

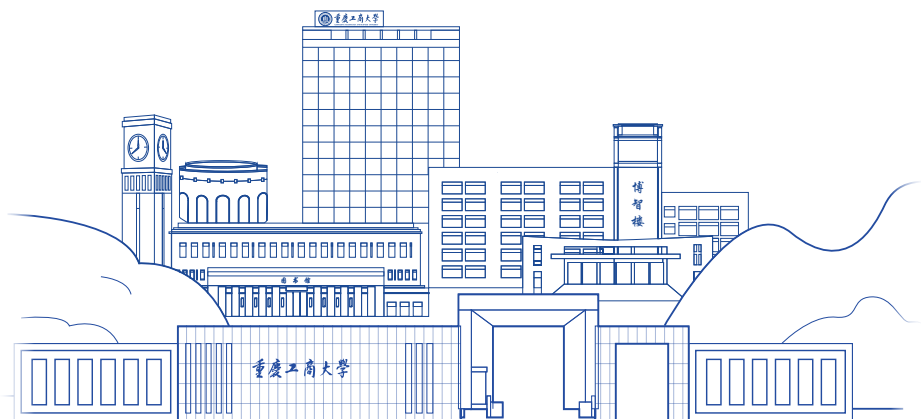


重慶工商大學  
CHONGQING TECHNOLOGY AND BUSINESS UNIVERSITY

# 学习生活一本通

党委学生工作部（学生处）

2025年8月



# 致 2025 级新生的一封信



**亲爱的 2025 级新同学：**

**你们好！**

**听——时代的号角激昂嘹亮，青春的脚步铿锵有力！**

在这叠翠流金、万物丰盈的美好时节，我们谨代表全校师生，向满怀梦想踏入重庆工商大学校园的你们，致以最热烈的欢迎和最诚挚的祝福！“晴空一鹤排云上，便引诗情到碧霄。”你们跨越山海，携求知的热忱而来；你们意气风发，以奋斗的姿态开启人生新篇。这一刻，重工商大的沃土因你们的加入而生机盎然，梦想的星河因你们的闪耀而璀璨生辉！

**“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金。”**

大学是探索真知的殿堂，亦是锤炼意志的熔炉。未来的旅程中，或有迷雾重重，或有荆棘载途，但请坚信：每一次躬身耕耘，都在为未来奠基；每一场风雨洗礼，终将铸就更强大的自己。学校是你们坚实的后盾，老师是你们温暖的引路人。愿你们在挑战中淬炼韧性，在试错中拥抱成长——如宝剑历经磨砺而锋芒愈显，似寒梅饱经霜雪而幽香益远。

**“悟以往之不谏，知来者之可追。”**

大学不仅是知识的瀚海，更是思维革新、人格塑成、视野开拓的关键阶段。在这里，你们将深耕专业、对话大师、碰撞思想；更将在实践中锤炼担当，在创新中定义未来。希望你们：

第一，立鸿鹄志，做追光者。“志不立，天下无可成之事。”愿你们以时代为经纬，以家国为坐标，锚定人生航向。让崇高的理想成为暗夜灯塔，指引你们穿越迷茫，以笃行不辍的脚步丈量青春的厚度。

第二，践行校训，做重工商大精神的传承者。“厚德博学，求是创新”——这八字校训是重工商大人永恒的精神坐标；厚德立身，以“君子务本，本立而道生”为训，涵养仁爱之心、诚信之品、担当之魄；博学致知，永葆“问渠那得清如许”的求知热忱，广涉群书，融通文理，筑知识之基；求是躬行，秉持“绝知此事要躬行”的实践精神，循真理之光，察万物之理；创新致远，

勇做“敢教日月换新天”的开拓者，以创新思维破解时代课题，以青春智慧赋能未来发展。

第三，知行合一，做奋斗者。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”投身社会实践，体悟民生百态；强健青春体魄，锤炼意志品格。在团队协作中学会共情，在躬身实践中读懂中国——让脚步沾满泥土，让青春绽放大地！

第四，博采众长，做终身学习者。大学的知识海洋浩瀚无垠，愿你们永葆“学海无涯苦作舟”的求知态度，不仅深耕专业领域，更要跨学科汲取养分，让学习成为一种生活方式，在知识的迭代中不断突破认知边界，以兼容并蓄的胸怀拥抱多元智慧。

### **“青年者，人生之王，人生之春，人生之华也。”**

习近平总书记嘱托青年：“要肩负时代重任，仰望星空又脚踏实地。”愿你们将个人理想熔铸于时代洪流，以家国情怀立心，以创新精神立行，以过硬本领立业，努力成长为有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代栋梁！如今工商校园已为你们铺就成长的跑道：这里有良师益友的悉心指引，有藏书万卷的知识殿堂，有实践创新的广阔平台。愿你们以“今日我以工商为荣”的豪情起步，以“明日工商以我为傲”的信念前行，在这片热土上镌刻属于自己的青春注脚——若干年后回首，定能看见那个在风雨中奔跑、在阳光下绽放的自己，正与时代的脉搏同频共振！

最后，愿你们在重工商大的沃土上扎根抽枝，于青春的赛道上奋力奔跑！让我们共执奋进之笔，以校训精神为墨，书写无愧于时代、无愧于人民的壮丽篇章！

党委学生工作部（学生处）

2025年8月



# 目录

获取更多学工信息请关注  
党委学工部 学生处 网站：  
<http://xsc.ctbu.edu.cn/>

## TABLE OF CONTENTS

■ 1. 学校概览 .....	1
■ 2. 学习指南 .....	5
■ 3. 资困助学 .....	10
■ 4. 心理调适 .....	14
■ 5. 党团组织关系转接 .....	20
■ 6. 素质能力提升 .....	24
■ 7. 学费缴纳 .....	26
■ 8. 学生社区 .....	29
■ 9. 图书资源 .....	32
■ 10. 智慧校园 .....	35
■ 11. 后勤服务 .....	44
■ 12. 安全知识 .....	47
■ 13. 文明修身 .....	67
■ 14. 学生发展中心 .....	69
■ 15. 名师导学 .....	71
■ 16. (学生处 + 大自委) 简介 .....	74



## 学校概览 >>

重庆工商大学始创于1952年，2002年由原渝州大学和原重庆商学院合并组建而成，是一所涵盖经济学、管理学、文学、工学、法学、理学、艺术学等学科的高水平财经类应用研究型大学，是国家“中西部高校基础能力建设工程”高校、重庆市国际人文特色高校。学校传承和弘扬“含弘自强、经邦济民”的重工商大精神，秉持“质量立校、特色兴校、人才强校”的办学理念，遵循“厚德博学、求是创新”的校训，抢抓高等教育发展重大机遇，办学层次不断提升。1985年获批准学士学位授予权，2003年获批准硕士学位授予权，2012年获批准“三峡库区百万移民安稳致富服务国家特殊需求博士人才培养项目”，2014年设立应用经济学博士后科研流动站，2018年列入重庆市新增博士学位授予单位立项建设高校，2024年获批准博士学位授予单位，形成本硕博贯通的人才培养体系。学校占地面积2896亩，现有3个校区，19个教学学院，教职工2406人，在校学生3万余人。

近年来，学校以“双一流”建设为引领，瞄准学科发展前沿，面向国家、重庆市重大战略需求和社会经济发展的重大问题，聚焦共建“一带一路”、新时代西部大开发、成渝地区双城经济圈建设等国家重大战略和重庆市“33618”现代制造业集群体系、“416”科技创新布局需求，不断深化完善“1+2+2+4+N”的学科专业整体布局。坚持人才培养中心地位，以“大商科+新工科”的商工融合创新发展为驱动，以“三重大一急需”为牵引，立足特色优势分类推进“经管一流、理工精品、文法艺特色”学科群建设，构建商工融合、多科协同的学科生态体系。现有应用经济学、工商管理学2个重庆市“一流学科”，14个重庆市重点学科；智能商务、智能金融、智能会计3个重庆市“人工智能+”学科群；工程学、化学、材料科学、环境/生态学4个学科进入ESI全球大学和科研机构排名前1%，学科数在重庆市市属高校中排名第二。在新一轮全国学科评估中，应用经济学、工商管理学排名分别位列重庆市第一、第二。现有20个国家级一流本科专业建设点，29个重庆市“一流专业”，

5个重庆市特色学科专业群，22个重庆市特色专业，“绿色低碳”和“数字经济”2个重庆市产教融合特色优势专业群。目前，学校有应用经济学、统计学、工商管理学3个一级学科博士学位授权点，14个一级学科硕士学位授权点，24个硕士学位授权点，建有1个应用经济学博士后科研流动站，1个博士后科研工作站。

学校紧密结合区域经济社会发展的人才需求，着力培养具有创新精神和实践能力的应用型复合型高素质专门人才，面向31个省直辖市自治区和港澳台地区招生，超过一本批次线或特殊类型资格线的优质生源数超过录取总数的97%，生源质量持续向好；获得国家教学成果二等奖3项；有经济管理国家级实验教学示范中心等国家级（虚拟仿真）实验教学示范中心3个；获批重庆市高水平新文科建设学校、经济学拔尖人才培养示范基地、食品营养与健康（火锅）现代产业学院、智能信息技术现代产业学院（培育）。近年来，学生在“中国国际大学生创新大赛”“‘挑战杯’全国大学生课外科技大赛”等各类赛事中获得省部级以上奖项3700余项；高水平大学生女排运动队获重庆市排球比赛29连冠。学校人才培养质量进一步获得认可，获评“全国就业50强典型高校”。

学校坚持“四个面向”，扎实推进有组织科研，大力促进科技成果转化，为区域经济建设和社会发展服务。建有教育部人文社科重点研究基地成渝地区双城经济圈建设研究院、废油资源化技术与装备教育部工程研究中心、智能制造服务国际科技合作基地等教育部、科技部和重庆市级科研机构44个。获得国家科技进步二等奖、教育部高等学校科学研究优秀成果奖（人文社会科学）一等奖等重大奖项；科研成果入选《国家哲学社会科学成果文库》；推出“‘一带一路’研究丛书”“成渝地区双城经济圈发展报告”等系列研究成果；获批国家社科基金重大项目、教育部哲学社会科学重大课题攻关项目等国家级重大重点项目21项，国家社科基金项目立项数连续7年保持在20项以上，位居全国财经类高校和重庆市属高校前列。围绕服务国家重大战略和地方经济建设开展咨政研究，提交的60余项咨询报告获得中央领导同志批示。“三维静脉识别关键技术研发及应用”等200余项科技成果实现转移转化。

学校坚持人才强校战略，完善人才引育政策体系，推进一流师资队伍建设工程，大力实施高端人才计划、特聘岗位计划、特聘研究员计划、青年菁英计划、银发学者计划等5项人才引育支持计划，努力建设一支服务学校高质量发展、服务学校人才培养质量提升、服务国家重大战略和现代化新重庆建设的高水平师资队伍。现有专任教师1913人，其中高级职称884人、博士学位983人。建有院士专家工作站，全职聘用欧洲科学院院士1名、双聘中国工程院院士1名；国家级、省部级等各类

高层次人才 129 人，省部级创新团队 22 个，涌现出全国优秀教师、全国五一奖章获得者、全国师德先进个人等一批优秀教师代表。

学校积极开展合作办学，主动融入共建“一带一路”，充分发挥特色学科优势，大力推进国际化进程。现有 2 个教育部批准的非独立法人中外合作办学机构，1 个教育部备案的区域与国别研究中心。与 34 个国家（地区）的 110 所高校建立合作伙伴关系，年均聘请 20 余个国别的近百名外专外教，累计招收来自 30 多个国别的 4000 余名国际学生，建有一个海外孔子学院，一个海外语言文化中心，是“一带一路”中波大学联盟成员高校，开设了 ACCA、CIMA、CFA 等国际特色项目班。获批重庆市国际交流合作示范学校、内陆教育开放高地项目建设学校。学校积极推进校地、校企合作，深化产教融合协同育人。与中国人民大学、中国社科院、重庆市审计局等多个高校、科研院所、政府机构等建立战略合作关系，与华为技术有限公司、中国移动通信集团重庆有限公司、科大讯飞股份有限公司、宗申产业集团有限公司、中国证券业协会、重庆市工商联等 300 余家企事业单位、行业协会签订战略合作协议。成立重庆工商大学教育发展基金会并在首次社会组织评估中获评 4A 级社会组织，积极引进社会资源助力学校教育事业高质量发展。

学校坚持文化育人、环境育人，是重庆市“文明校园”“十佳园林式单位”“文明单位”“平安校园”“绿色学校建设示范学校”“智慧校园建设示范学校”和重庆市首批“美丽校园”“高等学校教师发展示范中心”。图书馆有纸质图书 345 万



余册、电子图书 251 万余册。建有智慧校园生态体系，建成多校区楼宇互联，有线无线一体化覆盖的全光校园网，获评教育部“网络学习空间应用普及活动优秀学校”，入选重庆市首批数字体验产品及支撑服务单位。

站在新的历史起点上，学校将主动服务国家重大战略和现代化新重庆建设，全力建设商工融合、多科协同，全国知名的财经类应用研究型大学，为本世纪中叶把学校全面建成特色优势突出、国际知名的现代化高水平大学而团结奋斗，为奋力谱写中国式现代化重庆篇章作出新贡献。



