

副校长王正调研临海校区食堂运营



9月19日中午,副校长王正深入临海校区各食堂调研运营情况。校后勤服务管理处领导班子、食堂负责人等陪同。

王正每到一食堂,都详细了解管理运营等情况,并与正在用餐的同学亲切交谈,了解用餐排队时长、菜价、菜品等大家普遍关心的一些问题。在听取食堂相关负责人关于各食堂本学期来的运营情况汇报后,王正强调,一要高度重视。严格按照合同办事,抓落实、促整改。二要积极主动。对于

可能存在的问题,要制定预案,积极引导;完善监督机制,邀请师生参与监督管理;加强菜品研究,提升质量,树立各食堂的品牌菜。三要加强宣传。加强与各学生机构的联系,并通过学校信息网、微后勤等多渠道宣传、通报餐饮信息,增加透明度。四要通盘考虑。合理规划,优化布局,综

合利用各经营场所。

据悉,校后勤服务管理处党政高度重视临海校区食堂的运营,进行了多次专题研究,商讨对策。建立48小时应急处置机制,及时解决问题;拓展三楼售卖窗口和学生就餐座位,分流高峰就餐压力;严格审核各食堂菜价,并要求做到明码标价后方可销售等措施。下阶段将持续跟踪关注,努力提升师生的就餐满意度。

陈海军

省疾控中心来校交流洽谈防艾试点工作



9月18日下午,省疾控中心周欣、台州市疾控中心汪刻灵和临海市疾控中心副主任叶小红、张震一行来我校就高校学生预防艾滋病试点工作落实情况进行交流。后勤与基建党总支书记张礼强出席并主持洽谈会。

会上,张礼强书记代表学校对周欣一行的到来表示了热烈欢迎,朱治月老师将我校2018年高校防治艾滋病试点工作计划作了

简要汇报,并将今年上半年开展的系列活动作了一个小结,双方就如何结合我校实际和试点工作要求进一步做好试点工作进行了详细的商讨。

周欣对此次要执行的试点工作之一《浙江省高校学生艾滋病检测知识和行为的横断面调查方案》进行了分析解读,双方就调查方案的要求,结合我校学生情况,落实了方案操作的具体流程。程海燕

高效到位 以心迎新——后勤全力做好服务保障工作



暑假期间,后勤服务管理处并未因高温酷暑而停止工作,反而迎来了最繁忙的日子,在炎炎夏日中默默坚守岗位,为在校师生提供优质后勤服务保障工作。为进一步改善校园整体服务风貌,做好新学期工作,后勤服务管理处有的放矢,积极部署各项事务;各中心齐心协力,恪尽职守,在各工作条块中做好各项服务保障工作。

统筹协调,部门齐心

今年暑假后勤服务管理处的改造维修项目特别多,办公室在其中主要是发挥参谋与协调作用:协助领导部署各项工作,统筹协调各中心具体工作,同时检查、督促各中心工作是否有序开展与落实,包括协助学校一号工程——临海校区的电扩容招标、施工工作,监管部分楼宇与运动场的整改等等。此外,办公室进一步做好智慧后勤平台建设,“台院微后勤”公众号已投入试运行,后勤将持续跟进完善相关工作。对于新学期的迎新工作,办公室仍将起到协调作用,将会成立迎新工作小组,各中心按其职能分工协作。同时,办公室会牵头成立检查组,对饮食、环境、卫生等各项事务进行检查。

臻于细致,寓居舒心

暑假期间,学生公寓服务中心仍在有条不紊地工作,为暑期留校的2500多名同学做好住宿、巡查、保洁、维修等服务保障工作。此

外,由于艺术学院从临海校区整体搬迁至椒江校区,学生公寓服务中心制定了周密的搬迁方案,高效部署各项搬迁工作,并安排维修工和保洁员及时对椒江校区新公寓楼的房间设备进行安装与保洁,以确保良好的居住条件。

为了同学能在新学期享受更好的住宿氛围,学生公寓服务中心利用暑假时间认真检修与清洁床铺、电风扇、空调等寝室设施,粉刷、修缮寝室墙面;并切实提高智能化服务水平,将热水使用与支付宝、微信等第三方支付工具相结合,从而方便学生用水。学生公寓服务中心还将椒江校区12号公寓楼的六人寝改造为四人寝,使学生住宿环境更加舒适。其中专门为一个因病截瘫大一新生改造了一间无障碍宿舍,并安排宿管员值班室在对面,方便该生遇到问题能及时得到帮助。

严格把关,饮食放心

餐饮服务中心在各项食品安全监管工作上均严格把关,及时解决现有问题,以保证师生的饮食健康与安全。餐饮服务中心在暑期对学校各个食堂的硬件设施进行了检修和保养,旨在消除生产安全隐患和食品卫生隐患,同时开展了全面消毒和清洁工作,为进一步改善食堂就餐环境做了充分准备。

