

《春日游感》

16汉语言文学 卢勇龙

珠城千里艳阳天，龙湖沙净有人闲。
滟滟暖水栖鹤子，灿灿晴空荡纸鸢。
苍叟忙里敲奔乐，总角无事追犬欢。
正值人生好风景，莫叫西风几时还。

那片花期未至

16 食品质量和安全 王子艳

初春悄然而至，一个四季轮回的结束与开始，一片生机的沉寂与盎然，在这阳春三月里心照不宣地重新开始。有道是“一年之计在于春”，惊蛰之后，蛰伏的万物开始复苏并以令人惊叹的速度成长。微暖下柳枝初芽，暮色下柳色如烟，宛如宣纸上绿墨完美的氤氲。树尤借春机添妩媚，更何况花。

“层层围珠玑，团团锦绣簇”，满树的樱花开得秀雅，粉白的妆容，恰到好处的清丽，用一种欲开还拢的姿态展示着早春的模样。相比之下，桃花的绽放更为浓烈，一树的花色无一娇艳，无一热烈，正是承了千年前《诗经》所赞“桃之夭夭，灼灼其华”。其间清雅为樱，娇艳是桃，两厢看去，那处的冰清玉洁便愈发令人赏心。“霓裳片片晚妆新，素束亭亭玉殿春”，白玉兰从碧樽玉盏斟春意，哪知路人惊驻足。春风一度，这姹紫嫣红尽争春，樱杏桃梨次第开。透过窗，很轻易便赏柳色依依，花色宛宛。而我思绪飘然，眼前却浮现起记忆里那满满一墙的紫蓝色。

那片花期未到，待她款款而至、姗姗来迟时大抵可以算得上暮春了。站在花叶簇下，说隐约见蝉鸣也不算演绎。第一次为其花的曼妙婉转惊叹，大约是在五年前。那时，我的高中母校还未成为我的母校，说是偶然，现在回想起来，或许有几分注定的意趣。我途径这里，透着车窗，那一片婉转的紫蓝让我莫名的欢喜。当时我无比艳羡那些穿着白色校服从门口鱼贯而出的学长学姐们。上下学，能途径那一片花海，在我看来真是件幸福的事。再后来，我在这片花上闹了个笑话。每至花下，浅风拂过，我都会想起，每每莞尔。

与好友经过此地，我执拗坚信这是一树紫槐花，好友虽然有些质疑，却还是选择了相信我的判断。一年之后我如愿成为这片花墙里的一员，不知第几次花下走过，我说起花名，同行的朋友笑着纠正，“紫槐花？这是紫藤花呀。”我怔愣。原来……是紫藤花呀，漂浮的花香却那样像槐花的芬芳，当时眼前仿佛显现一年前三个傻瓜在树下关于“此为何物”的笑闹。是紫槐还是紫藤其实并不重要，重要的是那片蓝紫色里三人的身影。今年是我告别高中在大学的第一个春季，一个新的开始轮回，而此时，那片花期未至。我想倘若像紫藤花那般美好不张扬，静默不平色，纵是开在暮春，依然不遗余力锦簇静放，花期稍晚也无甚要紧吧。

三月里的早春，桃花依旧笑春风，粉面娇俏如美靥，丹樱含着枝头立，花满枝桠我优怜。一派热闹，应接不暇。当暮春暖光镀上那一串串紫蓝色，青绿盘旋的藤，又是怎样的流光潋滟？我禁不住想，在这里，我的花期又是何时？

天暖好个春

15 学前教育 李琪

初春，人们给过它太多的比喻，我却听过一个最生动的比喻就是像那美却受过伤的姑娘。有时冷冰冰，有时暖洋洋。伤会被时间的熨斗烫平，而那冷冰也终被越来越暖的日光带走。你知晓，乍暖还寒的结局总归会是暖的，所以又何惧这初期的波折呢？

细心的人会听到这春日里几声隐约的雷声，做好准备，小雨淅沥慌不了他的脚步，却还是慌了他的心。明明带伞的人却不愿撑开了，这连绵的雨滴落在肩头也不讨厌了。它不像夏日的雨，火辣的，热烈的，像锤着你的胸口说“坏蛋”。它像一个躺在你耳边小声说“讨厌”，温柔的她。

街边的小店又上新了，迫不及待想要换掉一身沉闷的颜色。年少总是如此，一身碎花一本书也许就能跟一个故事撞个满怀。甜点店也跟着出了新品，柠檬椰子蛋糕、椰奶冻……你尝了一口，甜到嘴里，心里也跟着觉得往事如风了。

