

楼道搭起学习角,冷了就吃口姜

研究生考试还有半个月,备考学生冲刺各有招

一个小马扎、废旧纸箱、一张折叠桌,再加上一块生姜驱寒,这就是济宁医学院考研大军中小蔚的简易读书角。二度备战考研,他奋尽全力一拼。从早晨7点半到晚上11点半,除去午饭和晚饭的时间,小蔚就一直待在读书角里复习功课,冷了就盖上小被子,再不行就吃口生姜,一个月能吃近一斤。

本报记者 孔令茹

为暖身体 一月吃了一斤姜

距离研究生考试还有半个月,备考学生使出了浑身解数冲刺。在济宁医学院教学楼,备考学生因担心出声朗读打扰其他同学,大多不在教室内复习,而是选择在走廊或楼梯间的独立空间里。

在一处楼梯拐角处,记者发现一个用废旧纸箱围成的简易读书角,一张小折叠桌,三面用纸箱做了围挡,另一面用麻袋围起来,虽然很简易,但在楼梯拐角处比较抗风。

书桌的主人是济宁医学院2012级预防医学专业的小蔚,今年26岁的他去年考研失败后二度努力。10月份他从学校超市要了几个废旧纸箱和麻袋,自制了这个简易学习角。“别看纸箱不起眼,抗风很管用!”小蔚性格开朗,很大方地向记者介绍他的考研法宝。

“11月份,一位学中医的同学推荐我吃生姜取暖,实在冻得坐不住了就吃一口。还挺管用,嚼一口辣得脸都出汗,全身都暖和起来了,就这样撑下来最近这个月。”小蔚桌上摆着他的六大法宝,包括西瓜霜、护手霜、维生素B₂、生姜、润唇膏、防虫喷雾,其中11月份买的一斤生姜,到现在一个月的时间,只剩下桌上最后一小块了。

他每天准时出现 成其他学生的榜样

在济宁医学院,小蔚只是众多考研学生中的一员,其他同学也在用自己的方法努力备战。有同学为了保持清醒,披着大被子在透风的走廊里读英语;还有学生坐在楼梯上奋笔疾书。

“革命的首要任务是考上研究生,中心任务是发展自己。”这是小蔚写在纸箱上的一句话。在近8个月的备考学习中,他从头研读教科书,钻研十九大报告,从中领悟到科学系统的逻辑思维能力,这种大量学习带给他的新鲜感和充实感,让他欲罢不能。

他说,即使考研失败,他也不后悔曾为之如此努力。

面对记者,他毫无保留地分享了自己的学习方法,希望能够对学弟学妹们有所帮助。“第一,从大一开始就要重视每一本教科书,从前言到目录都要认真研读;第二,任何时候开始学习都不算晚,重要的是‘开始’;第三,时政新闻一定要关注并且研读。”他说,保证每天夜间、午间的睡眠时间,安排好每天的学习计划,并掌握框架式学习方法,就能让学习事半功倍。

现在,他的纸箱读书角有两个多月的时间了,每天准时出现,大楼的物业服务人员和大学生都认得他,无形中他已经成为不少学弟学妹学习的榜样。



小蔚在走廊里给自己“搭建”的学习角,挡风效果明显。天气太冷,他会吃上一口生姜驱寒。

本报记者 李岩松 摄



为了让自己保持清醒,不少学生在寒冷的室外学习。 本报记者 李岩松 摄

七味苁蓉酒

补肾助阳 益精润燥

每天2两 补肾助阳

人到中年浑身不舒服,工作、生活压力大,一到中年易肾虚。成天腰酸腿疼,精神萎靡不振,头发掉了不少,牙齿也松动了,不仅影响到工作,还影响生活……

有啥好办法才能解决这些问题?

