



一边喝咖啡喝茶一边相互交流,或谦虚请教,或深入探讨,而针锋相对的“争论”更助于这些教授、博士们在思想的碰撞中开拓科研的新思路。一杯咖啡、一间斗室、几位志同道合者构成的美好下午时光,教授博士们取名为“Tea Time”

湖城教授博士“休闲”做学问

通讯员 谈铮 小舟
记者 朱晔

十几把椅子,三四张桌子,一台电脑,一个投影仪……这些简单的摆设,在外人看来再平常不过,但对于湖州师范学院理论物理学科的教授、博士们却有着特别的吸引力。每隔半个月,他们就会聚到这里,一边品咖啡喝茶一边自由交流,或谦虚请教,或深入探讨,而针锋相对的“争论”更助于他们在思想的碰撞中开拓科研的新思路。一杯咖啡、一间斗室、几位志同道合者构成的美好下午时光,教授博士们将此取名为“Tea Time”。

5月6日下午——“Tea Time”的第六次学术交流,湖州师范学院理论物理学科的教授博士们又“休闲”地围坐在一起。在“Tea Time”的美妙时光里,他们的话题涉及统计物理、材料物理、粒子物理、核物理、非线性物理等方面。

近几年,湖州师范学院理论物理学科拥有博士学位的教师数不断攀升,目前已有10人,加上硕士和在读的研究生,已成为学院一支重要的教学、科研力量。近4年来,他们共获得国家自然科学基金5项、省部级基金6项,SCI、EI等收录论文71篇。但如何整合这支富有活力的教师队伍,让他们发挥更大的主动性、创造性,是学院领导班子一直在思考的问题。理学院院长沈彩万研究员和新引进的李庆峰博士是“Tea Time”活动的发起人。他们介绍说,发达国家为提升自身实力、加快经济发展,加大了对交



叉学科的重视程度,我国在973计划里也着重强调了学科领域内以及学科间的融会贯通、交叉交叉。理学院教师都有自己专门的研究领域和感兴趣的研究课题,但相互之间缺乏广泛交流和研讨,学术氛围与当前国际国内学术环境和学校提升教学科研水平的要求不相适应。

如何增加科研人员间的相互交流、培养交叉思维能力,教师们座谈中提出了学术讨论会的设想。从今年起,理论物理学科系列学术讨论会“Tea Time”正式举行,每半个月的周三下午举行一场讨论,每次活动由两位不同研究领域的教师先后主讲,大家展开讨论。虽说参与的主要对象是学院的教授、博士,但每次都会有一些感兴趣的硕士前来聆听,并大胆参与其中。刘艳鑫老师是理学院物理系的一名年轻硕士,两周前也上台做过报告,和教授、博士们分享自己的研究成果。“在这样的环境里交流我很放松,能充分开阔思维,不停地启发出一些新观点。”她表示,参加这样的活动为自己考博提供了一个很好的学习平台。

李庆峰博士表示,长期在某个专门领域内从事研究工作,除非有层出不穷的新问题和广泛的国际、国内交流,否则科研人员的研究兴趣和动力就会逐步下降,而传统学科方向在发展到一定程度后也十分需要汲取其他专业好的思路和方法。因此,学科间的相互讨论和交流既可弥补这种不足,也能充分利用好我们现有的科研资源,节约科研成本。

下一步,参与“Tea Time”的教授、博士们将继续拓展和学院内其它教学系间的讨论和联合,进一步探索和校内兄弟院系间的合作与交流模式,为提升学校的基础科研能力和水平作贡献。

南丁格尔精神永相传



在5·12国际护士节到来之际,湖州师范学院医学院、求真医学系又有300多名即将毕业的“白衣天使”参加了护士加冕仪式。昨天下午,曾获得35届国际南丁格尔奖的80岁高龄的邹瑞芳以及湖州护理界的老前辈为即将踏上护士岗位的“白衣天使”加冕,并举行了新一代护士宣誓。 记者 庄新民 摄

成功调处计量纠纷 长兴质监挽回船民损失

记者 徐斌姬 通讯员 陈敏

本报讯 江苏省高邮水运公司潘宏根等4名船民日前手持“热情服务,科学公正”的锦旗,送往长兴县质监局。经检定,该公司10吨的电子汽车衡失准,远远超过规程的最大允差。还发现由于该公司使用和船民结算的汽车衡计量失准,造成了船民运送的粮食到目的地少了。

质监局根据检定结果开展了说服工作,对该收储公司和江苏省高邮水运公司潘宏根等4名船民的计量纠纷进行调解。最终该收储公司答应免去潘宏根等4条船6.794吨粮食损失赔偿,直接挽回船民损失20382元。

