

携手向前 共赴未来

■ 本刊编辑部

8月8日晚,流光溢彩的成都露天音乐公园,洋溢着青春的活力,涌动着惜别的情谊。20多公里外的东安湖畔,燃烧了12天的大运会圣火缓缓熄灭,成都第31届世界大学生夏季运动会圆满结束,一场精彩的“青春嘉年华”落下帷幕。这是一届充分展现国际标准、中国风格、巴蜀韵味的国际体育盛会,将中国式现代化的万千气象展现于世人面前。

习近平主席在成都大运会开幕式欢迎宴会上寄望大运:携手世界青年,以青春的活力促进世界和平与发展;弘扬大运会宗旨,以团结的姿态应对全球性挑战;深化交流互鉴,以包容的胸怀构建和而不同的精神家园。

大运会的赛场,见证了全球青年以平等、包容、友爱的视角进行文化交流与互鉴。在武术项目比赛中,外国运动员纷纷选择具有中国风的音乐作为配乐:日本队员选的是《梁祝》选段,阿尔及利亚队员选的是《仙剑奇侠传》影视插曲……

在大运村,来自不同国家的运动员在一起学习汉语,品尝中国美食,欣赏中国文化表演,感受着中国的魅力。在这里,他们不仅学到了知识,更收获了友谊。

赛场上,来自世界各国的大学生运动员奋勇争先,创造了一个个精彩瞬间,展现了青年的拼搏和

自信。赛场外,他们相遇相识、相知相惜,用年轻人的热情、活力与朝气搭建彼此交流沟通的桥梁。

国际体育赛事的意义,除了比赛本身,更在赛场之外。国际大赛是城市天然的“推广人”,大运会的成功举办,让“雪山下的公园城市,烟火里的幸福成都”面向世界做了一次最好的亮相。来自100多个国家和地区的参赛选手,有不少人是第一次到中国,对成都也是初体验。是“大运会+成都”,让更多国际友人认识成都、了解成都。来成都前,他们可能只知道成都有“大熊猫”,来成都后,他们亲身感受成都的热情,看熊猫、吃火锅,体验中国非遗技艺、巴蜀文化……

四年精心筹备,一朝精彩呈现。台上的璀璨离不开幕后的默默无闻,无数人倾情投入,其中也涌现了不少留学归国人员的身影,他们当中有火炬手、有保障酒店专班工作人员、有医疗保障人员、有监督人员……他们海外求学归来,回到家乡,在不同领域为建设美丽成都、美丽四川努力奋斗着,因为一场盛会,他们也聚到了一起,用各自独特的方式向国际友人讲述成都故事,讲好中国故事。

“你和我,在一起,世界是我们。”赛场上的歌,唱出了最美的青春模样。青春,好样的! ■

归国学人之家 海外学子之友

杂志订阅

编读热线：+86-10-65270708

全国邮局订阅 邮发代号：2—298（可破季订阅）

邮局汇款地址：北京市东城区南河沿大街 111 号 邮编：100006

2023 年杂志单价：10 元 / 期，上 / 下月刊定价各为 120 元 / 年，全刊定价 240 元 / 年（含邮费）

本刊所刊登的文字内容及图片，未经本刊许可，不得由任何媒体转载或用于商业宣传，违者本刊将追究其法律责任。

本刊依照著作权法向著作权人支付稿酬，凡未收到稿酬及样刊的著作权人，敬请与本刊联系。

会长 丁仲礼
副会长（按姓氏笔画为序） 王春法 刘利民 闫傲霜 安立佳 许京军 李 一
李 林 张柏青 陈贵云 郑泽光 施一公 姚 望
姚檀栋 黄 卫 曹卫星 程 林 潘建伟

秘书长 李 民
副秘书长 程洪明 滕剑峰
会址 中国北京市东城区南河沿大街 111 号
邮编 100006
编读热线 +86-10-65270708

《留学生》杂志

主管单位 中央统战部
主办单位 欧美同学会（中国留学人员联谊会）
协办单位 中国留学人才发展基金会
国内统一刊号 CN11-4869/C
国际标准刊号 ISSN 1671-8739
邮发代号 2-298

编辑出版《留学生》杂志

社长 李 民
副社长 刘 伟
主编团队 王淑霞 邹 娅 徐凌峰
编辑记者 王 威 武志军 郑莉佳
专题部主任 肖 睿
特邀编辑 李洪旻 曹 昕
美术编辑 侯 凯
出版发行 《留学生》杂志社
编辑信箱 liuxuesheng1920@163.com

CONTENTS

目录

O V E R S E A S S T U D E N T S



卷首语

- 1 携手向前 共赴未来

小栏目

- 4 数读创投
6 图说世界

关注

- 8 对话成都大运会三位海归火炬手：
擎着火炬追梦，这是人生最美的姿态
11 大运会幕后的海归青年，他们是世界了解
成都的另一扇窗

本期聚焦·留学荷兰

- 15 留学荷兰，你不知道的“隐藏款”
19 阿姆斯特丹自由大学的生活体验
21 格罗宁根——荷兰北部的“学生城”
23 探寻马斯特里赫特大学：
学习、交流与多元的学术乐园
25 静谧而美好的莱顿大学

留学调查

- 28 名校出国留学率过高？留学就是人才流失？
数据告诉你真相
33 留学租房那些事儿
38 2024QS 最佳留学城市排名发布！快来看看
你留学的城市上榜了吗？

就业导航

- 40 “下沉”就业的海归们
42 暑期实习究竟能带来什么？来看三位大学生的
亲历故事
46 大学生就业路上的“小温暖”
49 各地人才新政

海归故事

- 52 90 后海归博士后在德清民企“打工”，
做国产工业软件的拓荒者
54 浙江宁波“创二代”卢翰霖
——拥抱转型，让制造变“智造”

会员风采

- 57 肖飞舸：让博物馆属于城市的每一个人
61 海归农场主殷娟 探索茶旅融合新路子

公益广告索引

- 封二 欧美同学会
封三 中国留学人才发展基金会
封底 《留学生》杂志广告位招商

A 上半年我国规上互联网企业完成互联网业务收入 6433 亿元

工业和信息化部发布数据显示，上半年我国规上互联网企业完成互联网业务收入 6433 亿元，同比增长 2.6%，实现利润总额 639.6 亿元，同比增长 27.6%，利润总额增幅维持较高水平。

从细分领域来看，信息服务领域企业收入小幅收缩，生活服务领域企业收入增长。上半年，以提供生活服务为主的平台企业互联网业务收入同比增长 9.5%。值得一提的是，网络销售领域企业收入快速增长。上半年，

主要提供网络销售服务的企业互联网业务收入同比增长 37.4%。

根据全国 APP 技术检测平台统计，截至 6 月底，我国国内市场上监测到活跃的 APP 数量为 260 万款。（来源：新华社）

B 142 家中国公司上榜 2023《财富》世界 500 强

日前，《财富》发布最新的世界 500 强排行榜。榜单显示，今年，世界 500 强企业中，中国共有 142 家公司上榜（含台湾地区），大公司数量继续位居各国之首。和往年相比，上榜公司和排序也发生了很多变化。

41 万亿美元，比上年上涨 8.4%，进入排行榜的门槛（最低销售收入）从 286 亿美元提高至 309 亿美元。但是，受全球经济下行影响，今年上榜公司的净利润总和同比减少 6.5%，约为 2.9 万亿美元。

势下，仍有很多公司实现了利润大幅增长。在盈利方面，沙特阿美利润增长了 51%，位居利润榜榜首。利润榜前十位中有两家中国公司，分别是中国工商银行和中国建设银行，其中，中国工商银行的利润超过 535 亿美元。

今年上榜的企业营业收入总和约

在世界 500 强整体利润下降的趋

（来源：极目新闻）

C 上半年我国服务进出口总额 31358.4 亿元 同比增长 8.5%

据商务部网站消息，2023 年上半年，我国服务贸易继续保持增长态势。服务进出口总额 31358.4 亿元（人民币，下同），同比增长 8.5%。其中出口 13232.2 亿元，下降 5.9%；进口 18126.2 亿元，增长 22.1%；服务贸易逆差 4894 亿元。主要呈现以下

特点：

知识密集型服务贸易占比提升，成长为拉动我国服务贸易增长的新引擎。上半年，知识密集型服务进出口 13639.2 亿元，同比增长 12.3%，占服务进出口总额的比重达 43.5%，同比提升 1.5 个百分点。其中，知识密集型服

务出口 7923.4 亿元，增长 16%；进口 5715.8 亿元，增长 7.5%。

旅行服务明显恢复。上半年，旅行服务进出口 6509.4 亿元，同比增长 65.4%，是增长最快的服务贸易领域。其中，出口增长 52.4%，进口增长 66.4%。（来源：人民网）

D 上半年减负 9279 亿元！民营经济主要受益，制造业占比最高

8月4日上午，国家发展改革委、财政部、中国人民银行、国家税务总局联合召开新闻发布会，介绍“打好宏观政策组合拳，推动经济高质量发展”有关情况。国家税务总局总会计师罗天舒表示，2023年上半年，全国新增减税降费及退税缓费9279亿元，有力推动国民经济持续恢复、总体回升向好。其中，小微企业和个体工商户在内的民营经济纳税人缴费人新增减税降费及退税缓费7049亿元，占比76%，是税费支持政策的主要受益者。此外，上半年，制造业及与之相关的批发零售业新增减税降费及退税缓费3818亿元，在各个行业中占比最高，达41%。增值税发票数据显示，上半年，以锂电池、光伏设备及元器件、新能源汽车为代表的外贸“新三样”相关制造企业销售收入同比分别增长37.4%、38.4%和54.5%。（来源：澎湃新闻）

E 7月份中国制造业 PMI 为 49.3%

国家统计局发布数据显示，7月份，中国制造业采购经理指数（PMI）为49.3%，比上月上升0.3个百分点。其中，预期指数升至较高景气区间。国家统计局服务业调查中心高级统计师赵庆河表示，7月份，制造业PMI连续两个月小幅回升，调查的21个行业中，有10个位于扩张区间，比上月增加2个，制造业景气水平总体持续改善。当月，生产指数为50.2%，与上月基本持平，保持在扩张区间，新订单指数为49.5%，比上月上升0.9个百分点，表明制造业生产经营活动稳定，市场需求景气度有所改善。价格指数继续回升。7月份，主要原材料购进价格指数和出厂价格指数分别为52.4%和48.6%，比上月上升7.4和4.7个百分点，其中主要原材料购进价格指数升至扩张区间，制造业生产用原材料价格总体水平有所上升。（来源：中新经纬）

F 上半年全国餐饮市场收入同比增长 21.4%

国家统计局发布数据显示，1至6月全国餐饮收入24329亿元，同比增长21.4%；限额以上单位餐饮收入6230亿元，同比增长23.5%。6月全国餐饮收入4371亿元，同比增长16.1%；限额以上单位餐饮收入1134亿元，同比增长15.4%。据中国烹饪协会分析，1至6月全国餐饮收入、限上餐饮收入增速分别比上年同期上升29.1个、31.3个百分点，餐饮收入增幅领先社会消费品零售总额增幅13.2个百分点，全国餐饮收入总规模超过2019年同期。6月全国餐饮收入、限上餐饮收入增速分别比上年同期上涨20.1个、17.6个百分点，餐饮收入占社会消费品零售总额的10.9%。中国烹饪协会认为，今年上半年，随着客流恢复，促消费政策持续发力，各地消费季蓬勃开展及“夜经济”渐入佳境，餐饮消费得到明显释放。（来源：央广网）



◀ 7月29日，巴基斯坦首都伊斯兰堡地标建筑亮起中巴两国国旗颜色灯光，庆祝中巴经济走廊启动十周年。新华社发

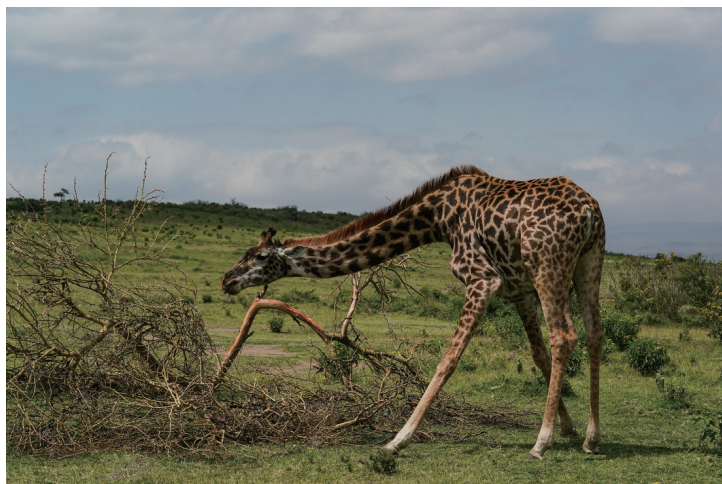
雅万高铁是中国高铁首次全系统、全要素、全产业链在海外落地的典范工程，是印尼首条高速铁路，连接雅加达和万隆，最高运营时速350公里。图为雅万高铁德卡鲁尔动车所。（来源：人民网）▶



◀ 位于阿根廷巴塔哥尼亚地区的马德林港，因丰富的海洋生物多样性而闻名，是观鲸的热门目的地之一。图为离岸较近海域中的南露脊鲸。新华社记者 王天聪 摄



奈瓦沙湖坐落于东非大裂谷内，属于肯尼亚纳库鲁郡，湖面海拔约1900米，图为奈瓦沙湖新月岛上的长颈鹿。新华社记者 韩旭 摄▶





◀7月29日，“青春 In Time”第31届世界大学生夏季运动会运动员联欢会在成都大运会村艺术中心大剧场举办。图为美国运动员杜恩（左）在联欢会现场与川剧演员互动。新华社记者蔡湘鑫摄

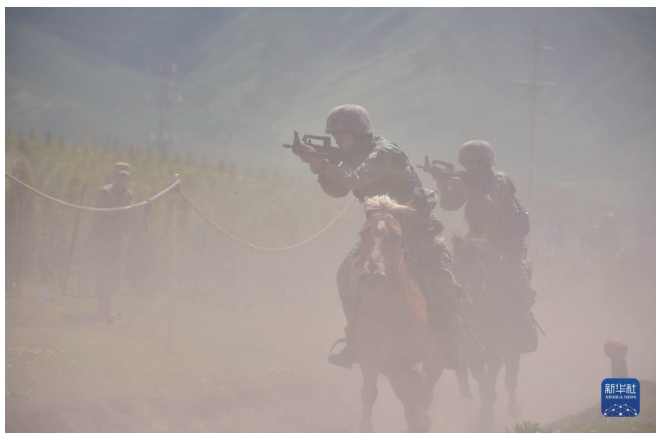


7月30日，来自2023呼和浩特国际青少年友好交流营的百余名中外师生来到内蒙古呼和浩特市内蒙古展览馆，学习体验和林格尔剪纸、青城面塑、马头琴制作等传统非遗技艺。新华社记者贝赫摄 ▶



◀8月1日，我国首条设计时速350公里高铁迎来15岁生日。图为一名旅客向记者展示2008年8月1日京津城际铁路开通运营时所购买的火车票。新华社记者鞠焕宗摄

8月1日，全军官兵以军人特有的方式庆祝中国人民解放军建军96周年。图为守在青藏高原腹地的陆军第76集团军某骑兵连官兵们在乘马射击。新华社记者文明摄 ▶



对话成都大运会三位海归火炬手： 擎着火炬追梦，这是人生最美的姿态

■ 邹娅

8月8日晚，燃烧12天的
大运会圣火缓缓熄灭，成都第31
届世界大学生夏季运动会圆满结
束。自7月2日“蓉火”回到成
都开启市内传递，数百名来自各
行各业的优秀代表参与其中，日
前，记者采访了三位火炬手，他
们都是成都欧美同学会优秀的学

长，学成归国回到家乡，助力建
设美丽四川、美丽成都，一起来
看他们的故事。

罗桑仁青：扎根社区的 “海归”藏族青年

“90后”罗桑仁青是一位
藏族青年，也是成都欧美同学

会的会员，这次成都大运会，
他是火炬手之一。7月8日当天，
在四川师范大学（成龙校区），
他用“无比激动的心情”完成
了火炬传递。此前他和队友们
还精心设计了交接动作，“我
的前一棒火炬手是一名国标舞
老师，所以我们设计的是先跳
一段他的华尔兹，后跳一段我
的藏族舞，不过只是展示了几
个简单的动作。”

2018年，罗桑仁青从英国伦
敦大学国王学院艺术文化管理专
业硕士毕业后，回到了成都，通
过急需紧缺专业选调生的招考，
进入天府新区工作，先是从事文
旅产业方面的工作，随后主动到
基层，先后任兴隆街道兴隆湖社
区党委第一书记和斑竹村党总支
第一书记。

兴隆湖社区是2020年5月
才成立的一个新型产业型社区，
除了服务居民之外，还需要常态



罗桑仁青在进行火炬传递。

化服务于数千家科技企业，助力产业的发展。辖区里有很多年轻人，其中不乏高端青年人才，打造国际化社区也是任务之一。作为一位“海归”的社区书记，罗桑仁青从接到任命起，就下决心要发挥自己的独特优势，做出与众不同的成绩。

从海归文艺青年到扎根基层的社区工作者，罗桑仁青的身份转型看似有些大，但他说：“我喜欢体验和尝试新的事物，我曾踏过北极圈、深入撒哈拉，体验过大千世界的不同，工作以后更加希望能发挥自己的价值，这几年深入一线，从社区到村里，做了很多疫情防控、防汛减灾、企业服务、社区治理、乡村振兴等方面的工作，学习到了很多，也得到了极大的锻炼。”在为民解忧、为民服务的过程中，罗桑仁青也收获了成长，2022年，他先后荣获第25届“四川青年五四奖章”和成都市留学人员先进个人。面对沉甸甸的荣誉，罗桑仁青说：“总觉得自己并没有做什么，却得到了这么珍贵的荣誉，作为一名海归青年，又是一名少数民族青年，我想用自己的实际行动更多地践行当代青年的使命，用心底深处的责任与担当去回馈属于这座