# 02

## 学习指南 >>

我校普通全日制本科各专业的标准学制为 4 年。涉及入学、报到与注册、考勤与请假、考核与成绩记载、选课（含自修、重修、辅修）、转专业与转学、休学（含保留学籍与复学）、奖励与处分、学业警示与退学、毕业（含结业、肄业与学位）等与教学相关事宜严格按照《重庆工商大学普通全日制本科学籍管理规定》执行（详见《学生手册》）。学生选课、成绩查询等相关事宜通过教务系统完成，网址 <http://jw.ctbu.edu.cn>，联系电话 023-62769149。

### ■ 一、学分制的主要内容和特点

学分制的特点是以选课制为基础，以发展人的个性为核心，尊重学生的学习自主性，在加强引导的同时，把教育的“选择权”交还给学生，要将教育的重点放在“学”而不是“教”上，培养学生利用信息技术进行学习和获取知识的能力。以修读最低毕业学分作为毕业标准，以获得 2.00 学分平均绩点为取得学位标准。主要表现为：学习年限的弹性、学习内容的选择性、课程考察的变通性、培养过程的指导性等特点。

### ■ 二、学分制如何选修课程

学校实行选课制度，已取得学籍的学生在规定的学习年限内通过选课自主安排学业进程。学生原则上在国家规定的基本学制年限（四年）内应修完专业培养方案规定的课程并取得相应学分。选课有以下原则：

- （1）已注册的学生修读课程顺序必须以我校的专业培养方案为依据；
- （2）已注册学生每学期修读学分的多少，应根据学生的学习情况和学习能力为前提，以学生注册专业当学期教学执行计划所列的计划学分总数为基础，在学院老师的指导下按一定的选课顺序选择一定范围内的课程学分。
- （3）未办理选课手续参加考核者，不能取得相应课程的学分。

(4) 每学期选课学分要求：原则上根据注册学科与专业教学执行计划的基本学分要求选课和修读；每学期修读课程不低于 20 学分，不高于 35 学分。

### ■ 三、学分制学业警示

学生累计取得的学分应 $\geq$ 累计修读学期数\*15 学分，否则将给予 1 次学业警示（从第一学年结束开始进行学业警示，以后每学期累计计算），并记入学生学籍卡中。

### ■ 四、关于学校转专业的相关规定

学生原则上应在被录取的专业完成学业，有下列情况之一的在读学生，可在一年级结束或二年级结束时申请一次转专业。

(1) 以我校新生及在校生身份入伍的退役大学生士兵在入学或复学时，因自身情况需要转专业的（学校予以优先考虑，在预计毕业时间不超过修学年限的前提下可以不受转专业时间限制）；

(2) 经本人申请，家长（监护人）同意，学校确认转专业更能发挥其专长的；

(3) 入学后因患疾病或生理缺陷，出具经学校指定的三级甲等以上医院诊断证明其不适宜在原专业学习，但尚能在本校其他相应专业学习的；

(4) 满足学校学籍管理规定中相关条件的休学创业学生复学后申请转入到与其创业领域相关的专业的。

学生有下列情形之一者，不能申请转专业：

(1) 招生时国家明确规定不能转专业的特殊类型专业学生；其它招生时对专业或学生有特殊要求的；

(2) 艺体类专业与非艺体类专业互转的；

(3) 定向、委托培养招生录取的；

(4) 招生录取时为中外合作办学专业转出至非中外合作办学专业的；

(5) 应予退学的；

(6) 休学、保留学籍期间的；

(7) 专升本学生或者第二学士学位学生；

(8) 大学四年级的；

(9) 已转学转入我校就读的；

(10) 已有一次转专业的，包括转专业学校公示期内放弃转专业录取资格的；

(11) 其他情况。

ACCA、CIMA、CFA 等二次选拔项目就读和国际商学院中外双学士学位校际交流项目退出项目的学生按照项目相关规定处理。

## ■ 五、为什么学生每学期必须办理注册手续

学生须按规定在每学期开学时办理学籍注册手续，确认学籍。经过注册的学生，才能获得在校学习的资格，并享有相应的权利。

## ■ 六、取得注册资格的条件是什么

学生注册前应当按照规定缴清有关费用，家庭经济困难的学生，按相关规定办理申请贷款或者其他形式资助的手续后，经学校批准在规定期限内可暂缓注册。暂缓注册的学生可以在暂缓注册期间修读当学期相关课程，并在承诺期内缴纳学费后正式注册。所修课程及成绩在正式注册后生效。

## ■ 七、怎样适应大学的环境

大学的环境有别于中学。在中学里，有任课老师、班主任管着；在家里，有爸妈操心。在大学里，远离父母，除了要学会自己照顾自己，管理自己，管好生活以外，更要善于管好学习。大学老师主要传授学习方法，引导学生进行分析、归纳、推导，知识的获取更多的要靠自己去做，学会培养自己获取知识和信息的能力，即所谓“学会学习”。学习的概念不仅仅指课堂里的内容、教科书里的内容，还包括其他方面，如上图书馆、做实验、参加丰富多彩的课外活动及各类竞赛，参与各种集体和社团活动，聆听各类讲座、讲坛，搞社会调查等，更可以和同学、师长广泛交往，互相切磋，相互交流。学习的内容变得这么宽广，学习方式是如此有趣，同学们尽可在知识的海洋里畅快遨游。

## ■ 八、怎样调整大学的学习方法

进入大学后，以教师为主导的教学模式变成了以学生为主导的自学模式。教师在课堂讲授知识后，学生不仅要消化理解课堂上学习的内容，而且还要大量阅读相关方面的书籍和文献资料。可以说，自学能力的高低成为影响学业成绩的最重要因素。

这种自学能力包括：能独立确定学习目标，能对教师所讲内容提出质疑，查询有关文献，确定自修内容，将自修的内容表达出来与人探讨，写学习心得或学术论文等。

从旧的学习方法向新的学习方法过渡，这是每个大学新生都必须经历的过程。尽早做好思想准备，就能较好地、顺利地度过这一阶段，少走弯路，减少心理压力，促进学业成绩的提高。

## ■ 九、如何合理安排课余时间

大学生的课余时间，指上课以外的各种时间，包括国家规定的公民的节假日、双休日、学生的寒暑假等，可以说大学生大约三分之二左右的时间都属此列。如果你想珍惜大学的学习生活，尽快成才，除了认真上课外，这课余时间是否合理科学地利用，就成了关键因素。首先，要根据自己的奋斗目标，作出中长期的规划。假如你想自学专业以外的某一门课程，或某一项技艺，或发挥自己的某一专长爱好，也应做好计划。其次，要有较强的自主、自律意识。不同的人有不同的追求、爱好和生活方式。在科技发达的信息社会里，人们的业余生活是丰富多彩的，新颖、刺激、有趣的各种活动项目使人目不暇接。作为年青大学生，要抵得住那么多的诱惑，并非易事。它需要有自强不息求知若渴的精神，严于律己坚韧不拔的意志，才能战胜自我，排除任性、惰性及外界的干扰。再次，要处理好专业课学习与业余爱好的主从关系。到了大学，每人都有自己的专业，学好它，这是祖国的重任，父辈的期望，是根本任务。没学好，最直接的结果是不能毕业，这将会对自己的前途造成严重后果。最后，劳逸结合，学会生活。要学会生活，要乐观自信，要有饱满的情绪和冲天的干劲。

## ■ 十、晚自习到哪里上

教室、图书馆、寝室是学生晚自习的主要学习场所。但为了减少干扰，最好去教室和图书馆。

## ■ 十一、学生证的作用、遗失和补办

学生证代表学生身份，学生凭学生证才能参加学校课程结业考试。学生证遗失后学生需自行办理遗失声明，凡因遗失学生证而引发的任何问题，后果学生自负。

办理时间：每月 1-3 日，遇节假日顺延，学期开学当月不予办理。

补办学生证的流程：

(1) 学生在学院领取申请表，或教务处网站 (<https://dean.ctbu.edu.cn/info/2000/5813.htm>) 下载、打印并如实填写申请表，经学院相关人员签字盖章后，粘贴近期 1 寸免冠标准彩色照片（禁贴大头贴或艺术照）。

(2) 到厚德楼 2016 室学籍管理科办理相应手续并缴纳办证工本费。

(3) 当月 20 日后到厚德楼 2016 室领取新证。需加盖注册章和办理火车票优惠卡的在学院办理。

## ■ 十二、在线学习平台

在线学习平台 (<https://smartedu.ctbu.edu.cn>)，这里是永不下课的课堂。

课堂上，它是你签到、抢答、提问的小帮手；

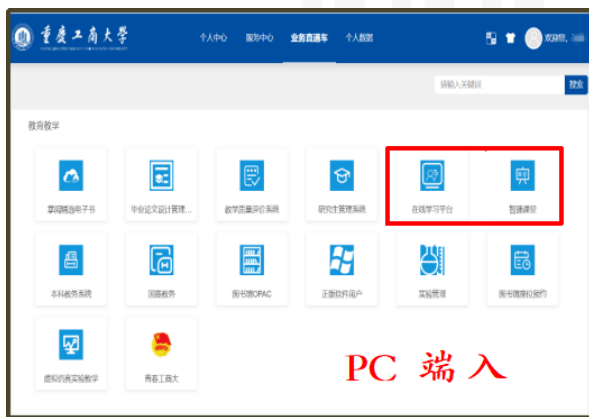
课堂外，它是你课前预习、课后复习、课后讨论、课后作业、自主学习的好帮手；

AI 助教随时为你答疑解惑，它是助你攻克重点难点的全能学伴。

工商大 MOOC，重庆市 MOOC，中国大学 MOOC，各校名师名课，等你来。

## ■ 十三、智播课堂

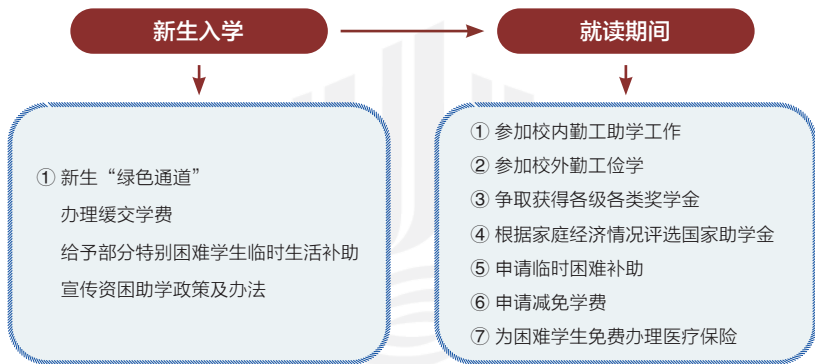
智播课堂 (<https://dcourses.ctbu.edu.cn/>)，这里为你提供学校智慧教室课堂教学的直播和录播视频，学生可根据自身学习情况随时调取观看，突破时空限制实现个性化学习。



## 03

## 资困助学 &gt;&gt;

## ■ 一、学校有哪些资困助学的措施



## ■ 二、哪些学生属于特困生

根据家庭的经济状况，家庭经济困难学生分为一般困难、比较困难和特别困难三个档次。特别困难学生是指家庭完全不能保障该生在校期间学习、生活基本费用的学生，主要包括以下几类：

- (1) 无固定经济来源，生活困难的烈士子女；
- (2) 父、母双亡，失去固定经济来源的孤儿；
- (3) 单亲家庭，生活特别困难；
- (4) 父、母中有一方长期患病、残疾，劳动力弱或丧失劳动力；
- (5) 父、母下岗，生活特别困难；
- (6) 农村建档立卡贫困家庭学生、最低生活保障家庭学生或特困供养学生；
- (7) 其他特殊原因造成的家庭经济特别困难。

### ■ 三、怎样认定家庭经济困难学生

学校家庭经济困难学生的认定每学年集中申请、审批一次，时间为每年的九月到十月。

家庭经济困难学生的认定程序按照个人申请、班级评议、学院审核、学校审批的程序进行。

每学年开始，家庭经济困难的学生本人根据申请条件自愿提出申请，申请学生须如实填写《重庆工商大学家庭经济困难学生认定申请表》，学生本人可自愿提交适当的佐证材料，向所在学院提出书面申请。

### ■ 四、哪些行为会导致取消家庭经济困难学生资格

有下列情况之一的学生，取消家庭经济困难学生资格，收回各类资助：

(1) 日常消费明显超出正常消费水平的。如购买高档通讯工具、电子产品、高档时装和奢侈化妆品的；在校外租房者或经常出入沉迷于网吧、酒吧、餐厅、KTV等娱乐场所消费的；节假日经常外出旅游的；

(2) 有吸烟习惯的、有酗酒、赌博等不良习气的；

(3) 弄虚作假获得家庭经济困难学生认定资格的；

(4) 未经学校审批私自在校外租房的；

(5) 家庭成员为财政供养人员且未出现重大致困情况的；

(6) 拒绝配合家庭经济状况调查的；

(7) 其他不予认定或应取消家庭经济困难学生认定资格的情况。

### ■ 五、国家助学贷款办理的程序和应提交的材料

学校提倡学生本人在生源地办理助学贷款，生源地助学贷款办理快、放款快，具体流程为：

(1) 登录学生在线服务系统。国家开发银行助学贷款信息网（[www.csls.cdb.com.cn](http://www.csls.cdb.com.cn)），注册学生在线服务系统（生源地）。

(2) 填写申请表。在线填写申请表，填写后需打印，借款学生本人签字。

(3) 申请表加盖公章。申请表上需要资格审查单位加盖公章。

(4) 学生需要准备所需材料。学生本人签字并需加盖公章的申请表、借款学生及共同借款人双方的身份证原件及复印件、录取通知书或学生证复印件、户口簿原件。

(5) 签订合同。借款人和共同借款人到户籍所在县级资助中心签订合同并领取回执单。

(6) 提交回执单。借款学生将回执单交给学校并录入系统。

(7) 其他详细流程可咨询生源地资助中心。

## ■ 六、如何参加学校的勤工助学活动?

这里所说的勤工助学是指学生在学校的组织下利用课余时间,通过劳动取得合法报酬,用于改善学习和生活条件、增强动手能力、全面提升综合素质的社会实践活动。勤工助学活动包含了校内、校外两种形式。

