

# 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 43 期 2008 年 4 月 27 日

本期 4 版 指导老师 薛惠明

主编 陈盈娱

副主编 黄颖婷 李艳洁

## 与马路杀手过招, 我们应该做什么?

对于上外大多数同学来说, 除了自己学院的教学楼之外, 最熟悉的恐怕就是位于文汇路东端, 连接着宿舍区和教学区的十字路口了。

每逢上下课时间, 来来往往的同学和松江各路公交及各种社会车辆就会让这条宽不到八米, 长不足二十米的通道变得热闹非凡。然而

在此时常也会发生一些有惊无险的意外事件, 使这个路口成为大家公认的大学城“危险地带”。

为此, 记者首先走访了与这个十字路口朝夕相处的交通协管员。提起十字路口的安全问题, 对这一地段了如指掌的协管员颇为激动地告诉记者……(详见第二版)

营/造/和/谐/温/馨/的/校/园/氛/围

本版责编 / 荆康宁

## 新学期·新活动·新体验



### 本期导读:

●上外第四届创业计划大赛再次掀起了上外学子创业、创新的热潮。《大学生创业计划比赛, 你究竟了解多少?》通过几个普遍的误解, 带领我们一起解读比赛意义之所在。  
>>>详见 3 版

●晚上明明睡够, 白天却还是忍不住哈欠连连? 春日的倦意是不是几乎要将你“打倒”? 《更健康的午餐, 向春困说 Byebye》给你支招, 抖擞精神“吃”出来~  
>>>详见 4 版

三月份的治保会副部长竞聘刚结束, 新上任的副部长们就被分成了两组——杂志组和活动组。杂志组将在编辑部长的带领下策划治保会第 2 期杂志《平安上外》, 为已建立 7 年的治保会做一个总结, 并给大家提供更丰富的信息。而另一组将在策划部长的带领下, 开展“校园十大明星”评选这一大型活动, 给大家一个展示自我的平台, 并借此向广大师生推广和宣传治保会。

治保会总结归纳, 为同学们排忧解难

对于正在筹划的杂志, 大家一定非常好奇吧, 所以在此作个预告:

► About Us: 对于治保会, 你了解多少呢? 和我们一起回顾一下治保会那不短的历史,

看看对于同学们的安全我们是如何关注并努力着的。

► 您的安全, 我们一直放在心上: “办案解密”, 让我们看一看派出所的警察们是如何办案, 我们的紧急情况将如何得到一步步地解决; “保安的一天”将展示, 校园里随处可见的保安, 他们究竟在怎样辛劳地确保我们的安全。

► 轻松玩转: 介绍上外各教学楼好玩的经典去处, 说不定其他学院也藏有许多你意想不到的惊喜; 听治保会成员向你推荐自己家乡不得不去的地方, 现在起就在脑海中绘一幅蓝图, 在这个暑假, 让我们一起, 进行一场华丽的冒险。

征稿: 与安全有关的漫

画, 反映身边不和谐的现象或是传递正确的安全观念, 幅数、颜色不限, 应征者将有机会获得我们的精美礼品一份, 欢迎投稿。

(电子稿地址:

xueshengzhibao@yahoo.

com.cn. 另外, 对杂志如有

任何疑问或者建议, 也欢迎发送邮件到以上地址。)

治保会构建舞台, 众学生展示风采

治保会“校园十大明星”评选活动已在四月拉开了序幕, 下面就让我们来系统地了解这一活动的进展情况和计划。

4 月初: “校园十大明星”的征集令在全校各学院传开了, 横幅、传单、海报——我们以多种渠道从上外多才多艺的学生群中搜寻出敢于展现自我的出众人才。

4 月 9、10 日: 在为期两天的报名活动中, 我们得到了同学们热情的回馈, 报名现场热闹非凡, 食堂前活跃着同学们争相填写报名表的身影。两天下来, 总计有 241 位同学报名参加, 20 位明星候选人将从中产生。

4 月 14 日: 在第一轮初选的基础上我们举行了面试。在面试中, 各候选人展示了他们与众不同的才艺, 能歌善舞的当然不在少数, 孔雀舞、街舞表演, 各语言外文歌曲联唱, 以及演讲、朗诵等无不令我们惊喜连连, 还有些乐器才艺虽然无法展示, 但也让我们充满了期待。

