

学生治保

上外学刊 (2002) 34 号

上海外国语大学保卫处主办

<http://security.shisu.edu.cn>

总第 46 期 本期 4 版

2008 年 09 月 27 日

指导老师 薛惠明

主编 李艳洁 副主编 白潇

新生入校需警惕 订阅刊物有猫腻

距离新生入校报到已经过去近一个星期了,在入住寝室的这段时间,新生们除了与新见面的室友和同学打成一片之外,不难发现,还有一些新面孔在这期间频繁地出现。

这些群体手拿着一张报纸或一份杂志,例如《英语报》、《21 世纪报》、《英语

周报》、《疯狂英语》等,以学长学姐的身份告诉新生们上外的学生都需要订阅他们现在正在推销的报纸,他们时常会给出一个新学期优惠价,正如其他所有的推销方式一样。新生们也许不知道,这种推销报刊的方式只适用于初入象牙塔的学生,(详见第二版)

营造和谐温馨的校园氛围

本版责编 / 詹晨

新鲜上外 安全上外



图 / 周济宁

初入大学,置身于上外与众不同的校园景色,感受着新人新事新环境的气息,每位 08 级上外新鲜人都在快乐着、憧憬着、享受着。然而金贸学院的何同学却乐不起来,开学没几天她就丢失了 500 元的现金、又禁不住潜入寝室的推销员的诱惑买下了一堆号称正品的化妆品,打开一试才大呼上当。据笔者了解,有类似遭遇的新生远远不止一个两个,而财务安全也仅仅是新生安全问题中的冰山一角。

针对这类问题,上海市教委未雨绸缪,于 8 月 20 日下发通知,要求在 2008 级大学新生中实施安全教育,市教委还要求各高校学习推广大学生安全责任签约工作。

市教委表示,为提高广大学生的安全意识和防范主动性,推进高校安全保卫工

作,各高校要抓住 2008 年秋季新生入学阶段安全教育的有利时机,安排专门课时,对大学新生开展安全教育,为全面推广上海大学生安全教育工作打好基础。

教育内容包括四个方面,共 4 课时。一是法律法规(1 课时):通过案例和法律法规的讲解,宣传与安全有关的法律法规条款;二是校纪校规(1 课时):重点讲授大学生管理制度和对违纪行为进行处理的程序,讲课内容由学校保卫部门会同学生工作部门共同拟定;三是人身安全(1 课时):根据《大纲》要求编写教学辅导材料。在授课基础上,组织《大学生安全责任协议》签约活动;四是周边安全(1 课时):制作一套学校校园及周边的地图,详细讲解校园周边地理、交通、治安环境及安全

防范知识、技能。

而笔者在此也邀请了一些 07、06 级的过来人为新生安全出招:

财物篇

1. 新生入校后第一件要办的事就是留一小部分零花钱,然后将多余的现金存入银行。切不可把现金放在宿舍或随身携带,以防被盗;
2. 在银行办理存折或银行卡业务时,要将自己废弃的单子毁掉,切不可随意丢弃,防止被坏人利用;
3. 在设置密码时切忌不要用自己的出生日期或身份证号等易被破译的号码;平时对自己的密码一定要“守口如瓶”,以防被“见财起意”的人利用盗支现金;平时要将存折、银行卡、身份证分开保存。
4. 无论是在校园或是校外,遇到有陌生人或不熟悉的校友

帮其报警,以防止有人趁机盗手机。

5. 从家里带来的手提电脑或金、银首饰等贵重物品,不可随便存放在教室或宿舍。应配置相应的电脑锁、密码锁、铁锁,或向学校租借现成的保险箱,以保障物品的安全。(下接第二版)

◎ 本期导读:

订阅报纸到寝室确实方便,但究竟是否能按时拿到呢?新生们的疑惑我们来详细解答

>>> 详见第 2 版

校园信息大全包罗万象,总有你需要的:松江出行指南陪伴你走南闯北

>>> 详见第 3 版

秋季已至,养胃攻略教你抓住关键时机:想为身体做个大扫除吗?蔬菜清肠战略为你指点迷津

>>> 详见第 4 版

学生治保会

聘任名单:

主席: 张校文
副主席: 荆康宁
主席助理: 王伟
主席助理: 任倩
办公室主任: 樊莹莹
编辑部部长: 李艳洁
策划部部长: 林玲
宣传部部长: 张晓点
外联部部长: 周晓静
信息部部长: 唐瑾