餐饮服务中心的负责人表示,由于临海校区的艺术学院搬迁至椒江校区,临海校区的学生人数减少,所以临海校区第二食堂已经关闭;但是该校区的教工食堂在晚餐期间会向全校师生开放,欢迎广大师生前去品尝。在椒江校区除了做好日常工作外,餐饮服务中心考虑到艺术学院师生的到来,推出了风味各异的小吃,使他们能够更快、更好地适应新的校园环境。

立足整体,招标用心

为了给新学期的新老同学营造良好的学习氛围,商贸发展中心按计划暑假做好了各种准备工作。首先,商贸发展中心已完成

所有商铺的招投标工作,其中包括临海校区31处商铺,椒江校区25处商铺,都已招标成功。老商户都已退出,新商户都已开始装修,交接工作顺利完成。其次,开学前后,商贸发展中心为确保新商户按照合同要求及时开业,相关工作人员对商铺的消防安全、食品安全严格检查,并对不合格的地方及时整改,为广大师生提供令人放心的消费环境。最后,在招待所的管理方面,商贸发展中心把椒江校区学生公寓15号楼二楼共32间公寓改造为招待所。在假期中硬件改造工作与基础装修工作都已基本完成,家具、床上用品摆放到位。同时,商贸发展中心会积极做好新生家长的住宿接待工作和周边旅馆的介绍工作。商贸发展中心一直秉承管理与服务相结合的工作准则,只为打造安全、文明、和谐的购物环境,更好地服务于商户与师生。

兢兢业业,服务贴心

公共卫生与医学中心安排相关医务人员整个暑假在医务室轮流值班,为假期留校师生的生命健康保驾护航。今年暑假我校椒江校区召开浙东唐诗之路国际学术会议,公共卫生与医学中心在该会议中提供服务。除暑假的值班外,公共卫生与服务中心也积极为开学做好准备,着手安排新生体检事宜,在军训期间保障医药服务,同时做好艾滋病宣传教育。

美化环境,工作尽心

我校对环境的保护与美化向来重视,暑假期间校园环境管理中心的工作人员对校园环境保护与美化工作更是刻不容缓。暑假是全校师生休息的好时候,却也是后勤校园环境管理中心最忙碌的季节。

暑假期间,后勤环境管理中心做好常规工作,对学校生活区、教学楼、大门口等各处的草坪进行修剪与保养,同时也完成了教学楼卫生的清洁与保持工作。由于台州地区常受台风天气影响,相关工作人员考虑到门窗等基础设施在强风、暴雨天气下极易遭到损

坏,并造成不必要的人员受伤,于是购进600多袋沙袋用于门窗的固定。校内领导中层干部换届,环境管理中心负责办公室桌椅的搬迁;临近开学,校内领导常常召开工作会议,环境管理中心负责摆放会议桌上的物品并打扫会议室的卫生。对于新搬进椒江校区的艺术学院师生,环境管理中心对他们的生活环境给予了高度重视:他们在教学楼和寝室楼附近的绿化工作中增添人手,参与到校园环境的管理工作中,共同建设美丽校园。

水电服务,整修耐心

为确保学校新生接待工作圆满完成,水电与维修服务中心提早动手,对新生接待的用电、用水服务做了全面的部署和落实。在暑期,水电维修中心的工作人员放弃休假,在完成日常维修任务的基础上,参与到新的水电维修工作中。水电与维修中心圆满完成了教学楼电风扇和日光灯的全面检修、毕业生公寓房间的水电维修、校园路灯的维修、新公寓的灯线改造和椒江校区商业街的电路电表改造等项目。这些工作保障了同学日常生活中的用水用电需求以及校园内各项会议的召开。针对地下室积水问题,水电与维修服务中心对各个学院公寓的排水水泵进行了全面检修。各项检查和维修工作结束后,水电与维修服务中心还会继续加强水电基础设施的维护管理,确保新生的学习处所、生活居所、活动场所水电供应良好。

张晨刚 林佳颖 陈海军



绍兴文理学院后勤同仁来我校考察交流



9月17日,绍兴文理学院后勤管理处处长陈文平一行来我校,就高校后勤服务管理工作进行专题考察交流。校长朱先敢主持交流会,校人事处、计财处、后勤服务管理处等部门负责人参加交流活动。

校后勤服务管理处处长朱先敢主持交流会,对陈文平处长一行来访表示热烈欢迎,重点就后勤服务管理模式及运行情况等作了具体介绍。宾主双方围绕后勤体制机制改革、公务用车、校园绿化保洁管理、医务室管理、校园水电维修管理、师生食堂管理运行等进行了深入交流探讨。计财处处长杨姗姗、人事处副处长徐璐洁就学校后勤经费管理、后勤在编人员及公司合同工人管理等问题,分别与来宾进行了具体的对口交流。

会后,陈文平一行参观了椒江校区校园、学生食堂、教工餐厅等,对我校美丽校园建设、餐厅就餐环境等表示赞赏。 杨欢

学校开展2018级新生“健康教育”第一课活动



9月10日-11日,我校联合台州市疾病预防控制中心、临海市疾病预防控制中心,分别邀请台州市疾病预防控制中心防制科科长陈潇潇及临海市疾病预防控制中心副主任叶小红医生,为椒江、临海两校区4109名2018级新生讲授“健康教育”第一课。