5 月 6、7 日: 候选人将带上他们的亲友团, 制作精美的展板, 在食堂前进行拉票活动, 到时可以看到他们……(后续第二版右下)

## 与马路杀手过招, 我们应该做什么?

(上接第一版)提起十字路口的安全问题,对这一地段了如指掌的协管员颇为激动地告诉记者,同学们闯红灯现象非常普遍,甚至有些同学对协管员的劝说置之不理、冷言相对,让他们非常无奈。

这个十字路口目前安排了4名协管员和1名民警,从早上七点到下午五点轮流值班,下午五点之后就不再有人维护秩序,完全靠同学自觉。同学们对交通法规的漠然和自身安全的忽视让协管员束手无策。

记者随机采访了二十名来自各个院系的同学,其中确实有百分之八十的同学坦言曾经在这个路段闯过红灯。他们给出的理由各有不同,比如早上赶时间上课、走到一半绿灯变红灯等等。

在采访过程中,有一些同学反映,许多公共车辆在途经此地时速度太快,

尤其是从文汇路转入人民北路的车流更是一大安全隐患。

据了解,这里虽然不曾发生过重大的交通事故,但各种小意外时常发生。据管院的王同学回忆,上个星期自己就曾在路口以“毫厘之差”与一辆飞驰而过的机动摩托车遭遇,当时吓出了一身冷汗,至今想起来仍心有余悸。在大多数同学看来,这个每天必经的十字路口已经在一定程度上与“危险”相连,安全问题亟待解决。

硬件设施方面,不少同学提议可以考虑修建一座小型天桥供同学往返宿舍和学校,这样一来,安全隐患基本就可以解决了。但校方工作人员认为,天桥的修建是一项不小的工程,不但要牵涉到学校、城管部门,还需要大量资金,目前可行性不大。根本问题在于同学自身的交通

安全意识仍需加强,而协管员方面会继续作出努力。至于各路途径的公车和社会车辆也应考虑到这个地带的特殊性,为同学的安全着想,驶经时适当调整速度,校方也将用讲座、模拟法庭等形式让同学进一步认识交通安全的重要性,为平安上外的建设添上重要的一笔。

文 / 孙元青



(图: 红灯亮起时仍有学生穿行)

### 治E系列 11

## On Returning Home

☑ When arriving home to an empty house, press your own doorbell. An intruder still inside will prefer to leave quickly, so avoiding the risk of confrontation. 当到家而房子里没人的时候,先按自己家的门铃。如果闯入者在里面他会很快地离开,这样就避免了与他碰面的危险。

☑ When arriving home by car or taxi ask the driver to wait until you are inside your home. 当乘坐轿车或出租车到家的时候,请司机等到你安全进入家门了再离开。

☑ Have your keys ready to let yourself in quickly. 准备好钥匙以便迅速进入房间。

☑ If there are signs of intrusion when you return home do not enter. Go to a trusted neighbour or a public phone box and call the police. 如果回到家门口的时候发现有被闯入的痕迹,不要进门。到一位可信任的邻居家或者一个公用电话亭报警。

☑ Try to avoid waiting at isolated bus stops. 试着避免在偏僻的车站上等车。

☑ On a bus or coach, sit as close as possible to the driver. 在公交车或长途客车上时,坐在离司机尽可能近的地方。

☑ Do not sit in an empty compartment on a train or tube. 在火车或地铁上时,不要坐在一个空的车厢里。

☑ Do not leave your handbag loose on your lap or on the seat next to you. 不要把手提包松散地放在膝盖上或者在旁边的座位上。

文 / 谈宏渊



## 新学期 ◆ 新活动 ◆ 新体验

(上接第一版)青春活力的身影。希望大家届时到现场踊跃投票,支持心中的“校园明星”。

5月14日:盛大的晚会将在图文西厅举办。20位候选人会以展示才艺的方式再度拉票以提升人气,共同角逐“校园十大明星”的称号,赢取mp3等丰厚大奖。我们的晚会也邀请你的加入,除了支持你心目中的明星外,也可参加我们的现场抽奖,一定会收获满满。

对于我们的活动,许多同学存在疑问,在此,我们就大家最关心的两个问题一并解答:

Q: 为什么治保会会主办“校园十大明星”这样的活动呢?

