

微话题

你愿意戒掉“朋友圈”吗?

随着现代通讯科技的发展,微信朋友圈进入人们的视野。但最近,一个从前在微信朋友圈颇为活跃的好友突然宣布关闭朋友圈,理由是不想再被它“绑架”。有网友觉得,朋友圈被心灵鸡汤、养生秘籍、营销刷屏时,不免让人叹息:“够了!”还有网友将朋友圈分为九大派:①广告刷屏派;②心灵鸡汤励志派;③集满点赞送礼派;④偏方秘方养生派;⑤45度嘟嘴自拍党;⑥新晋父母晒娃派;⑦亲友海外代购派;⑧吃喝拉撒展示派;⑨孤单寂寞文艺派。你愿意戒掉“朋友圈”吗?

应该戒

@瑶菜豆:最讨厌的就是朋友圈卖东西的了。

@海浪1217:远离空间朋友圈保智商。

@Minjun-高昱俊-3HA985:朋友圈里乱七八糟的东西太多,养生的经商的管理的,五花八门不计其数。重点是这其中不少都是纯粹的胡扯,还有人到处转发,信以为真。

以为真。

@余姚淘米哥:如果有一天我不给你点赞了,那不是我不爱你了,而是我把你的朋友圈给屏蔽了。

@心-水晶:没兴趣关注别人的私事,也没兴趣和讨厌的人分享自己的私事,微信圈里不全是朋友,屏蔽什么的很无聊,不如不用。



不会戒

@独孤欣盈:的确如此,我也想戒掉~可惜,真的没有那样的自制力。

@黄允宣:朋友圈就是跟自己关系很近的人,要么怎么叫朋友圈呢,不认不识怎么会是朋友呢?

@你来的天空:还是得刷,了解朋友的近况呀。

@南海剑言:这个会不会有点吹毛求疵呢?一、看看可自己选择;二、转发原创均会有所收获,实在要心怀感恩;三、晒晒踪迹可以承担串门聊天的功能;四、有感触点赞评论不亦乐乎!感谢朋友圈,感谢朋友们!

没必要

@哦-是巴顿妈:我用微信只是阅读,从不加好友,最近把QQ以及空间全部申请关闭并悉数卸载。不能再在这里作一些毫无意义的沉沦,蹉跎了岁月,颓废了生命,给阅读腾出一点时间,腾出一点空闲!

@ME-金澜o:任何东西都是可以有所选择的,微信只是

证明了一个时代信息的进步,各取所需。

@vivianus宋:其实,朋友圈作为社交平台不断在刷新它的作用,但是像戒毒瘾一样地来看待它,未免会使公众产生社交媒体使人“颓废”的心理潜影响,从而戴着有色眼镜来看待。

微宝典

高考冲刺,做好八件事

离高考还有一个半月时间,高三的同学们正在为梦想做最后的冲刺!教育专家指出,高考前冲刺不宜过猛,要做好八件事。

- 1.调整心态,规律作息
- 2.回归课本,扎实基础
- 3.回顾错题,找出薄弱
- 4.巧做题,精做题
- 5.不要纠结于难题
- 6.根据高考安排做题
- 7.总结考试答题技巧
- 8.注重考纲

高考前适度紧张是正常的,但过度紧张可能会影响发挥。进行积极的自我暗示,相信自己。保持规律的作息和饮食,不用熬夜,也不要吃太多补品。

犯错,不要都简单归因于粗心马虎,错题一定意味着你的短板所在。考前多翻错题,找出薄弱的那些知识点,有针对性地复习。

高考冲刺阶段的复习,做些性价比高的事,如果一道题目让你花了半小时以上,那就不要再孤军奋战了,去请教老师同学或者直接放弃,这样能有效节约你的时间。

不同科目对应的题型,尤其是重点题型其实是有限的。高考前一个月,试着自己去总结答题技巧吧,也可以请老师同学帮忙,这样可以起到事半功倍的效果。

2.回归课本,扎实基础

决定胜负的往往不是少数难题,而是那些基础题。基础题的主要来源就是课本。课本是出题老师最主要的来源,也是考生最该重视的复习资料,所以一定要重视课本,切忌本末倒置。

4.巧做题,精做题

考前一个月能做的题目有限,也没有必要再采取“题海战术”。考前做新题一定要学会取舍,对看一眼就会的题目可以直接跳过,有点挑战的想办法拿下,太难的就不要纠结了。

6.根据高考安排做题

按照高考的安排去分配你的复习时间,比如下午3点到5点考数学,你平时做数学题也放到这个时间段,这样能够培养你在某个时间段对某科目的兴奋点。

8.注重考纲

考前一个月,重点看一看考纲,并注意要结合着书本一起看,并把考纲上的条目当做一个个关卡,慢慢地去消化。

征集令

童鞋们,一起来做毕业特刊吧

再过一两个月,又到了毕业时节。升学考试或论文答辩过后,班级聚会、合影留念等活动将成为离开校园前的主旋律。可是,除了这些,你还想留下更多的校园回忆吗?