孟春过后，仲春来啦。它伸伸懒腰，兴致勃勃，肆无忌惮得倾泄着十足的色彩跟光亮。

色彩，红黄蓝绿青蓝紫，好像要把调色盘里的颜色要占了个遍。枝头上，草地上，用尽自己全部的力量盛放，桃李杏樱，谁都觉得自己是这春日最美的一朵。仿佛用力爱着一个人的时候，始终觉得自己才是最适合她的那个她。

光亮，日头挂在天空，倾泻着暖黄的光。而你吹一个泡泡，又或者透过玻璃杯望着太阳，却又好像猜不透它了。深山的雪也已经融化，化成水叮咚作响，无论流入溪中还是河旁，水面又倒映着这新奇的一切，更明朗。

暮春，杂花生树，群莺飞扬。一片片的绿油油，一片片

回不去的原乡

15 汉语言文学 李小静

珠城千里艳阳天，龙湖沙净有人闲。
滟滟暖水栖鹤子，灿灿晴空荡纸鸢。
苍叟忙里敲奔乐，总角无事追犬欢。
正值人生好风景，莫叫西风几时还。

那片花期未至

16 食品质量和安全 王子艳

初春悄然而至，一个四季轮回的结束与开始，一片生机的沉寂与盎然，在这阳春三月里心照不宣地重新开始。有道是“一年之计在于春”，惊蛰之后，蛰伏的万物开始复苏并以令人惊叹的速度成长。微暖下柳枝初芽，暮色下柳色如烟，宛如宣纸上绿墨完美的氤氲。树尤借春机添妩媚，更何况花。

“层层围珠玑，团团锦绣簇”，满树的樱花开得秀雅，粉白的妆容，恰到好处的清丽，用一种欲开还拢的姿态展示着早春的模样。相比之下，桃花的绽放更为浓烈，一树的花色无一娇艳，无一热烈，正是承了千年前《诗经》所赞“桃之夭夭，灼灼其华”。其间清雅为樱，娇艳是桃，两厢看去，那处的冰清玉洁便愈发令人赏心。“霓裳片片晚妆新，素束亭亭玉殿春”，白玉兰从碧樽玉盏斟春意，哪知路人惊驻足。春风一度，这姹紫嫣红尽争春，樱杏桃梨次第开。透过窗，很轻易便赏柳色依依，花色宛宛。而我思绪飘然，眼前却浮现起记忆里那满满一墙的紫蓝色。

那片花期未到，待她款款而至、姗姗来迟时大抵可以算得上暮春了。站在花叶簇下，说隐约见蝉鸣也不算演绎。第一次为其花的曼妙婉转惊叹，大约是在五年前。那时，我的高中母校还未成为我的母校，说是偶然，现在回想起来，或许有几分注定的意趣。我途径这里，透着车窗，那一片婉转的紫蓝让我莫名的欢喜。当时我无比艳羡那些穿着白色校服从门口鱼贯而出的学长学姐们。上下学，能途径那一片花海，在我看来真是件幸福的事。再后来，我在这片花上闹了个笑话。每至花下，浅风拂过，我都会想起，每每莞尔。

与好友经过此地，我执拗坚信这是一树紫槐花，好友虽然有些质疑，却还是选择了相信我的判断。一年之后我如愿成为这片花墙里的一员，不知第几次花下走过，我说起花名，同行的朋友笑着纠正，“紫槐花？这是紫藤花呀。”我怔愣。原来……是紫藤花呀，漂浮的花香却那样像槐花的芬芳，当时眼前仿佛显现一年前三个傻瓜在树下关于“此为何物”的笑闹。是紫槐还是紫藤其实并不重要，重要的是那片蓝紫色里三人的身影。今年是我告别高中在大学的第一个春季，一个新的开始轮回，而此时，那片花期未至。我想倘若像紫藤花那般美好不张扬，静默不平色，纵是开在暮春，依然不遗余力锦簇静放，花期稍晚也无甚要紧吧。

三月里的早春，桃花依旧笑春风，粉面娇俏如美靥，丹樱含着枝头立，花满枝桠我优怜。一派热闹，应接不暇。当暮春暖光镀上那一串串紫蓝色，青绿盘旋的藤，又是怎样的流光潋滟？我禁不住想，在这里，我的花期又是何时？