A: 大家一定以为治保会是关注大家生活安全的较为严肃的学生团体吧。其实不然,除了完成为大家传递安全信息的本职工作外,我们也是乐于为大家创造展示平台的活力四射的集体哦。另外,希望借此活动推广治保会这个温暖的学生团体,让更多的同学知道治保会,相信治保会,加入治保会。

Q: “校园十大明星”的定义是什么?

A: 每个人都各有特色,我们无法仅凭自己的眼光评价每个人。所以我们把对自己的定义留给选手们自己。个性鲜明、与众不同的你都将是我们寻找的“校园明星”。

文 / 李艳洁

我校第四届创业计划大赛决赛正式结束了。四支决赛队伍使劲浑身解数，展开了一场思维与创意的精彩较量。值得一提的是，比赛现场评委的深度可谓前无古人，包括创业风险投资公司的资深人士，沪上大企业的老总，此外创智赢家第二季的冠军张书嘉也亲临现场，引爆了全场热度，为观众们留下了不错的谈资。

提起以创业计划为代表的商业计划比赛，我们上外的同学大都有些印象，但是否真地了解商业计划比赛就不得而知了。我们不如从几个普遍的误解谈起吧。

**误解一：创业 = 校园经商 + 金钱至上 + 玷污校园环境。**

记得在上个世纪末，人们还会大谈“校园经商”的种种害处，怒斥“拜金主义”渗入校园的“危险”境况。但近几年稍微“与时俱进”一点的人都会知道，创业已经不知不觉成为一种时尚和风气。这股风潮不仅来自于学生们义无反顾不折不扣的实践，也来自于政府的大力支持和倡导。

今年的两会，温总理在政府工作报告中提出“落实以创业带动就业的方针，加强就业和创业培训，鼓励自谋职业和自主创业，支持创办小型企业。……加强高校毕业生就业指导和服务。”很明

## 大学生 创业计划 比赛

### 你究竟了解多少？

显，无论现在有多少人选择走这条路，大学生自主创业已经成为一种颇受褒奖的壮举。无论现在针对学生创业的争议还有多少，创业者已经成为了社会关注的明星，创业实际上已经是校园中最亮丽的风景线之一。

**误解二：要写创业计划，那是有了新发明，新产品之后的事。**

许多同学都认为，创业计划一般都是在有了发明创造之后才能有计划这回事，实际不然。创业计划的主题，即创业项目一般都分为科技创新和文化创意的两

类。除了开发产品，亦可以进行服务业的创业（事实上，服务业的创业项目占了目前创业企业的绝大多数）。而且，现在的创业项目不仅仅是产品或者服务本身的创新，而是一个新的商业盈利模式的开创，简单地说，就是你怎么改造已有的项目，使其成本更低，消费者更认可，服务更周到。从这个角度来说，我们上外的学生是大有可为的。

**误解三：创业计划是商科学生（经济管理类学生）的专利，与我无关。**

创业计划大赛纵然要求对经济管理有相当的掌握，也主要是由经管类同学参加，但同学们完全不要因为观念问题而限制了自己。实际上，本次大赛的二等奖就是由新传学院的三个女生组队拿下的。无数的事例和现象都证明了，创业成功者并非都是学经济管理的，甚至很少有学经济管理的，如阿里巴巴的马云，新东方的俞敏洪，苏宁的张近东等等。写作一份商业计划书实际上反映了观察市场，分析问题，利用商机，解决问题的能力，这些对几乎所有学生都是必要的。同时，参与创业大赛也是对自己团队合作能力一个极好的锻炼和挑战。

文 / 丁家丰

## 外企求职

### 面面观



在春天这个拔节生长的季节里，我们迎来了第二次就业高峰。作为语言学校的毕业生，外企是求职目标中一个较为理想的选择。进入外企的渠道有多种，比如通过朋友介绍、投递简历、猎头公司推荐、自我推荐等。