李娟在进行火炬传递。

城市的理想，去赞美属于这个时代的光芒。”

李娟：公益事业的“热心人”

7月20日是成都大运会火炬传递的第四天，李娟是西华大学的第三棒、当天的第34棒火炬手。“能够担任大运会的火炬手，我感到非常自豪和荣耀，成都打开天府之门，喜迎八方来客，把成都的美好的城市形象向世界传递，让国际友人更好地认识这座雪山下的公园城市，烟火里的幸福成都，同时也为成都招才引智，汇集各方资源，我觉得也是非常好的一件事情。”谈及这次火炬手的经历，虽然已经过去了一

段时间，李娟仍然很激动。此前，她多次参与成都市政协《大运会遗产保护》课题，去多地调研并撰写提案，并为大运会捐赠了慈善座椅，为大运会青年志愿者捐助善款。她还长年定点帮扶凉山州，包括资助助学、资助弱视儿童手术治疗等，是一个公益事业的“热心人”。

李娟是一名成都的“土著”，在澳大利亚留学后又在香港工作多年，2012年回到了家乡成都，创立了自己的投资公司，主要是做地产、医疗、教育领域的股权投资，如今她还是成都市政协委员、成都欧美同学会社会服务专委会副主任。她说：“回国十余年，切身感受到中国发展迅猛，



火炬手王瞰

尤其是大城市，成都也发展得很好，但是西部地区其实还有很多地方条件比较差，还需要更多人来投入，改善当地百姓的生活环境，带着他们‘共同富裕’。”

作为一名海归学长，她也诚恳地分享了自己奋斗的经验：“一个是要坚持不断学习，不断提升自己；另外，现在条件越来越好，年轻人应该要有更多的社会责任感，要端正三观，努力实现自己的价值。”

王瞰：想用地震预警 服务世界

同样在7月20日传递火炬的，还有王瞰，他是当天的第131棒火炬手，王瞰在接棒时，

用地震预警倒计时模拟声“5、4、3、2、1”启动了圣火传递。王瞰是成都欧美同学会副会长、成都高新减灾研究所所长，他激动地说：“感谢组织部门的推荐，我非常荣幸成为火炬手，这是对成都在地震预警、多灾种预警创新创业成效的肯定。”

说起当年留学回国的经历，王瞰感慨万分。2008年“5·12”汶川大地震发生时，王瞰正在奥地利科学院从事理论物理博士后的工作，在此之前，他在美国深造了6年，获得了博士学位。汶川地震的消息深深刺痛了他，当天他就下决心要回四川做地震预警系统。当时他脑海里想的就是，如果能提前预警，就可以挽回很

多人的生命。从力学和理论物理的博士要转向研究地震预警，转变非常大，能行得通吗？但是他很坚定自己的选择。

回到四川之后，王瞰创办了成都高新减灾研究所，十余年来一直钻研于地震预警领域，近年来又创新延伸到了多灾种预警，这次也全力为大运会的顺利举办做好外围安全保障。

8月6日2时33分，山东德州市平原县（北纬37.16度，东经116.34度）发生5.5级地震，震源深度10公里。地震发生时，中国地震预警网提前数秒向距离震中31公里的德州市区民众发出地震预警信息，而距离震中300余公里的北京民众提前70余秒也收到了预警。中国地震预警网正是由成都高新减灾研究所与中国地震局联合建设而成。王瞰说：“前不久，习近平总书记到四川考察时指出，四川是自然灾害频发之地，要健全应急管理体系，加强应急力量建设，形成长效机制，系统提升防灾减灾救灾能力。我们会全力以赴落实好总书记的指示，四川既然存在这样的自然环境，那我们就有责任加大地震预警的研究，把技术成果推广出去，服务于全中国，乃至全世界的安全。” ■

大运会幕后的海归青年， 他们是世界了解成都的另一扇窗

■ 邹娅

过去的一个月里，成都大运会聚焦着全世界的目光。从7月28日东安湖体育公园盛大的开幕式，到8月8日晚太阳神鸟挥翅飞到闭幕式场馆——成都露天音乐公园，为期12天的第31届世界大学生夏季运动会圆满闭幕，一场青春盛会落下帷幕。台前的璀璨离不开幕后的默默无闻，无数保障工作的身影里也涌现了许多成都欧美同学会的会员，他们当中有监督人员、有医疗保障人员、有酒店专班人员……不论身处什么岗位，肩负什么职责，“保障‘家门口’的这场青春盛会，我们全力以赴”是大家共同的信念。这段经历，对他们来说，都格外难忘。

组里唯一的“海归” 兼起了“纠错员”

张轩豪是成都欧美同学会的会员，他是四川人，2016年底，从英国拉夫堡大学金融与管理专业研究生毕业后直接回到了成

都，在邛崃市机关单位工作。恰逢成都筹备大运会，他被单位推荐到大运会执委会纪检监察和审计部工作，从事综合性工作、监督工作。张轩豪说：“临近比赛，愈加忙碌，最近经常都是‘5+2’‘白+黑’的状态。有次一位朋友来我家做客，他是第一次来，我本应好好招待，但是当时我一直拿着手机，吃饭时都在不停地用手机处理工作，自己都觉得不好意思，好在朋友也很理解。”

大运会竞赛场馆核验及场馆使用权移交工作、竞赛场馆安全

检查及现场核验“回头看”工作的全程监督是成都大运会顺利举办的一个重要环节和前置因素。今年2月，张轩豪作为这项工作的牵头人参与其中，他也是初次接触这类工作，一开始很多概念他都理不清楚，只能每天下班后，一个人在办公室慢慢“啃”各类文件、制度、规范，一个一个概念查，一个一个电话问，再加上一个一个场馆跑，一个一个点位看，日渐积累，他逐步从一名“门外汉”成了“内行人”。他说：“这次专项工作使我对体育盛会举办



工作中的张轩豪

的重要环节、对工作方式方法的优化、对工作边界的界定有了新的认识，收获巨大。”

今年3月，张轩豪被选入开幕式运行中心监督组工作，“我是监督组的联络员，是信息的中枢，基本上开幕式筹备的所有工作我都直接或间接参与其中，其他工作组的工作基本上都是与我对接。”张轩豪还是组里唯一的“海归”，他主动承担了对场馆氛围营造与标识中英文“纠错”的角色，发现了部分“中式”翻译和错误翻译，都第一时间反馈了，“每次在场馆‘巡逻’，我微信步数都在3万步以上，可谓踏遍了场馆内每一个角落。”

谈及这段经历，张轩豪很很自豪：“成都大运会，不仅仅是一次体育盛会，更是展示中国综合实力、巴蜀文化独特魅力的重要契机，也为世界各地的人们打开了一扇了解中国、了解成都的窗口，热忱欢迎各国友人来成都看看，这是一座包容的城市，一座既本土又国际的城市，在成都的大街小巷，一定能发现你未曾发现过的精彩。”

“往返于四家保障酒店，哪里需要就赶去哪里”

汪芩州是成都欧美同学会留法分会副秘书长、龙泉驿欧美

同学会理事。今年5月，她从成都市龙泉驿区卫健局被抽调参与成都大运会的保障工作，任龙泉驿赛区酒店医疗卫生保障组副组长、大运会组委会服务保障中心酒店专班主管，主要负责龙泉驿赛区技术官员酒店和主媒体机构酒店共4家保障酒店的医疗保障统筹协调工作。在前期做了大量医疗保障方案、预案以及组织协调各类培训和参与演练工作。

“大运会开幕式的举办地东安湖体育公园主体育场就在我们龙泉驿区，此外还有大运村、主媒体中心，三个比赛场馆、六个训练场馆和四家大运会官方酒店，承担了这次大运会非常重要的保障工作，大家压力都很大。”汪芩州说，“最近实在太忙，主媒体酒店里的客人最早提前一个多月就来了，截止8月10日还

未返回，所以整体战线拉得最长。日常我基本就是往返于负责的四家保障酒店，经常工作到凌晨，哪里需要就赶去哪里，最初5月的时候每周末还能休息一天，7月开始就完全没法休了。这次成都大运会是疫情之后的第一次国际重大赛事，而且是西部地区第一次举办综合性国际赛事，意义非凡且获得各方高度肯定。功成不必在我，功成必定有我，能参与其中确实也觉得很激动、很荣幸、很自豪。”

汪芩州告诉记者，自己是西南财大硕士毕业后又去了法国继续攻读经济管理专业的硕士，2013年从法国回来，原本是在大学当老师，一次机缘巧合下，通过龙泉驿区委组织部组织的首次面向海归硕博人才引进，进入龙泉驿区卫健局工作。回想自己



汪芩州



刘然（右二）与同事们合影。

回国工作的这十年，正好是新时代十年，亲眼见证了龙泉驿区和整个成都的飞速发展，不得不感叹发展得太快了，欢迎大家来成都看看，这里宜居宜业，好吃好玩，也欢迎更多的年轻人来成都发展。

“除了大熊猫，他们还记住了‘chengdu’的方方面面”

今年4月底，成都欧美同学会社会服务专委会委员刘然进入世纪城洲际酒店专班工作，担任专班副点长。世纪城洲际酒店是这次大运会国际大体联总部酒店，主要承担官方住宿接待、用餐保障等服务，工作繁杂琐碎。刘然所在的专班前期在饮食安全、硬件保障、软件服务等方面做了一系列准备，并进行了各项演练，接待服务任务顺利完成后，

受到了不同国家宾客、FISU 高管们的赞誉。

在赛事期间，阿塞拜疆籍媒体联络官突发疾病，所幸得到了快速救助及细致的照顾，事后阿塞拜疆体育部副部长 Mariana Vasileva 和代表团团长 Nijat 一行还专程感谢，表示媒体联络官在成都得到了“重生”。国际大体联代理主席雷诺·艾德先生先后三次前往专班工作人员用餐区与部分工作人员共进午餐，并十分感谢国际大体联总部酒店的服务保障，感谢工作人员的热情友好，希望以后能再来成都相见。大运会开幕式结束后，专班还为总导演陈维亚及团队庆贺，恭喜开幕式顺利举行，为全球观众奉献了一场宏大震撼的视觉盛宴；在陈维亚及团队离蓉时，又送上特别的送别礼遇，让陈维亚导演十分

感动，感谢大家如家人般贴心关怀，成都是座有爱的城市……这段特殊的经历，让刘然及身边的小伙伴们都非常难忘。

刘然在2008年8月北京奥运会成功举办后，去英国格拉斯哥大学综合管理专业学习，研究生毕业后回国，最先在外资金融机构工作，后来进入成都高新区管委会社区治理和社会保障局工作。在留学的那段日子里，刘然在与来自不同国家同学的交流过程中，感受到了大家对中国、对北京充满热情，可谈及成都时，除了大熊猫，其他情况并不了解。

“十五年前，我不曾想过，未来有一天我会在自己的家乡成就梦想，十五年后，作为大运会的参与者，我见证了这座城市的雄心壮志，它被世界青年认可，在各国大学生离蓉时，除了大熊猫，他们还记住了‘chengdu’的方方面面，从此成都，不再陌生。”刘然说：“我的归国十五年，与这座城市有着清晰而温暖的链接，如果说北京奥运会是中国走向世界的契机，那么成都大运会则是中国西部绽放的舞台，于我，感谢大运会，让自己在管理岗位上学习自律和担当、创新与思考，希望在此次大运会后，自己继续开拓视野、冲破艰难，青春不散场，向未来，再出发。”■



本期聚焦 留学荷兰



留学荷兰，你不知道的“隐藏款”



■ 琥珀

提起荷兰，大家最容易想到的应该是高大的风车和美丽的郁金香，这个以宽容社会风气闻名的国家位于欧洲西部，东面与德国为邻，南接比利时。2021—2022 学年在荷兰的国际学生占全国高等教育学生总数的 11.6%，其中有近一万名是来自中国的留学人员，就读硕士和博士研究生的比例约七成，中国留学生已成为在荷兰的第四大留学生群体。随着“一带一路”倡议的提出和教育全球化的深入，近年来，国内越来越多的留学人员将目光锁定荷兰，选择来到这里接受更深入的教育。

■ 完善的高等教育体系 ■

荷兰拥有合理完善的高等教育体系。荷兰的高等教育以公立体制为主，90% 以上的高校为公立学校，主要分为研究型大学与应用科技型大学。研究型大学培养学生在学术及专业环境下独立操作研究型课题的能力；应用科技型大学则更注重培养学生的实践能力，为学生将来从事某一行业做准备；作为荷兰的第三种高等教育形式，国际教育院所占比重较小，主要是为国际学生开设各种课程。荷兰研究型大学本科学制为 3—4 年，硕士学制 1—2 年；应用科技型大学本科学制为 4 年，硕士学制为 1 年。

荷兰有独立的专家委员会对教学课程进行定期评估，同时设有全国性的法律和质量监控体系把关，

这样就保证了各个院校间的教学质量达标且均衡。

荷兰的教育没有产业化，为保障高质量的教学水平，高校严控非欧盟学生人数，并执行严格的入学标准，以此保证较高的学历认可度。

■ 专业有优势 国际化程度高 ■

作为曾经的“海上马车夫”，荷兰的商科专业相当具有优势。马斯特里赫特大学、鹿特丹伊拉斯姆斯大学、阿姆斯特丹大学的商学院都拥有着全球仅占 1% 的商学院三皇冠认证。媒体传播类专业也是荷兰的强势专业。从 2018 年至今，阿姆斯特丹大学的传播学专业一直保持着 QS 学科排名世界第一的水平；阿姆斯特丹自由大学的传播学在软科专业排名中也位居第 22 位。

由于海牙国际法庭的存在，荷兰的法律类专业也受到国际生的青睐，排名比较突出的有莱顿大学（QS 学科排名世界 21，泰晤士学科排名 27）、蒂尔堡大学（泰晤士学科排名 20）与阿姆斯特丹自由大学（软科专业排名 35）。

作为最早开设英语授课课程的非英语国家之一，荷兰提供超过 2000 门英文授课课程。

Nuffic 数据显示，2021—2022 学年荷兰研究型大学本科 53% 的课程用荷兰语授课，英语授课的课程占比为 28%，19% 的课程为双语授课；只有跨学科、工程类与经济学的课程主要用英语授课，

医疗卫生和法学几乎都以荷兰语授课。

硕士课程中英语授课（77%）为主流，荷兰语授课（14%）与双语授课（9%）的占比较小；除法学以外的大部分学科都用英语授课，其中，农业 & 自然环境、跨学科、工程类课程只用英语授课。

启德教育发布的《2022 荷兰留学报告》显示，在荷兰，中国留学生的学科分布主要集中在经济学、工程类、行为与社会科学、自然科学、语言文化、



法学、医疗卫生等。本科阶段以商科留学为主，硕士阶段就读工科的人数超过了商科。

留学花费较低

在开销花费方面，到荷兰留学的性价比较高。荷兰的本科学费在每年 6000—15000 欧元不等（约合人民币 5 万—12 万元），硕士课程学费在每年 8000—20000 欧元（约合人民币 6 万—15 万元），具体根据所选择的专业学科会有所差异，一般人文文学科学费相较于自然工程技术类学科更低一些，生活费大概每年 6 万—8 万元人民币。综合算下来，留学荷兰费用（含学费与生活费）每年大约在 13 万—20 万人民币，相较于欧洲其他留学国家，费用相对较低。

此外，荷兰政府、高校还设置了各类奖学金供学生们申请，如本校奖学金、荷兰奖学金、橙色郁金香奖学金等，其中橙色郁金香奖学金只针对中国大陆的申请者，由荷兰高等教育国际交流协会与中国教育国际交流协会合作办公室创立，在过去的几年中，共有近百名学生获得此奖学金到荷兰攻读学士、硕士学位。

在学生签证打工政策方面，荷兰允许留学生打工时间为一周不超过 16 个小时。

关于申请的基本条件

有高考成绩并入读国内大学大一，或就读国际学校或者普通高中国际部，持有 IB、A Level、OSSD 等国际课程学历的学生，都可以申请荷兰研究型大学本科直入（学制 3 年），雅思总分要求 6—6.5 分；无高考成绩或高考成绩不理想的学生，持高中学历可直申荷兰应用科技型大学（学制 4 年），雅思总分要求 6 分。荷兰毕业的本科生、硕士研究生及博士研究生，毕业 3 年内可以申请一年无条件



的找工作签证。

关于英语成绩

荷兰教育部规定,自2006年起,雅思成绩5.0分的学生需在荷兰接受一年的预科学习,毕业后达到雅思6.0分方可进入本科阶段的学习。

申请本科,雅思一般需要达到6.0分,这个分数针对的是理科和工科等专业学习;如果想要入读商科、传媒、语言等专业,分数需要更高才行,要达到6.5分。还可以选择TOEFL作为自己英语能力的测试考试,总分一般要拿到75分以上的分数,排名靠前的院校,如格罗宁根、阿姆斯特丹等,热门专业的语言门槛会达到80分。

申请硕士,雅思一般需要达到6.5分,这个分数针对的是理科和工科等专业学习;如果想要入读商科、传媒、语言等专业,分数需要更高才行,要达到7.0分。如果选择TOEFL作为自己英语能力的测试考试,总分一般要拿到80分以上的分数,排名靠前的院校,如格罗宁根、阿姆斯特丹等,热门专业的语言门槛会达到85分。

除了上述这些,签证通过率高、无需经济担保、优越的自然人文环境、友好的居留政策等都是近年来荷兰受到越来越多留学人员青睐的原因。

关于申请材料的准备

荷兰留学都是提前一年开放申请,如果是2023年秋季入学,一般是在2022年10月份陆续开放申请,需要提前准备申请材料。需要准备的文书材料主要有个人陈述、简历以及推荐信,在准备时需要注意的地方各有不同。

个人陈述是文书中最为重要的一环,需要在其中写清楚自己的背景、学术成绩、社会实践经历以及申请的动机和理由,导师大多通过个人陈

述来了解申请学生的软性背景,一定要慎重对待。

首先就是英语的语法绝对不能出错,否则会留下不好的印象,要尽量保证语句流畅以及逻辑思路清晰,更好地体现自己的优势和闪光点。另外,陈述的内容要与申请的内容尽量契合,体现自己对于项目的了解和兴趣,可以多写细节,更容易打动对方。

