法可以减轻我这些压力吗?希望您能给指点指点!

### 张同学:

你好!压力是生活中不可或缺的一部分,我们不能消除一切压力源。不过在这里,我可以告诉你一些关于应对的身体、行为、认知压力的策略,这样可以降低你在大学生活各种需要、做出各种调整的过程中产生的焦虑和紧张。

身体方面,学会放松。可以通过专门的放松训练,学会在面对压力时控制住抵抗和逃避的反应,增加更加清楚地思考能力;另外,沉思默想也是达到放松的一种有效方法,体育锻炼为能量的释放提供了一种健康之路,生活中安排有规律的锻炼也是从身体角度降低压力的一种方法。充足的睡眠同样可以为身体减压,满足充足的睡眠才能更好的面对各种各样的学业要求。

行为方面。从行为方面减压的方法有很多种:大学生在时间利用上有很多的要求,你要学会按照不同

**本期话题:** 对于当下社会很多女孩子盲目追星,甚至为此做出许多不理智的事情,对此你有什么看法?

**会电 135 姜欣彤:** 追星现象是我们这个时代的产物,明星的涌现必然会引起人们的注目,诱发人们的兴趣和爱好,特别是有些女孩子从喜爱明星、学习明星、模仿明星,甚至会迷恋明星,这本是无可厚非的事。但是盲目的追星会造成许多不良后果,有些人为了追星而不顾一切,荒废学业,丢失工作,产生诸多矛盾,这样就会危害社会。我认为,星可追,但要有度,要有分寸,一旦深陷其中而不能自拔就有害无益了。

**烹饪 126 徐倩:** 女孩子追星这种行为本身无可厚非,但要建立在有理智的基础上。纵观当今社会,不计其数的女孩子为了追星做出伤害父母以及好友的事情,实在叫人匪夷所思,不得其解。一直陪在身边的才是最亲的人,而不是明星,为什么要为了不相干的明星而伤害最亲的人呢?我认为十分不值,再者言之,倘若被所追的明星知道这种行为,又要你何感想呢?

**食工 122 冯正文:** 我认为盲目追星是绝不应该的。盲目追星阻碍了女孩子正常的行为交际,使她们的人生有了一定程度上的扭曲,甚至于迷失本性。面对这种盲目崇拜而导致的不良现象,我们的社会应该如何予以重视以及正确引导。青年人更多的应该是敬仰有所作为的人而非崇拜光鲜亮丽的明星,这是价值取向的问题。

(赵月影 提供)

