

中华女子学院管理学院

久聆管院

jiu ling guan yuan

版权所有，翻版必究

投稿邮箱：gyweikan2@sina.cn



2013
【第005期】

拾

卷首语

假如通往幸福的门是一扇金碧辉煌的大门，我们没有理由停下脚步；但假如通往幸福的门是一扇朴素的简陋的甚至是寒酸的柴门，该当如何？

我们千里迢迢而来，带着对幸福的憧憬、热望和孜孜不倦的追求，带着汗水、伤痕和一路的风尘，沧桑还没有洗却，眼泪还没有揩干，沾满泥泞的双足拾级而上，凝望着绝非梦想中的幸福的柴门，滚烫的心会陡然间冷却吗？失望会笼罩全身吗？我决不会收回叩门的手。

岁月更迭，悲欢交织，命运的跌打，令我早已深深懂得什么是生命中最最值得珍惜的宝贝。只要幸福住在里面，简陋的柴门又如何，朴素的茅屋又如何！幸福的笑容从没因身份的尊卑贵贱失去它明媚的光芒。我跨越山川大漠，摸爬滚打对求的是幸福本身，而不是幸福座前的金樽、手中的宝杖。

幸福比金子还珍贵，这是生活教会我的真理。

——栖云《幸福的柴门》

我希望躺在向日葵上
即使沮丧
也能朝着阳光

目录 contents

主 编：张 霞
赵凤利
副 主 编：朱晓婷
闫芃序
邱 浩
执行主编：李雅真
执行副主编：邓 莎
卢孟珍
李文馨
版面设计：杨佳玲
编 辑：王 婧
熊 洁
谢海丽
朱永雪
高佳慧
闫 宁
吴文慧
陈 琼
校 对：杨佳玲
封面设计：刘丙珍
赞 助：辣尚瘾

 活动影集

the meaning day 

 师生频道

流光碎语 

 玩转北京

 管院小当家

管院管家 

 开啦职场



辣尚瘾

—LA SHANG YIN—

地址:远洋未来广场6F-01
电话:010-56500800

星期一至星期四
持学生证即享 **6.8** 折优惠

(酒水主食除外)



香辣烤鱼



蓝莓山药



麻辣香锅



剁椒烤鱼



招牌香锅虾



如果您不满意, 请告诉我们; 如果您满意, 请告诉您朋友!



香辣烤鱼

一种发源于重庆万州的特色美食，在推广和不断发展过程中，融合了腌、烤、炖三种烹饪工艺技术，充分借鉴传统川菜及川味火锅用料特点，是口味奇绝、营养丰富的川味特色美食。

辣尚瘾烤鱼结合传统的烤制与现代的烹制手法，将其升级到一道具有辣尚瘾特色的产品，鱼的品种是市场大众化且大众认可度极高的产品，一般根据当地市场的实际供求和价格适量调整，但不影响产品质量及消费群体，一般5个品种以内为宜，其原因是易于管理和养殖，每种鱼都可烹制出10种以上口味，满足消费者不同口味的需求；其特点是现点、活杀、现腌制、现烤、现炒汁，保证了鱼的鲜嫩可口；在鱼的选材方面要求不掉鳞，健康有活力，鱼的重量要求在2.5斤-3.2斤以内为最佳烤制份量；在点餐时可根据个人喜好加入不同鲜蔬和蘑菇，使美味膳食更加营养均衡化。



香辣鸡翅



酸菜烤鱼



香锅牛蛙



馋嘴烤仔蛙



麻辣香锅

起源于重庆缙云山土家风味，是当地老百姓的家常做法，以麻、辣、鲜、香混一锅为特点。据说，当地人平时喜欢把一大锅菜一起用各种调味料炒起来吃，而每当有重要的客人时，便会在平常吃的大锅炒菜中加入肉、海鲜、脆肠等，肉嫩，笋片清香，腐竹因为事先炸过，可以

吸收各种肉类和海鲜的鲜味，加入本身的香味，混合起来，成就了“一锅香”；辣尚瘾在此基础上对这种麻辣香锅进行了整理与开发，使麻辣香锅适宜餐厅经营与操作，原料上，扩

展到了海鲜水产、家禽家畜、时鲜蔬菜；味型上，融合重庆火锅、川式干锅、香辣菜系等特点，突出了麻、辣、干、香等特色味型；辣味上，进一步细化，采用分级方式；功效上，在中药辛香原料的独特配伍中加进了清热除湿等功效的中药材，具备了不伤胃、不上火、去湿热特殊的药膳功能，因此，麻辣香锅四季食用皆宜。

一、2013年9月17日，正值中秋、国庆佳节到来之际，在管理学院院长张丽珣教授的带领下，管理学院教师一行8人前往旅游管理专业教学实习基地碧水大厦、金霖酒店慰问并指导2011级旅游管理专业实习学生。

二、2013年9月11日上午，管理学院在北校区召开2013级新生入学教育大会，管理学院党总支副书记兼副院长张霞、北校区管理办公室副主任兼党总支副书记杨晓峰、管理学院副院长兼人力资源管理系系主任侯典牧、副院长兼会计系系主任吴保忠及2013级全体新生参加了本次大会，大会由管理学院院长助理赵凤利主持。