简历主要是体现出教育背景、实习、工作经历以及实践活动经历,一般学校都会在官网上写明对于简历格式的要求,只要按照要求准备就可以了。

高校往往十分看重推荐信。一般至少要准备两封推荐信,也有一些项目会要求三封。可以请自己比较熟悉的人作为推荐人,这样推荐信的真实性才更强,更容易受到认可。推荐信一般对格式有要求,基本上都是要推荐人自己发送给高校,最好和推荐人保持沟通,避免出现差错。

关于租房

荷兰的房源紧俏。很多房子不租给学生,好房源一经发布很快就会被“抢”走,有些房源甚至在正式发布前就已经“内推”熟人了。在异国他乡,想找到一个满足自己需求、价格合理的房子着实不容易。如果需要租房,一定要提前做好准备。首先,在来荷兰之前,就可以先注册相关租房平台的账号,有的租房平台根据用户注册时长提升房源申请中的优先级。如果在阿姆斯特丹想租Studio(单间公寓),建议提前几个月就可以开始关注Ourdomain(阿姆斯特丹的一类学生公寓)的房源,它提供房补,且专门面向学生,相比市面价格会稍微低一些,也安全可靠。其次,可以多向身边人打听,特别是已经毕业的同学,他们可能刚好有空出的房间,并且也有经验可以分享。此外,尽量不要对房源设定过于严格的要求,有一个大致范围和优先级即可,因为



房源太少，若过于局限，很难找到满意的房子。

关于交通

荷兰是一个鼓励使用自行车的国家，所以公共交通费用相对略高。在荷兰特别是阿姆斯特丹公共交通只有一小时通行证之类的证件，没有单程票，可以购买 OV-chipkaart 卡，选择按路程计费，短一点的路程还好，长一点就比较贵了，因为它的计费标准是 0.145 欧元 /km+ 基本费用 0.86 欧元，所以如果经常要乘坐公共交通出行的话最好还是购买 88 欧的月票。当然，最好还是住在学校周边，日常骑自行车往返是性价比比较高的。

部分热门大学的申请要求

1. 乌得勒支大学

本科课程的申请需要完成高中基础课程，顺利通过考核并且参加高考，GPA 分数 3.0 分以上，IELTS 的总分也需要达到 6.0 分以上。

申请硕士则需要读完本科学位的相关专业，拿到毕业证明，平均分在 3.5 分左右，英语水平同样

达标，IELTS 的分数至少要有 6.5 分。

2. 莱顿大学

莱大的本科入学要求，IELTS 的分数要在 6.0 分以上，要求写作单项在 6.0 分以上；对学术的要求也是比较严格的，要求高中顺利毕业，要保证自己的 GPA 在 3.0 分以上。

进入到研究生阶段的学习，会有更高的专业技能要求，如果在国内顺利完成三年本科学习，在大四阶段就可以提出申请，申请的专业要和本科专业有关联，GPA 要保证在 3.5 分左右，IELTS 成绩要求 6.5 分左右。

3. 格罗宁根大学

高中顺利毕业才有资格申请格大的本科专业学习，所以 GPA 要保证在 3.0 分以上；IELTS 成绩一般要 6.0 分以上。

申请硕士，必须取得本科学位证，GPA 要保证在 3.5 分左右；IELTS 成绩虽然只要 6.0 分以上就行，但是单项也要保证在 6.0 分以上。

4. 内梅亨大学

内大的本科教育只针对正规院校毕业的学生开放，要出示高中毕业证和合格的成绩单，GPA 要求 3.0 分，IELTS 成绩要求 6.0 分；硕士入学需要顺利完成本科学习，取得相应的学历学位，GPA 要在 3.5 分左右，IELTS 成绩要在 6.5 分以上。

5. 阿姆斯特丹大学

高中毕业生只能申请预科学习，直接入学只针对本科在读的学生申请，而且学生的 IELTS 成绩需要 6.0—6.5 分；申请硕士学习前提是要顺利完成本科学习，取得相应的学历学位证书，GPA 在 3.5 分以上，IELTS 成绩在 6.5 分以上。■



阿姆斯特丹自由大学的生活体验



■ 杨扬



学校主楼的阶梯教室，宽敞明亮。

阿姆斯特丹自由大学的校徽，展开的双翼代表在自由的学术氛围中追求知识；双脚牢牢地扎在地上，代表学校希望促进社会福祉的提高。

阿姆斯特丹自由大学是一所享有盛誉的研究型大学，位于风景如画的阿姆斯特丹 Zuid 南市区。作为一所全球知名的大学，它以其优质的教学质量和国际化的学术环境而闻名。校园被金融商圈环绕，附近有不少知名的大公司，如荷兰国际集团（ING Group）和荷兰合作银行（Rabobank）。我在这里读国际商业管理本科专业。

自由大学的优势之一是其开放的学术氛围。学校鼓励学生积极参与学术讨论和研究项目，注重培养学生的创新思维和批判思维能力。教学楼内提供静音自习室、图书馆等学习场所，整个校园充满了浓厚的学习氛围。我们经常有机会通过参加各种行业研讨会和职业讲座，与商界专业人士进行交流学习。这些活动不仅为我们提供了与行业领军人物建立联系的机会，还能帮助我们了解当前商业趋势和就业

前景，实践与学术相结合，让我对商业有了更全面、更深入的理解。

在与来自世界各地学生相处的过程中，我有机会了解不同文化和观念，这对提升我的专业背景知识和能力拓展非常有益。学校为每名学生提供学术导师、学习顾问、财务助理等学习生活方面全方位的支持，教师和导师都是经验丰富的专业人士，能够充分帮助学生拓展其商业管理技能和专业知识。此外，学校还注重培养学生的创新和创业精神，为学生提供全方位的创业支持和资源支撑，鼓励学生将创意转化为商业机会。学校还会定期举办学术讲座、研讨会和心理健康交流等文化活动，丰富大学生活。

在选择专业方面，国际商业管理专业对于那些对商业和跨国企业运营感兴趣的同学来说，是一个很好的选择。这个专业提供系统而丰富的课程，涵



学校的正门，来自世界各地的学生在去上课的路上。



学习氛围浓厚的自习室。

盖国际商务、市场营销、财务管理、可持续发展等领域，既能帮学生打下坚实的知识基础，又建立商业思维和全面的商业认知，以便未来更准确地选择自己的发展方向。

除了丰富的专业课程，自由大学还提供多样的机会，让学生们在学有余力的情况下，拓宽自己的学术和文化视野。首先，学校鼓励学生参与国际交换项目。通过与世界各地的合作院校建立联系，学生可以亲身体验不同国家的文化和学习环境，拓展自己的人际网络，同时还能学习到其他国家的商业实践和观念。

其次，自由大学为学生提供各学科的辅修选择。我选择了哲学辅修。通过辅修哲学，我领悟到中西方哲学的深意和智慧，也帮助我在商业决策中进行更深入的思考和提升洞察力。自由大学还设有荣誉

学位项目，旨在激励那些在学术领域有卓越表现的学生，让学生们在自己感兴趣的领域深入探索，如艺术、国际发展、医药等。

在校园内，大家可以在学校餐厅或咖啡馆就餐。这些地方提供当地特色菜和国际美食，可以满足不同口味的需求。餐厅还提供清真食品和素食，尊重每名学生的选择。我特别喜欢在校园外的草坪上与朋友们一起晒太阳、吃午餐，这是我放松和社交的另一种方式。

总体来说，阿姆斯特丹自由大学国际商业管理本科专业为留学生们提供了丰富的学术资源和全球化的学术环境，为个人的职业发展奠定了坚实的基础。我在这所大学度过了许多愉快的时光，在体验国际文化交流的同时，学到了需要的和感兴趣的课程，拥有了非常充实精彩的留学生活。■



格罗宁根——荷兰北部的“学生城”



■ 王敏莹

格罗宁根是一座坐落在荷兰北部的“小城”。因为地处偏远，离荷兰首都和附近的城市群大概要两个小时的车程，并且市区内建筑基本没有十分现代的高楼大厦，大多是一座座小巧精致的三层小楼，从而被同学们戏称为“格村”。说是村，其实格罗宁根是荷兰北部人口最多、面积最大的城市。由于有两所大学都在这座小城里，整座城市与大学融为一体，17万居民中有4万多学生，所以格罗宁根也是一座名副其实的学生城市。

两所大学之一的研究型大学——格罗宁根大学，始建于1614年，是荷兰第二历史悠久的大学。有数位诺贝尔奖得主都来自这里。根据学科和专业的不同，格罗宁根划分成了很多不同的学院，分散在城市的各个地方。它们有的藏在城市的小巷里，与古老的城市完美融为一体；有的风格现代、设计新颖，几座建筑相互呼应，自成一体。格罗宁根市区内运河众多，池塘随处可见。春天，水鸭带着幼崽在碧绿的湖面上浮游，悠然自得；冬天，人们在光滑的湖面上滑冰，怡然自得。

格罗宁根大学多门学科均处于世界领先水平，如心理学、医学等。这里的学习氛围自由开放，有讲座的时候，可以选择去教室现场听，也可以选择事后观看录像。在这里，个人拥有极大的自由权，



晴天的北公园 Noorderplantsoen，同学们躺在草坪上享受阳光。



夜晚的教学楼，充满了中世纪神秘的气息。



BSS 行为与社会科学院大楼里的餐厅



城市里的街道，静谧安宁。

但同时每个人都需要为自己的学习负责。迷茫时，你也可以向学习顾问寻求帮助，他们会细心了解你的情况，并针对你的需求提出最佳解决方案。

格大为留学生设有专门的学生公寓，相对荷兰其他城市而言，格罗宁根的生活成本也更低。学生公寓一般分为单人公寓和独立卧室共享厨房两种类型。当然，如果有需要，学生也可以选择租房。学校还为学生提供良好的运动和娱乐设施，如体育中心、酒吧等。大家可以一边学习，一边享受生活，锻炼自己的独立生活能力。

格大的学生运动中心设备齐全，运动种类数不胜数，足以让每一个新生挑花眼。这些体育运动包括篮球、足球、网球、排球、沙滩排球、壁球等球类运动，也包括瑜伽、普拉提、拉丁、爵士、钢管舞等课程；更小众的运动还有桨板、帆板冲浪、击剑、马术等，都深受同学们的喜爱。

格大的每个校区基本都有自己的简餐厅，食物主要是具有荷兰特色的各类三明治、芝士、沙拉炸物等，当然还有各色饮品提供。这些食物都比较简单，对于习惯了中餐的留学生来说，正餐更多的还是需要自备。学生和老师们通常会在早上或者前一天晚上准备好午餐，学校食堂有微波炉，可以加热。在我看来，餐厅更适合在闲暇时叫上三五好友一起去坐坐聊聊天，或是课题组的同事们一起放松休闲。而湖边的草坪，是另一个大家喜欢的地方。在这里，大家可以尽情享受阳光和清新的空气。野兔会在清晨悄无声息地出现在草丛里，又在眨眼间悄无声息地离去，啄木鸟从一棵树飞到另一棵树，而鸽子会精心挑选心仪的食物，看准机会迅速朝你面前的面包或者薯条下手。

格罗宁根是一座非常安宁、平静的小城，如果你喜欢蓝天白云、田园风光、绿树浓荫、鸟鸣声声，那么你一定喜欢这里。■



探寻马斯特里赫特大学： 学习、交流与多元的学术乐园



■ 赵宏宇



马斯特里赫特大学宿舍楼后面的花园

我很幸运能够就读于荷兰马斯特里赫特大学（Maastricht University），一个引人瞩目的年轻学府。马斯特里赫特大学具有许多显著的优势，其中之一是其开放和国际化的学术环境。学校鼓励学生在不同领域间进行跨学科学习，培养学生的综合能力和创新思维。这种开放的教育方式提供了广阔的学习空间，让我能够在不同学科的交叉点上寻找灵感和创意。

学校的整体氛围非常活跃且充满国际色彩。马斯特里赫特大学吸引了来自世界各地的优秀学生，他们带来了不同的文化和思想观点。这种多样性让大家有机会结交来自各个国家的朋友，深入了解不同文化，开阔视野。此外，学校定期举办各类文化活动，让我们能够更好地融入校园生活，充实自己

的课余时光。

马斯特里赫特大学提供了多样的专业选择，满足不同学生的兴趣和需求。无论你对社会科学、自然科学、工程技术还是医学感兴趣，都能在这里找到适合的课程。学校的专业设置非常灵活，有许多跨学科的课程和研究项目。我在这里就读精神药理学专业，可以开展我喜欢的研究工作，为职业发展奠定坚实的基础。

在导师方面，马斯特里赫特大学的教师们非常专业和友好。他们在各自领域拥有丰富的知识和经验，并且对学生非常关心和支持。导师们不仅能够提供个人指导和学术建议，帮助学生解决学业和职业发展中的问题，也提供心理咨询服务，为所有学



马斯特里赫特马斯河



马斯特里赫特医学院转角处夕阳

生的精神健康保驾护航。他们鼓励学生积极参与研究和实践项目，并提供机会与他们合作。我在这里也遇见了不错的导师，我们在工作中直抒胸臆，畅所欲言，在愉快的合作中克服了一个个困难。

马斯特里赫特大学所在的城市同样令人心旷神怡。马斯特里赫特是一个历史悠久且迷人的城市，拥有美丽的运河、古老的建筑和迷人的街道。步行或骑自行车穿行于城市里是一种享受，而且城市规模适中，交通便利。此外，马斯特里赫特位于比利时和德国的边界附近，方便我探索更多的欧洲国家。

餐饮方面，学校提供了多样化的选择。校园内有各种餐厅和咖啡馆，供应丰富多样的美食，无论是传统的荷兰美食还是国际菜肴，总能满足不同口味的需求。同时，城市中也有许多餐馆和咖啡店，提供更多选择，让我能够尝试各种美食。

住宿方面，学校提供专门服务于学生的宿舍群（Maastricht Housing），也有私人房屋供学生租赁。我曾在学生宿舍居住过，这让我更容易结识新朋友，融入学生社区。学生宿舍提供基本的生活设施，并

且经常组织社交活动，帮助大家建立友谊。

学费方面，荷兰的高等教育收费相对较低，对国际学生也是如此。具体费用会因专业和课程而有所不同，但总体来说，马斯特里赫特大学仍然是一个相对经济实惠的选择。此外，学校还提供一些奖学金和助学金，帮助学生减轻经济负担。

总之，我在马斯特里赫特大学度过的学习经历非常丰富和有意义。学校的国际化教育、积极活跃的氛围、宜居的环境以及专业的导师们为我提供了良好的学习和成长平台，我非常珍惜在这里度过的快乐时光。■



马斯特里赫特市中心一角



静谧而美好的莱顿大学



■ 姚尧



莱顿是一座秀美安静的小城市，地处荷兰西部沿海，毗邻海牙和鹿特丹，是一座典型的大学城。莱顿大学的 130 多座建筑设施分散在莱顿的各个角落，是一所世界百强名校，在荷兰的知名度较高，400 多年前由荷兰王室所建。至今，莱顿大学仍与荷兰王室有密切联系，数名王储和女王都曾在此学习。

莱顿大学在 QS 世界大学排名 131 名，学校有很多专业在世界享有较高的声誉，如考古学、法学、药剂和药理学等。受 CSC 资助，我在莱顿大学药学院攻读博士学位。国内外的学习氛围差别较大，在国内读硕士时，周围的同学朋友都非常勤奋刻苦，



在 Nationaal Park Veluwezoom，骑行游览

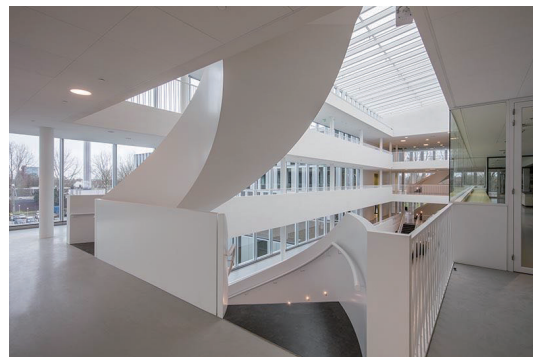


而荷兰人是比较享受生活的,即使是在高等学校里,我见到的大多数荷兰博士看起来都比较轻松,几乎从不加班,与国人的勤奋和刻苦努力形成了鲜明对比,甚至导师有时会担心中国学生工作太过刻苦导致心理压力过大,偶尔会暗示学生多休假,发展一些业余爱好。

相比欧洲其他城市,莱顿没有高楼大厦,整个城市特别干净整洁。荷兰人相对来说也比较友好,在路上碰到陌生人会不自觉互相打招呼。



莱顿大学签名墙:结束毕业答辩的学子在此留下自己的签名,其中可以发现荷兰女王、王子学生时期的签名。



周末的莱顿大学科学院:空荡荡的走廊,鲜少有人加班。

荷兰的交通相比国内还是偏贵,日常通勤多选择自行车。在自行车王国的每个角落,设有专门的自行车道,方便骑行,兼顾环保与健身功能。

饮食方面,相比冷硬的西餐,我还是更偏爱温暖有味道中餐,然而莱顿的中餐厅很少,偶尔会去周边海牙和鹿特丹改善生活。通常我都自己在家做饭,刚开始下厨还会由父母远程视频指导,然而做饭一小时吃饭五分钟,后来逐渐犯懒,图方便,吃上了曾经嫌弃的面包。曾经在家乡稀松平常的小吃美食,现在仅能偶尔吃上一次,就像尝到了珍馐美味。