为了在外企求职中获得“制胜法宝”，让我们一起充充电吧！

#### ◆ 求职“秘笈”：

筛选和分析招聘广告。

“筛选”即通过观察招聘广告来评估企业的实力。一般来说，有实力的外企为寻到一位人才，对招聘广告的投入也不会吝惜。

“分析”就是分析招聘广告的真实性和自己对招聘职位的竞争力。

筛选与分析之后，你还需要在简历的设计、包装、投递形式和投递时间等方面做一定的准备。

简历投递出去之后，如果有资格进入面试阶段，下面的建议就必不可少啦。

#### ◆ 面试“秘笈”：

1 准时：可以间接映射你的人品与工作作风；

2 重视细节：从一个侧面反映了你的形象；

3 举止得体：是面试官评价你的依据；

4 自信：体现你的活力和主见；

5 谈话礼仪：体现你的商务技巧；

6 资料准备：体现你做事周详仔细；

7 不卑不亢：体现处事果断，从容应对；

8 注意在你未完全离开公司之前，你的一举一动也许仍然是处在面试官的视线之中；

9 面试之后，写一份简短的 Thanking Note 给面试官。

最后，需要补充的是，如果你在面试之前，能够事先了解一下你所应聘公司的发展历史、组织结构、主营业务、产品类型，以及服务理念等等（这些一般都可以在互联网上搜寻得到），都会对你有帮助。如果可能，也尽量搜集一些有关你所应聘企业的经营状况及职位方面的信息。在此预祝大家都能够在求职中找到一份满意的工作！

文 / 邓小燕

## 春季服饰热门元素

### 背带装

今春清新背带风又回来了。背带裙的热门元素有糖果色、蝴蝶结、下摆收拢设计、百褶纹等。背带裤则主要有可爱的灯笼短款以及帅气显瘦的阔腿长款。拥有一款背带装，mm 在怀旧的同时也能成为时尚潮人哦。

### 风衣

春季气温变化大，想要秀裙装的mm 们不如添置一件风衣吧。糖果色给春天带来亮丽的风景线；金属色给人冷艳高贵的感觉；黑白则是永不淘汰的经典色。另外，款式上风衣不再仅仅是干练的象征，如今的风衣融入了蝴蝶结、公主裙摆、宫廷灯笼袖、上升的腰线等甜美的设计，青春活泼的mm 不必再担心风衣会老气哦。

### 混搭

混搭依旧是街头亮点。雪纺、纯棉、针织等各种材质的叠穿，以及长短不一的层次会带来意想不到的回头率。

只要花些巧心思，身边的衣物可以搭配出不同的风味。不过身体可是革命的本钱，爱美的你不能只要风度不要温度，健康有活力的身体才能穿出衣服的韵味哟。

文 / 程卓远



# 春日白皙肌肤 9 招鲜

随着五月的来临,沉睡了一个冬季的肌肤细胞迫不及待地想要接受春日的滋养。然而,这个时候的细胞也是脆弱的,爱美的朋友们想要白皙的肌肤,就跟着以下9招做起来!

- 1、避免在早上10点至下午2点外出。因为此时阳光中的紫外线最强,对肌肤的伤害也最剧烈。
- 2、使用防晒产品。每次曝晒于阳光下,应事先使用防晒产品,而且每隔2-3小时擦一次。此外,即使在水中一样会晒伤,所以喜欢戏水或潜水者,需使用防晒系数高且具防水效果的防晒品。通常白皙皮肤比深色皮肤更容易被阳光灼伤,依据自己将在紫外线照射情况下停留时间的长短来选择相应防晒指数的防晒品。
- 3、只要从事过户外活动,无论日晒的程度如何,回家后应先将全身冲洗

干净。以轻松的动作擦拭身体之后,以温水将泡沫冲洗干净,再以冷水冲淋,并可抹些的护肤品,或用毛巾包裹冰块,冰镇在发热的肌肤上,减缓燥热不舒服的感觉。

- 4、将西瓜皮冰敷在晒红的皮肤上。天然西瓜皮含有维他命C,可以镇定、温润皮肤;天然芦荟也具有同样效果。取出中间芦荟质敷在肌肤上,有消炎作用,又有凉快清爽功用,改善肌肤发红现象。
- 5、舒缓紧绷的身心。生活压力会带来肌肤的不适,长期处于压力下肌肤需要特别的照顾。在夜晚聆听轻松愉快的音乐,在大自然的乐声中做好美白保养并净化心灵,舒缓疲惫的身心。
- 6、尽量少摄取含有人工食品添加剂的食物。健康人的内脏会维持代谢正常,将黑色素顺利排出。而食物中过多的人工添加剂会造成内脏的负担,造成