天暖好个春

15 学前教育 李琪

初春，人们给过它太多的比喻，我却听过一个最生动的比喻就是像那美却受过伤的姑娘。有时冷冰冰，有时暖洋洋。伤会被时间的熨斗烫平，而那冷冰也终被越来越暖的日光带走。你知晓，乍暖还寒的结局总归会是暖的，所以又何惧这初期的波折呢？

细心的人会听到这春日里几声隐约的雷声，做好准备，小雨淅沥慌不了他的脚步，却还是慌了他的心。明明带伞的人却不愿撑开了，这连绵的雨滴落在肩头也不讨厌了。它不像夏日的雨，火辣的，热烈的，像锤着你的胸口说“坏蛋”。它像一个躺在你耳边小声说“讨厌”，温柔的她。

街边的小店又上新了，迫不及待想要换掉一身沉闷的颜色。年少总是如此，一身碎花一本书也许就能跟一个故事撞个满怀。甜点店也跟着出了新品，柠檬椰子蛋糕、椰奶冻……你尝了一口，甜到嘴里，心里也跟着觉得往事如风了。

孟春过后，仲春来啦。它伸伸懒腰，兴致勃勃，肆无忌惮得倾泄着十足的色彩跟光亮。

色彩，红黄蓝绿青蓝紫，好像要把调色盘里的颜色要占了个遍。枝头上，草地上，用尽自己全部的力量盛放，桃李杏樱，谁都觉得自己是这春日最美的一朵。仿佛用力爱着一个人的时候，始终觉得自己才是最适合她的那个她。

光亮，日头挂在天空，倾泻着暖黄的光。而你吹一个泡泡，又或者透过玻璃杯望着太阳，却又好像猜不透它了。深山的雪也已经融化，化成水叮咚作响，无论流入溪中还是河旁，水面又倒映着这新奇的一切，更明朗。

暮春，杂花生树，群莺飞扬。一片片的绿油油，一片片

往后回顾的时候，记忆已是荒草青青。孩童时光像是一只浑身发亮的萤火虫，只是稍一转身，就扑簌不见。

幼时顽皮，年龄虽小，脸皮却“厚如城墙”，常常是穿了裤子光着上身，鞋子也不穿就满庄撒欢。又从不挑食，浑圆浑圆的，活脱一个小胖墩。与我同龄的孩子若是胖了，也还是白胖胖的，像是刚出锅的白面馒头，煞是可爱。而我不然，因为常是光着身子在太阳下跑，浑身黑黝黝的，乍一看，简直是一只胖泥鳅，脸上沁着圆滚滚晶亮亮的汗珠，别人见了直想躲。还好，这生了张好嘴，逢人便“叔叔阿姨”地叫，脸上笑开了花，还是很讨喜哩！

北方的秋爽朗如豪饮的汉子，说来就来，不容夏天整理妆容精致告别。一叶知秋，秋风吹得黄澄澄的田野前仆后仰。大人挥汗如雨割大豆，我年幼，外婆并不安排我干农活。我就在收割过的地里找我的宝贝——马蓬，一种圆滚滚，菜青色的野果子，吃起来极酸甜爽口。收了马蓬，我随外婆去河沟捕螃蟹，捉麻虾，常常是我立在岸边，外婆撸起衣袖，挽了裤腿下河。外婆的本领极高，不一会儿就装了一大袋，惹得我在岸边拍手叫好。螃蟹，麻虾稍稍处理，就可下锅煮了，外婆仔细地放上葱姜蒜类材料，满院都是食物飘香。光阴漫漶，儿时的秋天沾满了饭香，经年不散，在我每一个饥肠辘辘的日子，都挑逗着我的食欲。

我常常在清冷的冬日托腮凝望，等着第一场雪的到来。没有雪，冬便失了风韵，雪是冬天的眼睛。飘雪的日子，我也是雪花一朵，是红色的雪在雀跃。彼时我身穿红色的棉袄，在院子堆个雪人，雪人虽然堆得不漂亮，可依旧是是我最爱的朋友。入夜，雪花簌簌敲着窗棂，我在外婆怀里听她在耳畔徐徐讲着古老的故事，外婆声音有岁月淘洗后的娴静，我就在底底的声音里安睡。光阴就这样清凉，雪花一样覆在心头，就这样日子沉睡在簌簌的雪花里面。