新生健康教育第一课以大学生防艾知识宣讲为主要内容,旨在营造健康环境,追求健康生活。台州市疾控中心重点疾病防制科科长陈潇潇以“美好青春我做主”为题,依据“5331”原则向新生介绍艾滋病的传播途径与条件、预防与保护措施,强调青年人应遵从性道德,洁身自好,提高自我防范意识,警惕社交媒体喷井式发展下网约性行为等偶发性行为的出现,拥有健康的、安全的交友系统与生活环境。临海市疾控中心副主任叶小红则以艾滋病患者的自白与演讲视频开场,引出“歧视比艾滋更可怕”的观点,呼吁消除对艾滋病人的歧视与指责,引导学生分别从艾滋病基本知识、背景与疫情形势、艾滋病流行的新常态等方面深入了解艾滋病,树立直面艾滋病的勇气,从而有效预防、及时检测与科学治疗。

我校一直高度重视各类传染性疾病的防治工作。接下来,校医务中心还将为每一位新生发放一本《健康知识读本》,以提高新生对各类传染性疾病的认识及自我保护能力,保障新生身心健康。

程海燕

校后勤召开食品安全工作会议

9月21日上午,校后勤服务管理处在临海校区后勤会议室召开食品安全工作会议,后勤服务管理处处长朱先敢、副处长鲍思伟及全校各食堂、超市及商铺经营单位负责人参加,副处长李文兵主持会议。

朱先敢在会上强调,全力提高学校的食品安全工作水平,一要认清形势,常抓不懈食品安全工作。要以高度的政治责任感,切实抓好学校食品安全工作。二要提高认识,坚持以办师生满意的食堂为标准。要了解师生的意见和建议,要以办师生满意的食堂为标准严格要求自己做好餐饮服务。三要明确职责,进一步落实食品安全责任。重点加

强从业人员学习培训,健全学校食品安全责任制度、建立食物中毒事件报告制度、加大学校食品安全责任追究力度。四要加强管理,进一步提高食品安全工作实效。重点做好食品采购进货关、食品验收贮存关、食品加工关、食品留样关、食堂卫生保洁关、食品添加剂使用关、从业人员健康卫生关等工作。五要调整心态,做好各级检查迎接工作。要通过定期或不定期地进行督查,有力地推动食品安全等各项工作全面开展和落实。

会上,朱先敢代表学校与各承包经营户签订了《食品安全责任书》。会后,后勤服务管理处领导还与承包经营户进行了进一步座谈交流。 陈海军



椒江校区东门正式开通,北门扩建已完工

在校党委行政的高度重视和相关职能部门的大力支持下,我校椒江校区东大门已于9月10日正式开通。东大门周边绿化工作正积极实施,校安保人员执勤到岗到位、车牌识别系统调试到位、监控系统安装调试到位,目前试运行状况良好。椒江校区东门的顺利开通,很大程度上方便了师生的出行。

学校办学重心逐渐向椒江校区转移,现艺术学院已迁至椒江校区,因此北门通道已远不能满足学校师生出行的需求。学校党委审时度势,坚持开放办学

思想,强化安全底线意识,校相关职能部门联动,历时2个多月终于完成东门建设改造工程。暑假期间,学校还对北门进行扩建以及保安室的重建。据了解,全校师生对东门建设改造工程和北门扩建工程十分满意,他们表示这极大地便利了出行,缓解了校园交通堵塞情况。

接下来,保卫处将进一步强化校门安全管理,引导人车分离通行,切实维护好交通秩序,减少交通安全隐患。

学生记者 林佳颖

学校举行临海校区电扩容工程协调会

9月14日上午,临海校区电扩容工程协调会在临海校区后勤会议室召开。工程施工单位临海电力实业有限公司副总经理谢军及各班组负责人,工程监理单位台州市建设咨询有限公司相关负责人,校后勤服务管理处处长朱先敢、副处长鲍思伟及水电维修中心负责人等三方相关人员参加。

会上,与会人员重点讨论了如何加快落实台州学院临海校区电扩容工程进程等工作,并达成如下几点共识:1、各方人员分头落实,按完工时间倒推任务并落实

到各工作班组,包括高压组、低压组、采购组、土建组等。2、建立台州学院、临海电力实业有限公司、台州市建设咨询有限公司三方定期沟通机制。3、明确本工程为重大民生工程,临海电力实业有限公司保证整个工程于今年11月底前完成。

据悉,目前台州学院临海校区电扩容工程已进入施工阶段,接下来将根据该工程的计划进程进行学生公寓空调租赁招标和用电量电表招标、施工等后续项目,确保整个工程顺利完工。 陈海军

