



独览书径

■ 人工智能学院 李熙媛

在浏览一本书之前，你能通过书名感受到什么？你需要做些什么？你真的能确定这本书值得你阅读吗？

这些问题，是李词从小到大，每次拿起一本书时，都会想到的问题。

尽管有时连她都记不清，这是自己第几次捧起的第几本书了。

徘徊在由自己的阅读量组成的图书馆里是一件很奇妙的事。

李词很喜欢在几年后，再回头去看那些自己曾经最爱的读物。哪怕已经时过境迁，但她仍能在那些泛黄的纸页中读到自己曾经的幼稚，以及迫切想要回音的曾经。

她现在还记得，在自己小学二年级时看过一本书。书里讲的是一家娃娃店的故事。

这家店里的娃娃们与常理不同，他们有了自己的意识，渴望着有人类带自己回家。

可惜，拥有了意识的他们并不代表会很好的融入人类社会享受温暖，却反而因为被人类店主庸俗的审美束缚，而始终见不到真正明亮的蓝天。

比如一部分的娃娃刚到货时，因为样貌平常，或者手脚长短不一等种种缺陷被丢入店铺最里面的储藏室，轻而易举的就被剥夺了拥有一个家的机会。

他们只能终日同老鼠共度日，身上被啃咬的千疮百孔。

正如一切触底都会反弹，娃娃们中也有领袖挺身而出，愿意为了自由一战。

他们团结的气势可吞山河。其中无论是伤者，还是有特长的娃娃，他们都在为努力打破桎梏而尽自己的一份力量。

终于，在故事接近尾声之时，他们撞破了世俗对他们的限制，也终于拥有了自己的家。

他们那并不乌合之众的样貌，也终于逆着清流，激流而上。

但这结局太童话了，终究还是小孩子的书籍。

李词合上书页，她听见了书籍的长叹。

书籍叹它哪怕岁月长久，但早已在封墨那一瞬间定型，它早已没办法陪伴人类去共度那不断进步的思想长河。

但那又如何？

书感到自己又被李词插回了书架。

它会作为一个见证，一个时代潮流的部分，河中被冲击的发亮的石子，它永远在这里，等着后世去翻阅，去回响。

故事虽然是故事，但它不会永远只是一个故事。

它是人们前进的勇气，是静待发亮的璞玉，是千帆过尽后的幡然醒悟。

独自一人行走在唯有书籍堆砌的小路上，李词再一次得到了尘世中难得的安宁。

她会回首的，但不是现在。

健康校园 减脂新势力上线 沈师南区食堂喊你品健康



本报讯（学生记者 姜艺 王一丞 裴航宇 张玮轩）为响应国家卫健委“体重管理年”号召，沈阳师范大学南区一楼师生源餐饮管理有限公司与辽宁省营养师协会合作，正式挂牌“辽宁省首家高校营养健康示范食堂”。该食堂通过

推出低油低盐菜品、杂粮主食、设立营养知识角及定期举办营养师课堂等多元举措，系统助力学生体重管理与健康生活方式养成。今夏全新上线的“减脂能量套餐”与“多维茶释”鲜榨果蔬汁，进一步树立校园健康饮食标杆。

科学膳食体系打造健康新场景

示范食堂创新推出的“减脂能量套餐”包含四大明星菜品，兼具营养配比与口感设计。

食蔬煎蛋卷以胡萝卜、西葫芦与鸡蛋为组合，富含胡萝卜素、维生素 A/C 及膳食纤维，每 100 克仅 199 大卡，成为早餐优选；奥尔良风味鸡腿采用优质鸡腿肉低温慢烤工艺，低脂低油低盐，每 100 克含 20-25 克蛋白质，适配健身人群加餐需求；油醋汁拌菜心融合中西方饮食理念，以膳食纤维与维生素 C 双重优势实现解腻刮油效果；养生清水莲藕兼具食补与药用价值，可清热生津、健脾开胃，助力维持身体机能平衡。