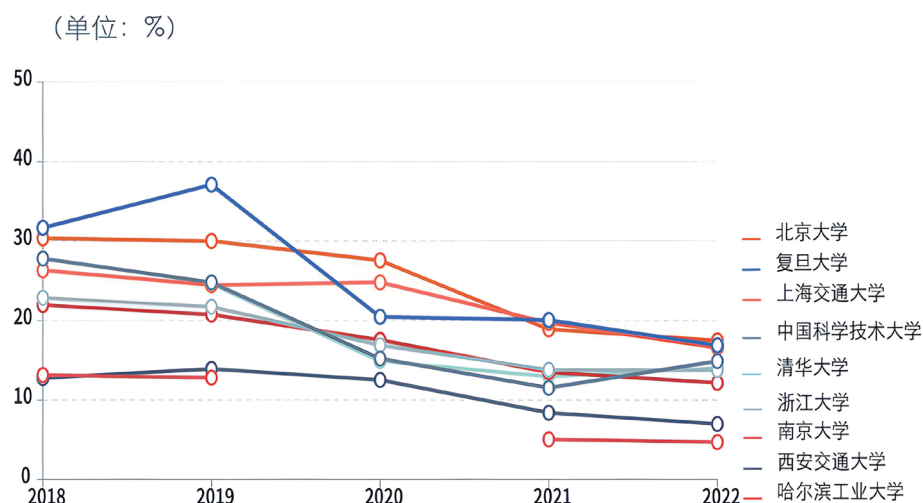
身处异乡,思乡之情难以避免。在莱顿这座宁静的小城里学习生活,修心养性,每个人终能找到自己最适应的生活方式。■

留学调查

名校出国留学率过高？留学就是人才流失？ 数据告诉你真相

■ 何书瑶 王子谦

C9 高校毕业生出国（境）深造率



数据来源：高校毕业生就业质量报告

注：哈尔滨工业大学 2020、2021 年数据暂缺

近日，关于“名校毕业生出国留学占比是否过高”的讨论引起热议。事实真是如此吗？

C9 高校平均留学率仅 13.1%

首先可以打碎谣言的事实是，包括清华在内的几所顶尖学府毕业生留学率并不高。

目前，清华大学官方已经对“出国率高达 80%”的说法进行辟谣，以 2022 年为例，仅有 14% 的清华毕业生选择出国 / 出境深造，其中还包括前往中国香港深造。80% 的数据只是来自其本科生毕业后继续深造的概率，但其中有 65.6% 的清华本科生都选择在国内就读研究生。

实际上，中国顶尖高校的留学率都不高。

以中国 C9 联盟高校（包括清华大学、北京大学、浙江大学、复旦大学、上海交通大学、南京大学、西安交通大学、中国科学技术大学、哈尔滨工业大学 9 所高校）为例，这些顶尖高校的留学率这几年都处于下降趋势。C9 高校的平均留学率从 2018 年的 23.7% 下降至 2022 年的 13.1%。

支教、入伍，名校学子同样 脚踏大地

“天之骄子”们去向如何？

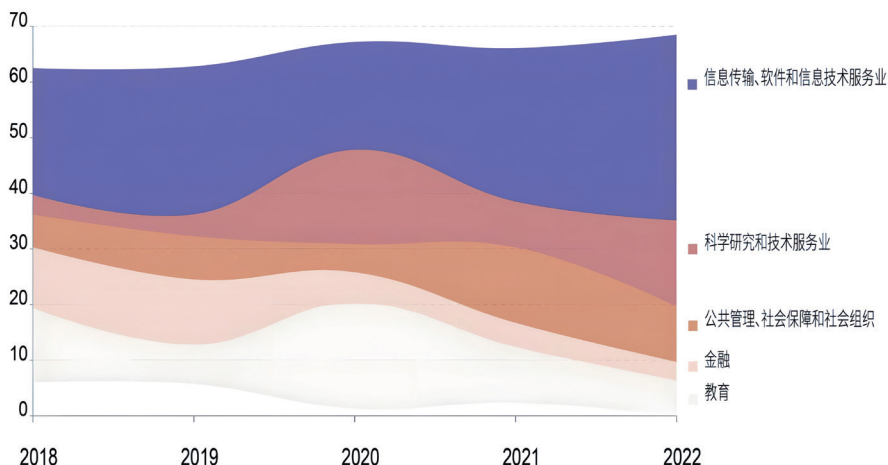
大多数人还是留在国内就业或升学，从趋势来看，以清华大学为例，该校近年来显示出的就业去向几乎都是国家建设的重点领域。

2022 年的清华大学本科毕业生中，33.4% 流向了信息传输、软件和信息技术服务业；15.4% 流向了科学研究和技术服务业；10% 流向了公共管理、社会保障和社会组织。对比前几年的数据，信息传输、软件和信息技术服务业一直处于首位，教育、金融等行业也备受青睐。

同时，不少知名高校的学生还在通过支教、支边等方式回馈社会。1998 年开始筹建、1999

清华大学本科毕业生去向热门领域

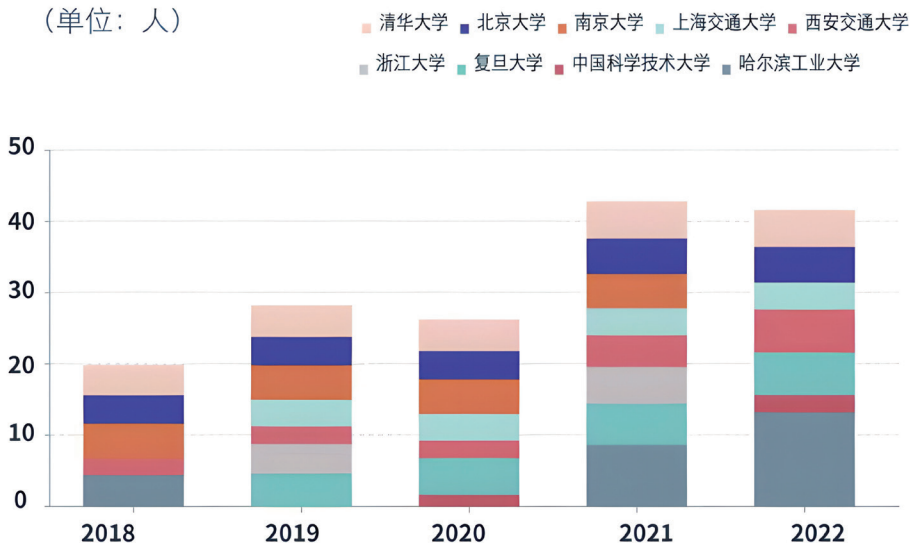
(单位：%)



数据来源：清华大学毕业生就业质量报告

C9 高校近五年支教学子人数

(单位：人)

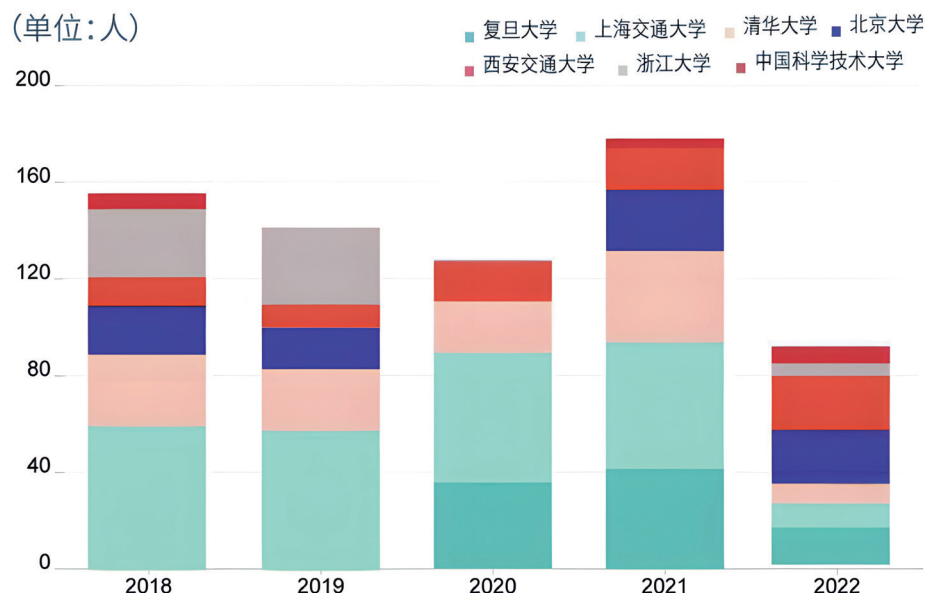


数据来源：中国青年志愿者网、高校志愿者方面推送

注：部分高校部分年份数据缺失

C9 部分高校近五年入伍学子人数

(单位:人)



数据来源:高校人民武装部、高校征兵入伍推送
注:部分高校部分年份数据缺失

年正式派遣的中国青年志愿者研究生支教团就是由共青团中央、教育部共同组织实施、公开招募的支教活动。

C9 高校的研究生支教团近年来输送至中西部进行支教扶贫的学子人数不断攀升,2022 年合计达到 208 人,五年间增长了 110%。来自不同高校的志愿者通过支教团,将知识与希望源源不断地寄送至祖国偏远的中西部地区。

不少院校渐渐创建了一套基于支教与研学融合的培养体系:

以清华大学为例,自 1998 年响应中央号召开始,截至 2022 年,有 418 位志愿者的足迹踏遍西藏、青海、宁夏、甘肃、云南等地。从青藏高原到云贵山区,从险峻崎岖的山峰到黄沙满天的丘陵,累计服务时长超过 90 万小时,覆盖学生超过 2.7 万人。

上海复旦大学研究生支教团输送的支教人数在高校中也一直居于前列,多次获得“中国杰出志愿服务集体”“全国百优青年志愿服务集体”“全国研究生支教团优秀组织奖”等奖项。

携笔从戎也越来越多成为名牌大学学生的一种选择。

2022 年,根据目前已公布的数据,C9 高校已累计向部队输送了近百名学子。

不少高校学子在部队中还立下了战功,用实际行动证明了优秀的“书生”与骁勇的“百夫长”并不冲突。

2005 年至 2022 年春季,清华大学共有 268 名学子应征入伍,其中就有 37 人在部队立功。自 2002 年起,上海交通大学、复旦大学已经累计输送 596 名和 455 名学生入伍。其中交通大学共有 25 人荣立个人三等功,复旦大学参军的学子共获得 2 次个人二等功,32 人 34 次个人三等功,嘉奖、优秀士兵等荣誉更是不胜枚举。

高校方面也不断优化入伍生军旅生涯前后的环境,各种学业、生活上的优待项目让更多学子积极投身于国防事业中去。

越来越多的留学生 选择回国就业

1978 年,邓小平同志在听取了教育部汇报清华大学工作时,作出扩大派遣留学生的指示。1984 年,中国正式放开自费留学,不再对留学生的学历、年龄和工作年限作出限制,留学人数

开始逐年增加。2001 年中国加入 WTO，自费留学人数达到 7.6 万人，同比增长 135.31%，占留学总人数的比例突破 90%。近 20 年来，出国留学人数从不到 4 万人增长至 2019 年的 70.35 万人，虽然疫情期间有所回落，但 2022 年又逐步恢复至 66.21 万人。

中国对留学生的去向态度，长期以来都是很自信的支持和包容态度，“支持留学、鼓励回国、来去自由、发挥作用”是基本的留学工作方针。而从结果来看，“国家”“社会”和“留学生”三者之间一直维系着一条正向循环的作用链。

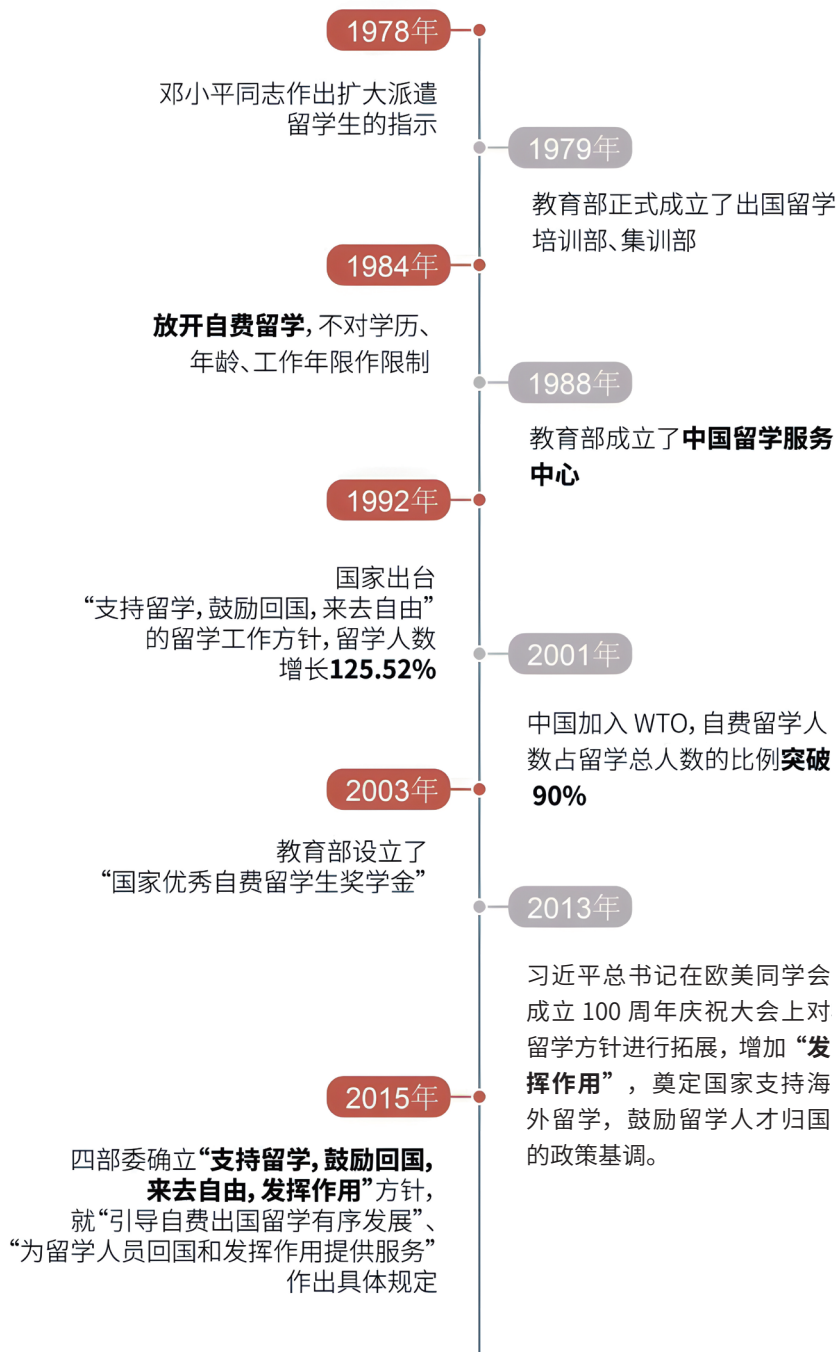
尤其是随着我国综合国力的不断增强，越来越多的海外留学生注意到了国内的丰富机遇。近年来，留学回国人数不断上涨，2021 年首次突破百万人。

可以说，留学归国人员成为了参与中国科技、经济和社会发展的力量。

国家和地方政府为了加大吸引留学人员回国工作，鼓励留学人员回国创新创业，鼓励和支持广大在外留学人员发挥作用，也不断推出专项政策。

上海在 2020 年和 2021 年短短两年间先后推出三项政策，给予留学人员来沪居住、创业等优

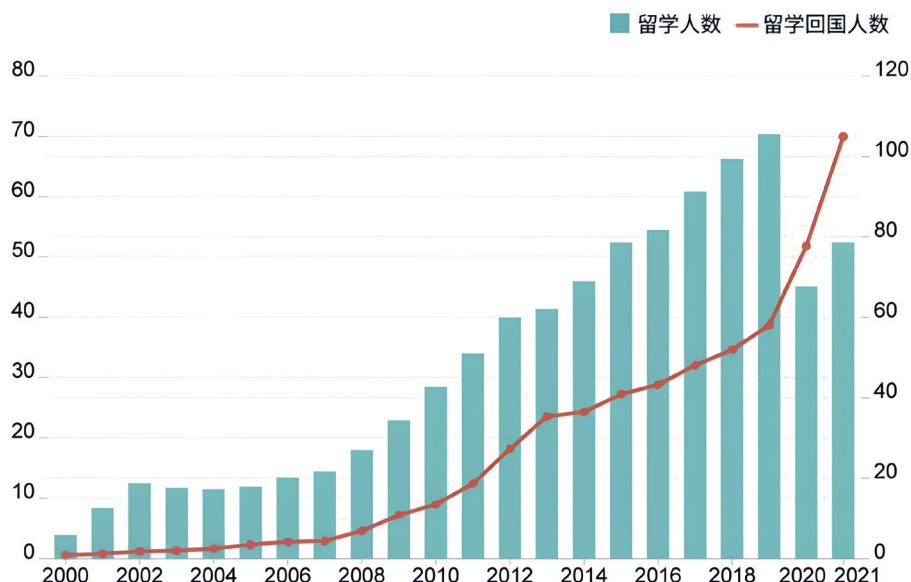
改革开放以来中国留学发展大事件



数据来源：中华人民共和国教育部

近年来留学回国人数不断增长

(单位:万人)

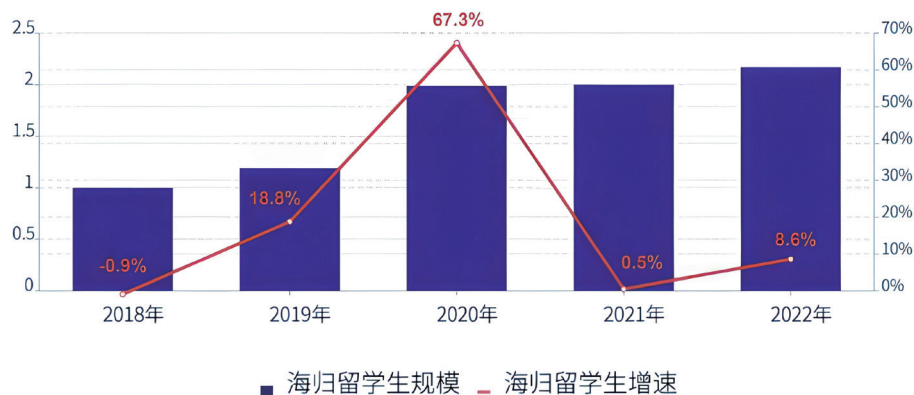


数据来源:教育部及中国政府网

回国求职的应届留学生增速

(单位:%)