2012年的夏天,本报策划的《毕业季》特刊受到当年毕业同学的好评。由本报征集的诸多毕业创意照片和同学故事一经刊发,让不少同学感慨良多:睡在上铺的兄弟,可还记得我们上次喝醉酒后一起做的傻事;同窗多年的姐妹,可还记得我们一起去的那些自习……

校园时光匆匆而去,回忆不应只存在于脑海,还应把它记录下来。那就快来参加今年的《毕业季》征集活动吧,用你的笔和我们的纸墨,为你的毕业做一张报纸,留下最美好的校园记忆。

本报《毕业季》特刊现面向所有驻济学校的应届毕业生进行征集,把你们最具创意的毕业照,把你们最想对老师、同学和情姐说的话发给我们,我们将把它们印在报纸上。当5年、10年甚至20年之后你们再相聚时,这份特刊可能就是你们校园生活最难忘的一分记忆。

《毕业季》特刊征集内容包括:
一、创意毕业照。征集要求只有一点:一定要有创意。不论是个人照,多人照还是集体照,都请注明毕业院校、专业、班级及联系方式。如果有创意但还没有拍照,只要创意够好,我们可为你们上门拍摄。

二、真情告白。真情告白主要分为三篇:友情篇、爱情篇和师生情篇。提供者需通过文字,讲述自己在校期间与某位或某几位同学、老师或自己的情侣之间的故事。每篇文章在600字左右,同时需提供一张自己与同学、老师或情侣的合影,并注明自己所在院校、专业、班级以及联系方式。

三、毕业老照片。如果你已经毕业,依旧可以将曾经的毕业照晒出来,通过老照片再回味当年的青春岁月,如果有想说的话,也可一并附上。

再过一个多月,又到了毕业时节。升学考试或论文答辩过后,班级聚会、合影留念等活动将成为离开校园前的主旋律。可是,除了这些,你还想留下更多的校园回忆吗?

2012年的夏天,本报策划的《毕业季》特刊受到当年毕业同学的好评。由本报征集的诸多毕业创意照片和同学故事一经刊发,让不少同学感慨良多:睡在上铺的兄弟,可还记得我们上次喝醉酒后一起做的傻事;同窗多年的姐妹,可还记得我们一起去的那些自习……

校园时光匆匆而去,回忆不应只存在于脑海,还应把它记录下来。那就快来参加今年的《毕业季》征集活动吧,用你的笔和我们的纸墨,为你的毕业做一张报纸,留下最美好的校园记忆。



2012年《毕业季》特刊部分版面。

以上内容可发送至邮箱 qlwbjrgx@163.com,同时也可以拨打热线88817800,或加入QQ读者群189280411,与我们进行

联系。2012年《毕业季》参考网址: <http://epaper.qlwb.com.cn/qlwb/content/20120615/PageC25TB.htm>。

小齐播新闻

济南初中学考将首次网上阅卷

今年,济南市中小学招生政策与去年相比没有太大变化,义务教育阶段学校招生方面依然实施小学阶段“就近从优”,初中阶段“整体对口入学”的免试招生办法;对义务教育阶段学校学区公示,初中学业水平考试将首次实行网上阅卷。

去舜泰广场别等K166了

随着经十路与奥体东路交叉口交通流量的增加,K166路在此路口掉头存在一定的安全隐患,根据市民的出行建议并结合相关部门的要求,同时为填补浪潮路、奥体东路部分路段公交线路空白,K166路已于5月7日起调整部分运行路段,不再途经舜泰广场,在舜泰广场上班的市民别再等K166了。

K166路调整后由原公交高新停车场开往草山岭西,改为开往龙奥大厦北门,沿舜泰西路向南,崇华路向西,浪潮路向南,然后单向沿经十路向西,奥体西路向南,龙奥北路向东,奥体东路向北,经十路向西至浪潮路向北恢复原线。

K166路调整后增设崇华路、浪潮路、省干部学院、浪潮路南门、省立医院东院区(路北)、体育场西(路西)、龙奥大厦北门(路南)、体育场东(路东)站点,撤销齐鲁软件园、齐鲁软件学院、舜泰广场南口、草山岭东、草山岭西站点。

小鲁生活馆

油条好吃小心铝超标

油条加入明矾显膨大,卖相好,但加入过量食品添加剂明矾,会导致铝含量超标。近日,有媒体在街边早点摊买来油条进行检测发现,油条铝含量超标最高达83%。

专家称,铝不是人体所需要的微量元素,如长期食用铝超标油条,会损害脑细胞,甚至影响神经细胞发育。专家建议,对油条油饼一定要控制量,一个星期最多吃一次。通常无铝油条比较瓷实,不会出来太多的油。

长时间盯电脑小心视力下降

长时间盯着电脑、手机,iPad的你,是否眼睛开始出现酸涩、干痒等症状?这是屏幕终端综合征!对此,医生提醒:要经常眨眼;每看40分钟,眼睛从屏幕挪开;多吃西红柿、青椒等富含维生素、叶黄素、玉米黄素的食物。