临海校区内商铺调整变化

新学期伊始,临海校区内的商铺便悄然发生了变化。学校的超市服务更加便利,并且新开了理发店和摄影店。为此,本报记者采访了商贸发展中心的俞红斌主任。

为了给新老同学营造良好的学习和生活环境,商贸发展中心在暑假便做足了各种准备工作。由于艺术学院搬迁至椒江校区,临海校区人数减少,所以学校对临海校区的商铺进行了数量上的调整。原先五号楼底下的十二间商铺关闭,只剩下四号楼、十号楼以及十一号楼总共31处商铺。其中五号楼有两个房间改造为电扩容设备的临时仓库,还有一部分作为后勤的仓库使用。

据俞主任透露,商贸发展中心已完成所有商铺的招投标工作。老商户都已退出,新商户都已开始装修,交接工作顺利。今年商铺招标方式有所改变,采用

取“中间标”的方式。店铺类别变化不大,基本依照原先的格局,并且短时间内不会进行大规模的调整。对于新开的超市,学校要求新开的超市调整价格和布局。在价格方面,学校规定超市的价格不得高于周边世纪联华的价格。倘若有发现价格不符的行为,学生可联系超市经理或是后勤服务中心。商家保证临保商品可直接退货。此外,超市的布局更加注重校园文化方面:商铺开辟了一个休息不仅使得环境更加舒适,还给同学们提供了一个交流的场所。此外,工作人员会对商铺的消防安全、食品安全严格检查,并对不合格的地方及时整改,为广大师生提供令人放心的消费环境。

商贸发展中心一直秉承管理与服务相结合的工作准则,只为打造安全、文明、和谐的购物环境,从而更好地服务于商户与师生。 学生记者 石施展



学生公寓服务中心召开新学期工作会议

9月5日上午,学生公寓服务中心召开新学期工作部署会,椒江校区学生公寓服务中心全体成员参加会议,后勤基建党总支书记张礼强出席,会议由学生公寓服务中心副主任郑莉主持。

郑莉简要回顾了暑期学生公寓主要工作,并就2018级新生宿舍的专项改造、维修和保洁工作及新生住宿方案等工作做了说明;着重对迎新工作进行了布置,制定详细的迎新预案,明确迎新期间工作分解及任务安排;还对本学期的主要工作和重点工作进行了布置。

张礼强书记对我校的宿管工作给予了充分的肯定,对做好新学期宿管工作提出三点希望和要求:一、要加强学习,不断提高业务技能;二、要用心服务,积极践行“五心服务”理念,倡导“妈妈式服务”;三、要精细管理,努力营造“温馨公寓”。张书记希望大家继续发扬宿管优良的工作作风,要以饱满的工作热情,为学校跨越式发展提供有力的后勤保障。

郑莉



新学期,为给师生提供更加良好的学习生活环境,我校校园环境管理中心积极做好本职工作,对绿化进行了全面改造。

今年夏天持续高温,教学楼间以及水街花坛里的花木由于长期受到暴晒,逐渐枯萎干死。因此,养护人员在开学前就种上了新鲜的花木,采取人工浇水的措施,确保其正常生长。同时,我校椒江校区东大门已正式开通,东大门门口两侧花坛正在积极施工。养护人员积极做好枯枝清理、修剪残枝、加固树木、绿化养护等工作。此外,他们还对新建的三栋宿舍楼进行花木种植与养护,给艺术学院学生营造了一个良好的生活环境。

环境管理中心老师介绍,接下来他们将准备对湖心亭周围的水域进行打捞清理工作,使人工湖及周边环境得到改善,消除积水隐患。最后,养护部门的工作人员表示他们将在不影响学生生活的同时,努力完善和创新绿化工作,营造一个美观和谐的校园环境。

学生记者 林佳颖

后勤保障——改善校园绿化

承前启后,继往开来



肯定都是充满着期待,憧憬与一点点的忐忑。在采访了众多优秀的学长学姐们之后,有以下几点建议可供新生参考。

1.学习很重要。大学不像高中,学习完全靠自律。学习上的适应主要集中在专业认同,自我定位和学习方法这三个方面。在一大一有早晚自习的时候,一定要养成学习的好习惯,学会自学。另外,泡在图书馆和教室里永远比在寝室里好。

2.有一个未来规划。这个规划可长可短,但至少包括你在学校的这几年。有了规划和目标就更能坚持下去。

3.合理安排时间。大学属于自己的时间有很多,你可以选择玩一天的手机电脑,也

可以去参加组织社团活动;可以出校门去游玩,也可以拿来学习专业课。量力而行,不要因为参加了太多的活动而影响学习。不过有多少付出就有多少回报,不要荒废了青春。

4.人际关系。大学里人际关系真的很重要,良好的人际关系可以让你事半功倍。但这不是要求你一定要和别人一样,大学里独来独往的时候也有不少,优秀的人总是不合群的。和人友好相处的同时也要学会和自己相处。

最后,祝愿同学们能有一个令自己满意的大学生涯。

学生记者 张瑛

又是一年开学季,刚刚告别高考的新生们来到大学,即将开始一段新的旅程,心中

秋季流感预防小贴士



人际交往之寝室篇

初入新寝室,你的室友是不是你确认过眼神的人呢?拥有志同道合的室友对大学生活十分重要。经过了一段时间的合院生活,相信各位小可爱们对这所学校以及未来四年需要共处的小伙伴们有了个初步的了解。