三、我院于2013年9月2日-6日组织2012级各班召开转型教育班会。管理学院院长助理赵凤利、教务科科长王懿、学生科科长朱晓婷、2012级各班班主任和辅导员一同参加了转型教育班会。

四、中华女子学院金融系与中国民生银行电子银行部合作备忘录和“民生银行班”签约仪式于9月13日上午在中华女子学院教图楼一层报告厅举行。金融系党总支副书记郑雷主持仪式，我校副院长宋胜菊、中国民生银行电子银行部副总裁高峰出席了仪式，民生银行电子银行部人力专员段斌、客户服务中心总经理延玲、北京运营中心总经理马景丽、副总经理马清，我校金融系主任李树杰教授、教务处洪艺敏教授、招生就业处包青林副教授参加了签约仪式。

三



四



五、2013年9月16日下午，中华女子学院汉语国际教育系教工及学生党支部在党总支陈丽君书记的带领下到达四渡河村，开展了“红色一加一”活动。

六、9月12日至17日，深圳市龙华新区基层妇女干部培训班在我院举办，来自区妇联、妇工委及下属各社区的妇工委主任共33人参加了本次培训。

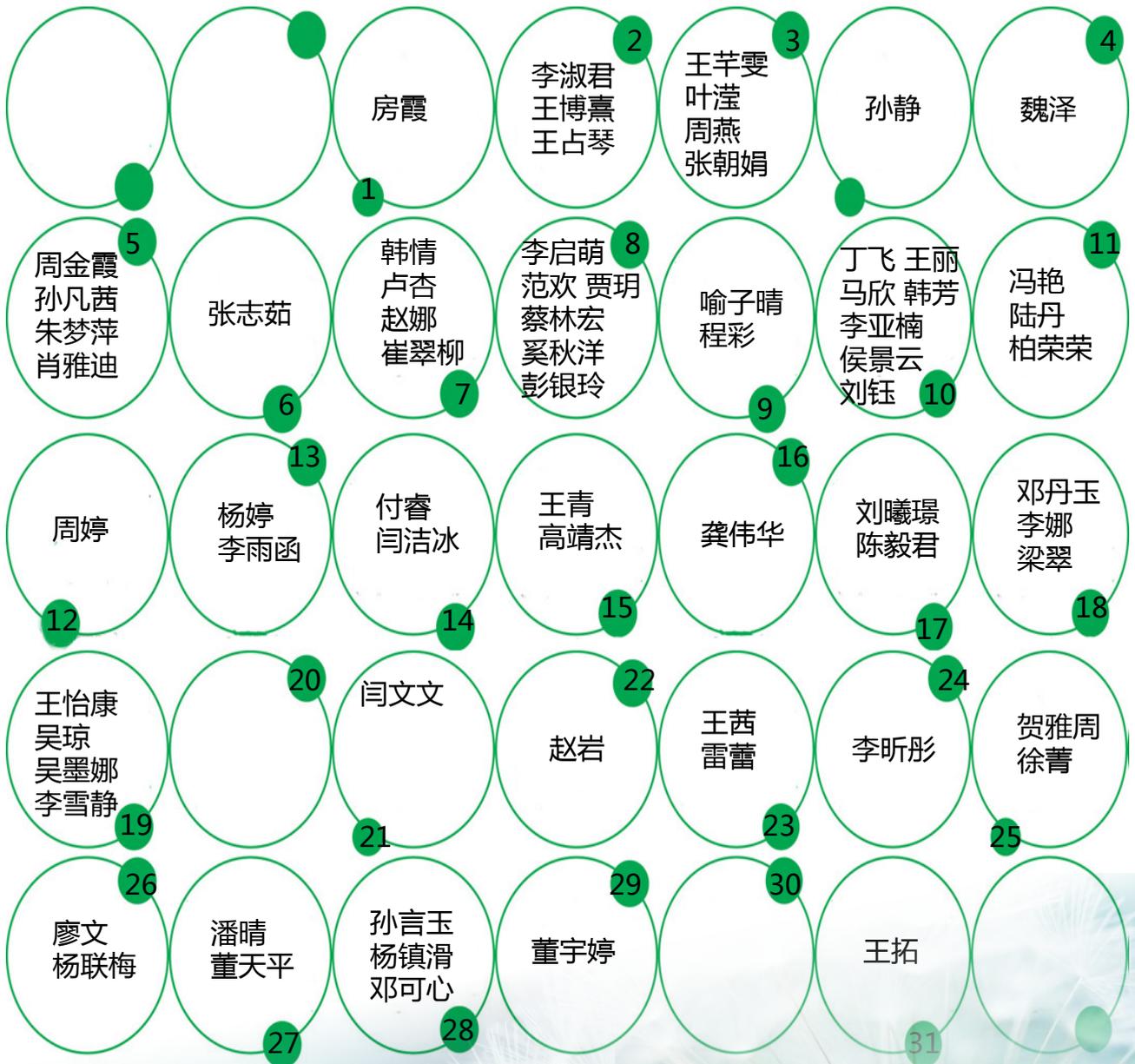
五



六



周日 周一 周二 周三 周四 周五 周六



10月



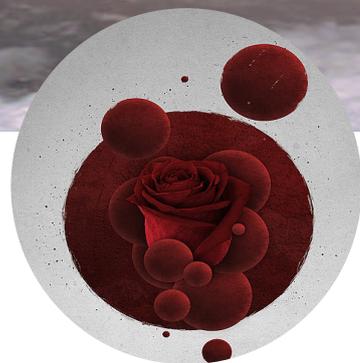
十月一日国庆节

1949年10月1日，是新中国成立的纪念日。这里应该说明一点，在许多人的印象中，1949年的10月1日在北京天安门广场举行了有数十万军民参加的中华人民共和国开国大典。其实，人们头脑中的这一印象并不准确。因为，1949年10月1日在天安门广场举行的典礼是中华人民共和国中央人民政府成立盛典，而不是开国大典。实际上，中华人民共和国的“开国”，也就是说中华人民共和国的成立，早在当年10月1日之前一个星期就已经宣布过了。当时也不叫“开国大典”，而是称作“开国盛典”。时间是1949年9月21日。这一天，中国人民政治协商会议筹备会主任毛泽东在政协第一届会议上所致的开幕词中就已经宣告了新中国的诞生。



重阳节，为农历九月初九日。《易经》中把“九”定为阳数，九月初九，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。重阳又称“踏秋”与三月初三日“踏春”皆是家族倾室而出，重阳这天所有亲人都要一起登高“避灾”，插茱萸、赏菊花。重阳为历代文人墨客吟咏最多的几个传统节日之一。重阳节与除夕、清明、盂兰盆会是中国传统四大祭祖的节日。重阳节，为农历九月初九日。《易经》中把“九”定为阳数，九月初九，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。重阳节早在战国时期就已经形成，到了唐代，重阳被正式定为民间的节日，此后历朝历代沿袭至今。重阳又称“踏秋”与三月初三日“踏春”皆是家族倾室而出，重阳这天所有亲人都要一起登高“避灾”，插茱萸、赏菊花。重阳为历代文人墨客吟咏最多的几个传统节日之一。重阳节与除夕、清明、盂兰盆会是中国传统四大祭祖的节日。