搭乘着回忆这辆车，我摸索着原乡的路，却发现时光一去不回，原乡是回不去的，最多只能这样远远观望。旧时光最是珍贵，因为已无回头路可走，只能这样走下去。

春日眨着水蒙蒙的眸子躲藏在夏日的阳光下，倏忽不见，然后夏天着一身葱绿的水裙

校园春季疾病预防小常识

春天，万物焕发生机，细菌病毒也随之活跃，因此春天也是各种传染病及过敏性疾病多发季节，如流感、流脑、肺结核、麻疹、甲型肝炎、过敏性鼻炎、过敏性皮肤病等疾病。学校是人群高度聚集的场所，学生是各类传染病的易感人群。为了有效预防和控制传染病的发生，确保师生身体健康，安全度过春天，可以采取以下预防措施：

1、每天积极主动地做好室内外清洁工作，不放过任何一个卫生死角；不乱丢纸屑、果壳，不随便吐痰，不向水池里丢脏物；及时把垃圾倒入指定地点。这样才能阻止细菌滋生，从源头上防止疾病发生。

2、养成良好的卫生习惯，饭前便后，打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子以及外出归来一定要洗手，不吃生水，不吃腐烂食物，不暴食暴饮，不吸烟喝酒，不乱用他人的毛巾，勤洗澡，勤换、勤晒、勤晒衣服、被褥。

3、有些同学习惯把门窗关得很严，室内外的空气很难交换。空气相对静止的室内，带有病菌、病毒的飞沫在空气中飘浮，学生在教室时间长，空气不新鲜，自然容易感染呼吸道传染病。因此要勤开窗户，保持教室及宿舍内空气流通，保持室内一定湿度。

4、在呼吸道传染病流行的季节少去空气不流通的公共场所。不到人口密集、人员混杂、空气污染的场所去，如：农贸市场、个体饮食店、游艺活动室等。尽量减少到空气质量差的场所集会，尤其是不要到网吧长时间游戏。

5、春天人体的各个器官、组织、细

(转 2-3 版中缝)



蚌埠学院微信公众号

蚌埠学院报

中共蚌埠学院委员会主办

国内统一刊号：CN34-0830/(G)

2017年4月15日

篤學重行 傑德立才

“名师进校园”迎来芬兰艺术家玛瑞娅教授

本报讯 4月10日，芬兰艺术家、阿尔托大学玛瑞娅·赛丽格教授一行应校外事办、科研处和艺术设计学院邀请来校参加艺术设计学院“名师进校园”学术交流活动。

玛瑞娅·赛丽格一行的到来受到学校热情欢迎，校党委书记刘泽功与玛瑞娅教授进行了亲切会谈。刘泽功对玛瑞娅教授来校举办学术交流活动表示感谢，并预祝讲座取得圆满成功，玛瑞娅教授也向刘泽功书记介绍了阿尔托大学的概况，并欢迎刘泽功书记在适当的时候前往阿尔托大学访问。

玛瑞娅·赛丽格为芬兰阿尔托大学艺术设计与建筑学院教授，博士生导师，曾任联合国教科文组织与联合国开发计划署平面艺术专家、牙买加西印度群岛大学“区域加勒比教师培训与课程发展”项目的教育材料管理专家、拉普兰大学艺术与设计学院视觉传达设计专业教授。主要研究领域为：视觉传达设计、户外广告及品牌形象的国际化设计。

上午，玛瑞娅教授一行在艺术设计学院会议室与艺术设计学院教师就设计行业发展、教学模式、创新能力培养以及访学交流等方面进行了交流，之后参观了学院美术馆。

下午，玛瑞娅教授在行政楼视频会议室举办了《赫尔辛基的视觉修辞——品牌与户外媒体》专题讲座，100余名师生代表聆听了讲座。

玛瑞娅教授首先介绍了芬兰设计教育的历史，然后以赫尔辛基街头海报为例从引用功能、情感功能、意动功能、交际功能、元语言功能、诗意功能等六个方面对芬兰品牌与户外媒体广告进行了分析，指出设计与技术创新是当代设计的价值所在。讲座过程中，玛瑞娅教授还针对师生的提问做了详细的解答。

此次芬兰艺术家的学术交流是艺术设计学院“名师进校园”系列学术活动的又一场重要内容，对于加强国际交流、提升学术层次、推进教科研建设将起到积极作用。



我校召开第二届教职工代表大会暨工会会员代表大会筹备工作会议

本报讯 4月7日上午，我校第二届教职工代表大会暨第二届工会会员代表大会筹备工作会议在行政楼党委会议室召开，校党委副书记、纪委书记董兆武出席会议。

董兆武对筹备工作提出了几点要求：一要高度重视认真做好筹备工作。各筹备工作小组要认真研究自己的工作任务，制定工作方案，明确标准，责任到人，确保筹备工作有条不紊、高效运行。二要认真组织好代表的选举工作。要严格按照选举程序，把政治觉悟高、参政议政能力强、关心学校事务和

