

# 9年前,晚报帮她贩卖远游梦想成功 9年来,她一直在路上还“喜提”帅哥一枚



▲2011年1月21日,本报报道了株洲姑娘楠茜众筹远行的故事  
记者 李卉 摄

### 人物名片

楠茜,株洲女孩,今年35岁。

►楠茜与未婚夫的近照  
受访者本人供图



## 结缘时刻 株洲女孩贩卖旅游梦想,晚报为她广而告之

楠茜是一位热爱旅游、喜欢观察生活的株洲姑娘,9年前,她在网上发帖,称自己计划去越南旅游,因旅费有缺口,所以开启“众筹”计划,只要赞助20元“盘缠”,即可获得她从越南寄来的明信片,或是委托她寄给任意指定的人,说自己不好意思说出口的歉意或者爱意。

2011年1月21日,本报《株洲小妹贩卖梦想,邀你投资她的“越南游”》一文,报道了株洲姑娘楠茜众筹远行的故事。后来,楠茜成功实现了梦想。如今,9年过去了,当年26岁的楠茜也已经过了而立之年,她仍然在路上吗?

## 别后时光 感觉快乐就忙东忙西,感觉累了就放空自己

“哈哈,那个时候的我真年轻啊……”昨日下午,在云南西双版纳一游泳池边小憩的楠茜收到记者发送过去的当年的新闻报道,不禁乐开了花。如今的她,与朋友合伙在西双版纳经营着一家酒吧,正筹备着与未婚夫举行婚礼并计划要个宝宝。

大学毕业之后,她走遍了国内的大部分省份和东南亚的七八个国家,期间在三亚、海口各停留了4年,上海2年,还收获了自己的幸福——一名来自内蒙的英俊小哥。

“在三亚时,跟人一起开了家酒吧,在网上发了帖子想招个人帮忙。”楠茜说,有个小伙子看到信息之后,打电话、发微信,缠着问了很久,像是要来上班。后来,小伙子跑到店里,说很抱歉因为一些原因不能来工作了,但想为大家做顿饭吃,还真的现场露了一手,“他就是这样一步一步‘套路’我的。”

白天买菜、做饭、看书、游泳,或在泳池边打盹,下午四点半,楠茜会到酒吧做营业准备,晚上7点开始营业,常常要持续到次日凌晨三四点打烊,感觉快乐就忙东忙西,感觉累了就放空自己,楠茜现在每天的生活大抵如此。

两年前,他们一起来到西双版纳,未婚夫忙自己的事业,楠茜与人合伙经营着一间酒吧,游客、本地人、长期定居在西双版纳的外地人,有人一周固定来三次,有人借醉大哭一场之后便再也不见,观察各种各样的人,静静听他们的故事,楠茜非常喜欢这样的工作,并计划停留比较长的一段时间。在大众点评上,不少光顾过酒馆的顾客也留言表示“老板(楠茜)是个有趣的人”。

她依然没有购买任何固定资产,没有房没有车,楠茜说自己需要的安全感不是这些,想行走时就启程,喜欢一个地方就住下来,生活就是如此简单。

## 最近连线 至今关注《株洲晚报》,因为报纸上“有家乡的气息”

记者:你选择这种有点与众不同的生活方式,父母持什么样的态度?

记者:对于记载过你人生小故事的家乡报纸,有什么想说的么?

楠茜:其实我出生在一个很传统的家庭,父母刚开始也是不理解、不支持的。但是我从小就是一个挺有主见的人,生活自理能力比较强,考上大学之后便开始半工半读,经济上也比较独立。刚开始出去会选择一些短途、安全、各种配套都比较成熟的线路,路上多报平安,回来时给家里人带点礼物,分享分享旅途的见闻和感受,慢慢地,家里人也接受了。

记者:你在这么多地方走走停停,怎么应对各种突发状况?旅途和生活经费怎么保证?

楠茜:(想了一会)我好像还没有遇到过特别糟糕的状况,没有订到酒店,就在火车站里看看来来往往的人,听听车轮的声音,跟通宵营业的店老板聊聊天,这也很好啊。旅费不够了,就工作一段时间,我可以拍照片、写文章、帮人做微信公众号,我也当过服务员,一两个月就升职了,只要勤快一点,生存没有问题。

记者:虽然一直在路上,但故乡、亲人,我一直很牵挂,如果在酒吧里遇到湖南甚至株洲来的老乡,我会超级惊喜。我也会通过数字报、微信等方式关注《株洲晚报》上的文章,因为那里有家乡的气息和味道。

(首席记者 李卉)

## 专家:心理健康教育收实效 患“心病”的大学生比例在降低

本报讯(记者 杨凌凌)每年的5月25日是“全国大学生心理健康日”。市三医院精神疾病防治办公室主任薛爱兰介绍,随着心理健康教育力度加大,越来越多的大学生不再讳疾忌医,而是主动走进医院进行心理咨询,以避免发展为重症心理疾病。