九月初九重阳节



十月十六日



世界粮食日

1979年11月，第20届联合国粮食及农业组织大会决定将1981年10月16日确定为首届世界粮食日。以后每年的这一天都作为“世界粮食日”在该组织各成员国举行相关活动，以唤起世界对发展粮食和农业生产的高度重视。世界上究竟有多少人在挨饿？联合国粮食及农业组织自创立以来，不定期地进行了5次“世界粮食调查”。从这些调查的数据得出的结论是：饥饿不但没有消除，反而在不断扩大。

学生科辅导员朱晓婷老师





小编：您认为管理类学科学生应具备哪些能力？

老师：我认为作为管理类专业的学生，不管是人力还是做财务方面的工作，都是企业里比较重要和核心的部门。第一，要培养自己的管理能力，要有一种大局的、战略的眼光，把这种能力参与到管理决策中，只有站得高看得远大家才有进步的空间，第二，管院也在追踪一些毕业生的信息，得到的反馈是企业比较重视员工的综合能力，这些能力包括管理、责任心、对行业知识背景的认识、学习能力、自我管理，这些能力在你们的学科学习中都有体现，管理学院都有一些基础的平台课，这些课程培养了大家宏观的眼光，拓宽专业知识，更多了解专业背景。

小编：有人说把教学的那一套运用到工作上不一定是个合格的员工，把工作的那一套用到学习上不一定能及格，您怎样认为？

老师：“教学的那一套运用到工作上不一定是个合格的员工”这句话有一定的道理，可能学习成绩特别好，但在工作中未必出色。在近几年的毕业生中找到我们认为的好工作的恰恰不是第一第二的学生，相反，和第一个问题结合在一起了，它反应得是一个综合素质能力。课本的内容更多偏重理论，基础的东西比较多，比如我们学了财务知识，但在企业中真正接触到的财务工作会发现和课本上不完全一样，但它指导你的理念与理论是一样的，不一样的是企业的性质、行业背景以及企业发展阶段，遇到的问题在实际操作上也不同，更多要学理论与实践的结合，管院的6个专业都是专业性较强的学科，在企业工作

中体现出的是核心的基础课程，是企业运作的核心部门。“把工作的那一套用到学习上不一定能及格”是有道理的，在工作中会学到更多实践的技能，比如沟通、交际，这些在大学的考试中体现的很少。

小编：上了大二不少同学做兼职，怎样平衡学习与兼职的时间呢？要注意哪些方面？

老师：人生的不同阶段都有自己要做的事情，大学的主要阶段就是学习也可以把学习之外的事情用来扩展视野，做兼职无疑是一个提高自己各方面能力的很好的选择，它是一个很好锻炼自我的平台和途径。

