

# 别虚度光阴

## Don't Waste Time

### (下)

选编者:徐军  
(国合处副主任)  
Editor: Kevin Xu(Deputy  
Director of International  
Cooperation and Exchange  
Department)

8. Keep in contact with old  
friends

和老朋友保持联系

One of my biggest  
regrets in life was  
intentionally falling out of  
touch with high school  
friends. I had joined a group  
of people who convinced me  
that the only important thing  
was their group and if friends  
or family did not understand,  
they should be cut off. I  
missed out on so much, and  
now the stream of mini blog  
updates from my high school  
friends makes me sad.

我人生中的一大遗憾是和  
高中朋友闹翻了。我加入了一个  
团体，那里的人让我相信最  
重要的事情就是这个团体，如  
果朋友和家人不理解的话，应  
该和他们断绝关系。我错过了  
这么多，现在我高中朋友微博  
上的更新让我很难过。

Sometimes something  
similar happens if you meet  
the man or woman of your  
life who you can't stand  
being away from. Break away  
and connect with the friends  
who have been there for you  
forever.

有时如果你遇到了“生命  
中的那个人”，而你又离不开  
他/她时，也会有相似的事情  
发生。和他/她分手，并和一  
直在那里支持你的朋友联系。

9. Learn from mistakes  
从错误中学习

If you do something stupid,  
learn from your mistakes.  
College is a time not only for  
learning about Chemistry and  
the correct way to cite a  
source, but for learning about  
life. Learning how to come  
back from mistakes is a big  
part of the college experience.

如果你做了一些蠢事，从  
错误中学习。大学不仅仅是用  
来学习学科知识和如何去引  
据典的，它还是学习生活的地  
方。学习如何从错误中走出来  
是大学经验的一大重要部分。

10. Be silly  
做些傻事

You have a little bit of  
margin during this time to get  
away with crazy things and  
not look too foolish (hey, it's  
college!) Use this time to go  
on adventures and do silly  
things that likely will be  
looked down upon later in

# 爱影随心



片名: 我想和你好好的  
导演: 李蔚然  
编剧: 作业本 / 李蔚然  
主演: 冯绍峰 / 倪妮 / 钮宝平 / 周德华 / 常小婧 / 马斯瑟 / 郭晓小  
类型: 剧情 / 爱情  
制片国家/地区: 中国大陆  
语言: 汉语普通话  
上映日期: 2013-10-12(中国大陆)  
片长: 96分钟  
又名: Love Will Tear Us Apart

影视介绍:

在一场破车和兰博基尼的追逐战中，4A公司白领蒋亮亮（冯绍峰 饰）与年轻女演员喵喵（倪妮 饰）相识。喵喵的细腻多变，亮亮的温柔让两人陷入甜蜜的爱河。两人的同居生活温馨甜蜜，但亮亮深夜赴约见“前女友”，与女同事的暧昧短信，和朋友深夜泡夜店，给喵喵带来深深的不安全感。她想尽一切办法控制亮亮的行踪，却让亮亮承受不了种种“限制”，最终喵喵带着自己疯狂的爱消失……

# 好书推荐



十年前，来京，在西客站  
外面的路边站着，九个包裹，  
北京几乎没有朋友，工作无从  
谈起，落脚的地方只有三天期  
限。站累了，坐在包裹上，不  
知道未来会发生什么。

慢慢有了住的地方，房间  
略大一点，日光灯是坏的，修  
过几次，很麻烦。索性放弃，  
去宜家买来几盏台灯，同时打  
开，也光芒满屋。

再后来，酷爱写作却选择

了创业，要成功不容易，必须捱得住寂寞。据说任何  
一个创业公司，前五年的努力都是在为员工赚钱，有人  
举杯说，你们做到了，敬你们。

在长达十年的梦想旅程中，经历过背叛、欺骗、  
重压，经历过亲人离世、友人陷害、传媒诋毁，也遭  
遇过让人瞠目结舌、极具特色的“中国式困境”，几  
次面临破产。但一直坚持用一颗赤子之心去看待这个  
世界，自觉忽略掉丑陋和虚假。虽有孤独欺骗背叛，  
却依旧觉得这世界晶莹剔透，梦想美好如火树银花。

还记得你的梦想吗？《没有梦想，何必远方》，  
温暖讲述一个异乡青年的逐梦十年。

## 读者邮箱

您是否有文学天赋？  
您是否希望自己的文章在  
校园中传阅？现在《华厦  
青年报》给您这个平台，  
只要您有好文章就欢迎投  
稿还有证书和丰厚的奖金  
等着您。  
邮箱:  
hxtwxc@gmail.com