新生入校需警惕 订阅刊物有猫腻

距离新生入校报到已经过去近一个星期了,在入住寝室的这段时间,新生们除了与新见面的室友和同学打成一片之外,不难发现,还有一些新面孔在这期间频繁地出现。

这些群体通常会拿着一张报纸或一份杂志,例如《英语报》、《21世纪报》、《英语周报》、《疯狂英语》等,以学长学姐的身份告诉新生们上外的学生都需要订阅他们现在正在推销的报纸,他们时常会给出一个新学期优惠价,正如其他所有的推销方式一样。新生们也许不知道,这种推销报刊的方式只适用于初入象牙塔的学生,因为此时他们对大学一无所知,对自己接下来要面对的

学习生活也渴望有个明确的指向,而这些老生推销员便以长辈的口吻和学弟学妹们套近乎,进而开始强调身在上外学习英语的重要性,以及利用赠品博得新生们的好感从而达到让其订阅指定刊物的目的。

06级新闻传播学院陈同学曾经就是其中一名在学姐的怂恿下订阅报纸的人,但自从她交了一百块的订阅费之后,学姐允诺过的每星期一期的报纸却没有如约而至。每次到了报纸该送到的时间时,陈同学却找不到标有自己寝室号码的报纸。对此,陈同学以一个过来人的身份对新生们提出了一些建议:“学校图书馆的报纸和杂志很齐全,如果想看完全可以去图书馆阅

读,去网上看电子版也是个不错的选择。如果要从推销报纸的人那订阅,应事先把那人的电话和总负责人的电话记录下来,这样以后出了状况也有个保障。”

一名负责推销报纸的老生向记者透露:大多数情况下他们只负责推销以及开出收据,对之后报纸的及时送达并不能做出保证。每推销出一份他能收取十元左右的提成,所以想尽一切办法让新生订阅报纸即是对自己沟通能力的一种锻炼,也是赚取零花钱的不错选择。开学这几天他平均一个晚上可以推销出四五份报纸,对此成果他感到很满意。一般说来寝室里有一个同学定了,那其余的同学都会想定,毕竟在大学

里学习竞争还是很激烈的。?

而29栋寝室楼的宿管阿姨告诉记者,开学后就陆续有各种刊物送到她那,不少订阅刊物的同学不注意看刊物上标注的姓名从而导致错那或多拿的现象时有发生,要规范这种行为也只能靠大家的自觉性,宿管人员并没有核实领取报纸的人的身份的任务。一到学期末,有些长期无人领取的报纸便会被当成废纸卖掉。而记者注意到,在每栋寝室一楼楼梯旁都有奶箱,每个早晨同学都能按时从自己的奶箱中取出由定奶处送来的新鲜牛奶,是否我们也需要每人一个专门的信箱负责接收订阅的刊物呢?这是值得每一个相关工作人员思考的问题。

文/詹晨

(上接头版)

生活篇

- 1 严格遵守学校的住宿规定,不要在校外私自租房住,以防止被侵害。
- 2 来到陌生城市后,尽量不要单独外出到歌舞厅、迪厅等娱乐场所,以免被社会不轨人员侵害。
- 3 网吧是大学生常去的地方,但也是易发生盗窃案件的地方。同学们在网吧上网时,不要将手包、手机放置在桌面上,防止有人趁你不注意或以分散你的注意力为手段进行盗窃。
- 4 出入宿舍要养成随手锁门、关窗的习惯。夜间入睡前要检查好门窗是否锁好,防止小偷进入。特别是要防以“串门”、“找老乡”为借口的盗贼。
- 5 希望同学们平时有节制地上网,要慎交网友,慎约网友,以防被侵害。特别提示女生在会网友时最好有人做伴、或将自己的去向告知同学。约陌生网友时,切记不可跟随网友到宾馆、饭店或对方的住处,防止遇上“色狼”。
- 6 夜间外出要尽早返校,尤其是女生不要单独外出。单独外

出时不要到河旁、树林、公园等偏僻处,以防被抢劫。周末到公园游玩时要防止随身带的包被盗。

安全篇

- 1 不提倡学生饮酒,尤其提示男生不要酗酒,以免酒后生是非,引起打架斗殴案件。遇事要理智处理,切不可因发生争执而大打出手,无论是伤了对方或自己,都将追悔莫及。
- 2 平时要严格遵守国家法律和学校的规章制度,不做任何违法的事情,以免断送自己的前途。
- 3 特别提示女生不要随意在校外与社会上的人交往,以防“感情骗子”的侵害。
- 4 学们之间要和睦相处,发生矛盾之后要正确处理,切不可用“武力”解决或找“社会上的闲散人员”、“老乡”大打出手。

实践篇

如果想找兼职工作,最好征得老师的同意,请求老师的指导,防止在校外上当受骗。

总之,在新环境中要学会凡事多一个心眼,做个远离安全困扰的上外新鲜人!