但我不希望你们因为兼职而耽误学习，做兼职的同学主要有2类同学，一种是家庭经济不是太富裕的同学，她们希望通过兼职缓解家庭经济状况，另一种只是想利用兼职提高自己的能力。无论是哪类的学生都要平衡时间的分配，不能利用上课时间做兼职会导致成绩的不及格，这样是得不偿失的，赚到的几十块钱与课堂的价值相比是远远不同的。注意事项就是要提高自己的警惕性、注意安全。

小编：您认为作为女院学生怎样提高自己的竞争优势？

老师：今年在全国有699万毕业生，北京有22.9万毕业生。其中我们学校有1000多名本科毕业生，就我们管理学院来说找到一个工作是比较容易的，在能就业的情况下就会更关注就业的质量。就我的观点，我们学校的女生更踏实务实，能很好的发挥四字精神，在工作中更有毅力、独立、更主动。其实我们学校的毕业生未必要留在北京，回家乡就业也是一个不错的选择。

如果现在这个时代能出全才，那便是应试教育的幸运和这个时代的不幸。如果有，他便是人中之王，可惜没有，所以我们只好把“全”字人下的“王”给拿掉。时代需要的只是人才。

我以为现在中国的教育越改革越奇怪了。仿佛中国真的紧缺全才，要培养出的人能今天造出一枚导弹，明天就此导弹写一篇长篇并获茅盾文学奖，后天亲自将其译成八国文字在全世界发行似的。假如真有这种人我宁愿去尝他导弹的滋味。

就我而言，理科已经对我完全没有意义，尽管它对时代的发展有重大的意义。对于以后不去搞理科方面研究的人，数学只要到初二水平就绝对足够了，理化也只需学一年，如果今天的学习只为了明天的荒废，那学习的意义何在？如果我们为了高考还要不得不一把一把将时间抛在自己将来不可能有建树的或者有接触的学科上的话，那么拜托以后请不要来说教时间是什么金钱银钱之类。

至于我常听到的学习数学是为了练习逻辑思维能力的说法，我觉得那是没有道理的，因为看许多侦探小说或悬念小说更能练习逻辑思维能力，怎么不开一门看侦探小说课？不开倒也罢了，为何要阻止别人看呢？这里便涉及到读书的问题，记得有一句话，所谓教科书就是指你过了九月份就要去当废纸卖掉的书，而所谓闲书野书也许就是你会受用一辈子的书。现在的教材编得实在太那

穿着棉袄洗澡

韩寒



穿着棉袄洗澡

韩寒

个，就拿我比较熟悉的语文英语来说，乍一看语文书还以为我民族还在遭人侵略，动辄要团结起来消灭异国军队，这种要放在历史书里面。而真正有艺术欣赏性的梁实秋钱钟书余光中等人的文章从来见不到，不能因为鲁迅骂过梁实秋就不要他的文章吧？不能因为钱钟书的名字不见于一些名人录文学史而否认他的价值吧？不能因为余光中是台湾人就划清界限吧？如果到现在还有学生一见到梁实秋的名字就骂走狗，那么徐中玉可以面壁一下了。至于英语，我的一帮从澳大利亚学习回来的朋友说，空学了六年英语，连筷子(chopsticks)、叉子(fork)、盐(salt)等吃所必备的东西和厕所(toilet)、抽水马桶(toilet bowl)、草纸(toilet paper)等拉所必备的东西都不知道怎么说，只知道问澳大利亚人 Where are you from, How old are you 一些废问题来寒暄。真是不知道自己六年来学了些什么。不过可喜的是笔者因理科差而留了一级，有幸学到新版的 Oxford English(牛津英语)，比老的教材要好多了。

我们最终需要的人才是专长于一类的，当然我们也要有各科的基础，不能从小学一年级就专攻什么，为直达目的扔掉一切，这就仿佛准备要去公共浴室洗澡而出门就一丝不挂；但也不能穿了棉袄洗澡。我曾从《知音》杂志上看见一个处境与我一样又相反的人，他两次高考数学物理全部满分，而英语语文不及格，最终他没能去大学，打工去了。所以，现在教育的问题是没有人会一丝不挂去洗澡，但太多人正穿着棉袄在洗澡。



故宫

故宫是世界最大的建筑群，它是中国式哲学、美学和艺术最辉煌的体现。自元至清六百年间，这里是中华帝国的中心，是真龙天子们的居所，是东方历史与文化的圣地。宫殿中设有综合性展览，收藏有大量古代艺术珍品，共达 105 万多件，是中国文物收藏最丰富的博物馆。

门票：旺季 60 元（每年 4 月 1 日至 10 月 31 日）；淡季 40 元（每年 11 月 1 日至 3 月 31 日）；

开放时间：旺季 8:30-16:00，淡季 8:30-15:30

地址：北京市东城区，天安门广场北

交通：乘 1、728、与 1 路、与 2 路等公交车，或地铁一号线 天安门东站或天安门西站下。



南 锣 鼓 巷



走进南锣鼓巷及其附近的胡同，你才算走入了老北京的生活区。这里曾是元大都的市中心，清王朝覆灭后，南锣鼓巷的繁华也跟着慢慢衰落。近几年又开起的风格百变的店铺，元朝古巷新旧混血，就此重生，全球游客都爱来此“迷失北京”。