我们在这里起航，  
共创下一个辉煌！



一、学校基本情  
况:

1、举办者:  
厦门市社会发展  
研究会

2、创办时  
间:1993年

3、创校名誉  
董事长:厦门市  
社会发展研究会  
原会长蔡望怀

4、董事长:  
吴凤章

5、院长:王  
小如

6、党委书  
记:黄扬

7、6个系:  
检验科学与技  
术系、财会金  
融系、信息与  
机电工程系、  
商贸管理系、  
商务外语系、  
人文创意系

8、37个专  
业:其中工学  
专业达20个，  
占专业总数的  
54%

9、占地面  
积600多亩，  
在校生5700  
余人。  
二、奖励情况:

共38项，其  
中奖学金17项，  
助学金20项，  
新生入学绿色通道  
学费缓交1项，覆  
盖面已达在校生  
总数的1/3。奖  
学金最高8000元  
/年，最低300元  
/年；助学金最高  
5000元/年，最  
低300元/年。  
三、学生活动:

共有学生团  
体60多个。校园  
文化生活丰富多  
彩，学生参与度  
高，志愿服务影  
响广泛，绿色理  
念深入人心。  
四、心理健康情  
况:

设立心理咨  
询室，构建了4级  
心理干预机制，  
建立了班级心理  
宣传员和宿舍心  
理信息员。  
五、推行综合  
测评和课外素质  
拓展学分，坚持  
“以生为本、扬  
长教育、注重实  
践”理念，培养  
“适口径、实基  
础，素能并重、  
德技兼备”的应  
用型人才。



主办：共青团厦门华厦职业学院委员会 承办：团委宣传部 本期4版 总第9期 2013年10月31日

## 我校在福建省2012—2013高职院校专业建设质量评价中取得优异成绩

10月23日，在福建省教育  
评估中心公布的2012-2013福  
建省高职院校专业建设质量评  
价结果中，我校取得了优异成绩。

此次除特殊科类院校（医  
学、体育）布点较少的专业类、  
2013年新办专业外，全省共有  
48所高职院校、24个专业类、  
906个专业点接受建设质量评  
价。评价指标包涵办学基本情  
况、教学团队、实践教学和校  
企合作、人才培养方案和课  
程教材建以及其他建设成效  
等方面。根据公布的评

价结果，以进入前十的专业类  
数量统计，我校的专业类建设  
质量评价结果如下：

一、在全省48所参评高职  
院校中排名前列（第11位）。  
我校参评专业归属其中15个  
类，其中8个专业类的评价结  
果进入全省前十名，分别为：  
交通运输类、语言文化类、  
通信类、汽车类、食品类、  
财政金融类、工商管理类、  
艺术设计类；

二、在全省民办高职院校中  
排名第一；

三、在厦门高职院校中排  
名第二，仅次于厦门城市职  
业学院。

以上专业评价结果反映了  
我校学科专业建设的基本情  
况，其排名情况也与近几年  
我校良好招生的状况相互印  
证；也是我校以“升本”工  
作为抓手，质量建设、内涵  
发展，不断提升办学水平的  
阶段成果。

## 我校2013年第二期大学生骨干培训班开课仪式暨学生党员、学生干部文明礼仪宣讲会顺利召开

10月22日14:30，随着雄  
壮的国歌声响起，由校学生  
处、团委主办的厦门华厦职  
业学院2013年第二期大学生  
骨干培训班开课仪式暨学生  
党员、学生干部文明礼仪宣  
讲会在俊秀报告厅拉开了序  
幕。校党委黄扬书记及各系  
党总支书记，团总支书记、  
副书记出席，校团委、学生  
会各部门，各协会及各系选  
派的共计500余名学生骨干  
参会。

会议伊始，学生处处长陈  
熙贞老师发表讲话，她对本  
次活动的开展表示充分的肯  
定，她希望同学们利用好这  
次培训的机会，不断充实自  
己，在学校发展过程中做一  
个好



的推动者，并希望这样的培  
训能够坚持

下去。

随后进行会议的第一项议  
程文明礼仪宣讲环节，校学  
生会主席熊梦星同学宣读《  
致全校学生党员、学生干部  
的倡议书》，校团委组织部  
部长连菁菁同学对践行文明  
礼