那么,寝室,作为我们另一个家的存在,更需要精心呵护,细心包容,耐心维持。

下面是小编给大家搜集整理的几点宿舍人际交往相处的技巧,还请笑纳。

1.相互尊重

寝室里的人来自五湖四海,每个人的生活习惯也各不相同,但既然进入了一个宿舍,为了维护内部的关系,或多或少都需要我们“各退一步”。举个简单的例子,如果你属于“夜猫子”的作息,经常待宿舍成员都睡了,才洗漱睡觉,那么就很容易惊醒其他人,影响别人休息。久而久之,你就会引起舍友们的厌恶,对你“敬而远之”。因此,宿舍成员应当尽量减少作息差距,避免相互影响。

2.学会宽容

宽容是一种美德,这在维护寝室的和谐上尤为重要。寝室说小也不小,一些磕磕绊绊是无论如何也避免不了的,小到每日三餐的分歧,大到生活作息的相撞,可以说是“大摩不断,小擦不断”,这就需要大家有颗包容的、抗打击的心。如果但凡发生一点什么事都争得个鱼死网破、针尖对麦芒,就极易引起内战,不得安宁,故而寝室成员有时候需要学会佛系生活,学会“退一步海阔天高”,面子里子都顾得上还能不失了和气。

3.真诚相待

简单来说就是“以己之真心换彼之真心”,做到换位思考,关于这点,古之圣人早有“己所不欲勿施于人”之说。

多年的宿舍生涯告诉小编,一定要学会换位思考,特别是当你不能理解你的舍友的时候,你就换位思考,多想一想为什么不能这样,他为什么不能接受,这样想得多了,事情往往也就变得顺利多了。

最后,小编希望每一个大一的小可爱们都可以做到和室友和睦相处、融洽欢乐。

学生记者 周思婷



秋天是流感高发的季节,如果不积极预防流感,人们的健康就会受到威胁。与普通感冒不同的是,流感的杀伤力更强,所以提前了解一下流感及其防范知识还是很有必要的!

流行性感(以下简称“流感”)是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,其主要通过空气飞沫或与被污染物品的接触传播,临床表现为发热、头痛、肌痛、乏力、鼻炎、咽痛和咳嗽,可有肠胃不适。

通过以下措施可在一定程度上预防流感:

保持室内通风,流感极易在人群密集的地方传染。因此,教室或寝室要及时开窗通风,尽量避免人多拥挤的公共场所。

注重个人卫生和饮食卫生,养成良好

的行为习惯:勤洗手、勤洗澡、勤换衣物、勤晒被褥等;尽量避免在外面路边摊吃东西、不吃生冷食物,多喝水,多吃果蔬。

注意防寒保暖:秋季早晚温差大,衣着适量随气候增减。尤其是女生,更加要注重保暖,避免风度不要温度的想法。

增强抵抗力:合院“阳光长跑”便是个锻炼身体,增强免疫力的好平台。积极参加户外活动,适量运动,增强体质。

早发现,早治疗:一旦发现有咳嗽咽喉痛、发烧流鼻涕等症状,及时去学校校医室治疗。

希望同学们了解流感症状、传播途径及其预防措施,保持警惕性,避免患病。

学生记者 林佳颖

换季保养措施之如何征服这个秋天



今年临海的秋天,用一个词来形容就是“秋老虎”——一个在冷空气和副高压持久战下“应运而生”的产物。

那么,针对这种一会热得睡不着,一会冻得走不动的天气,我们又该如何做好自身的防御,抵挡这多变的气温与降水呢?

下面是小编搜罗的各种保养措施,包括:

①多喝水

喝水是最简单的保养方式。特别是女生,如果条件允许的话,一定要在桌上随时摆一杯水,外出时也要携带水瓶,这样可以更好地为皮肤和身体补充水分。而有了足够的水分,便能让肌肤散发出自然的光泽感,保持良好的精气神。

②穿衣注意保暖

尽管有句俗语“春捂秋冻”,但穿衣还

是尽量得保暖为好,而在一干衣料中。衣料中所含的空气越多,保暖性就越好。尤其是羊毛织物的气孔不是直通的,因此,保暖性更佳。

特别是一些脾胃虚寒的女性,一遇到天冷,就会肚子疼、拉肚子,这是胃肠道的一种自然反应,而最好最省事的办法就是多穿点,尤其是把腰腹部包得严实点。小编还是更倾向于要温度不要风度。

③饮食注意预防秋燥

凡疾病,大多自口入。故小编准备了份简单的秋季养生食谱:

I. 多吃一些清润、温润(句式杂糅,“多吃”与“为主”语义重复)的食物,比如:芝麻、核桃、糯米等。

II. 还可适当多吃些辛味、酸味、甘润或具有降肺气功效的果蔬,特别是白萝卜、胡萝卜。秋分养生虽然以多吃“辛酸”果蔬为主,但也不可吃得太过太撑,以免造成肠胃积滞。

值得提醒的是,秋分后寒凉气氛日渐浓郁,如果本身脾胃不好、经常腹泻的人,水果吃多了容易诱发或加重疾病。

综上所述,但愿在座各位能够积极加强自身的防御机制,安全度过这个复杂多变的秋季。

学生记者 周思婷

藏在美食里的临海「味道」

1.涌泉蜜桔
“涌泉柑橘走天下,天下柑橘橘涌泉。”可以带皮吃的涌泉蜜桔是否让你眼前一亮?涌泉蜜桔就如同临海人一样——由内而外的甜蜜和热情。品尝涌泉蜜桔,就像与当地人进行了一场心灵交流,这便是藏在美食里的临海人的甜蜜味道。



2.麦虾
麦虾是最具代表性的临海小吃。很多喜欢吃麦虾的人,吃的不仅是食物的味道,更是临海人极富文艺气息的情怀。将面食称为麦虾更是体现了临海“千年台州府,满街文化人”的韵味。尤其是紫阳街的麦虾,蕴含故事,极具情怀!

3.蛋清羊尾
蛋清羊尾是《中国菜谱》中地道的临海小吃。取蛋清,用力搅打成雪花状,将豆沙丸子裹进这种“雪花”,入油锅炸,至三分嫩黄出锅,在其表面撒上白糖,甜而不腻的它就像临海这个城市久而不衰、临海人粗中有细。或许你初次见蛋清羊尾可能会感到“害怕”,但也相信你会被它的美味所折服。

4.麦油脂
“麦油脂”俗称“食饼筒”,做法极简单——就是将自己喜欢的菜品用一张薄饼卷起来。这种简单的做法中却蕴含着临海人博大的情怀,他们愿意去接受多元的文化,愿意以包容的心态去拥抱所有善良的事物。咬一口裹着“内涵”的食饼筒吧,愿你也能做个宽容的人。

5.马蹄酥
马蹄酥可不是马蹄做的饼,它是同月饼大小的饼子,在饼面上有一圈凸出的斜波浪纹,因形似马蹄而得名。咬一口马蹄酥,甜甜糯糯,油酥味也恰到好处。马蹄酥就像是临海源远流长的和合文化,传统的饼型中承载着和谐,让你可以在美食中体会并传递临海的传统文。

学生记者 项莹莹

走在时光的碎片里



丰富多彩的大学生活中,你是否承受着组织工作的压力,或是流连于社团活动无法自拔?快节奏的世界里,时间变得捉襟见肘;但即便如此,总有一些时间不经意地从指尖流过。如果将这些“碎片”拾起,又会怎样呢?

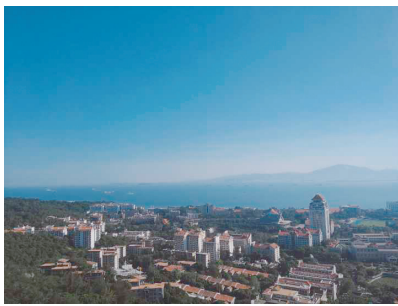
1.行走路途上。走在路上能干什么?有的人在听音乐而有的人在听英语;有的人在看手机而有的人在看书。其实大可以利用起走路的这段时间:如果正要去上课,不如回忆上节课的内容;如果走在放学的归途,不如好好消化刚刚上课的内容。

2.课余好时光。我认为课余时光最为强大。小憩几分钟或者吃点零食,便能有效赶走“小饿小困”。此外,可以补上课没有及时记下的笔记,也可以先预习下节课要学习的内容,或者是背5个单词、一首小诗,总能让这不起眼的几分钟变得充实起来。

3.晚安睡眠前。晚上睡觉之前不妨闭上眼睛像曾子一样“三省吾身”:今天我做了什么?我有没有浪费时间?明天我要做什么?三个问题答尽,我想你的今天会因此变得难忘,你的明天也会因此变得更有意义。据说,学霸都有这个习惯呢!

聚沙成塔,集腋成裘。娑罗双树的《浮生物语》中说:时间能带来惊喜。当然,抓住时间的碎片也可以。

学生记者 张晨刚



前程未卜,但未来可期。

刚进大学的校门,一切新鲜的事物扑面而来,甚至连空气都是新鲜的。眼观周围的一切,新奇的,温婉的,锐利的,都在不知不觉中踏入你的生活里。新奇这一段从未体验过的生活经历,温婉这一段甜的能淌出水的日子,锐利这是能让人逐渐羽翼丰满的阶段。

记神仙居行

文/项莹莹

恰逢中秋佳节,有一好友从远方来临海找我玩,我们便寻思着一同去了仙居,准备爬当地最负盛名的风景区——神仙居。游行途中遇到了许多趣人趣事,便写下了这篇文章,还仿照古代文人取了个文雅的名字。

估摸着早上十点辗转到了神仙居所在的白塔桥,住进了一家古色古香的民宿,放下行李便进了到神仙居游客中心。在等车时,遇上了一对夫妇,儿子与我们差不多大小,丈夫从事建筑工作,也趁着中秋假一同前来爬山,我们询问他们准备如何上山,回答说想要乘索道上去。从游客中心到神仙居北门的路途很短,大约只有6千米,因为只有我们四位游客,便和司机师傅交谈了起来,通过他的介绍,大致了解了一下神仙居的“基本面貌”。