## 标题新闻

韩国全州大学李锡仁校长来我院交流访问

台湾环球科技大学董事长许淑敏访问我院

南京交通职业技术学院贾俐俐书记访问我院

生化学院迎来锡林郭勒职业学院交流生

## 十八届省运会高校部比赛中我院获佳绩

**本报讯** 近日,江苏省第十八届运动会高校部田径和羽毛球竞赛落下帷幕,我院代表队获得团体第六的好成绩,共有来自全省各大高校71支代表队,一千多名运动员参加比赛,我院

## 我院两项成果获省高校创新奖和优秀论文奖

**本报讯** 日前,在由省教育厅主办、省高等教育学会、学生管理研究委员会承办的江苏省高校学生教育管理“创新奖”和优秀论文评比活动中,我院1个项目和1篇论文获奖。我院申报的《高职院校学生素质教育实行项目化管理的实践与思

## 财贸学生获省高职院校市场营销技能大赛银奖

**本报讯** 4月25日至27日,由省教育厅主办的2014年江苏省高等职业院校首届市场营销技能大赛,在无锡商业职业技术学院举行。财贸学院吕强、盖仁亮、王涛、杨毅四位同学组成的参赛团队,在市场调研、目标市场选择、营销策略组合、财务报表分析等

## 财贸学生获省高职院校银行综合业务大赛三等奖

**本报讯** 4月27日,2014年江苏省高等职业院校“智盛”杯银行综合业务技能大赛在江苏财经职业技术学院举办,来自全省的13所高职院校

## 机电学生获省高职院校自动化安装与调试三等奖

**本报讯** 4月25日至27日,机电工程系李鹏杰、刘文东两位同学在江苏省教育厅主办的省高等院校校自动化生产线安装与调试竞赛

## 财贸学生获省高职院校会计技能大赛三等奖

**本报讯** 4月25日,财贸学院李伟佳、孙凯玉、王瑞萍、宋晓慧四名同学在江苏省教育厅主办的“会计技能”大赛中,经过激烈角逐,荣获团体

## 信息师生获省高职院校动漫设计大赛三等奖

**本报讯** 4月26日,在教育厅主办的江苏省高职院校“动漫设计与制作”大赛中,我院参赛师生协同创作,凭借作品“一米文明”微视频作品,获得本次大赛三等奖,实现了首次参赛

## 我院获省体育课程方案设计赛三等奖

**本报讯** 日前,由省体育教学指导委员会主办的“2013年江苏省高职院校公共体育课程方案设计比赛”评审工作已经结束,经过各高校自行申报、网络评审和专家评审等程序,最终我院荣获该项比赛三等奖。基础教育学部高度重视此项比赛,根据

## 食工学生在市科技创业赛中获三等奖

**本报讯** 5月13日,由淮安市科技局、市高新技术创新中心、市科技企业孵化器协会等联合举办的市第四届大学生科技创业大赛中,我院食品与营养工程学院孙振同学带领的团队项目《灵芝发芽糙米系列饮品》

## 热血男儿公仆心

——缅怀我的父亲李伯华

父亲离开我们已经一个多月了,可是他的音容笑貌时时刻刻浮在我的脑海里。他是一位热血男儿,又是一位人民的好公仆,是我一生的偶像和楷模。

父亲生于1921年,已93岁了,正月初八母亲过生日时,我还见他精神很好,走路也不用扶,吃饭时还喝了一小杯白酒。怎么也不想到,时隔数日会突然离世。

父亲的一生是革命的一生,是一个严格律己的共产党员的一生。父亲幼年丧父,是祖母,这位伟大的母亲把5岁的父亲和不满周岁的叔叔拉扯大、培养成人。在人生夹缝中求生的幼儿寡母养成了勇敢顽强、坚定自立、敢于担当、爱憎分明、嫉恶如仇等优秀品

岁月的斑驳布满时间的隧道,化作一束光稀稀疏疏的从树叶间隙中穿束下来。哦,这大概是时间老人对我的喃喃细语吧!

抬头望天,思绪随着远方的白云也愈飘愈远……习惯带上耳机,徜徉在自己的世界中,享受放飞的快乐。我大概是个爱回忆的人,喜欢打开心中那张泛黄的扉页去寻找曾经遗失的美好。

思绪回溯到五六年前的那间教室,驻点。

依旧是那间教室,依旧是那些桌椅,而今物是人非,只有回忆定格。同桌,你可曾知道你爱笑的模样是如此的可爱,你可曾知道你认真写作的神情是如此专注,你可曾

知道你在操场奔跑的身影多像一头活泼的小鹿……关于你的回忆太多太多,让我想用一生的热情将这这份美好驻落在心中最深的角落。

同桌的你,今夜月光洒满长亭桥,我只想拥一捧月光送给远方的你,曾经的回忆让我感觉如此的温馨,当树叶落了又落,黄了又黄,当春风拂过我们的脸庞,当雨水掠过我们的眉梢,谁又能挽留逝去的风景?我们就像蒲公英,带着自己的梦,从同一个枝头出发,随着风,飘落在不同的角落,等待自己的生根发芽……那一株头,便留下了属于我们的春天的回忆。

课桌上的刻迹挤满了昨日的尘埃,轻轻拂开,是否可以寻回昔日的记忆?一切都飘散在了蒲公英的季节里……如今我们就像两条平行线,各自奔向自己的远方,走在不同的风景线上,但是升起的地平线的太阳总是如此的美丽,花开花落,静看云卷云舒,还是忘不了远方的你。

谁把你的头发盘起,谁给你做的嫁衣……若有一天,你长裙出嫁,我必短裙相伴,可好?