仪表明态度，并呼吁在场的  
学生干部都行动起来，让文  
明之风吹遍校园每个角落。  
校团委办公室主任刘思同  
同学引导宣誓。

会议第二项议程是骨干班  
开课仪式，作为第一期骨干  
培训班的优秀学员代表宋诗  
超同学，他向大家分享了他  
在当时学习过程中的一些感  
悟。而第二期骨干培训班新  
学员代表沙敏同学在发言中  
表示要珍

惜这次培训机会，严格要求  
自己，不断完善自我，争当  
一名合格的学生干部。

最后，校团委办公室副主  
任石杭燕同学宣读了本期大  
学生骨干培训学习课程安  
排。

开课仪式结束后，校党委  
黄扬书记为骨干培训班的学  
员们做第一讲。

本次培训时间从10月22  
日——10月31日结束，共  
有4场讲座和1场活动。分  
别邀请校领导及具有相关  
学生干部培养经验的老师、  
校友为学生



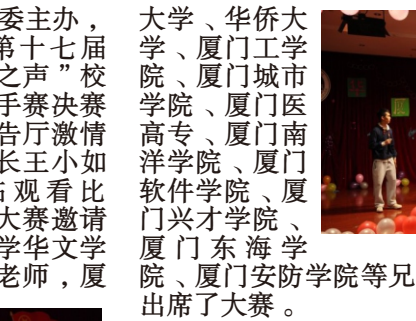
员们开课。此次培训班的  
开设对进一步加强青年学  
生的思想引领，规范、整  
合和提升学校共青团各级  
培训形式、内容和质量，打  
造共青团活动品牌打下良  
好的基础，努力为学校升本  
做出贡献。

## 我校成功举办第十七届“华厦梦之声”校园十佳歌手赛决赛

11月5日晚，由校学生处、  
团委主办，各系团总支、校  
学生会承办的第十七届“  
华厦梦之声”校园十佳歌  
手赛决赛在俊秀报告厅激情  
上演。校长王小如教授莅  
临观看比赛。本次大赛邀  
请到华侨大学华文学院陈  
志阳老师，厦



门歌舞剧院江进聪先生，应  
用技术研究院人才培养办  
公室主任马会迎老师，人文  
创意系陈雨萍老师，绿色  
校园建设办公室林捷老师  
担任评委。福建省电台综  
合频道见习主播李楠彬及  
集美



大学、华侨大学、厦门工  
学院、厦门城市学院、厦  
门医学院、厦门南洋学  
院、厦门软件学院、厦  
门兴才学院、厦门东海学  
院、厦门安防学院等兄弟  
院校学生会应邀出席了大  
赛。

本次比赛参加决赛的15  
名选手是从各系团总支选  
拔的45名选手经过激烈的  
复赛角逐产生的，因而吸  
引了众多学生微博参与和  
现场关注，报告厅内座无  
虚席。

大赛在活力四射的街舞  
《keep on dance》中开  
场，而后参赛歌手们演绎  
的歌曲或有动感青春《爱  
什么稀罕》、《I wanna  
rock》、《反背》、《歇  
斯底里》，或有伤感深沉  
《分手是需要练习

的》、《我无所谓》、《  
没关系》、《修炼爱情》  
、《囚鸟》，亦也有温馨  
浪漫《残酷月光》、《有  
没有人告诉你》、《你把我  
灌醉》、《日月凌空》，  
经典回顾《父亲》、《走  
进新时代》。各参赛选手充  
分展示了自己非凡的音乐  
天赋，用自己扎实的音乐  
功底和激情奔放的演唱，  
将现场的气氛一次次推向  
高潮。在口技表演《magi  
cal sounds》中落幕。

比赛期间还穿插了有奖  
微博互动和校史知识竞答  
环节，活跃了现场的气氛，  
增强了同学们主人翁的意  
识和以校为荣的精神。

最终来自12级保险班的  
林东辉摘得桂冠，13级旅  
游2班的黄何苏闽获得亚  
军，13财管一班的姚培珠  
获得季军。

## 简讯导读

2版  
“弦歌一堂一秋之音会”  
在我校成功上演



3版  
把梦境交给你



4版  
没有梦想，何必远方



顾问: 黄扬/陈熙贞  
主编: 刘昌俊 副主编: 宋丽丽  
责编: 江文钟/阮俊杰  
版式: 团委宣传部全体干事  
审稿: 团委宣传部全体干事