听说北门进去景点较多,我和朋友便选择了徒步登山,晃悠悠从北门而入。在山脚,看见了一两处遗址,一些富有特色的庭院、小桥,最令人欣喜的是那从高处泻下的瀑布。开始时,大多比较平缓,后来慢慢变得陡峭起来,一眼望去,全都是石阶。再走了一会,我们又遇见了那对夫妇,他们说想体验一下年轻的感觉,便和我们一样选择了徒步,于是我们就这样从二人行变为了四人行。如果是那位叔叔先行上了几十米,会向我们喊道“小姑娘们,加油!”如果是我们在前,便停下来休息,喝点水等着他们。在山腰处,我们遇见了一位穿着牛仔半身裙的小姐姐,她说自己的朋友先爬了上去,于是她就落单了,旅行途中都是朋友,于是我们变成了五人行,大家说说笑笑一路喘息着上了山。你给我一粒提子,我给你一颗冬枣,就在这样互帮互助下,我们五人一同到达了山顶。

从山顶往下望,说实话,什么都看不见!因为雾气太大了,白茫茫一片。但好在,我们在山顶吃了中饭休息后,雾气渐渐消失了,神仙居露出了它本来的面貌,站在上面,君临天下的感觉不要太刺激。因为想要去走悬空的南天桥,我们选择了南下。同行的夫妇先我们走向南天桥,我们看着他们俩挽着手走过去,其实是阿姨牵着叔叔的手,因为叔叔比较怕,他说由于自己从事建筑行业,会不由自主地计算这个木板的承受能力,并且就算知道在承受范围以内,也还是会害怕。听了这一番解释,我们大笑不止,特别是他们过桥时经过几个人,那几人见他们挽着手,便对阿姨说不要怕很安全。由于南索道在检修,我们只能选择徒步下山了,不巧,暴雨来了,无心于南部的美景,我们匆匆便下了山,约好下次再来看看。

游行,无非游的是心情,行的是情怀。许久未见的朋友,从未到过的神仙居,此行,甚好。



未来可期

文/周恬如

当你发现映入眼帘的是喧哗热闹的坐点招新处,而不是传出朗朗书声的教学楼时,是不是会感觉到暗涌的兴奋与未知的挑战力!但是,必须要说的是,这是一个成长的转折阶段,我们从未看过课桌边窗外的世界。但是在这里,你会打开任何一扇你想打开的窗,即使是窗外的风沙会迷了眼,可空气的清静,阳光的温柔仍然能留住我们的向往的心。

回想大一刚步入大学校园时的憧憬,现在仍然存在。但是却是不一样的憧憬,不一样的希望。曾经满腹对于自己未来的考量和计划,现在更多的是对于学弟学妹们的新期待。还记得不久前迎新日子,看着一群约莫还在十八岁的学弟学妹们,感觉到了这个

校园内有了一股全新的力量,这是来自千禧年的他们,也是一份全新的希望。没有人能知道前路如何,但我知道即使不是一帆风顺,但是未来的彼岸仍会是你最稳定的依靠。

而对于大一的你们,希望都能够坚定自己的目标,并奋力拼搏。大学不能够说是通往梦想的最后一程,但是却是其中至关重要的一程。在这一程,是你真正能够顺从自己的心意,去奋发的一个阶段。没有人会干预你的过去,没有人会为你规划未来,但是你的努力却在为以后的梦想添砖加瓦。不凭借运气的因素,相信实力与努力才是唯一的捷径。

不管前程是否未卜,但是未来真的可期。



文/肖巧珍

你好,刚过完20岁生日的你,我知道或许你心中还有些许怅然若失,但你知道的,还有一段很长的路要在这走过。在这个并不熟悉的城市,你有着许多的第一次:第一次远离家乡求学;第一次独自一人出门;第一次自己去医院看诊……你也慢慢地从不谙世事变成懂得变通,这样的变化我替你感到高兴。余生很长,你还有很多东西值得学习!

如果20岁是一个分水岭的话,那在20岁之前的你,生活无忧,有父母在你身旁打理一切;20岁之后的你,该学会成长了,认真完成学业,学习新的技能,尽可能多的与父母联系。

还记得你最喜爱的那句名言吗?君子知命不惧,日日自新。可亲爱的不知道你是开始慢慢老去还是对生活失去了兴趣。20岁明明应是最有冲

劲的一个年纪,你本应该像“初生的牛犊一样”天不怕地不怕憧憬着未来,可是看看现在的你:没有目标、没有追求,每天都循规蹈矩的活着,一天一天在数着日子过,不知道是想时间过的快一些,还是想要时间过的慢一些,难道你就打算这样过你青年,中年时间么,在最后的二十年里回忆你这一生的时候,才发现自己一无所成,最后在后悔中度过,这真是你想要的生活么?你总说着不甘平凡,却不曾付出努力,将来不也是平凡的过完这一生吗?做任何事,只要你迈出了第一步,然后再一步步地走下去,你就会逐渐靠近你的目的地。如果你知道你的具体的目的地,而且向它迈出了第一步,你便走上了成功之路!加油吧,勇敢的心!