前不久,大学生小娜走进薛爱兰的心理咨询室,主诉很明确,觉得自己很焦虑,对未来迷茫。

经过一番沟通发现,小娜自幼总渴望别人欣赏自己,但高考失利,只考上一个二本。进入大学后,小娜出现情绪不稳、睡眠差等情况,并频繁与家长发生争执。小娜透露出内心的秘密:称自己渴望变得优秀,但总觉得力不从心或觉得身不由己,学习无法专心用功。看着下滑的成绩,心急如焚。

陷入深深纠结中的小娜,鼓起勇气找到薛爱兰吐露心声,在薛爱兰的心理辅导以及好朋友的鼓励和支持下,小娜终于走出了心理困境,真正感受到人与人交往的温度。

薛爱兰介绍,从今年医院就诊的学生患者情况看,焦虑和抑郁是大学生群体中最常见的心理问题,究其原因,主要和学业就业压力、情感处理、人际关系处理等有关。

值得注意的是,如今来诊的存在严重心理疾病的大学生比例在降低。薛爱兰认为,这得益于心理健康教育的提升。

那么,大学生应该怎样培养健康的心理状态?

薛爱兰出了几点建议,首先建议大学生做好时间管理,合理安排学习时间,并且保持良好的睡眠习惯。如果心情不好,可以通过运动30分钟以上、写日记、喊山等方式进行宣泄,也可以向好朋友或亲近的人表达自己的感受。如果感觉心理压力过大,可以自己尝试开口大笑,也可以通过深呼吸、肌肉放松等方式减压。

“大学是人生心理成熟的关键时期,而很多精神疾病的前驱期也往往在这个阶段,作为心理医生,特别提醒家长们要密切关注孩子的心理健康状况,早期识别早期干预,可以有更大的获益。”同时,薛爱兰也呼吁,大学生们如果发现自己心理上有任何疑问,不要畏缩也不要犹豫,要及时、勇敢地向医生寻求专业帮助。

## 5·25 大学生心理健康日

为引导大学生关注自身的心理健康,2000年,“5.25全国大学生心理健康节”在北京师范大学拉开帷幕,健康节取“5.25”的谐音“我爱我”,意为关爱自我的心理成长和健康,活动的主题是大学生人际交往和互助问题,口号为“我爱我——走出心灵的孤岛”。2004年,教育部、团中央、全国学联办公室向全国大学生发出倡议,把每年的5月25日确定为全国大学生心理健康日。

## 今天是“世界向人体条件挑战日”

世界向人体条件挑战日,又译为“向人体条件挑战世界日”或“世界向人体挑战日”。联合国提议每年的5月26日是“世界向人体条件挑战日”,其目的就是使全人类的体能得到进一步重视,提高人类体能水平,提高对来自各方面挑战的应对能力,从而避免各种灾害的发生与发展。

# “劳动教育”纳入评价体系 我市初中生须做家务赚积分

## “劳动实践”有哪些具体内容?

齐长新介绍,“劳动实践”含家务劳动和学校劳动。家务劳动指买菜、做饭、洗碗、拖地、分类倒垃圾、整理房间、照顾老人小孩等学生力所能及的劳动。

实施时,由家长拍照,学生上传照片到综评平台,每次劳动上传1张照片,每张次记1分,该项赋分累计不超过5分。

学校劳动由学校导入学生参加学校统一组织的劳动实践情况记录,该项赋分累计不超过10分。各校根据实际制定实施细则,期末统一导入学生参加劳动实践情况的积分。

## 纳入综合素质评价,可影响毕业认定

按照规定,“劳动实践”纳入综合素质评价“社会实践”维度积分。综合素质评价结果主要有两个用处,一是作为初中毕业的认定依据;二是作为普通高中招生依据。普通高中招生时,因综合素质评价结果而不能毕业的学生不予录取。同时,综合素质评价结果纳入指标生录取总分计分。比如,高中体育专业生录取时,身心健康维度必须为B及以上等级;艺术专业生录取时,艺术素养维度必须为B及以上等级。

昨日下午,记者走访城区多家学校了解到,各个学校都在积极开设劳动教育课。有的学校在校园里开辟了农场,引导学生从事种菜、浇水、锄草等农活,有的学校则要求学生在宿舍被子、洗碗、烹饪等,提升学生的生活实践能力。

## 相关新闻

### 白关中学学生迎来丰收 辣椒炒肉里的辣椒是自己种的



学生们在菜地里采摘自己种的辣椒  
通讯员供图

本报讯(记者 何春林)昨日下午,芦淞区白关中学孩子们迎来了丰收:第一批采摘了30斤辣椒、20斤茄子。

该校校长吴志敏说,白关中学从2016年起,围绕加强中小学综合实践能力培养,进行了探索。与很多学校不一样的是,该校在学校围墙内,开垦出一块自己的农场,面积总共共有四五亩,分成70多块土地,有花卉区、蔬菜区、果园区。这次青椒、茄子,将卖给食堂,孩子们昨天晚餐、今天中餐,都会有一道辣椒炒肉,辣椒就是孩子们亲手种植和采摘的。