配套推出的“多维茶释”鲜榨果蔬汁，选用当日现采果蔬，采用零添加糖浆与水的高频搅拌及双重过筛工艺，保留果肉纤维与维生素，冰镇后成为夏日解暑良品。

多元服务赋能健康意识提升

食堂同步打造“营养知识角”，提供膳食指南、营养书籍及每周健康食谱供学生免费取阅；定期举办营养师课堂，

邀请协会专家开展减脂技巧、膳食搭配等主题讲座。上学期“奶豆主题营养日”活动中，学生积极参与营养师配餐品鉴及营养学自学课程，部分学生获辽宁省营养师协会颁发的证书及教材。

师生反响热烈 专家肯定示范价值

减脂菜品上线后获学生广泛好评，有学生表示“颠覆了健康餐难吃的偏见”，更有学生通过饮食调整完成阶段性健康目标。辽宁省营养师协会会长张帆指出，大学生是营养膳食帮扶的重点群体，该示范食堂作为省内高校首个试点，不仅提供了均衡健康的餐品，更通过饮食文化建设在学生中掀起健康生活风尚，“这是将营养健康理念根植于未来社会中坚力量的重要实践，具有校园饮食文化革新的里程碑意义”。

目前，示范食堂已实现每日现做减脂套餐与鲜榨果蔬汁供应，并有营养师驻场提供个性化饮食指导。沈阳师范大学师生源食堂正以“科学膳食+知识普及”双轮驱动，推动校园健康饮食生态的构建与升级。

（后勤服务管理中心 供稿）

风雅轩

春霖甘露 夏之序章

■ 国际商学院 刘佳怡

突如其来，恍如仙境。
春天的雨，总带着泥土的芬芳。
这是春的谢幕，
也是夏的预告。

春天的雨，总带着盎然的生机，
带来新的希望，
足以滋养万物。

在我们注意不到的地方，
幸福的嫩芽也如约而至，
伴着雨声，渐渐苏醒。
土壤不再干裂，变得松软肥沃。
这是春雨送给它的舞台。

■ 美术与设计学院 王恺璐

■ 新闻与传播学院 李灿

■ 数学与系统科学学院 钱晟业

国家安全 “警”记于心

全民国家安全教育走深走实十周年

“4·15” 全民国家安全教育日

中华人民共和国 国家安全法

公安部宣传中心

美术与设计学院举办“春华秋实”师生优秀作品展

本报讯 春华绽芳菲，秋实映新晖。4月中旬，“春华秋实”沈阳师范大学美术与设计学院师生优秀作品展在美术馆开幕。展览汇集了师生的110余件作品，涵盖中国画、油画、水彩、雕塑、艺术设计等多个艺术门类的佳作，展现了美术与设计学院的人才培养、美术教育的成果与特色，更展示出了师生们在文化传承，艺术创新中绽放出的新活力。

2024年，学校美院师生在艺术创作领域争创佳绩，荣获省级及以上奖项56项，其中国家级奖项27项，展现了卓越的艺术创新能力和深厚的专业实力。在第十四届全国美术作品展中，沈阳师范大学共有6件作品成功入选，其中1件作品为进京作品；在辽宁省第二届美术作品双年展上，

共有13件师生作品成功入展，其中学生作品6件，教师作品7件；美术与设计学院承办东方设计奖·全国高校创新设计大赛辽宁分赛区赛事，以及“2024米兰设计周——第八届中国高校设计学科师生优秀作品展”辽宁赛区巡讲；学生作品在“献礼中华人民共和国75周年华诞——‘传播五千年中华文明’新媒体联合推广活动”中荣获佳绩。

沈阳师范大学美术与设计学院师生优秀作品展已举办多届，不仅成为学校艺术办学成果的展示舞台，更是学术交流与思想碰撞的盛会，充分发挥了艺术作品以育人、以美化人的独特作用。

（美术与设计学院 供稿）

主管单位：中共沈阳师范大学委员会 出版单位：《沈阳师范大学报》编辑部 出版单位地址：沈阳师范大学校部403房间 邮编：110034 电话：024-86593020 投稿邮箱：synuxb@126.com 印刷单位：辽宁省铭源彩色印务有限公司 印刷单位地址：沈阳市黄河北大街253号