门票：免费

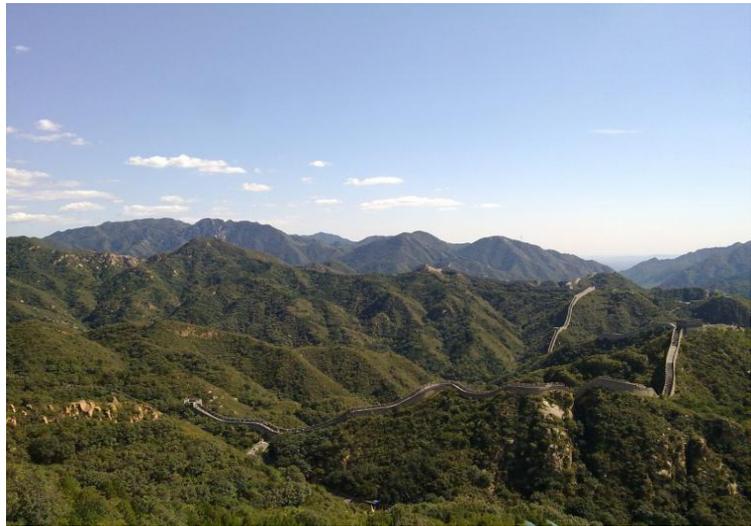
开放时间：全天开放

地址：北京东城区南锣鼓巷胡同

交通：乘公交 104、107、108、113 路等公交车在北兵马司站，交道口站或锣鼓巷站下。地铁 2 号线鼓楼大街站下。



八达岭 长城



八达岭长城是万里长城的精华，也是最具代表性的明长城之一。这里海拔高达 1015 米，地势险要，城关坚固，历来是兵家必争之地。如今登上八达岭长城，极目长天，只见群山逶迤，峰峦叠嶂，万里长城如一条巨龙腾跃在万古苍茫之中，十分壮观。

门票：旺季 45 元（4 月 1 日至 10 月 31 日），淡季 40 元（11 月 1 日至次年 3 月 31 日）。

开放时间：夏季 6:30—19:00；冬季 7:00—18:00

地址：延庆县八达岭镇东沟村

交通：1. 旅游专线车每天早晨在市区的前门楼东侧、天安门广场历史博物馆门前、崇文门路口东南角等地发车，票价：往返 36 元 / 人，一小时可以到达。2. 乘地铁等车辆到德胜门下车，乘 919 路公交车直达八达岭长城脚下，普通车每人 7 元，空调车每人 12 元，5 分钟发一辆车。3. 到八达岭的城际列车现已开通，从北京北站出发，一等票价 17 元，二等票价 14 元，首班车 6:08 发车，到达八达岭时间是 7:07。

古早味蛋糕

【超赞！台湾人开的称斤手工蛋糕】像这家自己做的东西的小店真难得难得了。蛋糕有原味、巧克力、抹茶红豆等口味，按重量称算的一块蛋糕用纸盒装起来，附送一把蛋糕小刀，切下来厚厚一块，掂着觉得满足感爆棚。

地址：朝阳区红庙北里20号楼6-104室（近大望路，华贸，万达，棕榈泉，公园5号等）
营业时间：9:00am-8:00pm（卖完为止）远道来的朋友可以提前打电话预定保留。
人均：21元



3sums 迷你汉堡店

【号称世界上最小的汉堡】屋内的装修非常有创意，有床榻，有秋千，有嘴唇沙发。
老板是耶鲁大学毕业的大帅哥，从世界各地带来了10种精品迷你汉堡，使用新鲜食材，进口原料，亲手现场制作。

地址：朝阳区霄云路35号远洋新干线美食一条街（近口福居，远洋新干线对面）

营业时间：11:00--23:00

人均：60元

餐厅氛围：休闲小憩、情侣约会、朋友聚餐



CoCo 番屋(朝阳大悦店)

这家是北京为数不多的家庭口味的日式咖喱 猪排系列的都很美味 咖喱饭可以自选添加材料 猪排加芦笋番茄很赞哦。桌上的小菜也是大爱哈。服务员都训练有素，态度非常好，结帐递找零都是双手递 确实有正宗日式快餐的感觉

地址：朝阳区朝阳北路101号朝阳大悦城6楼(鹿港小镇对面)

营业时间：10:00-22:00

人均：48元

另两家分店：世贸天阶店、都汇天地店





独行侠

The Lone Ranger(2013)

上映日期:2013年10月05日(内地)

导演:戈尔·维宾斯基

主演:约翰尼德普/海伦娜伯翰卡特/艾米汉莫[更多]

类型:剧情西部

地区:美国

简介:《独行侠》是一部惊心动魄的冒险电影,充满动作与幽默。独行侠这位带面具的著名英雄人物将会被以全新角度演绎。通过土著印第安人武士 Tonto(约翰尼·德普饰演)之口,描述了主角约翰雷德(John Reid,由艾米汉莫饰演),一位法律的化身,正义的使者的故事——他们两人将带领观众登上逃亡列车,来一次史诗般的惊险之旅。两位主角在逃亡中不断产生各种搞笑的摩擦,他们必须通力合作,对抗贪婪和腐败。

