

四年大学生生活绘成了“航海图” 这份校园攻略满含学长的爱

再过一段时间,准大学生们就要拔锚启航了。大学生活到底该怎么过?这是许多学子和家长们关心的话题。我们找来不同年代、不同身份的“老水手”,把他们的航线重新绘制,拼成一张可以随身携带的“大学生生活航海图”,供大一新生按图索骥。

学习 树立目标,“自带发动机”

今年9月,小西(化名)将以本科所在院系第一名保研进入北京某985高校读研,她的规划也许会有借鉴意义。她为自己的大学生涯设立了近期和长远的计划,把四年切成四个“一年计划”,再设定每月、每周的“浮标”。每学期末,她会做一次“灯塔校正”,看看自己离目标是近了,还是远了。

石阳(化名)从选调生一路成长到锡城某机关单位领导岗位。他表示,大学四年怎么过,可以用“毕业倒推”法:大一报到那晚,他写下“四年后的简历长什么样”,用逆向时间表把英语、计算机、专业目标等写入计划。他建议大学新生们入学后,一定要试着做一次时空转换,想一想,如果这是四年后的毕业

时刻,自己的竞争力在哪里?自己有了哪些证书?自己有哪些实习经历?石阳强调,理工学生可以多看看文学类的作品,打磨自己的文字,以便能更好地表达自己的想法。他也建议文科生涉猎一些哲学和科学的知识,写文章时会更有内涵和逻辑。他在大学时,每天都会比宿舍同学早起一小时读英语、练武术,晚上则会在图书馆看书,比同学们回寝室更晚一些。他的成绩总保持在年级第一、第二的位置,计算机、英语等各类证书一个不少,每年都是三好学生,拿奖学金。

江南大学法学院管理学博士、社会学系老师周辉提醒:大学和中学有着很大的不同,老师们下课就走,没人盯着学习。在大一的时候,



江南大学新生入学报到。(还月亮 资料图)

要着重培养自己的自主学习能力,大学校园有许多资源,实验室、数据库都会向学生们免费开放,要学会利用。同时,大一也要为就业做些准备,了解自己的能力在哪。要对未来有所思考。

实践 把社会当“第二课堂”

在石阳看来,大学是社会的一个缩影。进入大学校园后,他参加了多个社团,也是学生会主席,接触了不同的人。“大学时代的容错率比较高,有了新的想法可以大胆实践。”他说。

1998年抗洪救灾时,石阳跟着家乡的水利站站长一起防汛。当时,有的人有力气,就负责搬运沙袋;有的女性擅长做饭,就给大家做后勤;有的人是“夜猫子”,就选择彻夜巡堤。他深深地感受到,做成一件事,

需要发挥每个人的优势,团结协作非常重要。那个假期结束,石阳递交了一份优质的实习报告,收获非常大。

小西觉得如果有条件的话,可以多多参与社会实践,可以了解社会和职场的运行规则。虽然不一定能够摸索出自己将来要做什么,但至少可以排除自己不喜欢的行业。参加校园社团可以扩大自己的社交圈,认识不同专业的同学。但她认为,人的精力是有限的,参与太多,

会分散自己的精力。

在社会实践方面,周辉建议,不要从事太多的兼职。一定要想清楚,什么是自己真正需要的。社会实践很重要,这是观察市场和社会的窗口。比如,做家教不要只盯着课时费,应观察家长怎么选老师、机构怎么定价,就能了解教育行业的供需情况。大学生可以结合专业实践,去了解该拥有什么样的职业技能和专业证书。

相处 宿舍是“小家”,校园是“大家”

在人际关系方面,小西觉得大学校园的友谊相对较为简单,做到与人为善,朋友之间用真心换真心,一定会有收获。不能埋头苦读,要多和学长、老师们接触一下。尤其是学长,会是很好的指路人,“哪门课老师爱出开放题、哪本教材是宝藏版本,高年级一句话,抵得上你摸索一个月。”大学期间

也要和舍友们保持良好关系。宿舍就像自己的小家,校园则是大家庭,学会沟通才能和同学相处融洽,身心愉悦。

石阳说,他每天早起练武术,顺手把全宿舍的开水打了;整理好的笔记直接发班级群;同学想学修电器,他帮忙安排。“你先把正能量给出去,它一定会以另一种方式流

回来。”至于大学里的爱情,他建议随缘。

在周辉看来,大学人际关系正常处理就行,但好的宿舍氛围是可以互相影响的。比如,各高校每年研究生录取名单里,总有几个“全寝上岸”的宿舍。“概率不高,但足够表明环境的力量。”他说。