(规模以2018年为基点1)



数据来源:智联招聘 2020-2022 年的《中国海归就业创业调查报告》

渥的条件。其中,2020年出台的《关于进一步支持留学人员来沪创业的实施办法》规定,符合条件的留学人员可以获得不低于5万的创业扶持;留创贷最高可达300万元担保。

广州、深圳、重庆、珠海、厦门、苏州等地也于2016年至2021年间出台了各类专项政策,给予留学人员最高达到500万元的扶持补贴。

这几年一个重要的变化是,回国求职的应届留学生增速实现了大幅跃迁,从2018年的-0.9%,到2019年的18.8%,再到2020年的67.3%。

教育部发布数据显示,2012年以来,我国各类出国留学人员中超过八成完成学业后选择回国发展。40余年间,海归人数占已完成学业留学生群体的86.28%。而在一份《2020年归国留学人员群体调查研究数据分析报告》中显示,对回国表示“后悔”的归国留学生占比不到2%。

中国坚持实施更大范围、更宽领域、更深层次对外开放,秉持越发展越开放的姿态与世界互动,共同构建更高水平开放型世界经济体制,开拓共赢之路,而这,也包括人才培养的开放与互动。■

来源:上观新闻



留学租房那些事儿

在国外，许多高校并不面向学生提供统一管理的宿舍。因此，租房是不少留学生需要面临的问题。不同国家租房的注意事项有哪些？如何找到好房源？以下是几名同学分享的自己的租房故事和经验。

仔细阅读租房合同

■ 叶森

在国外上学，衣、食、住、行是绕不开的话题，其中住宿问题至关重要。我在法国找房先后经历了联系服务中介、转租朋友房源等情况，以下是我的租房经历和经验总结，希望帮助更多赴法学生。

刚落地法国波尔多时，我通过房产中介找到一个位于波尔多郊区的房源，它是由一位法国老人出租的一间卧室，我需要与其

他几名学生租客、房主共用厨房和客厅。老人很健谈，还喜欢吃我做的中餐。可是他家离市区实在太远了，半年后我搬到了市区一个两室一厅的公寓，和一名室友各自一间卧室，共用厨卫。

在波尔多读完本科后，我来到巴黎继续读硕士。当时租的房子是一室一厅的独立公寓，与合租相比，好坏参半，少了与室友的热闹时光，多了更自由的个人



空间。从波尔多到巴黎，我的租房经历还算顺利，虽然也碰到过不太好相处的房东，但并没有合同纠纷，且与室友相处和睦。

法国大学并不为学生提供由学校统一管理的宿舍。中国留学生赴法可选择的房源基本分4类：学生公寓、私人房源、中介房源和接待家庭。

学生公寓可能是大部分学子赴法留学前了解最多的，它大致可以分为由行政机构管理运营和商业运营两种。便宜是第一种的最大优点，几乎是学生可以申请到的租金最低的住所，而且此类公寓通常离学校很近，上下课非常便利。因此，这类公寓常常要学生提前几个月甚至更长时间来申请和排队。如果距离赴法时间已经较近，学生往往无法申请成

功。商业公寓则没有这个限制，但以盈利为目的的公寓自然会贵一些。好在大部分商业公寓离校区也不远，也是一个不错的选择。

私人房源和中介房源本质上是一类——都是个人房东将自有产权的房子出租。前者大部分通过租房网站和社交网络等渠道出租，一般无中介费。后者委托房产中介进行租赁，一般有与房租成正比的中介费。

接待家庭指的是房东将自己家中的若干房间出租，租客与房东共用一些公共空间，通常房租也会低一些。

与室友共用公共空间的合租通常比租独立房源要便宜，其实合租也有许多好处——毕竟在异国他乡，其乐融融的氛围是难能可贵的。建议大家根据个人性格

和生活习惯选择是否合租，并找合得来的室友。

租房前不要因为合同是法语就不仔细阅读。合同上标注的租赁条约、退房事宜等非常重要。同时租房前要注意房源是否合法，如从“二房东”手中租房便无法申请房屋补助，同时可能产生一系列的合同纠纷。在租房和退房时注意做好房屋的状态检查，各种损坏应标注在房屋状态表上，以免产生纠纷。

出国前，建议大家提前加入留法学生群，如果可以在群里发现需要的房源流转信息，那就相当省心了。如果还没有找到认识的留学同学，可以先联系当地的中国学联组织，这样加入当地学生群体就方便多啦。（作者为法国 SKEMA 商学院硕士生）

尽早申请学生公寓

■ 徐骁

在国外留学，住得安全、舒心是顺利完成学业的有力保障。英国各个学校提供了多样的住宿选择。一般而言，学校会要求本科新生入住学校自营或有合作协议的学生公寓，对于高年级本科生或研究生，则可以基于个人意

愿进行选择。

在英国诺丁汉大学交换学习期间，我很幸运地申请上了学校的学生公寓。房间是一个带独立卫浴的单人间，和其他几名同学共享一个厨房。学校的学生公寓突出优点是安全和便利。相较于

住在校外，我每天可以节约通勤时间，有更多精力投入学习。此外，住在学校还可以和来自全球各地的同学有更多交流、互动，通过分享美食、参加活动结下友谊。学校提供的公寓一般包括了水电、煤气、网络等费用，比较

省心，价格公道。

因此，对于前往英国留学的同学们，我推荐大家首选住在学校自营或者有合作协议的学生公寓，但往往数量有限，需要大家确定学校后尽早通过学校提供的渠道进行申请。

租房前，需要提前了解学校及周边公寓的类型、费用以及治安、交通等情况。英国学生公寓常见的房型主要有 Ensuite（带独立卫浴、共享厨房的单人间），Studio（带独立卫浴和简易厨房的单人间），Twin Room（带独立卫浴、共享厨房的双人间），One Bedroom Apartment（带独立卫浴、独立客厅和简易厨房的小公寓）。

在英国留学租房，伦敦地区和非伦敦地区的价格差别较大。伦敦地区区域范围大，南边的一些区域治安相对较差，大家要注意避开。尽量选择离学校近的区域，其次选择到学校交通方便的区域。UK Crime Statistics 是统计覆盖全英犯罪率网站，可以通过输入邮编查询该区域犯罪率。

此外，想入住学生公寓一定要尽早申请。根据自己的偏好和预算，通过学校的正式渠道提交申请。此前，可以通过学校校友会、社交平台寻找在读学生了解



相关情况，或者发送邮件询问学校负责对接的部门。如果和同学合住或者对地理位置有需求，要清楚填写自己的偏好，向学校表示意愿。

英国学生公寓里床的尺寸常见的有 Single Size（单人床 90cm*190cm），Double Size（双人床 135cm*190cm），King Size（特大床 150cm*200cm），学生公寓中以 Double Size 为主。一些同学会从国内带被套，要注意被子尺寸略大于对应床的尺寸。

如果没能申请到学校提供的公寓，可以通过中介租房平台寻找合适房源。

中介信息可以通过学校相关部门了解，通过中介租房，

学生特别需要注意签订的书面租房合同，上面要写明押金金额（一般不超过 5 周房租）、存放和退回方式；租金金额及支付方式；水电煤气、电视、网络宽带等费用是否包含；到期续约或者提前解除合同等条款和违约金；入住前检查家电设备、监控设备、烟雾报警器等是否正常运行，拍照并保留清单以免因后期押金和赔偿费用产生不必要的纠纷。若退房时未收到押金，或对扣款金额不满，应立即联系中介。不建议通过个人房东办理租房业务，切记勿因贪小便宜遭受损失。

（作者为西南政法大学博士生，曾于英国诺丁汉大学交换留学）

会说意大利语好找房

■ 曾伽

租房，是许多留学生要面临的事情。在意大利，中国留学生掌握的信息并不如本地人多，有时需要联系在这里生活时间较长的华裔、华侨中介帮我们找房子。

找房是一件很需要耐心的事。首先要看房源的位置，包括交通是否方便、该区域人员构成情况、是否靠近超市药店等。其中，居住地人口构成情况关系到此地的安全程度，在意大利，曾发生过留学生被偷、被抢的事件。尤其到了冬季，天黑得早，学生独自走在路上的安全风险更大，因此房源周围的犯罪率、人

员构成情况是务必要考虑的。另外，找房时也要了解房屋的家具能否正常使用、有无损坏等，尽量选择靠近地铁站和公交车站的房源，出行便利，不耽误上课。

房租价格是许多学生最关心的问题之一。一般情况下，意大利的房租只包括了水费和物业费，像电费、煤气费、网络费、垃圾税等都是根据租客每个月的用度来额外支付。以米兰为例，一个单独的房间普遍是 500 至 800 欧元一个月，一室一厅的房源 900 至 1500 欧元一个月。额外的电费、煤气费需要看个人用

度，一般来说一户住的几个人分摊这些费用。

入住后大家要注意的是，垃圾分类在意大利是一个重要的事情。如果丢错垃圾或者未分类丢到垃圾桶，可能会导致整栋楼的居民被罚款，大概率最后交钱的是出错的人，这是一笔不小的费用。我曾住过一个很喜欢的房子，但是因为不熟悉垃圾分类丢错过一次，就尝到了教训。此后，我的邻居每天在我丢垃圾后都去垃圾桶翻一次，检查我的垃圾有没有分错，可见意大利人对垃圾分类是非常细心的，在这里生活一定要学会垃圾分类。

另外，意大利的老房子比较多，隔音效果不太好，我们要注意音量，在意大利打搅到邻居可能会被报警举报。在厨房炒菜还可能触发烟雾报警器。

其实，会说意大利语对在当地生活大有裨益。在意大利会说英语的人不算多，如果租房时会说一口意大利语，不仅在跟房东签合同时能了解到更多资讯，还可以减少上当受骗的几率，毕竟一些中介机构拒退押金、出霸王合同的事情还是会发生的。



我现在的房子是在去年2月份租到的，非常喜欢和满意：交通便利、周围环境好、离上学的地方和市中心都很近。

起初我有一个朋友在这里住，我来拜访朋友时认识了房东，他是一位非常热情的老人，经常跟我聊歌剧、艺术。后来有空

出的房间我就搬了进来，可见会说意大利语真能带来好机会啊！

（作者为意大利米兰市立音乐学院学生）

写封个人简介信

■ 李许雯佳

留学瑞士，9月开学，我从7月就在国内通过线上渠道寻找房子，尽管开始得早，直到9月才找到合适房源。

一开始，我在苏黎世联邦理工学院的网站上查看了一下租房的大致情况。一般来说，苏黎世的合租单间价格在400到1200瑞士法郎，一个单间公寓得至少要1000瑞士法郎。有几个专门为学生提供的租房平台，我全都注册了账号，看见有邮件联系方式的房源，我也都一一试着联系。此外，在学校的网站上还有其他租房平台的信息，我写了自我介绍、申请信息，开始群发邮件，希望能早点得到回复。

不过，我发现有的网站上虽然有许多合租房源，但也存在诈骗情形。我在某网站上发送了不少联系邮件，其中遇到了骗子的回复。他们通常会以漂亮的房子、合适的价格为幌子，然后提出要提前收取押金，并且交接钥匙的

方式为寄送。对于这类情况，大家一定要提高警惕，坚决拒绝提前支付押金的要求。

后来，一些房东回复了我的邮件，不过都需要我线下去面试。由于当时我不在瑞士无法线下见面，错过了不少机会。一般来说，没有和房东见面很难得到房源。

到了9月，快开学了，我飞来了苏黎世。当时有个朋友回国了，她在苏黎世的房子借给我先住了一周，那段时间我天天出门看房面试。终于在刷网站过程中看到一个新房源，我立刻给房东发了短信，房东是一位老爷爷，他很快给我回复了电话。非常幸运的是，我是第一个联系他的人，他的出租原则是先来后到，我顺利住进了满意的房子。

我总结了以下经验，希望能帮到更多需要找房的同学。首先，尽量提前开始找房。7月为找房旺季，考虑房租、通勤等因素，筛选适合自己的房子。建议留学

前可以先在当地的租房群内寻找短租，到达后线下找房的成功几率比线上找大很多。旺季时，群内很少有长租房，建议多看看其他平台。

找房时，有些房源是需要工资证明的，如果是学生则无法租这类房子，需要提前注意。

发邮件时，可以写一封个人简介信，最好配一些图片，展现自己是一个爱干净、爱生活的人，争取线下看房机会。

如果过去有租房经历，可以让之前的租房中介、房东、宿管开一份证明（英文书写或者翻译成德语文件），证明自己是一个不错的租客，这能很大程度增加找房成功率。

苏黎世房源供不应求，在线下看房时，要和房东、中介多沟通，争取对方好感，达成租房目标。（作者为瑞士苏黎世联邦理工学院数学系硕士）■

来源：人民日报海外版

2024QS 最佳留学城市排名发布！ 快来看看你留学的城市上榜了吗？

2024最佳留学城市排名 全球Top10

排名	城市	国家/地区
1	伦敦	英国
2	东京	日本
3	首尔	韩国
4	墨尔本	澳大利亚
5	慕尼黑	德国
6	巴黎	法国
7	悉尼	澳大利亚
=8	柏林	德国
=8	苏黎世	瑞士
10	波士顿	美国

2024最佳留学城市排名 中国大陆

排名	城市
37	北京
48	上海
=99	南京
109	武汉
134	广州
146	天津
=149	西安
151-160	哈尔滨

近日，国际高等教育研究机构 QS（Quacquarelli Symonds）正式发布第 11 版 QS 最佳留学城市排名，本次排名包含 160 个主要留学目的地，从大学排名、合意性、负担能力、雇主活动、学生构成、学生观点 6 个方面进行综合比较。

伦敦连续第五年蝉联最佳留学城市榜首，东京排名提升 5 位，位列全球第二。去年并列全球第二的首尔和慕尼黑分别下降 1 位和 3 位，首尔位列全球第三，慕尼黑全球第五。澳大利亚的墨尔本在本次排名中上升 1 位，今年位列全球第四。此外，全球 Top10 中还包括巴黎（第六）、悉尼（第七）、柏林（并列第八）、苏黎世（并列第八），及波士顿（第十）。

排名亮点

2024 全球十佳留学城市中，

有 8 个国家的城市入选榜单。澳大利亚（墨尔本、悉尼）与德国（慕尼黑、柏林）分别有两个城市进入了前十名。伦敦在全球最佳留学生城市排行榜上已经连续第五次名列榜首。在亚洲国家中，日本东京和韩国首尔分别位居第二和第三。慕尼黑和去年一样保持稳定，继续位列第五名。另外，德国的柏林也与瑞士的苏黎世并列第八名。波士顿继 2022 年之后再次跻身最佳留学城市前十，名列第十。

中国大陆排名情况

中国（大陆）本次共有 8 个城市进入榜单，北京、上海和南京进入 2024QS 最佳留学城市排名全球前一百，此外天津和哈尔滨首次进入榜单。■

来源：ISE 学术前沿



就业指导

“下沉”就业的海归们

■ 孙唯 邹茉

多个数据表明，近年来，留学生归国就业的人数在不断攀升。与此同时，记者发现，在归国求职城市的选择中，北上广深等一线城市的吸引力逐渐减弱，杭州、成都、武汉等新一线城市逐渐占领风口。留学生“下沉”的背后意味着什么？离开北上广深，放弃看似耀眼的工作环境，他们在寻找什么样的生活？

“下沉”就业

从英国硕士毕业后回到家乡成都工作，Yuki 被问到一个问题：

“放弃一线城市的工作机会，真的不会遗憾吗？”Yuki 迟疑了一会儿，紧接着笑着说：“遗憾固然有，但如果一味执着于‘当初如果……就好了’，人生永远也找不到标准答案。”

时间回到 8 年前，2015 年高考结束，18 岁的 Yuki 怀着满腔热血只身来到北京读书。22 岁时，Yuki 在新浪拥有一份体面的实习工作。学习之余，Yuki 时常和穿着正装脚踩高跟鞋的人出入高楼大厦，白天参加团队策划会、跑采访、拍短视频，晚上再坐一个



多小时的地铁回到宿舍。高强度的工作并没有使 Yuki 退缩，内心的丰盈以及对新闻事业的理想与抱负一直支撑她不断向前。

原本，Yuki 也认定自己有机会在北京扎根，进入大厂、从事自己一直热爱的新闻事业，但随着实习时间线被拉长，高强度的工作使 Yuki 逐渐吃不消。日复一日奔波在工作的路上，也使 Yuki 渐渐迷失了自己，她想起村上春树写给 20 岁的一段话：“我一直以为我的 20 岁可以看山河大海，看落日余晖，但事实是我还在寻找自己的路上。”那个时候 Yuki 意识到，她该停下先寻找自己。

疫情平稳后，Yuki 再次踏上求学的旅程，前往英国完成了硕

士学业。思索再三，Yuki 选择回到了家乡成都工作，希望在成都打下自己的一片天地。近几年来，成都高速发展成为新一线城市，对海外留学生的扶持力度不低于北上广深。多种因素使然，留学生归国就业不再将目光局限于超一线城市。

新浪教育发布的《国际教育发展与消费指导报告（2023）》数据显示，留学生回国求职的城市选择中，选择北上广深超一线大城市的仅为 16.9%，更多海归求职者涌向新一线和二线城市。智联招聘认为，由于新一线城市、二线及三线及以下城市陆续推出“抢人”政策，发展潜力大，同时房价较低，生活便利度也不亚

于一线城市，因此越来越多海归以实际行动加速“下沉”。

坚定选择

时间一晃回到2022年10月，当时Aspher从英国毕业回国，“回国隔离的时候我思考过未来的方向，上海是个不错的选择。它拥有比家乡更多的工作机会，而且距离家乡高铁不到一个小时，看起来工作和生活都能兼顾。”但与在上海工作的小伙伴交流后，Aspher坦言对上海的“滤镜”破碎了：“相同经历的朋友告诉我，实习期过后基本没有留在该公司的机会，即使可以留下，微薄的薪水似乎无法支撑在‘魔都’拥有高品质的生活。”