校内勤工助学岗位仅提供给家庭经济困难的学生,凡当年被评定为家庭经济困难的学生可根据个人需要在学校学工系统里申请勤工助学岗位,学生参加勤工助学活动按 12 元/小时的标准计算报酬,每月最多工作 40 小时,工资报酬按月发放,下个月初发到学生银行卡上。

校外勤工助学是由校外用人单位携带营业执照副本及相关的证明材料到勤工中心办理登记手续,审核通过后在学校招录学生参加勤工助学并取得相应的报酬。学生在进行校外勤工助学前,应当与勤工中心、用人单位签订具有法律效力的三方协议书,协议书必须明确三方的权利、义务以及报酬等相关内容,明确开展勤工助学活动的学生如发生意外伤害事故的处理办法以及争议解决方法,签订协议书并办理相关聘用手续后,学生方可开展勤工助学活动。学校不允许学生在学期间个人擅自到社会上从事兼职工作或在校内进行经商活动。

## ■ 七、不能按时缴纳学费、住宿费费用怎么办

对不能按时缴纳学费、住宿费等费用的学生,经学校批准在规定期限内可暂缓注册。

学生因缴费问题而设置暂缓注册的时间一般放在每学年的第一学期,第二学期如果仍未缴清应该缴纳的费用且不符合注册条件的学生,不予注册(试行学分制管理的学生如果按学期和学分缴费,设置暂缓注册的时间另行规定)。

(1) 暂缓注册学生没有完善注册手续,没有取得学籍,不能享有取得学籍后才能享有的权利和义务;

(2) 暂缓注册期限为三个月,每年截至 11 月 30 日。暂缓注册期限也是学生学费、住宿费等费用的缓缴期限;

(3) 为了保证新生顺利入校，学校设立“绿色通道”，办理贫困学生暂缓注册手续，在暂缓注册期间，学生除按规定减免学费外，参照下列第(4)、(5)条的规定执行。

(4) 未能按时缴纳学费、住宿费等费用的贫困学生，都应该积极申请国家助学贷款（特别是生源地助学贷款），及早按要求准备、完善贷款的相关材料；

(5) 暂缓期结束时，对申请并办理完国家助学贷款手续的欠费学生，在缴清学费、住宿费等其他应缴费用的前提下予以注册；没有申请或已经申请但银行审批没有通过（包括材料不合格、表现欠佳、成绩太差等情况）的非特困学生，如果仍然没有缴清学费、住宿费等应缴费用，不予注册。未注册学生不能享受注册学生的相应权利；

(6) 如果因为上述问题而影响学生选课、考试（查）、学分（成绩）确认、毕业等，由学生本人自行负责毕业等，由学生本人自行负责。



## 04

## 心理调适 &gt;&gt;

### ■ 一、大学新生应如何理解自身角色的转变

刚刚跨入大学校门的新生，就如同一名运动员，可能在省队中是第一名，但进入国家队后或许会位列第三、第四名。然而，能够跻身国家队，本身就足以证明其优秀的运动实力。因此，适度调低对自己的期望，接纳“不完美”的自我，解开束缚精神的重重枷锁，你便能以更加开放的心态融入大学生活，从而收获更加丰富多彩的人生体验。

此外，在大学环境中，评价一个人的标准并非单一的学习成绩，能力与特长在实际生活中也是衡量个体素质的关键因素，且其重要性日益凸显。例如，一位大学生若知识广博，或社交能力出众，或能歌善舞，或拥有体育特长，这些都将助力其顺利完成角色转变。



### ■ 二、大学新生如何增强自信心

在大学校园生活中，每个人难免会遇到失意的时刻。当你在学习或生活中遭遇挫折时，如何才能重新树立自信心呢？英国心理学家克列尔·拉依涅尔提出了10条有助于增强自信心的规则：

(1) 每天照三遍镜子。清晨走出宿舍之前，对着镜子修饰仪表，整理着装，务必使自己的外表处于最佳状态。午饭后，再照一遍镜子，修饰一下自己，保持整洁。晚上就寝前洗脸时再照照镜子。消除对自己的仪表的不必要的担心，更有利于你将注意力集中到工作、学习上。

(2) 不要总想着自己的身体缺陷。每个人都有各自的身体缺陷，完美无缺的人是不存在的，对自身的缺陷不要念念不忘，其实，人们往往并没有那么在意你的缺陷。只要少想，自我感觉就会更好。

(3) 你感觉明显的事情，其他人不一定注意得到。当你在众人面前讲话感到面红耳赤时，你的听众可能只是看到你两腮红润，令人愉快而已。事实上你的窘态并没有那么容易被其他人发现。

(4) 不要过多地指责别人。如果你常在心里指责别人，这种毛病就可能成为习惯。应逐渐地克服这种缺点，总爱批评别人的人是缺乏自信的表现。

(5) 多数人喜欢的是听众。因此，当别人讲话时，你不要急于用机智幽默的插话来博得别人对你的好感。你只要认真地倾听别人的讲话，他们就一定会喜欢你。

(6) 为人坦诚，不要不懂装懂。对不懂的东西坦白地承认，这不仅不会损害你的形象，还会给人以诚实可信的感觉；对别人的魅力和取得的成就就要勇于承认，并致以钦佩和赞赏。

(7) 在自己的身边找一个患难相助、荣辱与共的朋友。这样在任何情况下你都不会感到孤独。

(8) 不要试图用酒来壮胆提神。如果你害羞腼腆，那么就是喝干了酒瓶也无济于事。只要你潇洒大方，滴酒不沾也会受到大家的欢迎。

(9) 拘谨可能使某些人对你含有敌意。如果某人不爱理你，则不要总觉得自己有错。对于有敌意的人，不讲话虽不是最好的方法，但却是唯一的方法。

(10) 一定要避免使自己处于一种不利的环境中。否则，当你处于这种不利情况时，虽然人们会对你表示同情，但他们同时也会感到比你地位优越而在心里轻视你。

### ■ 三、如何面对异地求学的心理丧失感

首先，大学新生需要认识到，人的一生本就是一个不断“丧失”的过程：胎儿失去襁褓的庇护，才能学会站立和行走；青少年失去父母的呵护，才能成长为独立生活的人……如果我们一生都害怕失去，不愿付出任何代价，那么我们最终也将失去发展的机会。从这个角度来看，你今天因丧失所带来的暂时痛苦和不适应，换来的正是明天的飞跃。

明白了这一点，与其消极被动地面对新环境，不如积极主动地去适应它。如果你想赢得他人的喜爱，结交朋友，就必须敞开心扉、关心他人。如果你始终沉浸在自己的“孤独”中，将情感寄托于过去的环境，那么你将无法摆脱



心理上的丧失感，这样的人，又有谁会喜欢？

无论你是否愿意，人总是要成长的。成长意味着什么？意味着你将面临更多的变化，意味着你必须不断适应更新、更复杂的环境。

#### ■ 四、大学新生面临的心理不适有哪些

新生群体的心理健康水平略低于普通人群，尤其在强迫、抑郁、焦虑、恐怖、偏执等症状上表现显著。入学之初，新生会有种种心理上的不适应，主要表现在以下三方面：

(1) 跨过了高考这个门槛后，当面对更广阔、更复杂的生活时，不但没有从心理和生理上做好迎接更大困难的准备，反而放松了对自己的要求，幻想着能轻松度日。

(2) 有些同学在高考中没有把握好，与理想的大学或者专业失之交臂，精神颓废，从而失去了成就自己的机会。

(3) 怎么样都无所谓，这些较偏激的想法以及没有认识到自己需要在大学阶段中获得全面的发展，结果可能走上了通向后悔的岔路。

为了尽快适应大学学习生活，新生应积极调整心态，对自己要有一个再认识：

- (1) 不应对学校管理制度不适应而产生压抑感；
- (2) 不应在中学时的优势消失而产生失落感；
- (3) 不应生活环境不适应而产生失望感；
- (4) 不应人际关系不适应而产生孤独感。

目前我们学校拥有心理健康教育与咨询中心，可多去参加有关的健康讲座、心理咨询等活动，这样能帮助自己尽快适应新的学习生活。



#### ■ 五、大学新生入校怎样给自己定位

首先，要迅速给自己定位。

想要在专业知识上深入学习、在学术上有所突破的同学，就要了解本专业研究的概况，并找老师开出一些专业方面的书单，先对所学习的专业有一个宏观的了解。而致力于 ze 学生工作的同学可以到学生会和团委报名参加学生干部的招募。但是，千万不要以为大学四年时间很长，学习和工作兼顾，很有可能什么都做不好。

其次，选择学生社团要考虑个人的特点。在大学里有很多社团，从理论类到文艺、

体育类应有尽有，不要盲目地参加，甚至报上十来个社团。社团活动会对你的个人时间、身体素质和经济状况有一定要求，根据自己的特点和爱好谨慎地选择一两个社团参加是一个明智的选择。

第三，要学会上网也要学会不上网。读大学不上网不行。专业方面的信息和资料，以及校园里各种活动信息都汇集在校园网上，通过网络能节省宝贵的时间。但是，要懂得从网上下来这才叫真正会上网。会上网的学生把网络当作工具，整天泡在网上聊天、打游戏是极浪费时间的，这些学生是不会上网的人。



第四，花钱要精打细算。尤其是对于特困生，虽然通过“奖、助、贷、减、免、勤”等方式能够解决上学难的问题，但是超前消费总有偿还的一天。大学四年，是一个很好的锻炼个人理财的机会，要把有限的钱花在最需要的地方。

第五，学会独立生活。对大多数学生来说，上大学是第一次离开父母，生活上的自理能力不够，男生不要等到袜子都能站起来了才去洗；女生也千万不要为了苗条而不吃早饭。卧具、衣服要定时更换清洗；一日三餐不应奢侈，但是一定要注意营养。女生在床头挂起了帘子，男生也不要怕麻烦，保持一定范围的个人空间，将有利于你更好地学习和休息。

## ■ 六、如何适应集体生活

现代的大学生基本上是独生子女，生活自理能力相对较弱，又因为他们各自的家庭背景不同，因此，以宿舍为单位的集体生活对于他们来说既新鲜，又有许多烦恼。为了更快地适应集体生活，大学新生应：

- (1) 遵守学校规章制度，合理安排作息制度，保持与同宿舍同学生活步调一致。
- (2) 树立以宿舍为家的观念，学会共同生活，保持宿舍优雅环境。
- (3) 培养谦让、宽容精神，和睦相处。
- (4) 养成良好的沟通习惯，增进同学之间的友谊。
- (5) 发扬团结互助精神，相互关爱，加强集体凝聚力。

## ■ 七、大学生心理健康标准

- (1) 能保持对学习较浓厚的兴趣和求知欲望。
- (2) 能保持正确的自我意识，接纳自我。

(3) 能协调与控制情绪，保持良好的心境。心理健康者经常能保持愉快、自信、满足的心情，善于从行动中寻求乐趣，对生活充满希望，情绪稳定性好。

(4) 能保持和谐的人际关系，乐于交往。

(5) 能保持完整统一的人格品质。心理健康的最终目标是保持人格的完整性，培养健全人格。

(6) 能保持良好的环境适应能力，包括正确认识环境以及处理个人和环境的的关系。

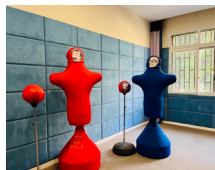
(7) 心理行为符合年龄特征。

## ■ 八、学校心理健康教育与咨询中心办公室简介

重庆工商大学心理健康教育与咨询中心（以下简称中心）成立于2006年，挂靠学生工作部。中心于2016年获评“重庆市高校心理健康教育与咨询示范中心”，2018年获批中央财政支持地方高校发展专项基金项目，2021年获批“重庆市未成年人心理健康工作联盟成员单位”。

中心现有专职教师8人（含博士1人），兼职教师26人，均具有心理学硕士及以上专业学科背景或持有国家认可的心理咨询师资格证书；校外心理督导师1人；校外心理医师4人，均为高年资主治医师。

中心可为不同需求的学生提供包括心理咨询、心理团体辅导、心理危机预防与干预、心理测评、心理活动、心理讲座与培训等丰富多样的心理服务。中心设有朋辈心理帮扶团、风信子心联社、心灵导报编辑室、心灵氧吧微信公众号。



联系方式：

南岸校区

地址：学创园一楼

电话：023-62769845

兰花湖片区

地址：崇德楼 115、116

电话：023-62606635

茶园校区

地址：师生服务中心三楼

电话：023-67001519



大学生心理健康教育与咨询中心

网址：<https://xldh.ctbu.edu.cn/index.htm>

微信公众号：CTBU 心灵氧吧



## 05

# 党组织关系转接 >>

## ■ 一、新生党员组织关系转移需要注意哪些事项

线下转入新生党员，进校时须及时将本人组织关系介绍信和党员档案材料密封件交所在学院党委（党总支）负责老师处；线上转入的新生党员，请通过“红岩先锋智慧党务”平台转入党组织关系（无纸质党组织关系介绍信），只提交党员档案材料到所在学院党委（党总支）负责老师处（请向辅导员咨询清楚收材料老师的姓名，以免材料遗失），由学院党委（党总支）按照相关程序办理党组织关系转入手续。如果新生党员未携带党员档案，只提交党组织关系介绍信，请告知辅导员，协助其查收党员档案材料。

