

# 如何度过大学时光?

## 培养独立生存能力 做好生活学习规划

**信阳消息** (记者 周亚涛 见习记者 韩蕾 实习生 买祥发)9月初,又是一年大学开学季,大批新生踏入了大学校园。对于大学新生来说,从高中生变为大学生,除了自豪与憧憬,同时也面临着新的学习任务 and 许多挑战。大学新生如何更快融入大学生活,如何才能更有意义地度过大学时光?对此,老师建议要培养独立生存能力,做好生活和学习规划,才能不荒废四年学习的好时光。

**新生:**不少已对大学生活有了初步规划

9日上午,记者来到信阳师范学院采访了一些大学新生。经过采访发现,除了个别大学新生对大学一词还只是停留在概念上外,很多新生对四年的大学生活已有了初步规划。

来自商丘市夏邑县的李强告诉记者,他学的是生物专业,虽然在国际上这个专业就业前景很好,但是国内的

就业形势很严峻。对于如何度过四年大学生活,李强坚定地说道:“首先是好好学习专业知识,多参加社会实践活动。另外学好外语,争取能够去国外深造,这样会有更好的就业机会。”

来自许昌市的程鹏辉告诉记者,他对于未来的大学四年生活并没有很明确的规划。他的初步打算加入一些社团组织,熟悉大学校园和生活,学好专业知识,再做进一步规划。

**学长:**没有规划很容易虚度光阴

信阳师范学院音乐系的大三学生小王告诉记者,他刚上大学时,很多学长都告诉他一段广泛流传的顺口溜,“大一时,仓促加盟懵懵懂懂;大二时,磨打锤炼充满幻想;大三时,游离徘徊如梦方醒”。现在他深刻体会到这段话的含意,后悔刚上大学时没做好生活学习规划,以致荒废了很多光阴。“大学学习和生活不同于高中时期,那时候有家

长和老师的督导。到了大学要学会自主学习,要主动参加社会实践活动。最好是做好未来职业规划,这样大学生活才会过得充实。”小王这样说道。

**老师:**培养独立生存能力

信阳师范学院国际教育学院的辅导员赵老师告诉记者,从离不开父母庭的生活到事事完全自理的大学生活,大学新生除了好好学习外,还要培养自己的独立生存能力。首先,要学会理财,要根据家庭经济能力和自己勤工俭学的能力来进行日常消费。最好是列一个明细表,看自己一个月需要多少生活费、学习资料费、交际应酬费等,是不是每一笔钱都是该花的。其次,要适应生活环境。要学会和性格不同、意见分歧的同学和睦相处;对人要宽仁和大,坦诚相待,创造一个安定团结、心情舒畅的生活和学习环境。最后,要合理安排时间,培养良好的生活习惯。

中秋国庆家宴婚宴扎堆

## 市民预订酒店越来越赶早

**信阳消息**(记者 王洋)距离中秋节还有不到10天时间,紧接着又要迎来国庆节长假,家庭聚会、结婚宴请等赶在一起,使得市民预订酒店越来越赶早。昨日,记者走访我市多家大型饭店、酒店发现,知名度高一点的、能同时容纳百余人的婚宴大厅早在数月前就已预订一空,而适合家庭聚会的中、大型包间,也很抢手。

每年的“五一”、“十一”、元旦都是新人扎堆结婚的日子,今年也不例外。为了能赶上“十一”这个节点,我市不少新人都是提前两三个月就预订好酒店。“其实我是准备去年‘十一’结婚的,但预订晚了,理想的酒店已经没有空场地了。由于也不是太着急,就推到了今年‘十一’。吸取去年的教训,7月就把酒店预订好了。”市民刘先生告诉记者,在他要结婚的朋友当中,像他这么赶早的有很多。“10月1日至6日几乎没有了,都是结婚的,还有回门宴,如果是长假结束了还可以。”在市区几家大型酒店,记者表示想预订大厅,得到的回答几乎都是“没有”。

除了婚宴扎堆外,中秋节、国庆节也为亲朋好友聚会提供了时间,特别是中秋节,是一家人难得团聚的日子,因此,为了不浪费时间浪费在做饭上,许多市民都选择在饭店聚会,腾出更多时间沟通感情。“如今市民越来越重视中秋节这个传统节日,在很多人的心目中,中秋节家人聚餐的重要意义不亚于年夜饭。很多市民月初就已经开始预订包间了,像有时候一家几十口人,可能小包间好找,大包间就没那么多。”在采访中,多家酒店前台的工作人员这样告诉记者。

## 自制月饼渐流行 网店模具卖得火

**信阳消息**(记者 马依帆)中秋节临近,月饼作为传统佳节里不可或缺的食品,摆在了各大商场和超市的显眼位置。近日,记者了解到,不少市民一改往日在市场上购买月饼的习惯,转而购买月饼模具和原材料自己动手制作。

“现在市面上卖的月饼太甜,还很油腻,有的放半年都不坏,不知道有多少添加剂,还是自己做的吃着放心。”8日,在东方红大道一家超市购买月饼馅料的市民冯婧婧说,前几天,她花十几元钱网购了一套月饼模具,自己动手试做了十几块月饼,很受家人欢迎。她准备多做一些,也送给朋友尝尝鲜。

冯婧婧说,现在网上销售的月饼模具种类繁多,不仅操作方便,价格也便宜,而且网店基本都提供制作月饼的教学视频,学起来很容易。“家里几位长辈血糖都高,我专门买了木糖醇,自己做无糖月饼和咸味月饼,吃起来才真的健康。”

昨日,记者在某购物网站上输入“月饼模具”,共搜索到578家相关店铺,自制月饼所需的手压式模具销售火爆,价格在十元至五六十元,出售的自制模具不仅图案各异,在形状上也加以了创意,除去传统的方形和圆形外,还有心形等。同时,不少网店也出售月饼粉和各种月饼馅料。“这个月才过了不到10天,我店里的自制月饼模具就已经售出近千件,购买者多为年轻人,有的是自己用,有的则是帮妈妈买。”一家销量较高、信誉度较好的网店店主张女士告诉记者。

中城大道一蛋糕店糕点师表示,消费者自制月饼主要是为了做着开心,吃得放心。因此,在购买模具时,应选择信誉度较高的网店,馅料、面粉也最好选择大品牌产品,不要为了贪便宜而购买了不合格的原料。

## 新鲜板栗上市了



时下正值板栗大量上市的季节,8日,记者在市场上见到了赶早市卖板栗的农民。据他们介绍,由于今年干旱,板栗的产量不高,也没有往年饱满,价格3元/斤~4元/斤。图为市民正在购买板栗。

本报记者  
张勇摄

再创文明城市 讲文明树新风 公益广告

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

现在,  
人类渴了有水喝;  
将来,  
地球渴了会怎样?



信阳晚报 宣