对于Aspher而言，回到家乡江苏就业似乎是一个更稳妥的选择，但令她没想到的是，等待她的是长达一个月的待业期。同年11月，Aspher给20多家企业单位投递了简历，近乎都石沉大海。最煎熬的时候，Aspher打开招聘软件收到的全是教培行业的工作邀请，更令Aspher意外的是，上海同样岗位的薪酬是家乡的两倍左右，“我当时真的挺失望的。”Aspher苦笑道，“如果去上海会不会有更多的机会？”类似的想法总干扰着她，那时的Aspher陷入无尽的内耗中，直到

找到了现在这份工作。

“找到工作的那一刻我感觉自己又可以了。”Aspher笑道，当她将目光聚焦在自己擅长的事物上去分析自己的能力时，自我怀疑的次数就会减少，也能更明确自己的能力和目标。

如今，Aspher幸运地找到了专业对口的工作，生活正在稳步向前。五险一金、不加班、通勤时间短在一定程度上给了她生活的底气，“工资虽没有上海高，但足以支撑我的正常开销，甚至还能攒下一些钱。下班后的时间完全属于自己，也有余力做我想做的事情。”Aspher很满意当下的生活状态，她终于找到了工作和生活间的平衡点。

“既然人生都没有标准答案，享受当下足矣。”Aspher说。

勇气可嘉

目前，在杭州工作的Jacky也笑着告诉记者，杭州似乎更像是生活而非生存的地方，“相比较之下，杭州拥有独特的人文底蕴和历史情怀，它更慢一点，也更有温度一点。”

在英国留学的某一天，Jacky申请应聘了“国宝档案”拍摄栏目的文案编辑工作。合作过程中，他结识了一位比自己小两岁的女生。讶异于这个女孩子勇敢独

立的同时，Jacky更惊叹于她过人的胆识：“她的人生目标是在30岁前挣到1000万元。”多年后回忆起当时的交谈，Jacky言语中仍透露着对她的钦佩。同时这也在Jacky心中埋下了一个疑问：我要从事什么工作才能实现我30岁以前的人生价值？

留学前，Jacky在杭州拥有一份十分稳定的体制内工作。毕业回国后，Jacky并没有选择重回舒适圈，而是选择更换一条赛道——创业。对于Jacky来说，临时更换赛道贵在勇气：“30岁以前，我仍有重新开始的可能。”

身为互联网工程师的他相信，在杭州也拥有广阔的天地，新一线城市的发展机遇似乎在慢慢回升。

2023年各地出台的留学生落户政策显示，新一线、二线城市为了广纳人才，在人才补贴、购车、落户、创业资助等方面的补助力度不输超一线城市。以杭州为例，本科生回国落户杭州后可领1万元、硕士可领3万元、博士可领10万元，对QS排名前100院校的毕业生，以及创新创业人才还额外提供80万至500万元不等的安家或贷款全额贴息补助。新兴城市慢慢崛起的背后，留学生归国就业的选择也在逐渐增多。■

来源：羊城晚报

暑期实习究竟能带来什么？ 来看三位大学生的亲历故事

■ 徐瑞哲 李蕾 黄海华

7月上旬，王嘉宇开始了人生第一份工作。这位华东理工大学艺术与传媒学院视觉传达设计专业2023届本科毕业生，今春签约上汽集团旗下新能源车品牌——智己汽车科技有限公司，如今正式入职，从事品牌体验创新设计。对王嘉宇而言，奠定其从事这份职业的基础除了课堂里积累的专业知识之外，还在于他此前的实习经历。

今年沪上20多万名应届毕业生中，大多数都有过毕业前的实习经历。在实习中提高就业竞争力，大学生们对未来也有了更加明确的发展目标。记者了解到，为共促青年就业，上海市教卫工作党委、市教委正引导高校和企业通过建立校外实践基地，促进

高校毕业生实习就业，推动校企达成深度合作，建立起常态化职业发展互动渠道，打造专业人才“输送链”，助力毕业生整个职业生涯发展。

从实习到转正 如何找到被聘的理由

去年暑假，王嘉宇去了智己汽车科技有限公司创意设计中心实习。之后的秋招，他与公司顺利签约，毕业后参与到公司的品牌视觉创意设计工作中。

看似水到渠成，其实他也曾迷茫，大三第二学期仍对未来发展没有清晰的目标。当暑假来临，王嘉宇发觉身边人或在忙着找实习或在准备考研，便也行动起来，在网上向几家公司投递了简历。

4天后他成功收获了3个实习机会，最终他选择去智己汽车科技有限公司实习。

“实习是踏入社会前了解职场的重要窗口。”这是王嘉宇的体会。实习中，王嘉宇主动与同事交流，请教前辈在求职、深造及后续工作中如何做选择的经验，使自己快速了解求职流程、工作内容、公司情况等信息。同时，他也思考自己到底适合怎样的发展路径，进一步明确自己未来努力的方向。“正是这段实习经历让我走出了迷茫。”

然而，转正也不是一件易事。他所在的部门原来并没有招聘应届生的先例，同事们全都是已在职场奋斗多年的能手，平时的作品成熟度和质量都特别高。

刚上岗时，他甚至有种“差生误入尖子班”的感觉。公司还对接许多负责设计外包的供应商，“他们的工作更加高效，软件用得也很好”。如何找到被聘的理由？王嘉宇坦言：“如果我只能做平面设计，那么对设计总监来说，直接找供应商是更具性价比的选择。”

对于刚入职的实习生，公司通常不会安排特别有难度的任务。实习之初，王嘉宇接触的大多是类似打印材料、收集资料、传递文件等工作。由于这份实习是他接触的第一份工作，经验不足是必然的，他必须从工作态度、差异化竞争等方面去打动公司。一天，部门给王嘉宇安排了一项原计划1周完成的任务，而他仅花了2天就完成了。于是，接下来几天，他便开启自己找活儿干模式，不断向同事们“讨”工作。“这些努力，也让公司更进一步了解到我的技能覆盖面。”但仅有态度还不够，对一名希望转正的实习生而言，更重要的是能否跟上正式员工的步伐。因此，在遇到解决不了的问题时，王嘉宇虚心向同事求教，在大家讨论方案时在一旁仔细听讲，认真思考他们的设计方案。让他非常感激的是，面对自己的“骚扰”，同事们都十分耐心地传经送宝，让



他在较短的时间学到了许多东西。

一次，部门安排王嘉宇找一款符合方案要求的字体，当他将筛选过的20余款字体摆在大家面前时，大家却在每个字体上都找出了一些不满之处。于是，王嘉宇改变方向，放弃寻找，通过改造，成功做出一个能直接被打印出来的字库。如今，这款字体已被用于公司的许多物料中。

相较于外包供应商的角色，王嘉宇努力展现自身优势，提高做事效率，打造差异化的竞争力。“既然通过单纯的平面设计来超越供应商比较困难，那么我就努力展现比供应商更

具优势的综合能力。”转正后，王嘉宇同时参与平面设计、内容策划、计算机动画（CG）渲染、视频剪辑等方面的内容，成为一位多面手。“重要的是，无论我们作出何种决定，都要对自己选择的道路充满信心，并用敢于拼搏的勇气让青春一路生花。”王嘉宇说。

从云南到纽约“我在实习中找到了职业理想”

7月5日，是复旦大学国际关系与公共事务学院本科生姜静宜在联合国儿童基金会纽约总部实习的最后一天。她像往常一样坐在自己的工位上，一抬头就可以看到走廊上贴的儿童们可爱脸

庞的照片。“每次看到孩子们的
笑容，我就更加坚定决心，未来
要从事儿童保护与发展工作。”
姜静宜告诉记者，她已经在这里
实习了整整一年。

积极实习是她走向社会、明
确职业和人生方向的重要一环，
初心源于大一寒假的云南支教。
在联合国儿童基金会的这一次，
是姜静宜第二次在国际组织实
习。早在复旦附中读高中时，她
就对国际政治和国际文化交流感
兴趣，参加了学校的“模拟联合
国”社团。大一寒假时，她参加
了复旦志德公益社团组织的云南
支教活动。尽管只有短短两周时
间，但这段经历，对姜静宜产生
了很大的影响。她开始思考城乡
教育差异，也想在儿童发展方面
做点什么。

一天，她在微信朋友圈看
到“国际救助儿童会”上海办公
室在招聘实习生。这是姜静宜第
一次接触到针对0至6岁儿童发
展的社会实践项目，本来就喜欢
和儿童互动的她非常喜欢这份工
作。当时，她每周会挤出两个半
天的时间去实习，主要参与了两个项目。一是观察亲子之间的互
动，再辅助专家给予指导，二是
儿童早期艺术教育项目。姜静宜
对记者说，这次实习拓展了她的
视野，她明显感受到自己对于儿

童发展工作的兴趣和热情，对自
我的认知一点点深化。

说起在联合国儿童基金会的
实习，姜静宜用了“机缘巧合”
这个词。她平时关注“复旦国协
FDG2IO”微信公众号，这是由
复旦大学学生职业发展教育服务
中心及国际组织协会运营的国际
组织职业发展和信息平台。一次，
她看到了该公众号推送的联合国
儿童基金会实习岗位招聘通知，
立即提交了申请。“现在回头想
想，当时有点初生牛犊不怕虎，
只想着不要错过实习机会。”姜
静宜说，一年来，不论是在生活
还是工作上，自己都成长了很多。
去年6月，她第一次来到纽约。
联合国儿童基金会办公地点在曼
哈顿地区，那里人口密度特别大，
从小见惯了行人脚步匆匆的她也
感叹：“有不少曼哈顿街上的人
会一路小跑，这么快的节奏，需
要一点时间去适应。”

姜静宜被分配到联合国儿
童基金会的公共伙伴关系团队，
“同事们耐心地指导我，在我
遇到问题时及时伸出援手”。
她的日常工作是与各国外交官
沟通联络，每逢大型会议，大
家都非常忙碌，会自发地留下
来加班。最让她有成就感的是，
她参与了一项咨询性研究，探
讨联合国儿童基金会和中等收

入国家的公共伙伴关系策略，
并形成报告，梳理了战略建议。
她的好问和认真给这个团队留
下了深刻的印象。“这次实习，
相当于提前进入工作状态。我
懂得了什么是公共伙伴关系，
以及它对于儿童工作的意义。
我在实习中找到了职业理想，
接下来将继续提升自己的能力，
为就业作准备。”姜静宜说。

从课本到实操

学以致用感觉很好

今年暑假，刚刚完成大三
学业的徐敏航在吴淞海事局开启
了他的暑期实习。徐敏航目前就
读于上海海事大学商船学院航海
203班。“马上面临毕业，但感
觉自己缺乏社会经验，便一心想
着找个实习的地方。”徐敏航看
到学校团委转发的团市委2023
年上海市大学生实习“扬帆计划”
公告后，递交了简历。“我的专
业是航海技术，吴淞海事局这个
实习岗位的专业要求是‘航海或
轮机’，与我的专业相关。”10
天后，徐敏航收到了正式实习的
通知，实习期一个多月。

学校在临港，实习地点却在
吴淞。为了在8时准时到达实习
单位，徐敏航每天要赶5时30
分发车的早班公交，然后换乘地
铁，最后步行或骑行，整个行程

耗时两个多小时。虽然通勤辛苦，但实习期间令徐敏航获益匪浅。刚开始实习的那两周，徐敏航经历了两个岗位——船舶交通管理中心（VTS）值班和做文字整理工作。根据海事相关规定，所有船舶要在规定的航道上行驶，吴淞口 VTS 的主要职能就是为所有经过辖区的船舶提供航行安全保障，并适时开展交通组织服务，当发生海上交通事故和污染事件时采取应急措施。在值班台上，徐敏航虽没有上机实操，但他坐在一旁默默观察带教老师的日常操作，学到了不少。

在值班室里，每个值班人员要盯 4 个屏幕，丝毫不能放松。

“这 4 个屏幕包含了辖区多角度监控画面，还有整合了雷达等多种信息的电子海图。”徐敏航说，值班员同时还要通过专业对讲机“甚高频（VHF）”和船舶联系。吴淞交管是三班倒，24 小时不间断值守，一个值班人员每天要上两个班次，比如 0 至 4 时、12 至 16 时，每个班次虽只有 4 小时，但值班人员却要注意力高度集中。进入报告线、申请锚位、起锚、抛锚……辖区内船舶的各种动态，VTS 值班员都需要全面掌握，忙碌起来时，值班人员都尽量少喝水，减少上厕所频率。为了克服疲惫，值班人员工作了



一会儿就要把工作台升高一点，站起来工作。“他们的敬业精神给我留下了深刻的印象。”徐敏航说。

实习能把课本上的知识运用到实操中，这种学以致用感觉让徐敏航很是享受。“能看到这么多船只在自己的指引下安全通过，维护了水上交通秩序，保障了船舶、设施和人员的安全，我感觉这份工作很有价值。”

实习经历提高了徐敏航日后学习的针对性。“在实习期间，我有空就会翻看各类规章制度，深刻体会到航运是一个和国际高度接轨的行业，需要综合考量各种因素从而灵活处置。”实习后，徐敏航对于船舶运输有了进

一步的理解。比如长江口有很多外轮来往，他们和 VTS 沟通时都用英语呼叫。“一开始，很多呼叫都听不清或不理解，好在带教老师空下来时就会耐心地向我解释刚才的英文是什么意思。”徐敏航身边总带着一本《国际海上避碰规则》，他发现老师在操作台上对船只的指导都能在书上找到依据。“我们的专业课程内容和实际很贴近，如果上课时能听得更仔细一点，现在就能更快上手。”

徐敏航的暑期实习还在继续，每天观察、学习到的东西，他都记在心里。这一切都在潜移默化地影响着他的就业观。■

来源：解放日报

大学生就业路上的“小温暖”

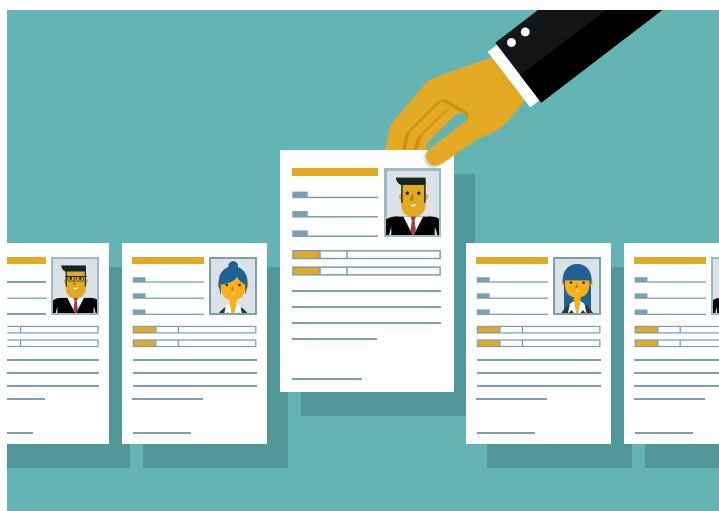
■ 琥珀

就业，一头牵着千万家庭，一头连着经济大势、社会稳定大局。教育部此前发布的数据显示，2023年全国高校毕业生预计1158万人，同比增加82万人。一方面，“就业难”的信号让毕业生们压力倍增，另一方面，从中央到地方，从学校到社会，也都在千方百计帮助大学生做好就业工作。如何打好这场就业的“突围战”，各地也都想出了不少务实的“新招”，让初入社会的学子们感受到更多的诚意和温暖。

在线下商圈

设置招聘站“寻职记”

近日，2023年应届毕业生芳芳在朋友的推荐下，找到了离家很近的寻职记万象城站。“站长很热情地接待了我，介绍商场内正在招聘的企业和岗位，结合我的求职意向进行专业化推荐。最后还陪我去店里面试，整个流程非常快。”芳芳说，面试当天



下午，她就拿到了 offer。有了这次体验，芳芳将这种新型招聘求职方式介绍给了身边的同学和朋友。

“求职中最害怕的是，没有太多面试经验，不太懂劳动合同中和法律相关的条文，掉入合同‘陷阱’也不知道。”浙江工商大学物流管理专业2023届毕业生陈佩丰说，不久前，他在朋友圈刷到浙江省人力资源服务协

会举办劳动法实务系列讲座的信息，正在找工作的陈佩丰果断报名。“讲座很不错，能学习劳动合同签订注意事项、社会保险实务等方面的实用知识。”听完讲座后，陈佩丰有了新收获，她通过浙江省人力资源服务协会的理事单位寻职记，找到了意向的工作。

在寻职记线下的“商圈招聘站”业务数据大屏上，可以

看到每天实时更新的岗位数、面试人数、上岗人数等信息。“拱宸商圈招聘站”站长张新一表示，近期每天会帮助 10 多名求职者做就业指导、面试技巧辅导等服务，“我们要保证商户与求职者双方信息真实可靠，根据每位求职者的需求及特点‘量体裁衣’”。

“线下服务台有专职站长，一对一帮助求职者。”寻职记创始人兼 CEO 陈鸿飞介绍，作为浙江省人力资源服务协会孵化的创新人力资源机构，“寻职记”在商场设置线下商圈招聘站，提供招聘、咨询、面试陪伴等服务，至今已入驻 11 个省（自治区、直辖市）的 160 多个商圈，为 20 万求职者和 3 万个门店服务，今年已为数万名大学生找到工作。

锁定简历 主动推荐“圈粉”学子

东北林业大学大连籍学生颜嘉蔚是应届硕士研究生，临近毕业时，面对不同地区的工作机会，颜嘉蔚遇到了回乡就业和南下发展的选择难题。

犹豫不决时，她接到了大连市就业和人才服务中心人力资源

市场部工作人员打来的电话。原来，工作人员通过大连市人力资源市场网站人才库锁定了她投递的简历，向她推荐了大连市三家用人单位的招聘信息，岗位均与其专业和求职意向相符合。颜嘉蔚从中选择了辽宁对外经贸学院教导员一职。目前，她和辽宁对外经贸学院签订了就业协议。