文/孙元青

治E系列13

Vehicle crime 汽车犯罪

◎ Lock the doors, windows, boot and sunroof every time you leave your car-however briefly.

每次离开车时把车门、车窗、行李箱和遮阳板都锁上,无论离开多久。

◎ Take the ignition key out even when the car is parked in your drive or when filling up with petrol or popping into the newsagents.

当车子停下、给车加油或者放置报刊的时候把车钥匙拔出。

◎ Always set the alarm if fitted.

如果合适装上报警装置。

◎ Don't leave valuables and other possessions on display.

不要显露出值钱物品。

◎ Fit a lockable fuel cap and wheel nuts-especially if you have expensive alloy wheels.

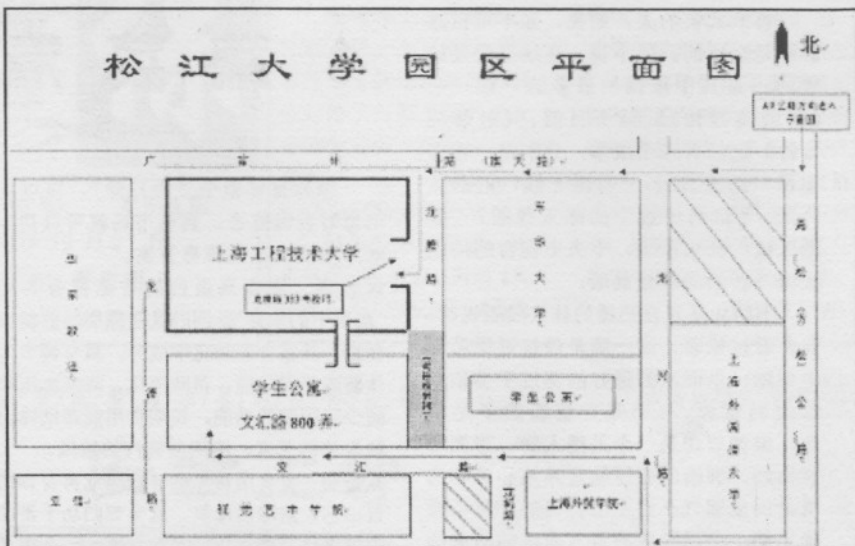
配置可以锁的油盖和车轮,尤其是如果你有昂贵的合金车轮。

◎ If you do sustain a broken window always have it replaced with specially strengthened glass which makes it much more difficult for a thief to break in. 如果你有过车窗被打破的经历请替换特殊改进过的玻璃,它可以增加犯罪分子破窗而入的难度。

文/谈宏渊

松江

出行指南



A、学生专车：周五 周日

◆二、三期——莘庄地铁北广场。(莘建东路站点)

周五开往莘庄地铁北广场，发车时间：10:00—17:15。

周日开往大学园区，发车时间：13:00—19:00。

◆一期——曹杨路750号。(大众三汽停车场)

周五开往曹杨路，发车时间：10:00—17:15。

周日开往大学园区，发车时间：13:00—19:00。

◆一期——西区汽车站。(吴中路555号)

周五开往西区，发车时间：15:30, 17:00。

周日开往大学园区，发车时间：14:00—16:00。

◆二期——上海工程技术大学。(仙霞路350号)

周五开往上海工程技术大学，发车时间：12:00, 15:00, 17:00

周日开往大学园区，发车时间：15:00, 17:00。

◆二期——上海外国语大学虹口区。(大连西路550号)

周五开往上海外国语大学，发车时间：12:00, 15:00, 17:00。

周日开往大学园区，发车时间：15:00, 17:00。

◆一期——嘉定城汽车客运中心

周五开往嘉定城汽车客运中心，发车时间：12:30, 16:30。

周日开往大学园区，发车时间：16:00, 17:00。

◆上外校车 虹口校区↔松江校区

发车时间周五：10:30—12:30 乘车地点：上外松江校区师生活动中心门

周日：13:00—18:00 乘车地点：上外虹口校区喷水池

B、公交专线：

★松江3路

客运中心——中山中路——谷阳北路

票价：1-2元 班次间隔时间：10分钟 时间(6:00-21:00)