我想和你好好的

Love Will Tear Us Apart (2013)

上映日期:2013年10月12日(内地)

主演:冯绍峰/倪妮

类型:爱情剧情

地区:中国

简介: 在一场破车和兰博基尼的追逐战中,4A公司白领蒋亮亮与年轻女演员喵喵相识。喵喵的细腻多变,亮亮的温柔让两人陷入甜蜜的爱河。两人的同居生活温馨甜蜜,但亮亮深夜赴约见“前女友”,与女同事的暧昧短信,和朋友深夜泡夜店,给喵喵带来深深的不安全感。她想尽一切办法控制亮亮的行踪,却让亮亮承受不了种种“限制”,最终喵喵带着自己的疯狂爱消失.....十年后,亮亮保留着当年的手机,一天早上他接到了一个电话.....《我想和你好好的》演绎的是一个“关于后来、发生在现在”的爱情故事,通过真实



的视角来透析两个普通年轻人之间那一步步走向灭亡的爱情,将“爱是由疼而生”的主题表达得淋漓尽致,旨在希望恋爱中的男女可以收起多余的疑心,多一份信任与包容,两个人之间才能“好好的”。

带你进入活着的博物馆

3D美术馆是利用错视技法通过视觉来刺激创造力与想象力的全新概念体验式美术馆。最早起源于16世纪巴洛克时代兴盛一时的Trompe l'oeil（错视画法/透视画法），曾被作为上流社会的艺术游戏而极具人气。很多名流经常用画得像实物一样逼真、并使人产生错觉的画来捉弄被招待的客人。北京国际旅游汇3D美术馆（Trickeye特丽爱3D立体美术馆）内设有名画馆、自然馆、生活馆及万花镜房等。

斜躺在床上的女人，马桶中的自己，瓦平松浴女、穿墙出来的暴龙、变身的钢铁侠、金库里飘出的金钱雨……在这里一一尽现。



特别推荐

久聆管院

订票电话 | 01084371573

参观时间

早 9 : 00 —— 晚 21 : 00

(最后入场时间晚 20 : 00)

地址 : 北京市朝阳区国家体育场
南路 1 号 (鸟巢) 东南入口旅游
汇内场

票价 : 50 元

号外 : 凭宣传册可享
8 折优惠票价
领取宣传册请联系
18101035362



第一届管理学院学生干部 结班仪式

结班仪式主要议程：

介绍领导、老师

回顾培训内容、学生干部代表发言

校团委书记何继秀老师讲话

表彰培训班“优秀学员”

颁发第六届团学干部聘书

管理学院党总支书记张霞老师讲话



团学干部培训班

聘书发放仪式

团总支：

书记团：戴梦依 张秀梅 张凤娇

办公室：刘圆圆 张婵

实践部：冯志琪 丁亚楠

组织部：周倩 成远

宣传部：乔亚荣 焦炜茹

外联部：吕楠 毕芷萌

志愿者服务部：吕俐桦 郭芬

学生会：

主席团：黄海燕 赵旻忝 李雅真

办公室：范泽群 王雨文

学习部：邓莎 曹玲

生活部：卢孟珍 石倩梅

宣传部：李文馨 杨芸榛

外联部：夏云峰 孙雯雯

文体部：惠泽 杨思棠



团学干部培训班

优秀学员表彰

团总支：

于青青

刘圆圆

王丽

张秀梅

吕楠

徐衍衍

吕俐桦

梁翠

学生会：

李雪静

罗丽媛

邓莎

卢孟珍

李雅真、赵旻忝

孙雯雯

马盛

管理小当家

久聆管院



学生干部代表发言：黄海燕



团学聘书发放仪式

优秀学员表彰



管理学院第一届团学干部培训班结班仪式圆满结束



1、强台风“天兔”已于9月22日19时40分在广东汕尾市沿海地区登陆，登陆时中心最大风力14级。汕尾全市平均风力达10级以上，最大阵风达17级。“天兔”已致汕头濠江区2死1伤。

2、纪念毛泽东诞辰120周年大型书画展在山西太原举行，毛泽东之孙毛新宇出席开幕式。同时，毛新宇为到场的书画艺术爱好者们现场作画。



3、天安门广场摆花进展顺利，预计9月25日完成现场施工。和往年相比，2013年国庆花篮体量最大、最宏伟一名为“祝福祖国”的花果篮高达18.2米，篮盘直径达到15米，中心花坛直径达到50米，是天安门广场历年来最大的花篮。

4、据外媒报道，现年72岁的物理学家史蒂芬霍金近日提出设想，认为人的大脑可能独立于人体存在，并可复制拷贝至电脑里。



1、王菲离婚，外界一面倒将矛头指向李亚鹏，他一直不理负面新闻，反而王菲要亲自在微博上留言代前夫澄清，中秋节当日王菲与李亚鹏带着李嫣，到北京朝阳区一间餐馆与亲友聚餐，共享天伦之乐，这是他们离婚后首度一起亮相，带着李嫣与亲友吃饭庆祝佳节，温馨依旧像一家人。