就业岗位对于毕业生求职至关重要。今年，大连市实施升级版“万岗计划”，采取政策性岗位落实、行业主管部门开发、人力资源市场归集三位一体同步推进，加大高校毕业生优质岗位供给。截至目前，各相关部门开发征集岗位 1.56 万个、通过大连人力资源市场甄选并发布各类企业岗位 4.92 万个，全市共征集岗位 6.5 万个。

和颜嘉蔚一样顺利找到工作的，还有大连交通大学软件工程专业 2023 届毕业生金泉，“我已经顺利入职信华信技术股份有限公司，成为一名软件开发工程师。”去年 9 月，金泉报名参加了大学生专业转换及技能提升培训大数据开发专业培训，经过为期 4 个月的专业课程学习，取得了大数据开发专项职业能力证

书。随后在企业招聘中脱颖而出，顺利入职，实现了自己的职业理想。

大连市连续 3 年出台政策，开展高校毕业生免费专业转换及技能提升培训。为吸引更多的人才来大连、留在大连，培训对象也由大连籍或在大连高校就读的外地户籍符合条件的高校毕业生，拓展到辽宁籍或在辽宁高校就读的外省户籍符合条件的高校毕业生。截至目前，大连市累计开展高校毕业生免费专业转换及技能提升培训 1.4 万人次，有力地促进了高校毕业生在大连就业创业。

青年驿站——求职路上的 免费“落脚点”

“李凤桐您好，2023 年日照市市属国有企业急需紧缺青年人才优选面试通知如下……温馨提醒：日照市青年驿站为外来求职高校毕业生提供最长 3 天免费住宿……”山东政法学院法学专业大四学生李凤桐，收到了来自日照交通能源发展集团的面试通知短信。

随后，她根据短信提示，登录了“日照共青团”微信公众号



下方的“青年驿站”小程序，填写信息，上传身份证、学生证以及面试通知短信截图，提交了入住青年驿站申请。

第二天一大早，她接到了审核通过的电话通知。当天下午，李凤桐到达位于日照奥林匹克水上运动公园的中加国际健康管理中心青年驿站，核验身份证后，办理了入住手续。“很安静，适合备考，而且面朝大海，环境美得出乎意料！”进到房间后，李凤桐很惊喜。

同样入住青年驿站的，还有从泰安到济南的陈泽。陈泽是烟台大学会计学专业毕业生，几天前，她收到济南奥体中心附近一

家会计师事务所的面试通知，经朋友推荐，她在“青春济南”公众号上申请了青年驿站。“我申请的这家青年驿站离我的面试单位不足 500 米。”来济南之前，她特意在网上查过，这家酒店正常入住一天要 220 元左右，而附近另一家酒店则要 500 元左右。如果没有青年驿站免费住宿的政策，她只能选择离面试单位远一点的便宜酒店。陈泽电话咨询时，工作人员还专门提醒：如果有需要，可以延长住宿时间。打开房门，她眼前一亮：房间朝阳，宽敞明亮，干净整洁，还有免费的充电线和矿泉水。

近年来，共青团山东省委联

合人社部门实施了“青鸟计划”，在全省打造了 438 家青年驿站，为毕业生提供就业创业服务。共青团济南市委学少部部长董玲介绍，济南市 2020 年推出了首批 20 家公益性青年驿站，2022 年 10 月，共青团济南市委、济南市人力资源和社会保障局印发《济南市青年驿站服务实施细则（试行）》，青年驿站全面升级。截至目前，全市已建立青年驿站 100 余家，实现 12 个区县和济南高新区全覆盖，常态化为青年人才提供床位 2000 余个，济南青年驿站的规模走在了全省甚至全国前列。截至目前，济南青年驿站已接待来济求职青年人才 2000 余人次，以应届毕业生为主，也有部分毕业 5 年之内选择来济就业的青年人才。他们的学历涵盖大专至博士各个层次，求职成功率初步统计在 60% 以上。

作为青年求职者在陌生城市落脚的第一站，青年驿站关乎着他们对于这座城市的第一印象。为青年人提供优质、安全、免费的住宿，表现了当地政府留住人才、服务人才的诚意。■

来源：综合经济参考网、中国青年报、大连日报、大众日报



各地人才新政



北京 出台 18 条举措助力高技能人才队伍建设

日前，北京市发布《关于加强新时代首都高技能人才队伍建设的实施方案》，集中推出 18 条工作举措，健全高技能人才培养、使用、评价、激励制度，计划到“十四五”期末，实现首都技能人才占就业人员的比例达 31%，高技能人才占技能人才的比例达 35%。北京市人社局副局长吴晓军介绍，实施方案在人才激励方面，着力破除制约高技能人才发展

的瓶颈障碍，加大评选表彰力度，积极推荐高技能人才享受政府特殊津贴，推动实现劳动者个人奋斗与新时代首都发展同频共振。在组织保障方面，合理安排就业补助资金、人才经费、教育经费、行业产业发展经费等各类专项资金，企业要按规定足额提取并使用职工教育经费，60%以上用于一线职工教育和培训，落实企业职工教育经费税前扣除政策。

苏州 出台留学人员创业园管理办法

苏州市人社局近日出台《苏州市留学人员创业园管理办法》（以下简称《办法》），《办法》放宽了留创企业的对象范围，明确留创企业由留学人员领办创办，留学人员为企业法人代表或自然人第一大股东，且以自有资金入股，股权占比一般不低于 20%；或企业股东中的留学人员股东所持股权合计不低于 30%，且以自有资金入股等。

《办法》提出，支持入园企业引进世界排名

前 200 名高校博士，给予 5 万元 / 人的引才奖励。支持市级以上留创园设立园区类博士后科研工作载体，鼓励支持入园留创企业设立博士后工作载体。还优化了留创园工作奖励条件，明确评定为苏州市留创园后，对孵化毕业留创企业的苏州市留创园运营管理机构，按每孵化毕业 1 个留创企业 5 万元的标准给予工作奖励，同时对每年度引进 10 个以上留创企业的留创园管理机构，给予 10 万元工作补贴。

湖北 启动两项博士后人才计划

日前,湖北省人社厅发文,决定自今年起设立“湖北省博士后尖端人才引进计划”和“湖北省博士后优秀人才跟踪支持计划”。其中“人才引进计划”将资助40名优秀博士进站从事博士后研究,给予每人每年20万元资助,资助期为2年。设站单位对获选人员,应给予不低于1:1的配套经费支持。“人才跟踪支持计划”中,2023年度

资助数量共100个,以后每年度资助数量视情况确定,以当年度下发申报通知为准。支持措施为每人每年发放5万元人才津贴,连续发放3年。入选该计划者,在申报“湖北省博士后卓越人才跟踪培养计划”时,同等条件下优先纳入。鼓励各地和用人单位在省级政策基础上制定叠加优惠政策。

广州 拟优化落户政策 有望提升城市竞争力

日前,广州市人力资源和社会保障局官网发布关于公开征求《广州市差别化入户市外迁入管理办法》意见的通告,指出28周岁以下,拥有本科学历、大专学历等,连续缴纳社会保险满12个月者可入户广州白云、黄埔、花都、番禺、南沙、从化和增城7个行政区。据悉,该差别化入户市外迁入管理

办法拟实行三年。

若该办法最终落地,具备条件的人员在社保满一年即可入户广州白云、番禺等七区,从而获得购房资格。而此前,在广州限购区域内,非广州市户籍居民家庭连续缴满5年个税或社保(购房之日起计算,补缴不算)才能在广州购置一套住房。

天津 协和天津留学人员创业园开园投用

7月28日,协和天津留学人员创业园在静海区正式开园投用。在当天举行的开园仪式上,静海区与天津医科大学等8家高校和科研院所签署了战略合作协议,与16个留学人才创新创业项目集中签约落户,并正式发布团泊海河海棠生物经济创业投资基金、《静海区关于推进健康产业产才融合发展的若干措施》等推动大健康产业发展的引导政策。据了解,协和天津留创园已入驻众多医疗项目、服

务机构,协和医学院天津校区等一流名校,中国医学科学院天津医学健康研究院等“国字号”院所,现代中医药海河实验室、现代中药创新中心等高能级研发平台在此搭建。天津健康产业国际合作示范区管委会副主任段然介绍:“十四五”期间,协和天津留创园计划引进留学人员8000至10000人,不久的将来,建成可承载200家以上留创企业,在国内外具有影响力的留学人员创业园区。

来源:综合自科技日报、广州日报、湖北日报、苏州日报、中新网

海归故事

90 后海归博士后在德清民企“打工”， 做国产工业软件的拓荒者

■ 沈晓颜 潘江伟



■ 朱少成在进行轴承研发。

为了更及时地与同事沟通技术问题，他很少去县城三室两厅的人才公寓，选择住在企业宿舍，床前就是拖拉桌，不放过任何一个出现在脑海中的灵感，哪怕是半夜也会立刻起床写代码。这是国内风电轴承的“单项冠军”浙江天马轴承集团有限公司国家级青年人才朱少成，入职一年多来的工作状态。

这位 90 后博士后，在德清的研究任务是开展国产风能发电机行星齿轮传动系统分析和高端轴承分析软件开发，通俗而言，

就是为风电轴承搭建一整套应用分析和设计软件，摆脱一直以来对国外进口软件的依赖，解决软件高效分析技术被垄断的困境。

生活、工作一年多，他在德清落户、买房，越发爱上了这座爱才惜才、营商环境浓厚的浙北小城。源于技术上的不断突破，2023 年 5 月，他获得浙江省五一劳动奖章荣誉。

自主研发力

解“卡脖子”难题

1990 年出生的朱少成本科就读于西南交通大学，后公派到法国里昂大学里昂国立应用科学学院 LaMCoS 实验室机械工程专业攻读博士，在瑞典吕勒奥理工大学从事博士后工作，并在瑞典宜路科技有限公司担任项目负责人。2021 年，在政府的牵线搭桥下回国；2022 年，入职位于德清县雷甸镇（高新区临杭产业新区）的浙江天马轴承集团有限

公司，成为企业技术中心副主任。

据了解，中国每年生产轴承数量将近 200 亿套，位列全球第三，但在振动、噪声和寿命等性能上，国产轴承和外国仍然有所差距。有着多年海外学习和工作经验的朱少成十分清楚，有关轴承力学的大型软件技术是众多跨国高校和科研单位围绕各类轴承问题研究开发出的重要成果，即使在今天，海外轴承巨头依然在不遗余力地追求这项软件技术的卓越。

最高端的轴承软件和技术掌握在海外，这让朱少成有了自主研发的想法。“一直以来，企业用的是国外进口的应用软件，其关键技术和更先进的技术并不对国内开放，同时还面临着被断供的风险。”开发国产风电轴承工业软件刻不容缓。

从海外到国内、从城市到乡镇，初来乍到的朱少成千头万绪、倍感压力。“这是一项从零做起的研究，设计的技术范围很广，

每天有很多想法与灵感。”朱少成说，在工程机械研究领域有一句话：结构决定功能，参数决定性能。自己所开发的这套应用软件就是要给用户精准、有效且经济的答案。

在“卡脖子”领域实现突破，难度可想而知。朱少成坦言，除了更多层面的仿真计算核心代码开发，光模块化的工程界面开发、参数化的三维零件开发、接口化的装配技术开发、方程化的模型交换技术及可视化的三维动画开发等所用的各类算法和技术的实现与调整，就尝试了不下万千次，花费了半年左右的时间，才完成了友好、高效和兼容的软件框架。

他向记者透露了研发进度，目前正在研发的软件，叫国产高性能齿轮传动系统分析软件和轴承综合设计软件，已经完成风电轴承—齿轮箱系统分析软件框架的搭建，实现了系统分析软件各模块之间的信息交互；完成各类轴承模块、行星齿轮模块等核心代码集成；完成3D CAD可视化技术的开发；未来还将实现摩擦学模块、柔性体有限元模块等的开发和集成。

坚守科研初心

在德清安居乐业

天马轴承常年接受各种轴承

订单，如风电轴承、新能源汽车轴承、工程机械轴承等，其间也遇到过许多技术问题，作为企业技术中心副主任，朱少成帮助各部门员工解决了许多技术难题。

“前段时间刚刚解决了关于两点和四点接触球轴承打滑机理。”朱少成说，得益于在轴承力学方面的科研储备，他很快就发现了问题所在，经过缜密的计算，仅仅用了半天时间就解决了。

来到天马轴承这一年多的时间里，朱少成不仅建立了滚动轴承能耗研究分析框架，还帮助企业解决了新能源高速电机轴承研究问题、滚动轴承保持架有限元分析技术、轴承部件阶次频率及共振问题、定制化轴承滚子廓形设计问题等专业难题，在很大程度上缩减了轴承研发周期，提高了企业经济效益。

对于这位技术中心的博士，天马轴承的技术人员都表示：“我们仿佛拥有了一个全能的知识库，以前在遇到技术难题的时候总是想方设法去外面找技术专家帮忙解决，现在我们企业就有这么厉害的专家，我们都学到了不少专业本领。”跟其他部门员工一起探讨、解决技术问题，这也是朱少成在研发软件之余，觉得很有意义的事情。

朱少成说，一开始选择天



朱少成在与同事探讨解决技术问题。

马轴承，是单纯看中了企业的研究领域是自己感兴趣的方向，希望能够通过项目研发推动行业进步，实现个人抱负。一年多来的工作与生活，他还惊喜地发现，在德清，不仅实现了个人兴趣与行业发展的结合，同时这里的政府服务、营商环境十分优越，环境生态宜居，这是他在工作之余的意外收获。

科研的路上不可能单打独斗，为了进一步加快研发进度，在德清县相关部门的牵线搭桥下，今年朱少成团队加入了一位来自俄罗斯的专家，专门研究轴承摩擦学问题。“相信在不久的将来，软件研发成功后，不仅为企业节约百余万元的海外软件采购成本，更能积极应对外国软件卡脖子的风险，解决软件高效分析技术被垄断的困境。”这是朱少成专心做研发设计的初心。■

来源：杭州日报

浙江宁波“创二代”卢翰霖

——拥抱转型，让制造变“智造”

■ 孙亚慧 颜宁

在浙江省宁波市镇海区九龙大道旁，九龙机械制造有限公司的一幢幢厂房静静矗立，展示出30年老厂创业与传承的厚重、沉淀。

这是一家主要深耕钢格板、栏杆等轻钢结构设计与制造的传统企业，如今，90后海归“创二代”卢翰霖接手公司，开辟精细化、数字化的发展新赛道，为企业注入了新活力。

从“打螺丝”做起

卢翰霖在英国求学7年，每年放假回家，都会在父亲的厂里“打工”。“从‘打螺丝’开始一点点学起，那时的我不懂技术，只能从基层做起，慢慢积累经验。仓管、销售……几乎啥都干过。”卢翰霖说，当时没想过一定要子承父业，但这段边学习边实践的

过程，是自己非常宝贵的人生经历。

2010年，还在英国读高中的卢翰霖突然接到父亲去世的噩耗。家庭变故让这个少年在一夜之间长大了，从那一刻起他意识到，未来接棒企业的责任必须要扛在自己肩上了。父亲曾是他的标杆，而现在，人生的路需要自己掌舵。

“悲痛过后，我深知以自己当时的能力根本无法接管企业，必须完成学业。我继续留在英国读书，企业交由国内其他股东和职业经理人打理。每年假期，我会回到车间，将所学融入管理实践。”在卢翰霖看来，国外的企业管理理念与国内传统行业的管理方式存在差别，他只有看得更多、学得更多，才能带好父亲曾经队伍。

在宁波，九龙机械颇有名气。

这家创办于1992年的企业不仅在当地规模可观，也是国内规模最大、产品种类齐全的钢格板企业之一。“小卢总”能扛得住这份重任吗？员工心里并不踏实。2017年，卢翰霖接手公司业务，他十分清楚，只有真正拿出亮眼表现和业绩，让公司重现往日生机，才能赢得大家的信任。

壮士“断腕”，轻装上阵

接棒的难度不亚于二次创业，企业发展并不会因为父亲打下的基础就一路坦途。

卢翰霖接管公司前，九龙机械已陷入困境。2017年，由于市场竞争激烈，客户业务萎缩，导致企业订单大幅减少，原材料成本又居高不下。当时的每一步，卢翰霖都感到如履薄冰。“如果不舍弃一些原本的低效益产品，

及时止损，企业将入不敷出。”他说。

砍断一些产品线所遇到的阻力远超卢翰霖想象，舍弃的产品对公司老员工来说，就像难以割舍的心头肉，公司内部意见分歧很大。为此，卢翰霖与团队花了几个月时间，走访国内外同行产业园和上游厂商，对相同行业的新旧产品做足了市场调研。

在一项项数据面前，卢翰霖最终成功说服了大家——做出取舍，轻装上阵。

“断腕”之后，也得找到新的发展方向。卢翰霖意识到，只有开辟产品精细化、高端化发展的新赛道，才能涅槃重生。“比如，我们的定制型产品在生产过程中要协调各个环节的衔接与配合，任何环节有问题都可能导致交付不及时，因此操作必须精细化。”卢翰霖说。

为了更好地“修内功”，卢翰霖投入扁钢切断装置、焊接机械臂等技改项目，不断提高生产效率。同时，他与专业院校合作，针对传统生产设备进行自动化改造，节省材料，极大改善了生产工艺，也提高了生产质量。2020年，由九龙机械技术团队自主研发的扁钢切断装置成功应用，不仅降低了工人工作强度，也减少了材料损耗，是行业内工艺的重

要突破。

数字化改造，也是卢翰霖给公司带来的变化。两年前，九龙机械数字化车间全面改造完成，自主研发的自动压焊设备生产线、4台自动机器人投入使用，当年的公司产值从1亿元升至超2亿元，翻了一番。

伸出“地瓜枝蔓”

今年初，浙江省委部署实施创新、改革、开放三大领域三个“一号工程”。其中，在开放领域，实施“地瓜经济”提能升级“一号开放工程”，打造更具韧性、活力、竞争力的“地瓜经济”，这让卢翰霖看到了新的发展契机。“时代大浪淘沙，我们只有在一次次退潮中努力站稳脚跟，才能在一次次涨潮中勇立潮头。”卢翰霖说。