★松江12路

松江火车站——人民北路——文汇路枢纽

票价(1-3元)；时间(往松江大学城方向：06:00-20:30；往松江火车站方向：06:15-21:00)；发车间隔时间(20分钟)

★松江13路(外地同学到松江火车站可选择12或13路，但13路时间较短，一般为15-20分钟，而且票价相比更低，2元)

松江火车站——大学城——松江客运中心

间隔时间：10分钟；时间(往四期方向：06:00-21:00；往松江大学城地铁站方向：06:00-21:00；周日末班车延迟至22:00)

★松江17路

城东枢纽——乐都路——文汇路枢纽

班次间隔时间：10分钟 时间(往松江大学城方向：06:00-21:20；往松江城东方向：06:00-22:00)

★松江18路

文汇路枢纽——新松江路——龙源路

班次间隔时间：10分钟 时间(往松江大学城方向：6:00-21:30)

★松江18路区间

松江大学城 二期 一期 三期 四期

间隔时间：10分钟；时间(06:00-21:00；周日末班车延迟至22:00)

★松莘线

轨道外环路站——松江大学城

往松江大学城：6:30-19:30 往外环路地铁站：5:50-18:05 票价：1-4.5元；间隔：20-30分钟

★松莘B线(比松莘线快)

松江大学城——外环路地铁站

往地铁站方向(7:00-17:15) 往松江大学城方向(6:50-18:30) 间隔时间：15-20分钟/每班次

★松闵线

松江大学城——闵行

票价：1-4元；间隔：30分钟时间(往闵行方向：05:30-19:15；往松江大学城方向：05:00-18:10)

★地铁九号线 06:00-21:00

桂林路——松江大学城——松江新城

9号线下车后可以转乘松江18路区间车及松莘B线到达松江大学城园区内。

文 图/俞安妮

※总有你用得着的※

——校园讯息大全

网络讯息

◎上海外国语大学保卫处：
<http://secrity.shisu.edu.cn/>

这里有各种治安防范的讯息，并且开辟了失物招领和寻物启事板 songjiang 块，实在是“没头脑”们的福音！

◎云间城：

<http://www.vunjian.com/>

松江大学城相当有人气的论坛，提供生活学习各方面的资讯，热心的坛友们会第一时间回答你的问题哦！

◎魅力上外：

<http://www.sisumm.com/bbs/>

SISU 人的聚集地！还不赶快加入？

电话讯息
◎大学城派出所：67799343
◎保卫处：67701017 67701012
◎松江校区咨询电话 67701068

就诊讯息

◎松江校区：师生活动中心底楼

门诊时间：
上午 8:00-11:30
下午 12:00-16:20

周一～周五(节假日除外)

◎松江校区学生公寓：23 号楼

周一～周五
门诊时间 16:30-22:00
急诊时间 22:00-7:00
周六、周日、节假日全天

文/程卓远

喜欢武侠的人,如我,必不可错过的定是金庸的武侠小说。在这里我要比较的正是其中被翻拍最多的一部——《射雕英雄传》。截至目前,《射雕英雄传》已经有六个版本,分别是“香港佳视”的米雪版,“香港无线”的翁美玲版,“台湾中视”的陈玉莲版,“香港无线”的朱茵版,中央电视台的周迅版以及新拍的林依晨版。

不防先从正在热播的林依晨版说起。我曾看过原著,这一版是最接近原著的电视剧,里面演的最好的莫过于林依晨饰演的黄蓉。《射雕》塑造的多是男角,但黄蓉却是一个关键人物。想把原著拍好,郭靖的憨厚耿直赤诚和黄蓉的机灵俏皮邪气必然是最关键的,林依晨确实把一个活脱脱的黄蓉表现的活灵活现。她在剧中的每一个位置都恰到好处,原著有的她演好了,没有写出来的她通过自己的领悟也表现出来了,喜怒哀乐都淋漓尽致;美中不足的可能是其动作的多样性不够,性格的反差不太大,给人的印象不够深刻。这部戏比较可惜的是其他的角色包括郭靖的表现并不能让人满意。

往前追溯是李亚鹏周迅版的《射雕》,也是我唯一没有看完的一部。李亚鹏无法领悟“耿直、赤诚”的真实含义,只一味地装傻,而周迅的声音和演技也实在不敢恭维。当然,喜欢看大场面的影迷倒是在其中得到安慰。