昨日下午的劳动教育课中,学生们分成多组,来到各自的“责任地”上,开始了今年的第一批采摘。菜地里,辣椒树上挂满了修长的青椒;茄子树上,紫色的茄子长势喜人。

“小心,别把辣椒枝折断了。”“握住茄子柄折断,不要碰掉了树上的花,影响下一拨收成。”……学生们在菜地里,有说有笑地进行采摘工作。

# 高品质、真低价撬动消费市场 株百第五届全业态仓库直销再度燃爆株洲

2020年注定是不平凡的一年,特殊时期,世界经济遭受不可估量的损失,我们普通百姓的日常生活也不可避免地受到波及。

5月23日至25日,秉承“不忘初心惠百姓,仓库直销为民生”的宗旨,高举“气势如虹聚三江,诚信红利为感恩”的旗帜,比原计划推迟一个多月的株百第五届全业态仓库直销在芦淞区董家墩高科园株百物流中心拉开帷幕。

这三天,每一位光临株百物流中心的市民无不被现场人山人海的壮观场景所震撼、所折服!据统计,本届株百仓库直销客流超历年,连续三天每日销售额均超1千万元!呈现“家电一马当先,百货、服饰、超市齐头并进”的态势,其中家电类商品强势增长,销售台数逾万台,增幅近5成,再次创造了株洲零售业大型活动的销售奇迹!

历经9年锤炼,这一场价格亲民、品质过硬、服务到位的仓库直销,早已成为株洲消费者一个约定俗成的购物盛宴,成为株百特色鲜明的品牌活动;此次空前盛况,不仅为当下的市场经济注入暖流,更是凭借实实在在的真心白银赢得了广大市民的好口碑!



▲仓库直销现场人潮涌动,场面十分壮观

## 四大业态 厂商确保品质 三重福利 百姓赢取真正实惠

“我今早八点到不到就来了,之前一直想换台电视机,上次看中的那款直接降了700元,这么划算,我还不赶紧来薅羊毛!”活动现场,早已整装待发的成女士笑着说。5月23日上午九点不到,株百物流中心周边早已停满了车,门口排起了长长的长队。

据悉,此次仓库直销,株百家电、服饰、超市、鞋包各业态诚意满满:服饰类商品低至1折,鞋包50元起,超市携2000个民生单品参与;作为每年仓库直销的重头戏,株百家电更是集结了格力、美的、索尼、LG、海信、海尔等众多国际国内大品牌,以工厂价零距离直面消费者。

本届仓库直销依旧放出认筹券,预存50元可抵50元至800元。为助力企业复工复产,促进我市经济回暖,在触底的价格之上,株百携政府500万元家电补贴,实现折扣力度再加码,成交后能直返3%。

“上午看中了一台3000多元的电冰箱,我先用100元和50元的现金抵用券,减免了150元,再同步使用微信支付参加政府补贴活动,省上加省,呵呵,这应该是我有史以来买过性价比最高的家电了。”活动现场,正在为儿子新房挑选家电的张爹爹高兴地说道。

## 株百出品,皆是精品 仓库直销打造株洲最硬核的购物盛宴

“株百是株洲商超老字号,不信它信谁。”昨天仓库直销活动结束后,不少满载而归的消费者纷纷表示,选择仓库直销最主要的原因还是看重株百的口碑和优惠的价格,“物流中心的卖场里,商品品类齐全,什么类型的商品都有,产品质量、售后服务也不用担心,一站式购物十分方便。”

2012年,株百首届家电仓库零利直销仅4个品牌厂商参与,但活动效果却令所有人始料未及,短短两天时间,销售大家电1000余台,销售额达400万元。

2013年,在第一届仓库直销的基础上,不少知名品牌主动联系株百,要求参与仓库直销活动,优惠的价格和令人满意的购物体验吸引了更多消费者,2天的活动结束后,消费额达到560万元。

2014年至2017年,越来越多的品牌厂商加入仓库直销,享受到真实惠的市民也越来越信赖这一活动,继2016年全业态仓库直销大获成功之后,2017年株百第二届全业态仓库直销的营业额增至3400万元。

2018年和2019年,第三届、第四届全业态仓库直销继续保持着良好态势。而今回首,株百仓库直销凭借惊人业绩,已成为我市现象级购物盛宴,其背后与株百坚守的营销信念不无关系。

而今回首,株百仓库直销凭借惊人业绩,已成为我市现象级购物盛宴,其背后与株百坚守的营销信念不无关系。“株百出品,皆为精品。”株百相关负责人表示,正是通过不断拼搏与奋斗、创新与挑战,遵循“一切从顾客出发”的经营宗旨,株百才能在60多年的岁月里屹立不倒,成为株洲零售行业的引路人,而仓库直销只是株百高质量发展路上的亮点之一,未来,株百将创造更多前沿及本土特色的商业销售模式,用心为广大株洲市民提供更好的商品和服务。(文/白天 图/株百提供)