《安吉公民健康素养读本》首发

记者 俞旦晔

本报讯 安吉人有了第一份“量身定做”的健康素养指南。日前,部分家庭人手一册拿到了健康读本。据悉,为响应卫生部发起的“健康素养中国”中国公民健康素养促进行动,让广大群众掌握基本的卫生知识与技能,做健康的主人。安吉县有关部门组织专家编写了《安吉公民健康素养读本——健康99条》,给全县公民提供99项健康知识与技能的指导。

练市连续取缔两处地下炼铝工场

记者 阮莉莉
通讯员 温利强 吴佳丽

本报讯 根据群众举报,市工商行政管理局练市分局日前接取缔了两处无照炼铝生产加工工场,共查获铝棒14.8吨、废铝6.7吨。练市分局日前接到群众举报,称辖区内一自然村有人从事非法炼铝活动。执法人员立即赶往检查,在一个350多平方米的场地上,几名工人正在进行废铝熔解,现场粉尘漫天,气味熏人。执法人员经过初步调查发现,经营者在尚未办理环保

美容美发,湖州学生确实有一手

全省六个第一名捧回三个

记者 朱晔 通讯员 黄植

本报讯 在刚刚落幕的2009浙江省中等职业学校学生美容美发与形象设计专业学生技能竞赛暨全国大赛选拔赛上,湖州学生一举夺得了两大类六个比赛项目的三个一等奖。

5月6日,2009浙江省中等职业学校学生美容美发与形象设计专业学生技能竞赛暨全国大赛选拔赛精彩上演,来自全省各地市的10所职业学校代表队齐聚在杭州拱墅区职业高级中学。湖州艺术与设计学校8名选手代表我市参加了美发和美容化妆两大类5个比赛项目的角逐,共夺得一等奖3项、二等奖1项、三等奖5项,在全省参赛队中名列前茅。

其中沈利婷获晚宴化妆一等奖,陈铭征获直发碎剪一等奖,金佩强获男子板寸推荐造型一等奖,屠静获新娘化妆二等奖。这4名同学不久还将代表我省参加在天津举行的全国大赛。



第42期
健康热线: 13587937927 QQ: 592040110

你的心理“饱和”吗?
现代人常说心理压力大,很压抑,所以总是需要发泄,其实这是因为心理饱和了。心理饱和现象在生活中几乎随处可见,多为负面效应。比如,老师布置100道数学题,学生开始做作业时,动作快,做得也正确,但到后来,速度越来越慢了,还常出差错,同时出现厌烦情绪。就是因为出现心理饱和,简言之,他们做腻了。

注意:早晚都该给碗柜通风
碗柜是厨房里必不可少的家什之一。但碗柜多是密闭的,通风性差,隐藏着许多细菌。当我们把洗好的碗碟放入柜子里时,湿气很难散去。时间长了就会形成一个温暖潮湿的环境,而这就会滋生细菌。细菌粘在碗碟上,容易导致病从口入,还会让碗柜有异味。

每周关注

沐浴卫生:浴巾别随便挂

我们目前的住房,浴室多为北屋或暗室,可谓“终日不见阳光”,早晨赶着上班,也不太可能特别将用后的毛巾洗了拿去阳台晾晒,时间久了,这些潮湿的物品就很容易滋生细菌,甚至产生霉斑。

洁肤海绵先微波一下
一小滴浴液经过洁肤海绵的“魔术”,就会变成非常丰富的泡沫,不但洁肤效果好,还特别节省浴液,洁肤海绵也由此成了人们浴室的必备佳品。但也许你没想到,洁肤海绵是你一天所碰触的物件中最危险的一个。因为一块洁肤海绵上通常隐藏着约72亿个细菌。建议杀菌的办法是将海绵蘸湿,放进微波炉里加热约30秒,每天下班回家就可以顺手做了。或者在使用后将洁肤海绵清洗干净,并放在干燥处沥干水分,这样能破坏细菌赖以生存的潮湿环境。

秘诀1. 热气蒸脸
闭上眼睛让脸盆里的蒸气暖呼呼地吹在肌肤上。这样的蒸脸方法非常简单,只要将热水注入耐高温的脸盆,就能马上实施,将脸靠近利用蒸气来帮忙,大约蒸个3-5分钟即可。也能购买坊间有贩

专家还建议至少一个月就更换一次海绵。
毛巾、浴巾别随便挂
需要注意的就是大大小小的毛巾和浴巾。还有一点你肯定不会想到,如果用显微镜来观察冲马桶时溅起的细小水滴,你就会发现,它们竟然可以溅到数米高,因此浴室里的任何细菌都有可能跑到你的毛巾上去,还有我们的牙刷也可能在劫难逃。