高中阶段已经是入党申请人、入党积极分子、发展对象并且一直连续培养到入学前的新生，请入学报到后及时主动向归属支部书记汇报，如果本人持有相关材料，请将密封件交所在学院党委（党总支）负责老师处；如果个人档案中有相关材料，请告知辅导员及时提取，以便学院党委（党总支）及时跟进培养教育。

## ■ 二、发展学生党员的程序如何

发展学生党员一般要经过五个阶段：

（1）申请入党：向党组织提交由本人手写并签名的入党申请书。

（2）入党积极分子的培养考察阶段。通过对申请人的考察，并经过团组织推荐等程序，确定符合条件的申请人为入党积极分子。支部指定 1 - 2 名正式党员负责对入党积极分子考察培养，并填写《入党积极分子教育考察登记簿》。在此期间，选送积极分子到党校学习培训。

（3）发展对象的确定和考察。经过对入党积极分子至少一年的培养教育后，将基本符合条件的积极分子确定为发展对象，对其进行集中培训和政审；之后，将相关材料上报审查。

(4) 预备党员的吸收阶段。审查通过后，填写《入党志愿书》，经支部大会讨论通过、组织谈话、党委审批等程序后，吸收为预备党员，举行入党宣誓。

(5) 预备党员的管理和转正阶段。预备党员编入党的一个支部参加组织生活，继续接受党组织的培养和教育。预备期一年。预备期满前一个月，本人提交书面转正申请，经支部大会表决和党委审批后，符合条件的，转为正式党员。

### ■ 三、新同学希望加入党组织，该怎么做

如果新同学希望加入党组织，首先必须由本人自愿向所在学院的党组织以书面形式正式提出申请，并接受党组织的考验。**特别提醒：写申请时必须年满十八岁呦！**

### ■ 四、申请入党的条件是什么

党章规定：“年满十八岁的中国工人、农民、军人、知识分子和其他社会阶层的先进分子，承认党的纲领和章程，愿意参加党的一个组织并在其中积极工作、执行党的决议和按期交纳党费的，可以申请加入中国共产党。”

### ■ 五、入党申请书一般包括哪些内容

入党申请书一般包括以下内容：

- (1) 对党的认识，入党动机，入党态度。
- (2) 自己的优点、缺点和今后努力的方向。
- (3) 申请书之后应附个人自传，自传内容包括：本人经历，家庭出身，家庭主要成员和主要社会关系情况以及应该向组织说明的其它问题。

## 05

# 团组织关系转接 >>

## ■ 一、大学里团组织的组织架构：

在大学里，团组织主要分为三个层级：



所有团员入学后首先会成为班级团支部成员，定期开展团支部活动，同时也可以加入校团委、学院分团委下属的相关组织和部门。所有同学都可以参加团组织举办的各类活动。

## ■ 二、校团委内设机构、学生组织

校团委内设基层组织建设部、素质拓展部，指导校学生会、学生社团中心、校青年志愿者协会、大学生艺术团、青年传媒中心等校级学生组织开展工作。

## ■ 三、新生团员组织关系转移需要注意哪些事项

新生团员进校时须及时将本人组织关系介绍信（非必需）和团员档案材料密封件交与所在学院分团委，并通过“网上共青团·智慧团建”平台（<https://zhtj.youth.cn/zhtj>）将团组织关系转入所在的班级团支部。线下团组织关系转接去向应当与线上转接保持一致，不能以线下团组织关系转接替代线上转接。如果新生团员团组织关系转接遇到困难，请告知辅导员并联系高中团支部，协助解决。

### （1）忘记智慧团建登录密码，怎么办

智慧团建个人账号为团员本人身份证号，初始密码为身份证后8位。若忘记密码

码无法登录，需联系所在团支部或学院分团委管理员下发重置密码验证码，选择“忘记密码”按照页面提示操作即可。

### （2）转接时提示团员身份认证未通过无法转接，怎么办

团员身份认证显示未通过，需要确认团员《入团志愿书》是否上传且正确，是否完成审核。

### （3）团组织关系发生变更时转出如何操作

按照规定转移纸质团员档案，同时本人通过智慧团建系统将团组织关系转入变更后的团支部。

## ■ 四、发展学生团员的程序

发展学生团员一般要经过五个阶段：

（1）申请入团。向团组织提交由本人手写并签名的入团申请书。

（2）入团积极分子的确立及培养考察阶段。经过团组织推优等方式，确定符合条件的申请人为入团积极分子。确立为入团积极分子后，入团积极分子应当向团组织汇报自己的思想、工作和学习情况，从确立为积极分子的下个月开始，每月一次，形成三次书面的思想汇报。

（3）发展对象的确定和考察。团支部委员会采取知情人评议、听取培养联系人意见等方式，研究确定发展对象，填写《发展团员登记表》，连同相关材料报上级团组织审查。

（4）发展对象的吸收阶段。审查合格后，发放印有团员编号的《入团志愿书》，经支部大会讨论通过、上级团委审批等程序，吸收为正式团员。

（5）智慧团建录入与团员证发放。团支部书记需将新发展团员相关信息录入智慧团建系统，上级团组织核验通过后，由校团委发放团员证，举行入团宣誓。

## ■ 五、申请入团的条件是什么？新同学希望加入团组织，该怎么做

《团章》规定：“年龄在十四周岁以上，二十八周岁以下的中国青年，承认团的章程，愿意参加团的一个组织并在其中积极工作，执行团的决议和按期交纳团费的，可以申请加入中国共产主义青年团。”

如果新同学希望加入团组织，首先必须由本人自愿向所在的团支部以书面形式正式提出申请，并接受上级团组织的培养和考察。特别提醒：申请人需满足参加团课学习并顺利结业，志愿服务时长达 20 小时以上，原则上近两学期无不合格课程、无违规记录。

## 06

## 素质能力提升 &gt;&gt;

### ■ 一、共青团“第二课堂成绩单”

共青团“第二课堂成绩单”主要是围绕高校立德树人根本任务，在引导学生坚持学业为主的同时，针对学生思政教育、创新创业、社会实践、志愿服务、文体活动、社会工作等方面的需求，通过对工作内容、项目供给、评价机制等进行整体设计，探索规范化、课程化、制度化的工作模式，形成富有共青团特色、全方位培养大学生综合能力素质的工作机制。学生参加第二课堂活动，经审核可获得相应学分，全日制本科学生在校期间，须完成至少3个第二课堂学分方可毕业。第二课堂成绩单毕业时将和第一课堂成绩单一同放入学生档案，记载和证明学生在校期间参加第二课堂活动的情况，是学生综合素质和能力素质的有效证明。

学校“第二课堂成绩单”制度坚持“三全育人”“五育并举”，构建了与第一课堂互动互融、互补互促，以学科专业为基本单元的“5+X”第二课堂课程项目体系。

“5”即“德智体美劳”基础课程项目，主要包括思想成长、创新创业、文体拓展、劳动实践、志愿公益等课外活动。“德”主要包括各级各类思想政治类、思想引领类活动，如党校、团校培训，“青马工程”培训等。“智”主要包括各级各类学术科技、创新创业竞赛活动，如“挑战杯”赛事、学科专业竞赛、科研课题、论文及专利、实习实训等。“体”主要包括各类日常体育锻炼、卫生健康教育活动，如体育文化节系列活动、体能健康教育等。“美”主要包括各级各类文化艺术、人文素养活动，如艺术文化节系列活动、文艺演出、人文艺术类讲座、书法、摄影、演讲等。“劳”主要包括社会实践、志愿服务等活动，如“三下乡”社会实践、“扬帆计划”、“西部计划”、助残支教、社区服务、大型赛会服务等。“X”即“X个项目”，主要包括工作履历、技能特长、各级各类奖励荣誉、技能培训等，如校内党团学（含学生社团）组织的工作任职履历、在校外的社会工作履历、组织策划活动、国内外交流学习等。

校团委从2018级开始全面推行“数智第二课堂”，实现“第二课堂学分”网

上获取和认证。学生可登录学校“企业微信——工作台”，点击进入“数智第二课堂”板块，通过“活动大观园”模块，报名参与活动，在签到、参与、评价之后可自动获得第二课堂学分；也可以通过自行申报，经审核后获得第二课堂学分。具体细则可参见《关于印发重庆工商大学“第二课堂成绩单”制度实施办法（试行）的通知》（重工商大〔2021〕260号），《重庆工商大学学生“新儒商”第二课堂学分认证实施细则》（重工商大团〔2023〕24号）。

## ■ 二、如何加入学生社团

学生社团是以共同的爱好和兴趣为基础组织并自愿参加的群众性团体。加入学生社团成为社团新成员要经过以下三个步骤：

一是了解。关注校团委官方公众号“青春工商大”，通过学生社团板块，了解校内各学生社团的基本状况，初步挑选自己感兴趣的社团。

二是选择。每年9-10月，所有注册成功的学生社团将在校团委和学生社团中心的组织下，分别在南岸校区、兰花湖片区和茶园校区三个校（片）区现场招募。新同学可认真阅读各社团章程及其相关管理办法，在初步了解后，只能选择与自己兴趣和爱好相符合的1-2个社团，并加入其中。

三是加入。在学生社团集中统一招新日，申请加入社团的同学需在“企业微信”工作台——“翠湖智办”——社团报名栏目如实填写报名表，社团负责人审核通过后即成为该社团成员并可参与该社团的活动。



## 07

## 学费缴纳 &gt;&gt;

## ■ 一、新生入学缴费应做好哪些准备工作

### (1) 学号获取

缴费前请先查询学号，新生进入重庆工商大学招生网查询录取结果（<https://acgozs.ctbu.edu.cn/zslqjg.htm>），可查学号和班级。

### (2) 学生银行卡绑定

同学们首先需要在学校财务系统中绑定银行卡，学校通过该卡发放学生奖助学金、困难补助、结算学分子费、结算住宿费，请务必及时绑定！

#### 具体操作流程：

同学们请使用电脑端浏览器（不能使用手机、平板电脑或企业微信）登录重庆工商大学财务处官网（<https://fo.ctbu.edu.cn/>），点击“财务网上办事大厅”，在右侧“银行卡”处查看确认目前在财务系统中的卡号。如需修改，请点击“编辑”，在弹出窗口“新账号”处填写本人正常使用的工行、建行或农行卡。请注意，务必确保填写的银行卡状态正常，能够接收款项汇入。银行卡号必须连贯，录入时不得有空格。

## ■ 二、新生入学如何缴纳学费

### 学生自助缴费流程：

#### ● 关注微信公众号

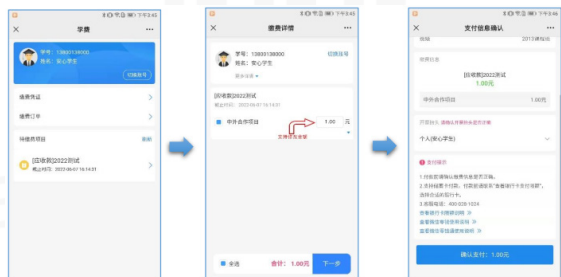
微信扫码下图二维码关注进入我校官方微信公众号“重庆工商大学财务处”点击底部菜单“业务办理”——“学费缴纳”，进入我校微信首页再点击“学费”，在缴费账号登陆界面依次填写个人信息后点击“查询”。



特别提示：所有学生（含在校生及毕业生）登录方式均为姓名 + 学号（或姓名 + 身份证号）。

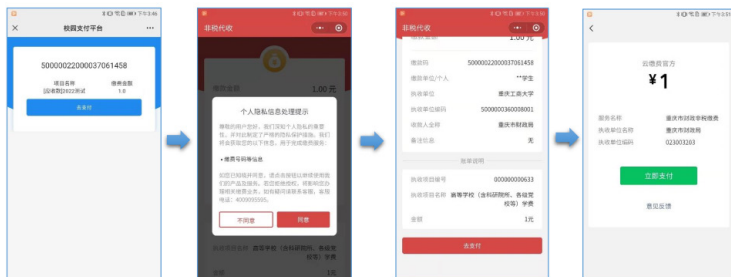
### ● 查看缴费项目

可在“待缴费用”菜单栏看到目前该缴费用，点击进入勾选或全选所缴项目点击“下一步”（温馨提示：金额输入框支持修改，最低缴费金额为1元），在支付确认界面再次检查个人信息无误后点击“确认支付”。



### ● 跳转非税代收

再次点击“去支付”跳转至重庆非税代收页面，点击“去支付”后进入微信支付页面，输入页码 / 指纹即可支付成功。



### ● 如何开具电子发票

缴费完成后点击“缴费凭证”，可查到目前账号的缴费凭证，选择想查看的缴费项目进入，进入后可查看到此缴费项目的详情及支付状态，点击“电子票据”，可以看到缴费项目的电子发票的状态，只有“已开票”状态的电子票据才可查看及下载，点击“查看详情”查看发票详情，长按或点击图片下载发票文件。



校园安心付客热线：400-028-1024

## ■ 三、学生在校期间住宿发生变动，如何缴费

学生住宿发生变动由学生公寓管理委员会提供名单后，财务处统一进行住宿费变更，再进行退、补。

## ■ 四、学生在校期间发生休学、复学等学籍异动，该怎样缴费

学生在校期间发生休学、复学等学籍异动等，根据《重庆工商大学学生收费管理办法》执行，学生申请休学，必须先缴清休学前所欠费用，方可办理离校手续。休学期间不缴纳学费，已缴的本学年学费和住宿费直接抵缴复学后的学费和住宿费，并按复学所在年级、专业的收费标准缴费，多退少补。