2、霍思燕与杜江的姐弟恋被热议一时，两人未婚先孕，据悉在今天中秋佳节之际，霍思燕终于剖腹产下一个男婴，重8斤3两。而初为人父的杜江透露，孩子名字还没想好，现在先叫昵称“小江江”。



3、Super Junior成员成圭贤、银赫、厉旭、东海正在德国度假，4人兴奋游遍各大景点。银赫与圭贤昨到罗滕堡玩，各自撑伞与同一街景拍照比帅，并PO上推特与粉丝分享，网友夸赞：“不愧是明星，随便拍都像是尚海报！”



【生活中应该注意的细节】1. 早上醒来、先喝一杯水、预防结石；2. 一个星期只能吃四颗蛋、吃太多、对身体不好；3. 刚出炉的面包，不宜马上食用；4. 饭后吃水果是错误的观念、应是饭前吃水果；5. 女生月经来时，茶类不要喝就对了；6. 喝豆浆时不要加鸡蛋和糖；7. 空腹时不要吃蕃茄，最好饭后吃；8. 白天多喝水、晚上少喝水。

【最养人的十几种健康零食】1. 南瓜子和开心果：健脑；2. 巧克力：怡情；3. 柑橘：富含维生素C；4. 奶糖：润肤；5. 牛肉干：富含蛋白质；6. 花生：能防皮肤病；7. 乳饮料：有营养；8. 核桃：可秀甲；9. 大枣：预防坏血病；10. 葡萄干：补血；11. 薄荷糖：润喉；12. 芝麻糊：乌发；13. 奶酪：固齿。

【开春养生 必食 4 种枣食谱】1. 大枣茶，将大枣洗净切碎，每日取适量用沸水冲泡，代茶饮。最后将碎枣一起吃下。功效：健脾胃，补血气，尤其适合女性食用。2. 大枣粥，功效：健脾胃，补气血。3. 大枣山药粥，功效：健脾益气，和胃止痛。4. 大枣百合汤，适合调治慢性咳嗽和气虚咳嗽。

【预防化妆品过敏 6 个小绝招】1. 选择微酸性洗面品：碱性太强会伤害皮肤；2. 用不含酒精的爽肤水；3. 忌用控油配方：皮肤敏感者本身就缺乏油性滋润；4. 慎用撕拉式面膜；5. 减少角质处理：如果实在需要，可选用性质较温和的去死皮膏，两星期进行一次处理就足够了；6. 多补充维生素C。

【人生最重要的十大健康食物】1. 菠菜：不贫血、皮肤好、保护视力；2. 西红柿：防癌、美白；3. 巧克力：拥有快乐、护齿；4. 马铃薯：护脾胃、消除眼袋；5. 蘑菇：提高免疫力、减肥；6. 大豆：抑制肿瘤、延缓衰老；7. 鸡蛋：增强记忆、美容；8. 核桃：健脑、润肤；9. 鱼：吃出好心情；10. 橙子：防癌。

【长期面对电脑必知 6 大排毒茶饮】①绿豆薏仁汤（熬夜工作者或是心烦气躁、口干舌燥、便秘、长青春痘）；②绿茶（刺激中枢神经，提振精神）；③枸杞茶（眼睛酸涩、疲劳、视力加深的问题）；④菊花茶（明目清肝）；⑤决名子茶（清热、明目、镇肝气、益筋骨）；⑥杜仲茶（补血与强壮筋骨）。

【冬季给室内保湿妙招】1. 每天至少用干净的湿拖把拖两次地，加大水分和空气的接触面积，让水分迅速蒸发；2. 在屋里放盆水，水分蒸发的同时，增加室内湿度；3. 在暖气上搭块湿毛巾，暖气散热时带有水分也可保湿；4. 室内放一些绿色盆栽植物，如绿萝、吊兰；5. 室内使用加湿器。

【如何吃烧烤不长痘】1. 烧烤前喝一杯酸奶，或者豆浆或黄豆芽汤，有助于预防上火。2. 吃烤肉的同时，再挤些番茄酱、柠檬汁作为调料，可以阻碍致癌物质的生成，降低烧烤的热度。3. 烧烤后可以喝些凉茶。将大蒜或柠檬压汁，倒入温水中洗脸，可减少皮脂分泌，清爽消炎，对暗疮有明显治疗效果！

十月份各星座运势

白羊座
桃花运：☆☆☆
双子座
桃花运：☆☆☆
狮子座
桃花运：☆☆☆☆
天秤座
桃花运：☆☆☆☆
射手座
桃花运：☆☆
水瓶座
桃花运：☆☆☆

金牛座
桃花运：☆☆☆☆
巨蟹座
桃花运：☆☆☆☆
处女座
桃花运：☆☆☆☆
天蝎座
桃花运：☆☆☆☆
摩羯座
桃花运：☆☆☆
双鱼座
桃花运：☆☆☆☆

2013年星座福气排行榜

- 第一名：处女座
- 第二名：白羊座
- 第三名：金牛座
- 第四名：双鱼座
- 第五名：双子座
- 第六名：狮子座
- 第七名：摩羯座
- 第八名：巨蟹座
- 第九名：射手座
- 第十名：水瓶座
- 第十一名：天蝎座
- 第十二名：天秤座