如果你放毛巾的地方离马桶较近,还是最好将它们转移到一个安全的地方,离马桶至少要3米远,还可以每天把毛巾放到阳光照射充足的阳台或窗边“沐浴”阳光。特别是在家里人感冒痊愈或是咳嗽痊愈后的那几天,除了勤晒毛巾外,还应该用消毒液将所有的毛巾充分浸泡并洗净。皮肤敏感、肤色晦暗、皮肤状态每况愈下等,都是由于皮下的小炎症引起的。

毛孔也要美白

卖的蒸脸器,只要加水插电就能进行保养。
秘诀2. 热毛巾敷脸
这个保养秘笈对于肌肤的放松与循环有很大的帮助,只要准备一条热毛巾就可达到保养效果,让粉刺浮出清除。热敷后再以清水轻拍洗脸,效果会很明显。准备一条干净毛巾加热使其变温,然后将毛巾对折成约宽5公分的长条形。将热毛巾自额头开始热过两颊后,将脸部的肌肤包裹起来,然后用手掌轻轻按压毛巾,让热气有效挥发。
秘诀3. 保湿精华湿敷
感觉两颊肌肤变得干糙紧绷,或是时常出现两颊浮粉脱妆问题时,就得加强保湿水分的补

这个时候,则要格外注意毛巾和浴巾的卫生,毛巾不必太“豪华”,但要常常换新,新的一定比旧的更安全卫生。

搓澡巾晾晒不可少
搓澡巾的卫生也不能忽视,很多人认为搓澡巾在搓澡以后简单地把它洗一洗就可以保持干净了,其实不然。搓澡巾大多数为双层结构,因为在搓澡的时候,身上的污垢和皮屑由于外力作用被深藏在搓澡巾的纤维的间隙中,如果只是简单的清洗,根本不能把搓澡巾洗干净。最好的办法还是尽量保持搓澡巾的清洁、卫生与干燥,用之后把它放在通风或是阳光充足的地方晾晒即可。搓澡巾价格不高,有条件的情况下应该保证常换常新。

充。到取适量保湿化妆水或是保湿精华液在化妆棉上,确定化妆棉沾附了饱和的美容液后,再撕成薄片轻敷于肌肤,贴在两颊后等待大约5分钟,让成分充分渗透,可以达到紧急保湿效果。
秘诀4. 出门前20分钟防晒
认真花了时间做了毛孔紧缩的保养,也买了便宜的美白精华液来涂抹,不就是为了孕育出无毛孔的白皙肤质,因此,到了最后更不能忽略,那就是防晒工作的执行,阳光紫外线一旦长时间直接照射到肌肤,将会对肌肤造成斑点与老化,出门前15-30分钟就要涂抹好防晒霜,才能在接触到艳阳时达到完全的防护效果,再配合适时的补擦,让艳阳不再有可乘。

健康咨询

Q: 美白牙膏真的能美白牙齿吗?
A: 在超市,各种美白牙膏一般都摆放在非常显眼的地方,走近货架,导购员便会热情推荐。而美白牙膏的价格比普通含氟牙膏略高,但大多数人反映美白效果并不明显,甚至“一点都没变白”。
那么,美白牙膏是怎样给牙齿美白的? 美白牙膏包装上对美白成分的介绍,不是冰爽因子、活性亮白因子、珍珠盐白因子,就是超白软性硅、TC3、HCS等看不懂的成分,不少促销员也说不清楚这些究竟是什么。据专家介绍,美白牙膏中大多含有过氧化物、羟基磷灰石等成分,利用摩擦和化学漂白的原理去除牙齿表面的着色,但这种洁白牙齿的功能也只能去除牙齿表面的部分色斑,对内源性色素斑基本没有效果。要想真正起到美白效果,还得用贴面、烤瓷牙、超声波洗牙等专业手段。

Q: 耳朵为什么会发热?
A: 我们的两只耳朵凸出体表,内外都被皮肤包裹,但皮下的毛细血管却密密麻麻,阡陌交错,进而形成丰富的血管丛。这样的结构特点决定了耳部的血流量可以在很大范围内变动,因此造成耳部热量的波动也会很大。
比如剧烈运动结束后,耳朵会发热。这就是因为平静下来的肌肉所需血液减少,在心脏的搏动尚未恢复正常频率之前,多余的血液就会涌向其他部位,流经耳朵的血液同时带来了热量,耳朵自然就会发热。冬季从寒冷的室外回到温暖的室内时,我们的耳朵也会变得又红又热。这是由于在室外低温下收缩的耳部血管在室内因温度上升而扩张,血流加快,从而导致耳朵发热。当人们在进行考试或解决难题等高强度的脑力劳动时,耳朵也会发热。这同样跟血液循环有关。活跃的大脑有赖于连接大脑和躯干的颈动脉输送源源不断的氧气和养料,有些血液流经大脑之前会顺便到内耳里“逛”一圈,这样,耳朵的温度也随即升高了。