## ■ 五、学生成功申请了助学贷款，该怎么缴（退）费

①如果助学贷款数大于或等于应缴学费+住宿费之和，可以不缴费，办理好助学贷款手续即可；财务处将在收到助学贷款并冲抵应缴学费和住宿费后，多余款项一般将于当年的11-12月统一退到学生本人已绑定学校财务系统的银行卡上。

②如果助学贷款数小于应缴学费+住宿费之和，学生就要把差额先缴清，同时办理好助学贷款手续。缴纳差额时，可以将任一缴费项目修改成所要缴纳的金额，其余项目改为零，然后进行缴费即可。



## 学生社区 >>

### ■ 一、入住

(1) 新生报到办理有关手续后，到学生社区按学院安排的房间和床位入住。入住时，在管理员处领取钥匙并签订入住协议，**同时提交近期一寸照片一张用于学生档案信息登记**，签收《学生公寓财产清理单》，核实水电表底数，如有问题，及时与楼栋管理员联系。

(2) 学生根据学校安排的寝室入住，不准擅自调换寝室或在学生公寓外居住。根据学校学生公寓住宿管理规定，必须由本人提出申请，经学院审批并报学生处同意后在物业管理部门办理相关手续，方可调换寝室或在学生公寓外居住。

(3) 床上用品由学生自行准备，床尺寸 1935mm\*855mm。

(4) 不得将违规电器带到寝室使用，应使用带有 3C 认证的带开关的插线板，**严禁使用明火或蚊香。**

(5) 不得将电动车、电动平衡车、电瓶等带入公寓内。

### ■ 二、水电费用

(1) 学生公寓内，学校每月为每生免费供电 5 度、供水 2 吨，假期不提供定额用水电（假期按学校放假时间计算）。

(2) 学生超额用水、电费需自己缴费，缴费额度为：每月实际用水（电）一标准用水（电）= 超额用水（电），电按 0.54 元/度、水按 3.50 元/吨（二次供水除外）计算。如遇水电额度或收费单价调整，则按市物价局核定收费标准执行。

(3) 热水洗浴须知。

南岸校区和兰花湖片区：采用支付宝“趣智校园”小程序，先用后付费，无需预充值。打开支付宝，搜索“趣智校园”进入“趣智校园”小程序，热水供应时间

早上 06:30-09:00 中午 11:30-13:30 晚上 17:00-23:30, 热水价格 0.03 元 / 升, 通过电话 19922140135 或者进入“趣智校园”小程序报修。

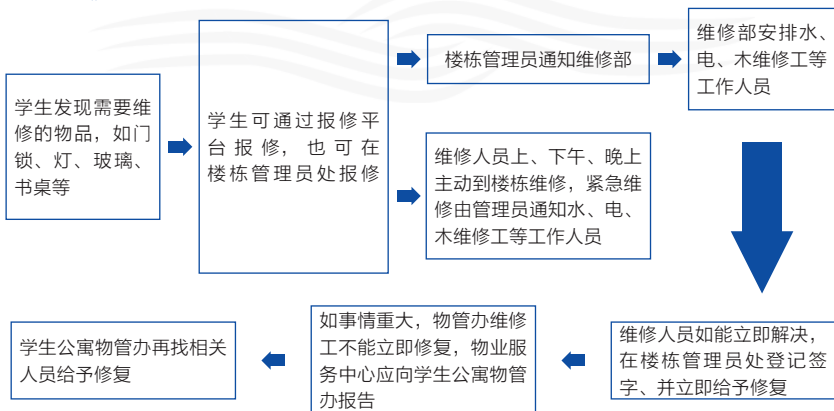
茶园校区: 微信扫描下方二维码购买。



(4) 宿舍内桶装水由学生自己自愿购买, 购买小程序如下。



### ■ 三、学生公寓物品维修流程《详见上墙的公寓报事、报修、回访流程》



说明:

(1) 请同学们注意爱护公物, 如有需维修的物品, 请及时登记。

(2) 寝室公共财产如使用不当或人为损坏造成的维修, 原则上属有偿服务范围, 服务价格按经学校同意并公示的标准执行, 不得乱收费。

## ■ 四、公共财产和钥匙的保管

### 1. 公共财产的保管

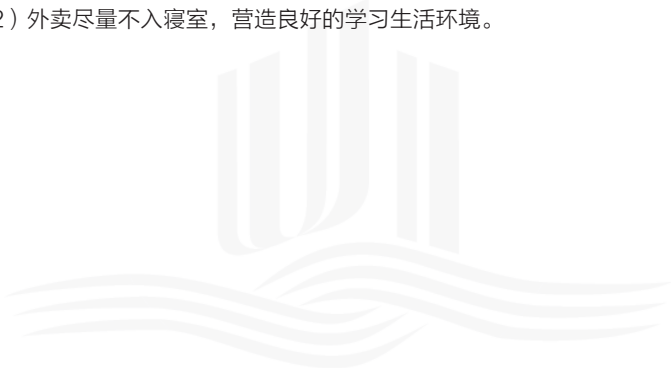
- (1) 学生寝室内的公共财产由学生负责保管。
- (2) 学生寝室外的公共财产由楼栋管理员负责保管。

### 2. 钥匙的保管

学生寝室的钥匙由本寝室的学生每人一把自行管理，不得自行配备和出借，各楼栋管理员管理本楼栋每间寝室的钥匙一把作为检查使用，原则上不外借。

## ■ 五、环境卫生

- (1) 请将寝室垃圾做到日产日清，随手将垃圾带下楼栋到指定位置。
- (2) 外卖尽量不入寝室，营造良好的学习生活环境。



## 09

## 图书资源 &gt;&gt;

## ■ 一、图书馆的重要作用

图书馆作为图书与信息资源聚集平台和学术与文化传播中心，既是大学深化“三育人”的重要实施部门，也是大学推进校园文化建设的重要阵地，对学生世界观、人生观和价值观的塑造，对学生品德的修养、情操的熏陶、文化的积淀、学识的拓展、思维的训练和精神境界的提升起到潜移默化的良好影响，对于学生文化素质和综合素质的提高起到重要作用。

## ■ 二、图书馆概况

### 1. 布局与容量

学校图书馆分布在南岸校区、茶园校区和兰花湖片区，总建筑面积达 7.7 万平方米，可容纳 5100 余人阅览、学习。此外，图书馆还提供多媒体阅览、影音欣赏、书吧休闲阅读、学术交流、社团活动和新型阅读体验等多种服务，为学校教学科研、人才培养和校园文化建设提供全方位的保障和支撑。

### 2. 馆藏资源

随着科学研究、学科建设和人才培养工作的推进，学校十分重视图书馆文献资源建设工作。目前图书馆有纸质图书 335 万余册，订阅刊报 1000 余份，有电子图书近 252 万册，并购有中外文数据库 70 余个，包括中国知网、龙源电子期刊、CSMAR 经济金融研究、职业全能培训等中文数据库以及 ScienceDirect、Springer、EBSCO 等外文数据库。

## ■ 三、图书馆管理与服务

### 1. 智慧图书馆

图书馆在学校的支持下，积极建设智慧图书馆，RFID 电子标签识别技术的运

图书馆在学校的支持下,积极建设智慧图书馆,RFID 电子标签识别技术的运用、座位预约系统的建立、移动端和云阅读服务的对接,全面实现了图书馆人性化、智能化和高效化管理。

## 2. 微服务平台

图书馆主动适应现代新媒体技术快速发展的趋势,积极打造移动图书馆、微信图书馆、微博图书馆、有声图书馆等新型文化信息交流平台,以“微服务”方式提供馆藏查询、预约、续借,馆务咨询答疑,开展阅读推广和校园文化活动,打造以“馆员指导,读者自建”为宗旨的“三专两轴”知识服务体系,构建有温度强黏度的知识服务平台。

## 3. 阅读文化传播中心

“图书馆阅读文化传播中心”是由图书馆负责管理的校级学生组织。中心人员主要由学校在校生构成,以经典阅读、文化传播、文化公益为核心任务,利用“重庆工商大学图书馆”微信公众号、“重庆工商大学图书馆”官方微博等社交平台,以文字、音频、视频、H5 等多种新媒体形式,产出自有知识产权的阅读推广、专业知识、思政学习等原创内容,覆盖全校 90% 以上的读者。开展线上线下结合的多种主题文化活动,搭架更符合大学生品味的文化平台,充分发挥图书馆在“三全育人”中的作用,助力校园文化建设。

## 4. 翠湖文化系列

图书馆作为优秀文化传承与创新中心,秉承“以读者为中心”的理念,根据学校校园文化建设的总体部署和要求,着力打造学术交流与文化传播平台,于 2009 年 5 月启动“翠湖文化工程”建设,该文化工程以“翠湖博士论坛”、“翠湖读友会”、“翠湖赛事”等各类、多层次、多领域文化活动为载体,努力打造图书馆学术集聚功能,大力推进图书馆学术文化氛围建设,为学校科学发展上水平、为促进读者全面发展营造浓厚的学术文化氛围。其中博士论坛主要面向博士教师和高年级学生,以论坛方式开展高水平专业学术研讨,读友会则面向全校师生,倡导多读书、读好书,以“读书、交流、思考”为宗旨开展阅读分享交流活动。

## 5. 信息素养教育

图书馆作为信息素养教育与发展中心,面向各院系、各学科、各科研团队开设学科相关数据库专题培训讲座与信息素养培训教学,可通过嵌入式服务提供基于不同需求的订单式专题讲座、信息咨询服务、数据库培训以及新生入馆教育讲座等,帮助师生提高信息素养能力,助力师生充分利用图书馆资源进行学习、教学与科研

## 6. 借阅服务

(1) 读者凭一卡通刷卡进入图书馆阅览、借阅图书。

(2) 读者借阅权限

本科生：限借 20 册，借期 60 天。

研究生：限借 30 册，借期 90 天。

借阅的图书在未超期之前，可通过图书馆主页和微信图书馆、移动图书馆等平台续借 1 次。续借的图书归还后，次日方可再次借阅。

(3) 开架区域的图书，读者均可自行查找、阅览和借阅；密集书库图书馆不对外开放，由工作人员查找并借阅；外文、期刊阅览区域的书刊只能在馆阅览不能外借。

(4) 为方便他人借阅，读者应在规定期限内还书。超过规定期限还书需缴纳违约金。寒、暑假假期到期到的图书，可在开学后两周内还清。

(5) 读者应自觉遵守本馆的各项规章制度。爱护书刊，不得污损、撕毁、圈画、批注，严禁偷窃；入馆后应保持安静，不得谈笑喧哗；爱护馆内环境，请勿携带食物、饮品等入馆，不得随地吐痰、乱扔杂物，不得随意移动家具设备，不得在桌椅上涂写刻画，严禁吸烟。



ctbu 图书馆微博二维码



ctbu 图书馆微信二维码



ctbu 翠湖读友会微博二维码



ctbu 翠湖读友会微信二维码

## 10

## 智慧校园 &gt;&gt;

## ■ 一、校园网

### 1. 学校校园网简介

重庆工商大学校园网采用全光以太网技术，骨干网双万兆互联，扁平化认证架构，统一上网出口，统一上网实名认证，实现了南岸校区（含兰花湖片区）和茶园校区有线无线一体化全覆盖。校园网通过中国教育科研网、中国电信、中国移动、中国联通共 4 个互联网出口快速接入 Internet，目前校园网出口总带宽达超过 50Gbps。同时，学校还是重庆教育城域网核心节点之一，为周边高校及南岸区等十几个区县教委提供互联网接入服务。此外，在校园网基础上建构了跨越多校区的“校园安防”、“医保”、“一卡通”、“人脸识别”等专网系统。

### 2. 校园网使用说明

#### ● 2.1 上网方式——web 登录：

- (1) 免费接入校园内网：访问校园网内资源免费；
- (2) 免费接入互联网：南岸校区新图书馆及涵智楼区域免费接入互联网（120 小时/人/月）；
- (3) 自主自愿选择电信、移动、联通三大运营商之一的校园宽带融合套餐（手机通话和上网、电脑有线和无线上网）并接入互联网。

#### ● 2.2 具体使用步骤

在校内上网用户名为 10 位学号，密码为学校统一身份认证平台密码，自选运营商校园宽带融合套餐接入互联网按以下步骤：

##### (1) 开户

需持本人身份证，自主自愿到电信、移动、联通三大运营商之一的营业点办理开户手续，选择相应的校园宽带融合套餐，获取运营商上网账号和密码并充值缴费；

## (2) 登录互联网

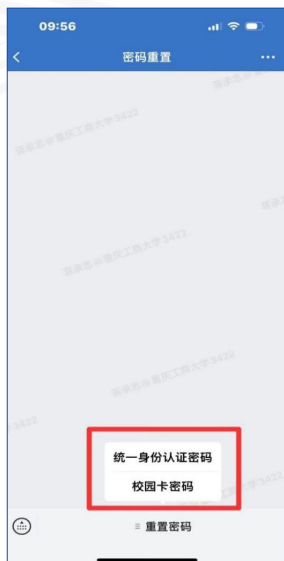
通过有线、无线（WiFi 信号为 CTBU 开头）方式接入校园网，打开网页自动弹出校园网认证界面，输入学号和统一身份认证密码后，选择开户时对应的运营商，登录互联网；