你好,20岁,请多指教!



一个人,一只包,一条路,一段旅程,一种心情,没有任何束缚,亦没有丝毫羁绊。

也许旅行的意义并不在于你在沿途看了多少风景,也不在于你是否到达了预期的目的地,而是在于你旅行中的那种心境的变化和丰富的经历。

我想旅行对我们永恒的诱惑就是:不能停留,没有终点。而那些我们曾经到达过的地方,也许在当时是我们心中最美的风景,但有时内心深处却有另一种声音告诉自己,也许前方路永远充满了未知与挑战。

人生是一场没有终结的旅行。人一生

夏日的烈日仍在窗外声势大作,丝毫不见夏末时节的清爽宜人,但是充满热烈阳光的空气里偶尔飘来一丝桂花的香气,还是用沉默的香气告诉我们,初秋将至了。

我坐在教室里靠窗的位置,教室里燥热的空气伴着风扇转动的噪音,让我更加无心听课。我拖着脸,转向窗外。突然感觉好像什么都没变。夏天还是夏天,我还是那个懒散的我。只是年岁往上增长,只是身边的人走了一些又来了一些。我忽地变成了学姐,而那些穿着绿色迷彩服在烈日下在从操场上挥洒汗水的人又好像要重复我们走的路,或许也不准确,每个人要走的路都是不同的,只是有些经历是相似的罢了。他们也曾从高中三年艰难走出,然后脱下洗的发白的校服期待来到大学之后的成长蜕变。或许他们也为了高考志愿的选择与父母吵红了脸,埋怨父母将自己拉得紧紧的,亲手扎破了自己漂泊远方的梦。或许他们也曾在下课十分钟里与好友结伴奔跑着去便利店,红着脸偷偷看一眼那个穿着白衬衫笑起来很好看的男同学。我的青春里,这些,都上演过。回忆啊,是个负担,可我总是不怕疲惫的原意担着。只是我抓不住这些溜走的岁月,无论我怎么努力。时间这东西,走得可真快,它从来都是最公正的判官,从来不给任何人留情面。

毕业,不过是一个充满仪式感的告别罢了。谁都没有哭,没有狼狈不堪,没有泪涕横流。从一起走过成人礼的那个大门的那一刻,就象征着我们都已经是老朋友了,懂得了离别意义,额外的哭闹只是平添伤感。五湖四海,也总有再见的日子。

不能后退,那就往前走,虽然前方未知,但是我们都得学会勇敢。

我曾经壮志昂扬,后来仓皇收场,但是关于我的青春这本书里却是字字流光,以及,那最最令人难忘的夏日的一抹阳光。

回过头,老师还在讲台上孜孜不倦地讲解,我得努力呀,才能有力量迎接前方未知的挑战呀!



旅行的意义

文/金晨

下来便不停地向前奔跑,和时间赛跑,和自己赛跑,无意识中将生命和时间稀里哗啦地丢了一路,就像一条脱线的项链,沿途丢掉一颗颗真实的感受,这些感受只有到老年才会发现它们是闪光的珍珠。那时才懂得经历的才是真实的,拥有的才是自己的,把它们点缀在心空,融解于生活。

当旅行成为一种流浪,我们便把生活看成是一种生命的真实。记得余秋雨曾经说过:流浪是一种告别,告别的原因,有的付诸言表,有的则难以言表,真正的流浪大多属于后者,被迫言表,只是搪塞。我想:就这样一直简单地流浪,这也是一种生活的方式与状态吧!其中的寂静欢喜,安于心,会让人很惬意。

有时候我们总向往那种结伴而行的旅行,一路花开,一路欢歌,这样在旅途中就不会感到孤寂。但或许一个人的旅行,更能让我们学会成长。有人说寂寞是心灵的慎独,

女孩因优秀而寂寞,男孩因寂寞而优秀。

当你一个人背着旅行包,踏着坚实的脚步,走向未知的远方时,也许我们会触景生情,也许我们会黯然神伤,但这些都是生命的必然。当你度过了这段所谓艰辛的旅程。你也许会突然顿悟:原来一切已注定,而在不经意间学会成长,学会坚强。就像茶叶,如果没有水的浸泡,它只能蜷缩一隅。而我们如果没有命运的冲刷,人生只会索然寡味。那就把一个人的旅行当作一次灵魂的释然与自我心灵的对话。那时我们就可以坦然接受前行路上的风雨跋涉。

旅行的意义,从来都是由心而定。我不奢求也不渴望能在人生的旅程中观赏多少名胜,多少古迹,只希望有一条能在脚下延伸。即使眼前是漫无边际的田野,我依然能微笑着陌上花开。

一个人,一只包,一条路,一段旅程,一种心情,没有任何束缚,亦没有丝毫羁绊。

夏日小记

文/肖静怡