“浙江经商环境优越，但土地、人工、原材料等成本会限制企业发展，我们需要更广阔的布局思路。”卢翰霖介绍，他的团队已在河北成立钢格板产业基地，宁波总部则侧重研发管理。

现在，公司总部在接到客户订单后远程派单，由河北基地生产出产单，效率较之前提升了50%以上，生产利润增加近30%。“这样一来，企业既能有效精简管理成本和运营成本，又能提升产值，



卢翰霖在车间指导工作。

实现总部、分部双向赋能，给养互补。”卢翰霖说。

在“地瓜经济”发展模式下，卢翰霖团队把藤蔓伸向了更多适合发展的地方，企业智能制造水平、持续发展能力与全球竞争力都将得到提高。“让全世界看到更好的中国制造、中国智造，这是我父亲的愿望，也是新时代年轻浙商的使命。”卢翰霖说。

坚韧不言弃、求变谋出路。如今，有更多像卢翰霖一样的年轻海归，正在从祖辈父辈手中接过接力棒，继续奋斗，展示新时代留学青年的风采。

“我们作为传统制造企业，要在变革中不断创新，在创新中抢抓机遇。要加快企业数字化转型，从技术端突破中找机遇，提高综合竞争力，将企业做大做强，助力中国制造业实现高质量发展。”卢翰霖说。■

来源：人民日报海外版



会员风采

肖飞舸：让博物馆属于城市的每一个人

■ 王威



肖飞舸

成都市美术馆“2023 成都双年展”自7月16日开幕以来就保持着很高的关注度，而成都大运会的“加持”，更是让这一展览人气爆棚。“成都双年展历来是备受瞩目的国际文化交流舞台。”在成都市美术馆副馆长肖飞舸看来，成都在一次次重磅展览中与世界文明亲密对话，生动诠释了对外包容开放的艺术品格，更为成都建设世界文化名城留下了重要注脚。

肖飞舸在法国尼斯大学取得文化管理专业硕士学位后，曾任职于法国驻成都总领事馆。作为第一批在法国学习文化管理的“海归”，她有着丰富的工作履历。“让博物馆属于城市的每一

个人”这个理念，鼓舞着肖飞舸走过十余年的文博事业。

“不在博物馆，就在去博物馆的路上”

“博物馆是一个城市、民族和国家历史文化的缩影，是了解历史文化、民族精神和意识形态

的最佳途径。”肖飞舸在法国尼斯大学深造时选择的细分方向是博物馆学。

留学法国，巴黎良好的城市艺术氛围和公众对艺术的爱给肖飞舸留下了深刻印象。

“记得在一个寒风瑟瑟的冬天，巴黎大皇宫正展出维也纳分离



成都市美术馆参加《时尚芭莎》杂志“年轻人都在做自己想做的事”专题拍摄。

派的展览，那时大雪纷飞，她却看到很多观众撑着伞，端着热咖啡购票排队看展览。当时，对于我们国内的观众来讲，它还是一个比较小众的艺术流派，但从那刻起我就期待着有一天，国内的观众也能够对艺术有这样的热情。”

对于法国的博物馆，肖飞舸最直观的印象就是“非常多”。作为一个“博物迷”，她读硕士这三年，在法国数百座博物馆里

留下了足迹。她的日常就是“不在博物馆，就在去博物馆的路上”。

2005年，正值中国当代艺术双年展在法国举办，因为肖飞舸精通法语，又熟悉文博知识，于是她幸运地得到了与当时法国知名策展人对话的机会。

“那个时候国内的文化管理行业刚刚起步，如果回国从事这个行业，对我来说既是挑战也是机遇——也许能够为国内的艺术氛围带去一些新东西。”她说。

留学的经历也让肖飞舸深刻认识到，文化交流一定要在自己的母语背景下，母语必须作为媒介，才能真正地形成对话。

2006年，肖飞舸回国后参与了金沙遗址博物馆的筹备工作。彼时国内专门从事文化艺术管理的人员尚不多，她只是模糊地感觉到，“想要做一些真正推动艺术发展的事情。”

此后十余年，她一门心思扑在了文博事业上，先后在金沙遗址博物馆、成都博物馆、成都市美术馆工作，一直奋斗在文博领域。不仅一手带出了金沙遗址博物馆宣传团队，更是站在斯坦福大学和哈佛大学讲堂，给博士和博士后们讲金

沙和古蜀文明。

“做一些推动艺术发展的事情”

2016年6月，成都博物馆开馆。2017年，肖飞舸作为策展人在成都博物馆做了“现代之路——法国现当代绘画艺术展”。

“在当时的背景下，成都的观众对于西方现当代艺术是陌生的，我们也担心公众不感兴趣、不来看展。展览开展时处于国庆黄金周前，当天下着大雨，但让我们极为感动的是，观众撑着伞在雨中排队，队伍在成都博物馆绕了两圈，我依稀见到了当年在巴黎看到观众在雪中撑伞排队看展览的场景。”她说。

“在物质充裕的时代，人们将注意力转向精神的富足。对于更高品质生活的向往，使他们以求知若渴的心态去充实自己、吸收新的文化。”肖飞舸坦言，此前成都缺少一座大型美术机构，将当代艺术家与大众之间很好地连接。直到2021年11月成都市美术馆开馆，才弥合了当代艺术与成都市民的缝隙。

当时正值疫情，美术馆的配套设施还并不完善，美术馆内部和周边区域还没有咖啡、吃食，甚至暖气都还没有正常运行，公

肖飞舸考察邛崃石窟。



公共交通也不够便利……而成都市美术馆又是一个新馆，开馆展“超融体——2021 成都双年展”是成都 10 年后重启当代艺术的大展。

“大家都不确定公众是否能够接受当代艺术。但实际上，成都市美术馆在 18 个月的展期里迎来了 110 万名观众，尤其是刚开馆时，观众克服重重困难都要到美术馆来看展。其实也是本土观众长期积累的对艺术的这种热爱，对新鲜事物的好奇，以及对高品质文化供给的需求突然被满足了，涌出的观展热情让我很感动。”这段经历给肖飞舸留下了深刻的印象。

在她看来，成都市美术馆是成都第一座真正意义上的现代化大型城市美术馆，但还没有丰富的藏品、成熟的团队和长期积累的运营经验，场馆的位置也不是市中心。因此，如何让它被公众所认可、认知，在行业里起到引领性和标杆性的作用，怎样为公共美育和艺术发展起到推动性作用，都是肖飞舸及其团队所思考的问题。

于是，肖飞舸带领团队做了很多新的尝试。她介绍，目前成都市美术馆以临展作为核心公共文化服务产品，配合推



肖飞舸在成都市美术馆举办的美术馆建设与城市发展研讨会上发言。

出丰富多彩且具有时代气息的、大众喜欢的宣传推广和公共教育，以此来打造一个青春的、亲切的、以观众为引导的美术馆形象。

首先策展团队确定了几个展览方向，要做有回溯艺术史的展览，比如中国经典艺术史和西方经典艺术史展览；具有前瞻性和引领性的展览；本土的艺术发展和介绍西方艺术的展览，如当代名家何多苓、近现代国画大师黄宾虹和波普艺术、莫兰迪、珂勒惠支等艺术大展。在宣传推广上，尽可能用符合当下的传播规律和年轻人喜欢的方式进行推广，不仅局限于

新闻通稿传统宣发手段，在微博、小红书等平台也积极推广。策展团队还针对不同年龄、背景的观众推出了成体系的、覆盖全年龄段的公共美育活动，以及许多跨界的公共教育活动，比如不定期推出的美术馆之夜、与院线合作的周末艺术放映会、与交响乐团合作的音乐会等。

让肖飞舸欣慰的是，这些举措目前已取得了不错的成果。成都市美术馆开馆不到两年的时间收获了 300 万的观众，官方公众号收获近 100 万粉丝，受到了行业的高度认可和社会的广泛参与，成都市美术馆现在俨然成为成都市的又一座文化新地标。



肖飞舸为《玉汝于成——潘玉良的艺术人生》展览点交作品。

融通中外 推动中华文化走出去

“我留学的那个年代，国外的博物馆在许多方面都有领先优势。而今，中国博物馆的硬件设施、展陈技术、新媒体传播，许多都已经超越国外，不但不落后，反而很先进。”肖飞舸说。然而无论是文物还是艺术品等类型的展览，都是从国外来的展览多一些，我国展览走出去的相对少一些。在提升我国文化国际影响力的过程中应该如何更好地推动中华文化走出去？

对此，她认为，首先要深挖和梳理我国的文化特色、文化资

源。以四川为例，除了考古文化资源，大家耳熟能详的还有古蜀文明、三星堆文化、金沙遗址，以及丰富的非物质文化遗产资源等。这些都是具有深厚传统文化底蕴和本土文化特色的资源，我们应该深入了解、理解和梳理，挖掘背后的故事。其次是要用对方听得懂的语言去沟通、宣传，在全球化语境下，文化翻译工作就需要用具有当代性和国际性的文化语言进行表达。“酒香也怕巷子深”，要把拥有深度文化内涵的内容翻译成大众能够理解的语言，公众才会有兴趣。

“留学归国人员对文化差异

有更加深刻的理解，在不同条件下更能感同身受，也更能站在对方的立场上去思考和找寻不同语境下的关键所在，这是天然优势，也是责任所在。”她说。

他山之石，可以攻玉。肖飞舸说，作为海归，我们可以带来不同的视角、知识体系、经验，以此作为推动我们文博事业发展的参考；同时，要发挥好“窗口”的作用，成为本土文化向外传播的一个窗口。作为四川省欧美同学会法德分会副会长，肖飞舸希望能为广大学长提供更加丰富的艺术文化活动，让大家感受最新的文化艺术风貌。■

人物简介

肖飞舸，四川省欧美同学会法德分会副会长，法国尼斯大学文化管理专业硕士，先后就职于法国驻成都总领事馆、成都金沙遗址博物馆等，现任成都市美术馆副馆长、副研究员，研究方向主要为西方艺术、文化管理。

海归农场主殷娟 探索茶旅融合新路子

■ 王威



殷娟

云雾缭绕，轻拢绿浪万顷——进入南京市高淳区新港村的茗鑫经济林果种植家庭农场，面积200多亩的茶园里株株茶树郁郁葱葱，美如画卷。几名工作人员正在除草、灌溉，进行茶树的夏季养护。山道芳菲，采茶姑娘远远走来，进入茶田。有位头戴遮阳帽、装扮简单的年轻姑娘，她就是茗鑫农场的农场主——殷娟。

近年来，殷娟在发展壮大茶产业的同时，探索茶旅融合之路，打造集农业采摘、休闲观光于一体的茶园，让茶农实现茶叶和旅游双重经济收入。殷娟既圆了自己的“归园田居”梦，又带动周

边村民增收，为乡村振兴尽了一份力量。

从“海归”白领到采茶姑娘

2007年高中毕业后，殷娟到新西兰留学，学习管理学。“初入新西兰，我刚到奥克兰机场就被偷了背包，在口语很差的情况下幸运地遇到了一位会说中文的机场工作人员，他带我去登记、报警、改航班。”第一次独自出

国的殷娟对那段经历印象深刻，

“出国前自我感觉英语口语已经不错了，结果真到了国外我根本不会说，也听不懂。那是我第一次离开家人，带的现金全在背包里面，当时慌张地感觉‘天塌下来了’。”这段不开心的经历促使殷娟把大量精力用在练习口语上，为了快速熟悉当地生活，她在课余时间也尝试了销售等兼职。毕业后，殷娟进入新西兰一



殷娟（右前）在进行茶叶加工。

家保健品公司工作，从采购营销员一直做到销售管理层，顺利拿到了高薪，也取得新西兰“绿卡”。

“虽然身在国外，却始终关注着国内的经济发展和家乡的发展变化。近年来，国内经济的蓬勃发展和良好的创新创业环境，以及正在大力发展的农村经济，使我坚定了回国发展的信心。”殷娟说。

2018年10月，殷娟回到南京，接手父亲创办的茗鑫农场开始了“二次创业”。在新西兰的11年，她习惯了慢节奏的生活。看着村里的荒田，她就想建设理想中的“桃花源”，过上属于自己的田园生活。

“我的根在家乡、心在家乡，在外越久，越想念家乡的一切。”殷娟站在自家农场的小院里，望着眼前的几十亩茶地，眼中透着笑意。回乡的殷娟，颇有一种“久



殷娟在制茶。

在樊笼里，复得返自然”的惬意。

农场创业助力乡村振兴

从保健品行业转型到农业，用殷娟的话来说，自己就是个“门外汉”。“自家本来就有一小块茶田，以前回国赶上采茶季，我也会加工制作茶叶，于是便决定租赁村民土地，扩大茶园面积。但因为本身不是学农，刚开始接触农场工作的时候真是跟想象中完全不一样，比如我觉得锄草很简单，但其实我连锄头怎么拿、怎么使力都不会。”

她首先拿父亲的30亩绿茶和40亩梨、桃、桔子等经济林果试手，并投放了特种水产。然而初期农场的“答卷”并不理想：绿茶销售不占优势、经济林果不喷农药基本无收成、3000只蟹

苗无一存活……一连串的打击给她的创业之路浇了“一瓢冷水”。

“我就是不服输，多尝试几次总会成功的。”在讲述创业前期的艰辛之时，殷娟笑着说。

国外的工作生活经历和身边榜样的成功经验，都在告诉殷娟，农业项目要舍得技术投入。为此殷娟请来专家指导，对土壤进行改良，潜心学习种植技术，投入50多万元购置炒茶机、茶叶烘干机，注册了“老虎墩”白茶商标，努力打造品牌。

在发展农场的同时，如何让家乡永远保持最初的美丽而不受污染，是殷娟一开始就思考的问题。所以，她下定决心——必须坚持发展绿色农业。她坚持不打农药，禁用除草剂，施用农家肥，让茶树在良好的生



茶园

态环境中以最自然的状态生长。为了进一步扩大经营，她熬过无数个夜晚，改过无数次经营方案，后来在市、区专家现场论证和固城街道农业技术人员的指导下，大胆创新，勇于变革，实施了转型发展。首先将需喷洒农药的经济林果全部淘汰，随后通过土地流转扩大种植面积，最终扩建至360余亩，其中260余亩用来种植高淳少有的优质白茶，其余进行水产和禽类养殖，开启小型家庭农场模式。

一分耕耘，一分收获。2020年，殷娟的60亩白茶基地被评

为南京市级高效特色园艺、绿色防控基地、市级示范家庭农场。

2021年，60余亩白茶迎来收获，生产白茶400余斤，2022年，可采茶面积达到100多亩。

得益于殷娟在绿色生产方面的大力探索，茶叶获得“绿色食品”认证证书，茗鑫农场获评江苏省“省级示范家庭农场”等荣誉称号。农场新建了300平方米厂房用于茶叶生产，购买了一批制茶机器并设置产品检测室，检测数据上传至“江苏省农产品质量安全监管平台”，具备完善的可追溯系统。在生产加工白茶同

时，也会在第二、第三波采摘鲜叶时加工成碧螺春茶，而在采茶尾声会加工成红茶，满足不同客户的需求。

殷娟说，在经营农场过程中碰到了许许多多的困难：农业是“靠天吃饭”，去年因高温干旱死了一百多亩地的茶树，于是今年安装了喷滴灌以确保茶树水源充足；为迎合市场，茶园需要不断地创新技术、品种等。但她也深知，农业只能一步一个脚印、脚踏实地地发展，更要不断学习、持续探索，不仅要低头看田间，也要紧跟政策、市场变化等。



殷娟在采茶。



殷娟在新西兰工作时的公司生产车间团队合影。

茶旅融合 带动乡亲共同富裕

殷娟认为，农业现代化建设是趋势。她告诉记者，今年农场会新建水肥一体化装置，明年会加入智慧农业设施，实时监测茶叶的生长情况，她也希望，不久的将来能用机器替换人工，茶园实现全机械化操作。在市场方面，高淳正大力发展茶业产业链，茶企也会抱团合作，打响高淳茶叶品牌。

“高淳是鱼米之乡，拥有丰富的农业资源，但大部分还是依靠传统的种植方式，而未来农业一定是智慧化、现代化。科技兴农，需要引进人才，将一二三产业融合。在国家支持、政策扶持的大好环境下，我们更要争做一名合格的新农人。”殷娟说。

近年来，随着一系列惠农、富农、助农政策的推出，越来越

多的年轻人投入到建设家乡的大潮中来，这些“新鲜血液”的加入，也让乡村振兴之路走得更为稳健、快速。据殷娟介绍，茗鑫农场每年带动附近居民就业增收，采茶繁忙的季节，季节性用工人数达百余人。

新港村交通便利，风景优美，平时游客众多。茗鑫农场虽然不是“榆柳荫后檐，桃李罗堂前”，但院前屋后，道路两旁，到处都是绿油油的白茶树。“细雨纷纷碧草长，新茶两片嫩芽黄。”漫步农场，仿佛置身天然氧吧、世外桃源。

为了留住人气，殷娟积极探索农场茶旅融合发展，在农场茶园建起了农家乐。以茶为核心，以山水田园为载体，茶园观光、茶叶采摘、风俗体验等活动逐渐火了起来，“农家乐+

民宿”一次最多可接待七八十人，逐渐成为村民们增收致富的新产业。

今年6月，殷娟参加了“重温重要回信精神 赓续留学报国传统”南京欧美同学会新老会员见面会，作为今年加入南京欧美同学会的新会员，她深感自豪，对接下来的会内活动也满怀期待。

“欧美同学会为广大留学人员加强交流、施展抱负搭建了平台，提供了载体。我将积极参加欧美同学会组织的各项活动，团结联系更多留学归国青年，在助力乡村振兴、创业创新、建言献策、公益慈善等方面持续发力，积极作为。”她说，新时代赋予留学人员新的使命，要切实增强责任感、使命感，充分发挥自身优势，为家乡发展建设添砖加瓦。■

人物简介

殷娟，南京欧美同学会会员，2019年创立南京市高淳区茗鑫经济林果种植家庭农场。高淳区茶业协会副会长、高级评茶员、高级茶艺师，获“2022年南京市五一创新能手”等荣誉称号。