同桌的你,愿你一生都幸福快乐。(药松 131 童丹丹)

我与你携手春天  
大自然正汇聚一曲交响  
感受你浪漫情怀  
处处都孕育着智慧光芒  
  
你是美丽的精神家园  
心灵回归故乡  
优雅风韵让人如痴如醉  
神采映照多少向往  
  
走近你春天课堂  
谨慎知识进发的力量  
你的博大精深蕴含  
开启我人生希望  
  
风雨为我前行洗尘  
岁月难改衷肠  
我坚守的铿锵步履  
每节音符都为你的颂歌唱  
  
(机电工程系 潘华)

格的敌人。他们两人端着枪举着手榴弹冲进去,喊道:“缴枪不杀!”敌人惊呆了,不知道有多少解放军,都乖乖地举手投降,没费一颗子弹就俘虏了七个敌人。在一次空袭战中,父亲爬到敌人地堡前,看着枪孔里伸出的枪靶,吐着火舌阻挡我军前进,手中又没有手榴弹,就把一把拉住敌人的枪筒,把枪拽了出来,自己的胳膊上也留下长长的伤口。

在解放枣庄战斗中,父亲腰部中弹,昏迷不醒,华野医院开刀取出弹片后,在当地农民家中养伤数月才归队。解放后,由国防部长常德元元帅签发的《二等残废军人证》便是父亲出生入死血洒疆场的荣誉证。(未完待续) (离退休老干部 李文远)



双馨湖 总第 105 期 褚冬 / 摄

## 《大学生的坟》读后感

朋友推荐我去看《大学生的坟》,一听说这个书名我就来了兴趣。说大学生吧,我自己就是一名大学生,而坟呢,一个不受欢迎的字眼,可是用在现在的某些大学,以及大学生身上却如此恰当,我就上大学买了一本来看。

我对书中的一个个话题都很感兴趣,那就是“软实力”。在大学之前评价一个学生的好坏往往都是局限于学习成绩,说白点就是试卷上死板的分数。家长、老师,甚至是学生自己都只关注分数,而忽略了分数体现不出的东西——软实力。软实力包括很多:活跃的交流能力、灵活的表达能力、领导力、责任心……这些都是分数无法体现的。而真正的社会与学校里的小社会还是有很大的差别的。学校和社会对人才的评价标准是不一样的;好学生与好员工的定义也是两码事。大学就是要培养软实力的地方,联想到自己身上,觉得自己在这方面也是欠缺的,着实有待提高。

刚进大学的时候对于考证、考研着实有点迷茫。不知道自己是否应该多考一点

碎步小径之间,听风过湖面却声愈匆匆,看云垂天际而色显沉沉,一刹那间竟有山雨欲来之感,果不其然还是下了。然而我喜欢听这种由悠悠寥寥转而渐渐沥沥的铃声,喜欢放荡不羁的雨,赶回宿舍,伫立窗前,凝视双鹭湖,颇有朦胧的美感,只见雨水像豌豆一样溅起很高的水花,虽然天色已黑,但雨声是这样的清脆,仿佛洗尽人生浮华般从容。

都说春雨随风潜入夜,润物细无声,人皆皆首肯以盼。它就像刚出生的婴儿一样,开始了新的章程;夏天的雨丝丝凉爽,来去匆匆,柳外轻雷池上雨,雨声滴碎荷声,自有一番不同的韵味;秋天的雨,无星无夜,滴滴霏霏,悄悄的来到,静静地离去,不留痕迹;冬天的雨潇一瓣风梅雨,独立无情惨,冷冷凄凄,忧愁多思,每每令人平添感慨。个人境遇不同,听雨的感受也就不一样,但若久逢甘霖,无论在谁的梦里,都会是一份风景。