(晚报记者 黄孝萍)

晚熟品种迎来盛产期 夏末锡城“萄”醉时

本报讯 随着昼夜温差增大,锡城各大农场的晚熟葡萄品种迎来盛产期。从科技赋能提升品质,到生态种植守护风味,再到农文旅融合拓宽价值,锡城葡萄正以多元姿态,串联起农户增收、市民休闲与城市文化交流的甜蜜纽带。

在锡山区东北塘安能果园的80亩现代化大棚内,智能设备与温控系统正演绎着葡萄早熟的“魔法”。农场负责人许志华道:“今年首次尝试通过空调控温与补光设备补光,将葡萄的成熟期提前了1个月。”这套“空调大棚”技术带来的不仅是时间优势,早熟的妮娜女皇上色更均匀、颜值更高,糖度可达20,亩产约3000斤,损耗率也从自然种

植的30%降至20%。许志华说,果园推出分级销售,分为188元3串的特级果礼盒与100元5斤的普通箱装,目前已售出三四千箱。

在惠山区尚田六次产业园尚勤二号家庭农场,12亩葡萄园采用“限根种植法”,通过沟槽限定根系生长范围,搭配酵素优培技术,使得每颗葡萄都成为“持证上岗”的绿色食品A级产品。前洲新美家庭农场和阳山建勤家庭农场则将生态循环理念融入土壤。新美家庭农场的11亩大棚里,葡萄全程不打化学农药。建勤家庭农场的3亩阳光玫瑰也正处于采摘高峰期,“我们施用的是生物有机肥,加上精准灌溉和水肥一体化技术,每颗

葡萄果重达7至9克。”负责人俞怡说。记者从多家果园了解到,葡萄采摘价格在每斤10到20元,成为市民暑期休闲的热门选择。

近日,一场别开生面的“葡香越千年 双城润艺夏”雅集在浙江余姚甜蜜开幕,鸿山葡萄与余姚临山葡萄首次“牵手”,以“双城双葡”之名跨越地域,酿出了一场融合物产、艺术、手作与文旅的沉浸体验。8月4日至22日在鸿山生态葡萄园广场举办的葡萄乡集活动上,60个摊位组成的甜蜜夜市吸引大批市民游客流连忘返。鸿山街道相关负责人表示,将持续深耕“葡萄+”产业链,让小小果实成为乡村振兴的“金色纽带”。(潘凡)

从门店到咖啡车 %Arabica 无锡首店闭店

本报讯 近日,%Arabica无锡首店关闭,此事迅速引发咖啡爱好者热议。

在无锡恒隆广场负一楼,自2020年开业便凭借“极简美学+全球视野”理念走红的该咖啡店,一直是咖啡爱好者的心头好。该店以极简白搭配原木色咖啡纸杯,利用大面积镜面设计,打造出极具视觉冲击力的空间,在店内随手一拍都是兼具质感与氛围感的照片。

闭店前,记者走访发现,午后2点的咖啡馆内,休息区已座无虚席——两侧座椅与吧台周边的高脚凳几乎没有余座。店内真正饮用咖啡的客人寥寥,多数人是占据座位休憩,桌上少见饮品;排队区有少数客人在等候打包。当时,店员透露,品牌后续会在恒隆广场一楼喷泉附近设置咖啡车,“方便老顾客回购。同时也在积极寻找下一个落脚点。”

类似“闭店转咖啡车”的情况并非个例。此前,%Arabica厦门首店关闭后,当地商城广场便出现了该品牌咖啡车。一些业内人士分析:“现在很多消费者喝咖啡更注重‘便捷性’,商圈客群大多是路过时买一杯带走,很少会在店内停留超过15分钟。对于品牌来说,商圈门店的租金、水电成本很高,而咖啡车的运营成本能降低近一半,还能灵活调整位置,更符合当下的消费趋势。”

这一转变让不少老顾客感到失落。“我当初就是被这家店的设计吸引来的,有时候和朋友约见面,都会特意选在这里。”市民王女士说,她觉得“有设计感的门店”是%Arabica的核心竞争力,“很多人路过看到这么好看的店,可能就会进去试试咖啡,但咖啡车没有这种吸引力。”

在%Arabica正式闭店后,原%Arabica铺位已建起围挡,一半铺位的围挡上印着“混果汁——无锡首店”的字样。据了解,“混果汁”是深圳本土创意果汁品牌,主打“新鲜水果+健康搭配”,此次进驻无锡是其登陆华东地区的第三站。而原%Arabica的另一半铺位的围挡上,显示这里是零食集合品牌“一栗nutco”。(寿晨)