热心为教职工服务的同志推选到代表中来；推选代表要向一线教研人员倾斜，要有广泛的代表性。三要认真做好提案征集工作。提案征集是教职工行使民主权利的重要渠道和形式，教职工通过提案参与到学校的各项管理工作中，提案工作组要重视提案的收集整理，围绕学校改革发展和教职工重点关注的内容提供高质量的提案，切实发挥提案工作的积极作用。

会上，党群工作部详细汇报了第二届教代会工作任务的分解，提案工作组组长赵林就《蚌埠学院第二届教职工代表大会第一次会议提案征集的通知》进行了汇

报和说明，与会人员对任务分解和提案征集工作的具体事项进行了充分、细致的讨论。

最后，董兆武对筹备工作提出了几点要求：一要高度重视认真做好筹备工作。各筹备工作小组要认真研究自己的工作任务，制定工作方案，明确标准，责任到人，确保筹备工作有条不紊、高效运行。二要认真组织好代表的选举工作。要严格按照选举程序，把政治觉悟高、参政议政能力强、关心学校事务和

热心为教职工服务的同志推选到代表中来；推选代表要向一线教研人员倾斜，要有广泛的代表性。三要认真做好提案征集工作。提案征集是教职工行使民主权利的重要渠道和形式，教职工通过提案参与到学校的各项管理工作中，提案工作组要重视提案的收集整理，围绕学校改革发展和教职工重点关注的内容提供高质量的提案，切实发挥提案工作的积极作用。



我校机关顺利完成中共蚌埠学院第二次代表大会代表选举工作

本报讯 4月11日下午，党群工作部(机关党总支)组织召开机关党员大会，选举产生校第二次代表大会机关代表。校领导刘泽功、施光跃、董兆武、郑桂富出席大会，机关党员110人参加会议。

大会审议并通过了《中共蚌埠学院机关党总支推荐第二代表候选人选举办法(草案)》；表决通过了监票人及计票人建议名单；大会以无记名投票、差额选举的方式，选举产生了王永斌等27名同志代表出席中共蚌埠学院第二次代表大会。

为了做好此项工作，机关党总支严格遵循程序规定，坚持党的领导与发扬民主有机统一，根据学校有关选举工作的通知精神和要求，采取自下而上、上下结合、反复酝酿、逐级遴选的方式，做到必经环节不减少，规定步骤不走样。总支先后召开了机关党支部书记会议、机关党总支委员会议，广泛发动基层党组织和党员参与推荐提名工作。组织下属八个党支部按照校党代会代表的条件、名额、入选条件，对出席校第二次党代会代表初步人选进行了充分酝酿；根据机关各支部、各单位及党员的推荐意见，综合考虑结构要求，提出了党代会代表候选人预备人选名单；在报上级党组织审核同意、组织考察、公示后，提交机关党员大会进行差额选举。

我校教师“爱心”接力走进央视“等着我”

说到影像故事，其中影像一般多为老照片，这里的几张照片距今天最近也只有近十年的样子，也许不够老，但对于我来说却很有意义。自2004年大学毕业分配工作进入蚌埠学院以来，已有13年。13年的时光，在发展，我在成长，但总不能忘记每个阶段的学院模样……

在当下的数码时代，总是很怀念胶片中的过往岁月，因为胶片不仅传达了我们所见所想，还会捕捉到那些最值得纪念的时光。

这几日，我无意间看到了蚌埠学院几张以前的照片。一张是学生宿舍8号楼2008年11月20日工程开工仪式的照片。照片中2008年开工建设的8号楼，既是学生宿舍，也是学校一期建设规划的24.7万平方米校园工程系列中最后一个项目，可谓是学校一期建设阶段性标志性项目。