脾肾阳虚引起的畏寒肢冷、腰腿疼痛、神疲健忘

试试七味苁蓉酒 每天2两补肾助阳

腰膝酸痛,畏寒肢冷,神疲健忘,夜尿频多等都是肾虚的表现七味苁蓉酒正是具有“补肾助阳,益精润燥”的国药准字号药酒!

据药典记载,肉苁蓉、锁阳、淫羊藿、菟丝子等药物具有扶正固本、补肾助阳、益血生精等功效,能缓解脾肾阳虚带来的畏寒肢冷,腰七酸痛,神疲健忘、精疲乏力、失眠健忘、夜尿频多等症。

七味苁蓉酒选用国家工商总局、农业部认证的地理标志——阿拉善肉苁蓉和阿拉善锁阳以及淫羊藿、菟丝子等地道药材,精心酿造成,口感好,疗效佳。

七味苁蓉酒功能主治:补肾助阳 益精润燥

用于脾肾阳虚所致的腰膝酸痛,畏寒肢冷,神疲健忘等症

■相关医学书籍对以上病症的解释:肾阳虚易引发腰膝酸痛、夜尿频多、头晕乏力、失眠健忘、畏寒肢冷等症。

■用法用量:口服,一次50ml(一两),一日2次,四周为一疗程。不良反应、禁忌、注意事项等详见说明书。

买3盒 赠送超值大礼

预定热线:400-8752-887 0531-58529900

产品正面 标准文号及OTC标志非常醒目

产品侧面 购买时请认准:外包装双认证 国家工商总局 地理标志 农业部地理标志

烟台:康隆大药店(中山路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路) 烟台:康隆大药店(莱州路)

86岁老人购党章赠社区 蹒跚走了6公里,自费买来110本

本报淄博12月6日讯(记者 罗静 通讯员 苗娟 张爽) 他是一位有着43年党龄的老党员,86岁高龄仍自费买110本党章赠送给社区;他几十年如一日坚持解囊报党恩的事迹在当地传为佳话,他就是桓台县城区街道办的张连科老人。

11月28日,桓台县城区街道办86岁的老党员张连科来到宝发社区居委会,将110本新党章赠送给社区。

老人年事已高,腿脚不太方便,但他坚持自己步行去买新党章。由于事先不知道价格,老人到达书店购买时发现自己身上带的钱不够,又步行返回家中

取钱。他前后蹒跚步行了6公里才买上。老人是一名普通的退休仓库保管员,平日里生活简朴,却在地震等灾难发生后主动捐款,前后捐出了上万元。

“我党龄43年啦,当年要是没有国家培养我,我一个农村人咋能当上工人?现在有退休金,还给报销医药费,生活过得很舒坦,所以我也想尽自己最大能力报答党的恩情!”张连科老人说:“共产党是为了大多数人谋利益,就是为我们大多数人怎么能够过上好日子。我是一名共产党员,我也要贡献我的最大力量。”

纯天然野生淡干海参

特惠公告

野生海参生长于深海海域,富含50多种营养成分,且含有18种人体必需的氨基酸。为让广大顾客亲身感受野生海参给身体带来的效果,本公司特举行爱心公益进万家活动,只要您拨打电话400-1177-189均可低价申购野生淡干海参一斤,申购一斤送一斤(赠品与主品相同),再加送西洋参片。

我们向社会公开承诺:

- 1、每只海参均符合国家检验标准,绝不掺糖干参破坏营养成分。
- 2、保证野生刺参,非养殖,肉厚刺多,口感筋道。
- 3、每只海参均采用淡干技术,保证营养不流失。一斤海参约(60-80)头。
- 4、本次活动属于公益活动,绝对真实,绝对可靠!

打进电话400-1177-189即可低价申购野生淡干刺参一斤。原价3960元/斤,现低价申购999元/斤,申购一斤送一斤(赠品与主品相同),再加送四盒西洋参片。每人限量申购两份。全国限量2000斤,赠完为止。还望广大朋友抓紧时间报名。如与承诺不符愿承担法律责任。市内免费送货,外地免费邮寄。