## (3) 常用信息：

### ● 3.1 密码重置

统一身份密码重置：企业微信——工作台——密码重置——统一身份认证密码





## 1. 开户发卡

普通教育类别的新生入校，将免费发放校园卡。请同学们妥善保管校园卡，如丢失，尽快通过手机挂失（企业微信—>工作台—>CTBU 校园一卡通、校园卡微信公众号“新微校”—>重庆工商大学），避免造成经济损失。更换或补办校园一卡通时需交工本费。

## 2. 校园卡密码

校园卡初始密码为本人身份证后6位数字（如最后一位为X，则为X前面6位），为安全起见请收到校园卡后及时修改初始密码，由于密码泄露而造成的后果由持卡人自行负责。如收到的校园卡信息有误或有校园卡使用方面的问题，请联系信息技术中心：023-62768509。

## 3. 校园卡充值

### ● 3.1 微信充值（企业微信）

企业微信—工作台—CTBU 校园一卡通中选择“卡片充值”选择微信支付方式即可充值。

### ● 3.2 微信充值（微信公众号）

通过个人微信关注公众号“新微校”（微信号：xinweixiao2015），选择“重庆工商大学”，绑定校园卡即可自助充值。

### ● 3.3 支付宝充值

通过电脑版或手机版的“支付宝”—>“新中新一卡通”，绑定校园卡即可自助充值。

### ● 3.4 现金充值机充值

为了满足广大师生对于校园卡现金充值的需求，进一步方便校园卡的使用，广大师生在各校区自助机终端及现金充值机充值。

使用注意事项：

- （1）请根据语音提示操作，校园卡要准确放置在指定的放卡区域内；
- （2）充值操作过程中不要移动校园卡；
- （3）只接受 100 元的纸币；
- （4）纸币需保持平整、无污损、无粘贴；
- （5）如充值过程出现异常，请拨打服务电话 62768509；

(6) 自助现金充值地址：南岸校区信息技术中心智慧校园服务大厅、南岸校区新图书馆南楼一楼大厅、兰花湖校区广智楼大厅、茶园校区服务大厅。

#### 4. 自助补卡终端使用

为满足校园卡用户对校园卡丢失、损坏后换卡的需求，进一步方便校园卡的使用，信息技术中心已推出自助补卡系统，校园卡用户可以利用自助补卡终端进行办卡。

使用注意事项：

- (1) 需刷本人身份证或输入学工号、校园卡密码方可进入系统操作；
- (2) 自助换卡终端仅限学生使用；
- (3) 补办卡会自动扣取 20 元工本费，必须保证校园卡余额大于等于 20 元方可办理；
- (4) 如办卡过程出现异常，请拨打服务电话 62768509；
- (5) 自助补卡地址：南岸校区信息技术中心智慧校园服务大厅、南岸校区图书馆南楼一楼大厅、兰花湖校区广智楼大厅、茶园校区服务大厅。

#### 5. 消费

持卡人可持校园卡在学校食堂、餐厅、超市等处使用校园卡、虚拟校园卡（企业微信）、银联云闪付二维码等进行消费。

注：（1）校园卡、虚拟校园卡（企业微信）支付使用校园卡余额。

（2）银联云闪付二维码支付使用个人绑定的银行卡（或信用卡）余额。

#### 6. 图书借阅与管理

持卡人可持校园卡在学校图书馆通过门禁系统进入图书馆，并可凭校园卡办理图书借阅和图书超期、损坏、丢失等扣款手续。

#### 7. 综合查询与自我管理

持卡人可进入企业微信—>工作台—>CTBU 校园一卡通或校园卡微信公众号“新微校”中查询校园卡余额、交易明细帐，同时可通过以上设施实现挂失、修改校园卡密码等自我管理。

校园卡是持卡人在重庆工商大学生活、学习或工作的重要证件，请务必妥善保管。持校园卡可在校内进行各种消费及从事与身份有关的活动。校园卡仅限持卡人本人使用，不得转借他人，否则造成的后果由本人承担。拾到他人校园卡，应及时上交南岸校区信息技术中心智慧校园服务大厅或设法归还持卡人（企业微信留言等方式）。

拾卡后不得恶意支出或使用，否则，将根据有关规定予以严肃处理，触犯法律将移送司法机关追究刑事责任。

## 8. 校园卡管理

持卡人可到南岸校区信息技术中心智慧校园服务大厅办理校园卡的相关业务。校园卡损坏或丢失后，应及时到用户服务大厅填写换卡申请，凭持卡人身份证当场补办新卡，并将旧卡钱包中的金额转入新卡中，补办新卡需支付制卡工本费。新卡领到后若有问题但无人为损坏，可在两周内免费更换。

注：校园卡一旦丢失，应及时办理挂失，以免造成经济损失。

## 9. 校园卡销户、余额退款

在毕业离校时，由信息技术中心统一处理毕业生校园卡的停用、注销手续，校园卡不收回，学生可留作纪念。

持卡人毕业或离校时，对于卡上未消费完的余额，信息技术中心会统一将校园卡余额退至毕业生银行卡（学生在财务系统中登记的银行卡）

## ■ 三、校园人像通

重庆工商大学校园人像通系统是采用物联网、AI 人工智能、深度学习、加密算法等技术，实现师生只需通过掌上伴随式一次采集，后期即可“刷脸无感”体验学校各人脸识别智慧应用场景（目前已完成学校校门进出智慧门禁、图书馆智慧门禁、智慧公寓门禁、实验室门禁、考生考试身份核验、新生报到一件事等），为师生校园生活带来更多的“无感”、“安全”、“智慧”体验。

从 2023 级新生开始，学校已将新生招生录取人像数据入库人像基础平台，如师生使用相关场景时发现提示人像异常或未采集人像数据，需先自主完成本人人脸信息的采集。



### 人脸采集方式：

(1) 使用微信扫描下方二维码，在弹出页面认证登录（输入学校统一身份认证的用户名及密码）；



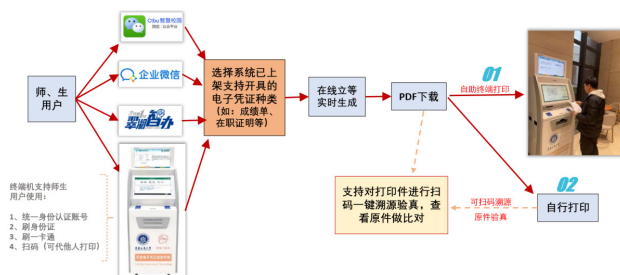
(2) 进入照片采集界面，点击“相机按钮”进行“手机拍摄”或“照片图库”选择人脸图片，并对照片进行旋转、缩放、裁剪至如下样图后，点击“上传人脸”。如果照片不符合要求，会上传失败，请按要求重新拍照上传（拍照要求：头抬正、不背光、背景纯色。为保证通行效果，请尽量现场拍照，不要上传美颜照片。）；

(3) 上传人脸后，跳转至“上传成功”页面则表示人脸上传采集成功。

我校人脸识别基础平台是经由校长办公会审议，信息技术中心牵头落地并管理，师生信息数据统一存放于学校数据中心。同时，学校按照数据规范标准和安全保障管理办法，在师生本人“知情、同意”的情况下开展的相关各项智慧场景实施，加强数据信息的安全管理和技术防护，维护好师生的权利。

## ■ 四、可信电子凭证

重庆工商大学可信电子凭证与自助服务系统是统一电子凭证生成、验证、管理的一体化服务平台，采用先进的物联网、区块链电子签章加密技术，通过云服务的使用方式为师生便捷快速地办理成绩单、在职证明等各项凭证证明业务，满足师生“不见面、全在线、少跑腿、掌上办”。



## 1. 入口:

### ● 1.1 使用场景一

【企业微信—>工作台—>可信电子凭证】进入系统后会自动识别当前角色身份，自主选择申请的凭证项目。

注意：因企业微信自身限制，部分我校本科考研研究生的同学会存在通过企业微信入口进入可信电子凭证系统无法自动识别多重身份问题，建议这类研究生可直接通过关注学校微信公众号（“CTBU 智慧校园”—常用服务—可信电子凭证）后通过研究生学号和本人身份证后六位初始密码登录进入办理。

系统的预览文件不可作为正式文件使用，需下载PDF到本地或者发送至邮箱使用。

### ● 1.2 使用场景二:

【PC端浏览器访问使用：重庆工商大学官网—>信息门户—>业务直通车—>教育教学类—>可信电子凭证】

### ● 1.3 使用场景三

可信自助打印服务终端一体机自助办理

#### 设备摆放服务地点:

南岸主校区：图书馆南负一楼信息技术中心综合服务大厅 1 台；

南岸主校区：图书馆一楼南门 1 台；

兰花湖校区：广智楼一楼 1 台；

开放时间：工作日（周一至周五）8:30-17:30。

## 2. 服务内容:

### ● 2.1 教务处

成绩单类：主修成绩单、辅修成绩单；

本科证明类：中英文绩点计算说明、中文在读证明、全国英文四六级证明、全国计算机等级考试证明；

### ● 2.2 研究生院

研究生成绩单、学籍证明、奖学金证书、荣誉证书、录取通知书等；

### ● 2.3 学工处

各类奖学金证书、荣誉证书；

## ● 2.4 人事处

学校正式教职工在职证明。

以上所列服务内容仅为参考，正在为师生陆续开发建设并上线更多凭证场景，具体服务内容以实际系统可见内容为准。

## ■ 五、智慧校园其它资讯

随着智慧校园的迭代升级，各种应用场景和应用服务日趋完善。下表是常用资源简表，可供新同学快速检索各类资源和信息，助力新同学的校园学习和生活。

名称	访问方法	说明
重庆工商大学网站	<a href="https://www.ctbu.edu.cn">https://www.ctbu.edu.cn</a>	学校网站。学校所有信息、资源的窗口。
重庆工商大学企业微信	企业微信官网下载安装，收到录取通知书后通过短信验证码登录	重庆工商大学企业微信也是学校各类应用的“移动门户”，各个应用系统的移动端入口。
翠湖智办	<a href="https://one.ctbu.edu.cn">https://one.ctbu.edu.cn</a>	全校师生微服务应用统一入口。
信息技术中心网站	<a href="https://nic.ctbu.edu.cn">https://nic.ctbu.edu.cn</a>	网络接入、服务、规章制度、问题解答、认证程序下载，教育网免费资源等。
网络自服务系统	<a href="https://netserv.ctbu.edu.cn">https://netserv.ctbu.edu.cn</a>	绑定上网帐号、修改密码、管理上网设备等。
校园一卡通	企业微信 - 工作台 - 校园一卡通	可使用付款码消费；微信充值校园卡；查询余额、消费明细、修改密码等。
财务微信公众号	关注“重庆工商大学财务处”	修改银行卡号，交学杂费，欠费查询，浏览财务处网站。
教务处 (创新创业学院)网站	<a href="https://dean.ctbu.edu.cn">https://dean.ctbu.edu.cn</a>	本科学习期间，教学工作和创新创业相关信息。
在线学习平台	PC端：1、学校网站首页~教学在线~翠湖智学 2、学校网站首页~信息门户~翠湖智学 移动端：企业微信~翠湖智学	这里是永不下课的课堂。该平台提供课堂上签到、抢答、提问的智慧教学工具；提供线上学习支持包括线上预习、复习、讨论、作业、自主学习、AI答疑。链接国家、市、校各极一流线上课程资源。为确保正常使用，移动端请提前下载“学习通”和“课程伴侣”APP，均可在应用市场下载。
学生处网站	<a href="https://xsc.ctbu.edu.cn">https://xsc.ctbu.edu.cn</a>	学生工作的相关信息，包含学生管理、学生资助、学生发展、心理健康、国防教育等。
校团委网站	<a href="https://cyl.ctbu.edu.cn">https://cyl.ctbu.edu.cn</a>	共青团工作相关信息、团学活动风采展示、学生组织简介。还可关注“青春工商大”应用
图书馆网站	<a href="https://lib.ctbu.edu.cn">https://lib.ctbu.edu.cn</a>	丰富的数字图书资源，各类期刊、论文、书库。包含借阅服务、学科服务、空间服务、移动服务，大学学习的好帮手。
各学院、职能部门网站	学校网站 - 机构设置	了解自己所在学院和学校有关职能部门的相关信息。
重工商大教育邮箱	企业微信 - 邮件	也可以用电脑浏览器打开 <a href="https://exmail.qq.com/login">https://exmail.qq.com/login</a> ，用企业微信或者微信扫码登录。
可视化校园	<a href="https://gis.ctbu.edu.cn">https://gis.ctbu.edu.cn</a>	快速熟悉美丽的工商大学校园，云端漫游CTBU。