由这张照片，我一下想起，最初学校只有1到6号学生宿舍楼。当时我是2003级文秘专业的班主任，很清楚地记得班里的男生住1号楼，女生住2号楼。2005年《淮河晨刊》还刊出了一则报道，新闻标题是《蚌埠学院的一则“奇”事》，讲的是蚌埠学院刚搬到大学城，利用1号和2号宿舍楼之间二楼通道开了一个华运超市，而这超市奇就奇在它分了女生出入口和男生出入口，同学们购物后必须从规定的出口返回宿舍。当时学院像超市等很多基础设施还在建设，学院本着节约创建的宗旨，充分利用空间，在宿舍楼内开了个超市，所以才有了这件奇事。记者还采访了购物的同学，很多同学表示：因为大学城正在建设，本来担心生活不方便，报到之后看到学院精心为同学们安排生活，感到很温暖。如今学院已将这个通道开辟为同学晚间自习室，既方便了同学，又充分利用了空间，可谓是创建节约型校园的一个亮点。



现在校园中1-13号学生宿舍楼仿佛一直都在那静静的守候着我们的同学。其实这些宿舍楼也是分批建设起来的，而且在建好的同时，每栋宿舍楼里还逐步都配置了洗衣机、电吹风、微波炉……等现代化设备，给同学们带来一个温馨的家。

不止这一处，再看今日校园，教学楼中书声琅琅，图书馆中仅纸质藏书就有100万册，还有大学活动中心、体育馆、网球场、超市、理发室、浴室、银行等配套设施，食堂更是南北风味小吃应有尽有。真正是小桥、流水绕校园，书香、树香飘满园。

还有两张照片：一张是宿舍楼两旁刚种上小树，没有绿化时的样子。另一张是2012植树节前夕，蚌埠学院机关党总支组织广大党员干部走出办公室，参加校园义务植树活动。

学校刚搬来时没有今天满园的花花草草。大树、老树是从老校移栽过来的，新种的都是些又瘦又小的树苗，很多老师，包括我也参加学院的植树活动，大家齐动手，挖坑、种树、抬水……，只是我们种树时格外小心，生怕小树苗不能成活。当时真得在想为什么买些大树、名贵树……全种这些小树苗呢？后来才得知那时学院一部分资金是贷款的，为了节约绿化成本，常常想通过招标用最少的资金买最多的树苗，所以买来的小树苗居多。如今植树已成了学校的一个传统，只是树的种类越来越多，树也越长越大。这些树儿站在美丽的校园中，那么青翠，那么优

雅，给校园凭添了一份秀丽与清幽。

今年的植树节前夕，在校园西北角、机电学院楼宇内的草坪上我们的老师又种下了一行行整齐的葡萄树新苗，为美丽的校园再添盎然春意。

《管子·权修》中有云：“一年之计，莫如树谷；十年之计，莫如树木；终身之计，莫如树人。一树一获者，谷也；一树十获者，木也；一树百获者，人也。”在蚌埠学院，我们已经度过了一个十年，当年的种下的树苗已经长大，当年培养的学生已奔赴全国各地，在各行各业贡献力量。

漫步学校的小路上，看树木、满目新绿；看校园，美丽温馨；看学生，茁壮成长。最重要的是我们的学生从没有忘记母校，没有忘记晨曦中熟悉的小路，灯光中自习的教室，阳光下灿烂的球场，还有曾经的年少梦想，曾经的读书学习，曾经放声歌唱……他们有的成立校友会一起回来看看，有的在学校公众号中留言表达对母校的祝福，有的常常问候自己的老师……

岁月会流逝，往事会淡忘，但有两样不会消失，一是生命中最刻骨铭心的青春记忆，还有就是照片，照片总会将一些记忆清楚地记录，永远的定格。就如我看到的这几张蚌埠学院的照片。

有人说，如果说人生是一本书，那么大学生活便是书中最美丽的彩页，而我要说大学校园则是彩页中最美的风景，我们蚌埠学院亦是如此，有影像为证。

(接1-4版中缝)

胞的新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，应积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，增强体质。

6、要合理安排好作息时间，做到生活有规律，劳逸结合，如劳累过度，必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到细菌、病毒感染。

7、春季气候多变，乍暖还寒，若骤减衣服，极易降低人体呼吸道免疫力，使得病原体侵入，必须根据天气变化，适当增减衣服。

8、过敏体质的人尽量少去赏花，特别严重的外出时要戴上口罩、眼镜等，尽量减少裸露部位，也可提前服一些防过敏的药物。

9、合理安排好饮食，饮食上不宜

太

过

食

油

腻

。

要

减

少

吸

烟

，

不

喝

酒

。

要

多

饮

水

，

摄

入

足

够

的

维

生

素

，

多

吃

高

质

蛋

白

，

多

吃

糖

，

不

吃

肥

肉

，

不

吃

油

条

，

不

吃

盐

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条

，

不

吃

油

条