黑色素沉淀,形成黑斑、雀斑等。

- 7、戴上墨镜保护眼部。紫外线长期照射,会导致白内障或慢性眼炎,甚至眼角膜受损。保护方法是戴上紫外线滤镜:有透明或深色滤镜片。眼部防晒品和化妆品也能避免眼睛四周受到阳光的损害。
- 8、日晒前避免服用某些荷尔蒙药物或糖精。因为在接触紫外线后,这些成分会引起皮肤黑色素加深。
- 9、日晒前最好避免用柠檬、芹菜、黄瓜等蔬菜敷脸。因为这些蔬果含有的成分很容易在吸收阳光紫外线的同时引起色素沉淀。

文/陈嘉倩

## 更健康的午餐 向春困说 Byebye

春暖花开,风吹在脸上很是温和惬意,一到下午人也开始变得没精打采。尤其看到周围的同学哈欠连天,自己也止不住地开始耷拉下眼皮了。

唔,快期中考试啦,振作啊振作!其实改变午餐习惯,就可以轻松地吧春困甩在身后啦!

很多人午餐喜欢吃糖份和脂肪含量高的食物,如馒头、米饭、猪肉,或者炸薯条、汉堡包、炸鸡等快餐食品。它们会刺激胰岛素和胆汁分泌,使人体内脏不堪重负,并降低血液带氧能力,导致脑部含氧量降低,让人容易疲倦。

要想下午不犯困,最好多吃点素的。由蛋白质和蔬菜组成的午餐,如新鲜的鱼、鸡、海鲜、豆腐中含有大量酪氨酸,对大脑保持敏锐的思维、回忆以及清醒起决定性作用;而绿色高纤维蔬菜,如辣椒、胡萝卜、菠菜等,可确保脑细胞获得充足的氧气,让人整个下午精神抖擞。

在主食方面,最好选择绿豆饭或全麦面包。此外,土豆中淀粉含量较高,午饭最好别吃,晚上吃则有助于睡眠。

在就餐的顺序上,要先吃肉,后吃蔬菜,最后吃主食。午餐不要吃得太过饱,下午茶时间再吃几块全麦饼干或巧克力补充能量。另外,工作间隙吃些菠萝、橘子、柠檬等含大量维生素的水果,也可以消除神经系统疲劳,使人精力充沛。而香蕉、葵瓜子则有抑制大脑思维的作用,容易引起困倦,最好别吃。

是不是不难呢?那就试试看吧!

文/陈嘉倩

艺

文

## “温柔”的 《尼斯湖水怪》

不俗的剧本

本片的剧本源自迪克·金的同名小说,而执笔改编的则是打造出《浓情巧克力》的罗伯特·尼尔森·雅各布。小说描绘了一个寂寞的苏格兰小男孩无意中发现了奇异的巨蛋,并与从蛋中孵出的小怪兽情好日密的童话般的故事。童真、善良和无邪让小说赚取了观众们大把的眼泪,也同时让小说卖得洛阳纸贵。此番,罗伯特改编剧本时,基本保留了小说中主要的煽情元素,在一些细节方面,罗伯特也凭着自己深厚的功力作了细微的修改。无论是是否忠于原书,罗伯特总是会朝着打造经典的方向去作最后的安排。

华丽的特效

在侏罗纪的恐龙们暂时度假的空档,异形怪兽的领域成为了一块真空的战场。一时间名门大家都赶来瓜分这一块大蛋糕,但无论是去年的《龙骑士》还是韩国杂烩《龙之战》,打异形生物主意的影片无不头破血流。纵览失败的案例,效果不硬都是其出师不利的一大主要症结。本片有了前车之鉴,在特效上也着实下了不少功夫。为了创造出一流的影像,曾以《指环王3》获得奥斯卡的金牌制作人巴里·奥斯本还特意请来了当年《指环王》的特效班底为本片添翼。就冲着《指环王》当年横扫奥斯卡的气

势,本片也没有让我们失望。

温情的导演

本片虽然打出水怪的噱头,但影片的重点却并不在用华丽的CG和震撼的音效来还原一个神秘巨兽。影片基本忠实了小说原著的路线,主打的是小男孩与水怪之间情义脉脉的温情牌。导演杰·拉塞尔以家庭题材见长,至今为止,他所拍摄的6部影片,全部都是探讨家庭问题的。拉塞尔用他一贯的温和手法将孩子的童真无邪与大人们的世故多疑的对比,呼唤着人类的纯真,恰如其分。

文/吕代