信息技术中心  
2025年7月3日

# 后勤服务 >>

## ■ 一、食堂

### 1. 南岸校区

松园食堂、兰园食堂、筱园食堂、菊园食堂；

监督电话：62768402；

### 2. 兰花湖片区

馨园食堂；

监督电话：62768402；

### 3. 茶园校区食堂

8号楼食堂、20号楼食堂；

学校各食堂均使用校园卡消费，不使用现金，同学们可通过支付宝、微信充值校园卡。校园卡在所有校区可以通用。

## ■ 二、公寓

南岸校区公寓物业服务中心（北三负一楼105），物业监督电话：62768332；

兰花湖片区公寓物业服务中心（兰6栋一楼），物业监督电话：62768332；

茶园校区公寓物业服务中心，物业监督电话：18996380982、15023405225。



如遇事故、火灾等还请第一时间报保卫处（值班室 24 小时电话 023-62769110）。

### ■ 三、医疗卫生

学生医疗就诊服务：

校医院（南岸校区新北区后勤综合楼一、二楼）：电话 62769349；

兰花湖片区医疗服务点（学生三舍负一楼）：电话 62768328；

茶园校区医疗临时值班室定在 8 号楼 2 层靠运动场一侧，如遇紧急危及生命的情况，一定要拨打 120 急救电话。

### ■ 四、银行

#### 1. 南岸校区

交通银行工商银行支行、工商银行重庆南岸学府支行：位于南岸校区校大门（西门）对面

建设银行 ATM 机：位于学校财务大厅（一台）

#### 2. 兰花湖片区

建设银行 ATM 机：位于馨园食堂（一台）

### ■ 五、邮政

#### 1. 我们怎样接收自己的信件、邮包和汇款

学校邮政通信服务中心在各个校区均设立收发室，教师的平信、报纸将分发到各个学院的信报箱里，各个学院要派学生助理及时取出和处理，学生的平信、明信片等将分发到学生信箱里，收到信息或电话请及时取出。凡挂号信、挂刷件、特快专递、包裹和汇款单须由本人持身份证或学生证到收发室窗口领取。

注：须写清楚收件人的真实姓名、电话及所在学院和班级，方便更加准确的投放以免丢失或错取。

#### 2. 怎样知道自己有邮件到达

上网登录学校主页“邮政中心”，输入姓名查询；

关注企业微信，收发室通过企业微信发短信通知收件人领取；

如果邮件上有电话号码，收发室将会电话通知领取。

#### 3. 我们怎样寄出信件、明信片、EMS 快递和普通包裹

邮政通信服务中心在南岸校区校前广场商智楼底楼设有邮政代办点，可以交寄

平信、明信片、挂号信、挂刷、特快专递、普通包裹，在校学生可持一卡通和云闪付两种方式付费。在南岸校区、兰花湖片区和茶园校区收发室均设有邮政信箱，代售邮票、信封、信纸、明信片。

#### 4. 您寄发文件的详细通信地址、邮政编码、邮寄信件还应注意些什么

详细通信地址是：

南岸校区：重庆市南岸区学府大道 19 号 重庆工商大学 ×× 学院 2025 级 × 班

邮政编码：400067

茶园校区：重庆市南岸区梨花大道 853 号 重庆工商大学 ×× 学院 2025 级 × 班

寄信要使用标准信封，正确书写通信地址和邮政编码。邮政通信服务中心售有各种型号信封。

注：邮政收发室工作时间：上午 8:30-12:00 下午：13:30-17:00



## 12

## 安全知识 &gt;&gt;

### ■ 一、牢记 20 个防诈关键词

针对近年来层出不穷的电信网络诈骗新手法、新套路，为了帮助广大群众提升识骗防骗能力，公安部刑侦局通过对近期侦破的电诈案件进行分析研判，并结合各地预警劝阻经验做法，系统总结提炼了 20 个防诈关键词，为广大群众提供了破译电信诈骗局的“密码”。

#### 关键词一：屏幕共享

在电信网络诈骗案件中，诈骗分子会使用多种话术、套路诱导受害人下载、安装具有屏幕共享功能的应用程序，再利用屏幕共享功能获取受害人的账户信息、银行卡号、验证码等，从而骗取钱款。

**警方提示：**在未确认对方身份前，切勿随意点击对方发来的下载链接或开启屏幕共享功能，在涉及资金操作时需格外谨慎。

#### 关键词二：百万保障

“百万保障”是一些支付平台提供的保险服务，并且是自动开启、完全免费的，用户无需支付任何费用。在冒充客服退款类诈骗中，诈骗分子通常以受害人误开启“百万保障”为由，诱导其进行退款操作，从而实施诈骗。

**警方提示：**“百万保障”服务是自动开通且完全免费的。如果对“百万保障”相关业务有疑问，应直接联系对应平台的客服，通过官方渠道核实信息。只要接到陌生来电，无论对方以何种理由引导关闭“百万保障”功能设置，均是诈骗！

#### 关键词三：安全账户

“安全账户”。这个词在冒充公检法类诈骗中经常出现。诈骗分子会冒充公检法等国家机关工作人员，以“账户被冻结”“资金有风险”等各种理由要求受害人

将资金转入所谓的“安全账户”中，并承诺资金核查完毕后进行返还，从而实施诈骗。

**警方提示：**公检法机关没有所谓的“安全账户”！凡是电话中自称公检法等国家机关工作人员要求把资金转到指定账户的，或要求提供银行账号、密码、验证码的，都是诈骗！

#### 关键词四：修复征信

征信记录是个人或企业在信用机构管理下的信用活动记录。如果征信出现问题将对工作、生活产生重要影响。诈骗分子常常以可以帮助“修复征信”为由，利用受害人急于清除不良记录的心理实施诈骗。

**警方提示：**个人征信由中国人民银行征信中心统一管理，任何公司和个人都无权删除和修改。凡是声称可消除不良征信记录的，都是诈骗！。

#### 关键词五：刷单做任务

刷单做任务是一种虚假交易行为，通常指商家或个人组织“刷手”进行虚假的商品或服务交易，以提升店铺销量、信誉、排名等。在刷单诈骗中，诈骗分子通常以刷单做任务为由诱导受害人进行转账，前期给予小额返利，当受害人大额转入资金后，诈骗分子随即切断联系。

**警方提示：**刷单就是诈骗！网络刷单本身就是违法行为！不要轻信网上“高佣金”“先垫付”等兼职刷单的信息，馅饼之下藏着的是更大的陷阱！

#### 关键词六：色情小卡片

“色情小卡片”是刷单诈骗的变种引流手段。诈骗分子以色情信息为诱饵，在一些公共场所散发附有二维码或联系电话的小卡片，吸引受害人扫码。受害人一旦通过卡片上信息与诈骗分子取得联系，就会被诱导进入“刷单返利”“同城约会”等群聊或虚假平台。诈骗分子通常以“完成任务即可获取色情服务或高额报酬”为诱饵，要求受害人垫资刷单、充值转账，从而实施诈骗。

**警方提示：**传播色情信息及刷单均属于违法行为，切勿因猎奇或贪利陷入电诈分子的圈套！。

#### 关键词七：未知链接、二维码

未知链接、二维码是指来源不明、无法确定其安全性和真实性的网络链接、二维码。这类链接和二维码常常混入大量广告引流信息，并通过电子邮件、短信、短视频平台、社交软件等渠道发送给用户。当用户点击访问时，可能被引导至恶意网站，进而被不法分子获取个人信息；也可能被诱导下载病毒、木马程序或其他诈骗软件。

**警方提示：**谨慎对待未知链接和二维码，避免随意点击或扫描，保护个人信息和设备安全，防止财产遭受损失。

#### **关键词八：境外来电**

境外来电指的是来自其他国家或地区的电话呼叫。境外来电是电信网络诈骗最常见的一种引流方式，来电号码通常以“+”或“00”开头，大多为虚拟号码。如果挂断电话再回拨该号码，经常会提示是空号或忙音。

**警方提示：**没有海外关系情况下，接到境外来电，几乎都是诈骗电话！在收到运营商境外来电提醒服务弹窗信息后，一定要保持高度警惕，及时甄别号码来源。如确无境外通联需要，建议联系运营商开通拦截境外来电服务，从源头上防范电信网络诈骗。

#### **关键词九：小众聊天软件**

小众聊天软件系用户基数相对较小、知名度较低的聊天类应用，极易被电信网络诈骗分子用来隐匿犯罪行为、销毁犯罪证据，有的甚至专门用来实施电诈犯罪，社会危害性极大。

**警方提示：**警惕小众聊天软件成为诈骗工具！切勿点击陌生链接下载陌生软件，如有下载软件需求请通过官方应用市场等正规渠道！

#### **关键词十：内幕消息**

在电信网络诈骗案件中，“内幕消息”是诈骗分子常用的话术陷阱。诈骗分子通过虚构或夸大“内部消息”“独家情报”等概念，诱导受害人进行所谓“稳赚不赔”的投资或交易，从而实施诈骗。

**警方提示：**凡是宣称“内幕消息、稳赚不赔、高额回报”的投资理财，都是诈骗！

#### **关键词十二：积分清零**

当前，大量平台、网站实行积分制管理，用户积攒一定积分可以使用相关服务或兑换相关礼品。积分通常具有一定期限，如未及时使用将会过期或被清零。诈骗分子通常以“积分清零”为由进行引流，诱导受害人点击诈骗链接，进而实施诈骗。

**警方提示：**切勿轻信非官方渠道发布的积分清零通知，避免盲目操作落入诈骗陷阱。面对积分兑换或清零提醒，应直接通过官方客服热线、官方网站或 App 等正规渠道进行核实。

### 关键词十三：快递引流

快递引流是指诈骗分子利用快递包裹作为媒介，通过在快递包裹里附加传单或小礼品吸引受害人注意，引导受害人扫码添加联系方式，再将其拉入诈骗群聊中，进而实施诈骗。

**警方提示：**天下没有免费的午餐，不要随意扫描快递里的二维码，遇到邀请进群、转发可领礼品等情况，务必高度警惕！

### 关键词十四：虚拟货币

当前，利用虚拟货币洗钱已成为犯罪分子实施诈骗以及转移涉诈资金的手法之一。诈骗分子通常以“虚拟货币投资理财”为名搭建虚假平台诱导受害人进行投资，并以线上交易存在风险等理由，扮演“币商”上门指导受害人操作，从而骗取受害人钱财。

**警方提示：**虚拟货币交易不受法律保护，所谓“兑换虚拟币投资”均为诈骗！

### 关键词十五：“电诈工具人”

“电诈工具人”是对帮助电诈团伙实施违法犯罪行为相关人员的统称。在电信网络诈骗犯罪链条中，诈骗分子为完成违法犯罪行为，需要大肆收购、获取“两卡”和个人信息，发展跑分洗钱、推广引流等网络黑灰产，利用多种手段诱骗群众成为“电诈工具人”。

**警方提示：**订购现金花束、扫码送礼品、帮助取现、出售电话卡和银行卡……这些看似平常的事情很有可能“埋雷”。面对花样百出的诱骗手法，务必增强自身识骗、防骗、拒骗能力，不做“电诈工具人”。

### 关键词十六：“帮信行为”

“帮信行为”是指帮助信息网络犯罪活动的行为，即明知他人利用信息网络实施犯罪，仍为其提供技术支持或帮助的行为。根据《中华人民共和国刑法》第二百八十七条之二规定，该行为可能构成帮助信息网络犯罪活动罪，情节严重的可判处三年以下有期徒刑或拘役，并处或单处罚金。

**警方提示：**“帮信行为”看似获利，实则可能沦为诈骗分子的帮凶，将面临法律严惩。任何出租、出售“两卡”或参与引流、洗钱的行为均属违法犯罪，切勿贪小失大！

### 关键词十七：“两卡”

“两卡”是手机卡和银行卡的统称。手机卡不仅包括日常使用的移动、电信、

联通、广电等运营商的电话卡，还包括虚拟运营商的电话卡以及物联网卡。银行卡包括个人银行卡、对公账户、结算卡以及非银行支付机构账户，如微信、支付宝等第三方支付平台。

**警方提示：**买卖或租借“两卡”均涉嫌违法。切勿将自己的手机卡、银行卡以及微信、支付宝等第三方支付平台账户出租、出售他人！

### 关键词十八：现金黄金

这是一种新型洗钱手段。在电信诈骗案件中，诈骗分子通常以各种理由诱导受害人进行线下取现、购买黄金或其他易变现物品等操作，再通过跑腿、网约车、快递等方式将现金或财物直接交付给指定人员，以逃避资金监管和侦查打击。

**警方提示：**凡是要求取出现金或者购买黄金，并通过货运、网约车、邮寄或者跑腿等方式转交给陌生人的，都是诈骗洗钱手法！

### 关键词十九：购物卡

为逃避资金追查，诈骗分子通常要求受害人将资金转换为购物卡，从而进行套现洗钱。

**警方提示：**凡是要求大量购买购物卡并提供卡号和密码的，务必提高警惕！

### 关键词二十：刷流水

“刷流水”是指通过制造虚假的资金流动记录，从而增加账户交易流水的行为，主要用于提升信用评级或满足贷款审批要求。诈骗分子通常以“刷流水”为由，诱导受害人向指定账户转账。

**警方提示：**“刷流水”是一种违法行为。如在办理相关服务时，遇到对方要求“刷流水”的，务必提高警惕，切勿向对方指定的账户转账。

## ■ 二、牢记十二个诈骗公式 保证自己财产安全

### 2025 十大反诈公式

公式一：公检法来电 + 安全账户 = 诈骗

公式二：网恋交友 + 引导投资 = 诈骗

公式三：兼职刷单 + 小额返利 + 持续投入 = 诈骗

公式四：冒充熟人 + 紧急借钱 = 诈骗

公式五：快递丢失 + 索要验证码 = 诈骗

公式六：游戏装备赠送 + 扫码领取 = 诈骗

公式七：陌生购物广告 + 私下转账 = 诈骗

公式八：航班取消 + 退改签付费 = 诈骗

公式九：无抵押低息贷款 + 先付费 = 诈骗

公式十：客服 + 关闭服务 = 诈骗

### ■ 三、人身安全知识

#### 1. 大学生发生纠纷的主要原因

- (1) 不拘小节。
- (2) 开玩笑过分或刻意地挖苦别人。
- (3) 猜疑、骂人或不尊重别人。
- (4) 妒忌他人。
- (5) 不谦虚，狂妄自大，目中无人。
- (6) 极端利己，不容他人，争强好胜。