艺

文

六版

《射雕英雄传》之

再来看20世纪的四版。总的来说,这四部的画面效果没有后来的好,技术的落后是可以理解的。最早的米雪、白彪版,88年陈玉莲版和94年朱茵、张智霖版关注的人比较少,应该说米雪和朱茵的演技都还不错,但米雪并没有把黄蓉演活,其相貌可能也不太适合黄蓉的性情;而朱茵在演黄蓉时显得很吃力,没有什么突破;至于陈玉莲,其人

和性格都只适合演小龙女,似乎不食人间烟火,与黄蓉相差太大。

说到83版的《射雕》,这应该是目前还没有被超越的一版,也许将来也不会被超越。翁美玲的黄蓉很经典,黄蓉的可爱,刁蛮,邪气,霸气经翁美玲精心的演绎显得入木三分。翁美玲虽然算不上大美女,可是她的黄蓉却在很多人心中成了最佳。而黄日华也和原著中的郭靖非常接近,他

蔬菜清肠攻略

想为身体做个“大扫除”,可以不用急着到医院去,到菜市场就可以找到既方便又安全的排毒方案。

▲香菇 富含高蛋白的香菇被誉为是“蔬菜中的牛排”,同时又是低脂肪的健康食物,其富含多种化学成分,具有调节人体新陈代谢功能、帮助消化、降低血压和减少胆固醇的功能,长期食用能帮助排出体内的钠元素,清除血管内的垃圾。

▲番茄 多食用番茄能够扫除危害身体的自由基,清除活性氧。这全都归功于番茄中抗氧化功能卓越的番茄红素,番茄中还含有大量的粗纤维,它在人体内可以和由胆固醇生成的生物盐相结合,通过消化系统排出体外,从而减少血液中的胆固醇。

▲海带 含有化学物质硫酸多糖,能清除附着在血管壁上的胆固醇,使胆固醇保持正常含量,保护心血管并避免心肌损伤。海带中的褐藻胶在肠内能形成凝胶状物质,有助于排除堆积体内的毒素,阻止人体吸收铅、镉等重金属,还能抑制放射性物质被肠道吸收。同时有助于治疗动脉硬化,并可防止便秘和肠癌的发生。

▲花椰菜 是全世界公认的最具抗癌性的食物,它含有的硒具有增强人体免疫力、调节新陈代谢功能,预防疾病的作用。

用。椰菜的钾元素含量也很高,有助于排出体内积蓄的盐分。同时其中的类黄酮还能够很好地清理血管,阻止血液中过多胆固醇氧化。将花椰菜白灼或清炒着吃还能双倍吸收维生素E。

▲芹菜 具有解热、利尿的作用,能减退宿醉引起的发热和帮助大小便的排泄,减少体内的酒精含量,同时钙磷含量较高的水芹还能够镇静保护心血管。值得注意的是,芹菜叶中含有的营养成分远远高于芹菜茎,其中芹菜叶含有的胡萝卜素是茎的88倍,维生素C的含量是茎的13倍等,从现在开始可得好好地利用芹菜叶了。

▲葱和大蒜 轻微汞中毒会有慢性疲劳、头昏眼花和食欲不振的症状,在蒸鱼的时候添加葱和大蒜不仅可以提味、去腥,还能够帮助排出体内积蓄的汞。而且他们还具有消炎、杀菌的功效。根据研究,大蒜和葱能够使维生素B1更好地发挥功效,而维生素B1是帮助葡萄糖转化为供给大脑活动能量不可或缺的帮手;由此可见,多吃还能提高大脑的灵活性和活跃性。

▲黑木耳 木耳因生长在潮湿阴凉的环境中,中医学认为它具有补气活血、凉血滋润的作用,能够消除血液里的热毒。黑木耳中的植物胶质有较强的吸附力,可将残留在人体消化系统内的杂质排出体外,起到清胃涤肠的作用。

(摘自互联网)

比较

的表演自然,不温不火。郭靖的憨厚,诚实,讲信用,以国家为重的性格特征被黄日华演得很精彩,连金庸自己也说“黄日华是最像的”,“黄日华演出了我笔下的郭靖”。

总的来说,翁美玲的“俏黄蓉”是最好的,这一部也是六版《射雕》拍得最好的一部,相信武侠迷都会赞同我所说的,有机会大家可以都去看一看,也来比较一下。

文/吕代

上外具有影响力的报刊

每期 550 份的发行量

宿舍楼内天天与学生见面

这块天地由您来耕耘。