人的一生就如同一辆火车一样,从起

以前认为,经典文学作品不需要购买,因为图书馆都可以借到。现在不这样认为了,还是买一点好。起因源于女儿上学,为应对考试,老师要求读一些指定经典书籍,起初我到图书馆借,借回去,女儿并没有通篇阅读,只读老师指定章节,不知道这算不算读书?少时这种读书模式和经历,也就成了现代不少大学生已经读过经典的理由?为了对得起来回搬运的辛苦,再看着那些熟悉的书名,我忍不住自读了一些,读后又购买了部分,年过不惑,已基本知道该如何生活,非功利性地阅读,让我感受到了与大学时代不一样的“滋味”。

艾斯米拉达纯真善良,让我想起心不古、世风不洁的无语;黛玉香魂红楼梦的遗憾,让我想起古今之变,社会观的无累;安娜矛盾的抉择,让我想起理性追求,生死自立的无奈;冉阿让的反抗与罪赎,让我想起大赦于罪,让我想起慷慨自醒、老人在海中挣扎获得的执着;梭罗瓦尔登湖畔的静思遨游,让我想起虚实相掩,急功近利的无累;保尔立岗尽责,让我想起人浮于事、不督不行的无端;八成人性真实的灵现,让我想起不变天性、不夺人伦的无间……

二十多年前阅读是为了摆脱无知,所以囫圇吞枣;二十多年后的阅读心静如水,满目人性的光辉。那光辉正如恒星的光辉,长久、闪烁,但丝毫没因数百年时间隧道的影响而暗淡。他不像理论会随着时代的发展而过时,他也不会像政治意识形态需要努力明辨。阅读之间,忽然明白,对于大众真正值得收藏的就是这些文学经典,因为他与大众的生活最近,他与大众的性情最近,他也是大众文化传承的最佳载体。

我不知道许多青年偏好“娱乐至死”的意识或者无意识的结果是什么,但曾经的“经典”文学作品不应被淡出视野。文化传承,家风兴立,也当从阅读经典文学作品开始。(乡 栲)

## 心舞

瞧,窗外的阳光在对我召唤,不忍辜负这份明媚,去公园欣赏自然是对她最好的回报。

来到公园中,漫地的青草向我卖力地挥着手,传达着春的消息。正是这种活力将我又一次的从朦胧睡意中唤醒,身旁的鸟儿也奏起了交响曲,花儿也不甘示弱的舞动起来。有那么一瞬间似乎来到了童话世界,身边没有嘈杂的汽车声,没有满是灰尘的空气。只有那悦耳的歌声,与纯净的心灵在舞动。

微微的起了一阵清风,将一缕淡红带到我的眼前,一个跟跑我搂住了她,随着风迹我找到一株婀娜的桃树。她发髻上的清韵萦绕着我的呼吸,久久不能散去,似乎心又一次的沦陷了。

时间就在这不知不觉中偷偷溜走,明媚的太阳也转为一抹彩霞。用极绚丽又不失低调的颜色诠释了了这一天的朝气与我心的沉醉。虽然时间总有一天会带走这一切,带走这青翠韶华,但是我心就在这儿,永远的为之徜徉。(海关 131 沈樱)



和朋友相处,不欠人情账,讲究“投之以桃,报以李”滴水之恩,涌泉相报”,我觉得亲人之间更应这样。所以,亲人之间,我们更要力求做到不欠人情账。当然,亲人之间的人情账并不好计算,因为亲人之间的付出是心甘情愿的,并且付出时是没有想要收到回报的。正是因为是亲人的不计回报,我们才有良心,才更要加倍回报。我们回报的目的也是为了让家和睦减少矛盾,更加和睦。因此,我们要回报父母的含辛茹苦的养育之恩;要回报在我们困境之时慨然解囊,无私帮助我们的人情账;我们要回报了我们的工作,默默支持我们的亲人们……当然有的恩德,如父母养育之恩,我们终其一生也无法回报,也是说我们会有无法还完的人情债。“谁言寸草心,报得三春晖”!那就需要我们尽力回报,回报多少就回报多少,另外还需要我们心存感激,把爱的火焰传递下去。(心灵港湾 供稿)

## 经典感悟

## 不欠人情账