2013年各星座哪方面运势最旺

白羊座：旅行运
金牛座：社交运
双子座：财运
巨蟹座：生活运
狮子座：行动运
处女座：学习运
天秤座：事业运
天蝎座：能力运
射手座：财运
摩羯座：婚姻运
水瓶座：工作运、健康运
双鱼座：家庭运、爱情运

英语四六级考试将改革 完形填空退出历史舞台

摘要：年 12 月起，四六级考试题型将发生变化：1、听写变成全部考察单词短语；2、快速阅读变成段落信息匹配题；3、翻译扩充至 150-200 字的整段中译英；4、不再考察完形填空。

据全国大学英语四六级考试网站消息，今年 12 月起，四六级考试题型将发生变化：1、听写变成全部考察单词短语；2、快速阅读变成段落信息匹配题；3、翻译扩充至 150-200 字的整段中译英；4、不再考察完形填空。

自 2013 年 12 月考次起，全国大学英语四、六级考试委员会将对四、六级考试的试卷结构和测试题型作局部调整。调整后，四级和六级的试卷结构和测试题型相同。

一、试卷描述

四级和六级的试卷结构、测试内容、测试题型、分值比例和考试时间如下表所示：

试卷结构	测试内容		测试题型	分值比例	考试时间
写作	写作		短文写作	15%	30分钟
听力理解	听力对话	短对话	多项选择	8%	30分钟
		长对话	多项选择	7%	
	听力短文	短文理解	多项选择	10%	
		短文听写	单词及词组听写	10%	
阅读理解	词汇理解		选词填空	5%	40分钟
	长篇阅读		匹配	10%	
	仔细阅读		多项选择	20%	
翻译	汉译英		段落翻译	15%	30分钟
总计				100%	130分钟



二、新题型说明

1. 单词及词组听写

原复合式听写调整为单词及词组听写，短文长度及难度不变。要求考生在听懂短文的基础上，用所听到的原文填写空缺的单词或词组，共 10 题。短文播放三遍。

2. 长篇阅读

原快速阅读理解调整为长篇阅读理解，篇章长度和难度不变。篇章后附有 10 个句子，每句一题。每句所含的信息出自篇章的某一段落，要求考生找出与每句所含信息相匹配的段落。有的段落可能对应两题，有的段落可能不对应任何一题。

3. 翻译

原单句汉译英调整为段落汉译英。翻译内容涉及中国的历史、文化、经济、社会发展等。四级长度为 140-160 个汉字；六级长度为 180-200 个汉字。

三、成绩报道

成绩报道分为总分和单项分。单项分包括：1) 听力，2) 阅读，3) 翻译和写作。

10

13、14日
成人高考

16日
TSE 考试
TOEFL 考试

18日
市场总监销售经理
业务资格培训认证

20、21日
造价工程师
房地产经纪人
企业法律顾问

20、21日
注册城市规划师
执业资格考试
矿业权评估师
房地产估价师考试

21日
审计、统计专业
技术资格考试
出版专业技术资格
考试

27、28日
自考统考

格式要求：主题：【你的微刊，你做主】+ 姓名 + 班级

上传 Word 形式的附件，如内容过大可上传超大附件

正文：写出自己的**联系方式**。

奖励范围：我们将选择优秀作品，作为下期版面。

三.“我提问，你回答！”

本期问题：本期的管院小 LOGO 在哪一页？（页码从封面算起）

发送邮箱：gyweikan2@sina.cn

格式要求：【我提问，你回答】+ 姓名 + 答案

正文：写出自己的**班级**

上期奖励：



【你找茬，我奖励】+魏泽+2012级会计一班★☺☺

“魏泽” <2461826304@qq.com> 发送给 gyweikan2 拒收

2013年9月22日(星期日) 下午21:44 详细信息

实时的邮件提醒，流畅的读信体验，便捷的邮箱操作，轻松的上传文件，一切尽在新浪邮箱桌面提醒！

在你问我答中，如何冲学生公交卡乘坐62路车，把站点写错了，应该是惠新东桥南而不是惠新东桥西，62路车无惠新东桥西站

学姐这个错误很严重哦，我建议下一期更正一下，我就差点走错

我的联系方式：1881

【我提问，你回答】+卢孟珍+八★☺☺

“1421888731” <1421888731@qq.com> 发送给 gyweikan2 查看 拒收

2013年10月9日(星期三) 下午19:51 详细信息

实时的邮件提醒，流畅的读信体验，便捷的邮箱操作，轻松的上传文件，一切尽在新浪邮箱桌面提醒！

2011级人力2班

电话：1831

奖品由



全力赞助



你会目睹很多很多个太阳升起来的清晨
太阳照过来，
把整个校园印上了一层柔柔的光。
很漂亮，不是吗？