#### 2. 容易发生纠纷的场所

- (1) 生活场所，如学生食堂、学生宿舍。
- (2) 学习场所，如教室、图书馆。
- (3) 体育运动场所，如操场、体操房、游泳池等。
- (4) 公共文娱活动场所，如影剧院、舞场、礼堂等。
- (5) 其他公共场所，如车站、码头、酒吧、夜市餐饮店等。

#### 3. 纠纷的预防

- (1) 冷静克制，切莫莽撞。
- (2) 诚实谦虚，礼貌待人。

#### 4. 外部滋扰的预防

- (1) 提高警惕，做好准备，正确看待，慎重处置。
- (2) 充分依靠组织和集体的力量，积极干预和制止违法犯罪行为。
- (3) 注意策略，讲究效果，避免纠缠，防止事态扩大。
- (4) 自觉运用法律武器保护他人和保护自己。

## 5. 打架斗殴的预防

- (1) 内强素质，外塑形象。
- (2) 冷静克制，学会容忍。
- (3) 自我约束，遵章守纪。
- (4) 严于律己，宽以待人。
- (5) 加强沟通，减少猜疑。
- (6) 学会正确处理和协助处理校园内突发的暴力事件。

## 6. 人身伤害的预防

(1) 提高防范意识，增强自我保护能力，晚间尽量不要到偏僻场所，外出时尽量结伴而行。

(2) 在公共场所要远离那些寻衅滋事的人员，遇到别人的挑衅，不予理睬，不感情用事。

(3) 不为小事和他人发生纠纷，避免受到进一步的伤害。

(4) 要有法制观念，不做违法违纪的事，不侵害他人利益，不影响他人正常学习和休息。

(5) 交友慎重，应避免交一些“不三不四”的朋友，男女之间交朋友更应该慎重。

(6) 克服老乡观念和哥们义气，不参与各种团伙，不参与打架斗殴，做文明的大学生。

## 7. 容易遭受性侵害的时间和场所

- (1) 夏天，是女大学生容易遭受性侵害的季节。
- (2) 夜晚，是女大学生容易遭受性侵害的时间。
- (3) 公共场所和僻静处所，是女生容易遭受性侵害的地方。

## 8. 与异性交往中的安全知识

- (1) 端正交往态度，培养健康的交往意识。
- (2) 注意交往方式，以集体交往为宜，交往程度宜浅不宜深。
- (3) 把握交往的尺度，留有余地。
- (4) 要自然交往，真实坦诚。
- (5) 自尊自爱，文明大方。

## 9. 性侵害的预防

- (1) 筑起思想防线，提高识别能力。
- (2) 行为端正，态度明朗。
- (3) 学会用法律保护自己。
- (4) 学点防身术，提高自我防范的有效性。

## 10. 食物中毒的预防

- (1) 不乱食用公共食堂以外的食物、小吃等。
- (2) 夏季如有剩余的饭菜，不要放在温度较高的地方，以防霉变。
- (3) 食用的凉菜、瓜果、蔬菜要认真清洗、消毒。
- (4) 对于用酒和盐浸泡过的虾蟹、生鱼及半生不熟的烧烤等，最好不要食用。
- (5) 注意养成良好的个人卫生习惯，饭前便后要洗手。

## 11. 校外租房容易发生的安全问题

- (1) 容易发生入室盗窃案件。
- (2) 容易发生入室抢劫案件。
- (3) 地方不法之徒的无端滋扰。
- (4) 煤气、电器使用不当或设备老化导致的火灾事故及人身伤亡事故。
- (5) 与房东或邻居的纠纷及纠纷未妥善解决可能产生的其他严重问题。

## ■ 四、财产安全知识

### 1. 大学校园盗窃的主要方式

- (1) 顺手牵羊型。
- (2) 乘虚而入型。
- (3) 窗外钓鱼型。
- (4) 翻窗入室型。
- (5) 撬门扭锁型。
- (6) 偷配钥匙型。

### 2. 学生公寓容易被盗的时间

- (1) 新生入学、老生毕业、宿舍较乱时易发生被盗案件。

- (2) 放假前容易被盗；假期、学生离校后，容易发生敲门扭锁盗窃案。
- (3) 学生都去上课后容易被盗。
- (4) 上晚自习期间，人走楼空，也可能发生被盗。
- (5) 夏秋季节，开门睡觉容易发生“顺手牵羊”盗窃案。开窗睡觉，容易发生“钓鱼”盗窃案。
- (6) 离开寝室不关门，容易发生“乘虚而入”的盗窃案。

### 3. 学生公寓防盗知识

- (1) 养成随手关灯、关窗、锁门的习惯，以防盗窃人员乘隙而入。
- (2) 不要留宿外来人员；电脑、手机、钱包等贵重物品不要随意乱放。
- (3) 发现形迹可疑的人应加强警惕并及时报案。
- (4) 注意保管好自己的钥匙，包括教室、宿舍、箱包、抽屉等处的各种钥匙，不能随便借给他人或乱丢乱放，以防“不速之客”复制或伺机行窃。

### 4. 公共场所防盗知识

- (1) 在公共场所学习或活动时，最好不要随身携带现金和贵重物品。
- (2) 在公共场所如果必须携带现金和贵重物品的，一定要按规定将所带物品和包件妥善保管，切不可随便乱扔乱放。
- (3) 购物时，不要把现金放在外边口袋里，外边口袋可只放少许零用钱。点钱时注意观察，谨防扒手盯上。

### 5. 如何安全使用银行卡

- (1) 银行卡设置的密码一般不宜使用出生日期、家庭电话、手机号码等容易被别人破译的数字。
- (2) 不要将银行卡密码告诉或泄露给别人，一旦泄露应及时更换密码。
- (3) 在购物消费或取款时不要随意将银行卡交给他人，按密码时不要让他人看见。
- (4) 银行卡与居民身份证应分开存放。
- (5) 银行卡被 ATM 机吞卡时应及时与银行联系，谨防犯罪分子利用银行名义骗取银行卡信息和密码。
- (6) 在 ATM 上使用银行卡时，谨防他人偷窥密码，操作完毕后，一定要记住取走自己的银行卡，妥善保管交易或查询单据。

(7) 存、取款时发现 ATM 机等机体上有不明装置，应立即拨打“110”报警电话报警。

(8) 经常核对个人银行卡中的金额，适时更改银行卡密码，一旦发生银行卡被窃或遗失，应立即与该银行卡的银行联系并办理挂失手续，尽可能的避免个人损失。

## 6. 防抢劫抢夺安全知识

(1) 外出时不要携带过多的现金和贵重物品，特别是必须经过抢劫、抢夺易发生地段，如果因购物需要必须携带大量现金或较多的贵重物品，应请同学随行。

(2) 现金或贵重物品最好贴身携带，不要置于手提包或挎包内。

(3) 不外露或炫耀贵重物品，应将现金、贵重物品藏于隐蔽处。

(4) 尽量不要在午休、夜深人静时单独外出。不要在僻静、阴暗处行走、逗留。如必须通过僻静阴暗处，最好结伴而行，或者携带一些防卫工具。

(5) 发现有人尾随或窥视，不要紧张，不要露出胆怯神态，可以大胆回头多盯对方几眼，或哼首歌曲，或大叫同学、教师的名字，并改变原定路线，立即向有人、有灯光的地方走去。

(6) 不要单独滞留或行走在偏僻、阴暗处。女生独自外出或回校，穿着不要过于时髦、暴露。

## 7. 传销的特征

(1) 经营者通过发展人员、组织网络，从事无店铺经营活动，参加者之间上线从下线的营销业绩中提取报酬。

(2) 参加者通过交纳入门费或认购商品等变相交纳入门费的方式，取得加入、介绍或发展他人加入的资格，并以此获取回报。

(3) 先参加者从发展的下线成员所交纳的费用中获得收益，且收益数额由其加入的先后顺序所决定。

(4) 组织者的收益主要来自参加者交纳的入门费，或以认购商品等方式变相交纳的费用，而并非真正的以营销商品为经营的方式来获取利润。

(5) 组织者利用后参加者交纳的部分费用支付先参加者的报酬，维持运作。

(6) 组织者承诺在一定时间内返还参加者高于其所交费用数倍的回报。

## 8. 传销的预防

消除快速成功的心理；正确对待就业困难；学会用《禁止传销条例》保护自己；

杜绝非法传销渗透的空间; 尽快脱身, 防止越陷越深; 主动配合公安机关打击传销行为。

## ■ 五、消防安全知识

### 1. 高校发生火灾的主要原因

(1) 违章使用电加热器具。包括电炉、电取暖器、“热得快”、电热壶、电热锅、电饭锅、电熨斗和电吹风等大功率电加热器具。

(2) 乱拉乱接电线、插座。

(3) 使用电器不慎。如人走不关电源等。

(4) 使用灯具不当。如台灯、床头灯紧靠蚊帐、被褥、衣服、书籍等易燃物, 极易引发火灾。

(5) 违章使用明火。如在宿舍内点蜡烛、用酒精炉、煤油炉、液化气等做饭, 焚烧废物等。

(6) 使用电脑不当。如长时间使用, 不注意电脑的散热, 与书籍等可燃物靠近。

(7) 使用蚊香不当。点燃的蚊香歪倒、移动都可能直接引燃附近的易燃物。

(8) 吸烟不慎。如抽倒床烟、乱丢烟头等。

(9) 人为纵火。

(10) 存放易燃易爆等违禁品。

### 2. 学生公寓防火措施

(1) 不乱拉乱接电线。

(2) 不躺在床上吸烟、不乱扔烟头。

(3) 不在蚊帐内点蜡烛看书。

(4) 不使用电炉、电热杯、热得快、电饭煲等电器。

(5) 使用台灯、充电器、电脑等电器要注意发热部位的散热, 不要靠近枕头和被褥。

(6) 室内无人时、应关掉电器和电源开关。

(7) 不在宿舍使用明火。

(8) 不将易燃易爆物带进宿舍。

(9) 不在宿舍内焚烧物品。

(10) 发现安全隐患及时向管理人员或有关部门报告。

(11) 爱护消防设施, 不将灭火器材随意移动或挪作他用等等。

### 3. 如何拨打火警电话

(1) 拨打火警电话 119, 说清单位、道路名称、门牌号码、燃烧物质、火势大小、报警人姓名以及报警电话号码等。

(2) 拨打火警电话时, 不要紧张, 要吐字清晰, 最好讲普通话。

(3) 打完火警电话, 要指定专人在消防车通过的主要路口等候, 以便给消防人员指引着火地点。

### 4. 火场逃生常识

(1) 熟悉环境, 临危不乱。每个人对自己工作、学习或居住所在地建筑物的结构及逃生路径平日就要做到了然于胸。

(2) 保持镇静, 明辨方向, 迅速撤离。突遇火灾时, 首先要强令自己保持镇静, 千万不要盲目地服从人流和相互拥挤、乱冲乱撞。撤离时要注意朝明亮处或外面空旷地方跑, 要尽量往楼层下面跑, 若通道已被烟火封阻, 则应背向烟火方向离开, 通过阳台、窗台等通往室外的出口逃生。

(3) 不入险地, 不贪财物。在火场中, 人的生命最重要, 不要因害羞或顾及贵重物品, 把宝贵的逃生时间浪费在穿衣服或寻找、搬运贵重物品上。

(4) 简易防护, 掩鼻匍匐。火场逃生时, 经过充满烟雾的路线, 可采用毛巾、口罩蒙住口鼻, 匍匐撤离, 以防止烟雾中毒、预防窒息。另外, 也可以向头部、身上浇冷水或用湿毛巾、湿棉被、湿毯子等将头、身裹好后, 再冲出去。

(5) 善用通道, 莫入电梯。发生火灾时, 要根据情况选择进入相对较为安全的楼梯、通道。千万要记住, 高层楼着火时, 不要乘电梯。

(6) 避难场所, 固守待援。假如用手摸房门已感到烫手, 此时一旦开门, 火焰与浓烟势必迎面扑来。此时, 首先应关紧迎火的门窗, 打开背火的门窗, 用湿毛巾、湿布等塞住门缝, 或用水浸湿棉被, 蒙上门窗, 然后不停用水淋透房间, 防止烟火渗入, 固守房间, 等待救援人员达到。

(7) 传送信号, 寻求援助。被烟火围困时, 尽量呆在阳台、窗口等易于被人发现和能避免烟火近身的地方, 并及时发出有效求救信号。

(8) 火已及身, 切勿惊跑。火场上如果发现身上着了火, 惊跑和用手拍打只会

形成风势，加速氧气补充，促旺火势。正确的做法是赶紧设法脱掉衣服或就地打滚，压灭火苗。能及时跳进水中或让人向身上浇水就更有效。

(9) 缓降逃生，滑绳自救。高层、多层建筑发生火灾后，可迅速利用身边的绳索或床单、窗帘、衣服等自制简易救生绳，并用水打湿后，从窗台或阳台沿绳滑到下面的楼层或地面逃生。跳楼虽可求生，但会对身体造成一定的伤害，所以要慎之又慎。

## ■ 六、交通安全知识

### 1. 行人交通安全知识

- (1) 行人要走人行道，没有人行道的靠路边行走。
- (2) 过马路要看清来往车辆，从人行横道、人行天桥或地道内通过。
- (3) 通过有行人信号灯控制的路口时，应做到红灯停、绿灯行。
- (4) 不要图方便，走“捷径”，乱穿马路。
- (5) 不要在公路上扒车、追车、强行拦车或抛物击车。
- (6) 不要在车前车后急穿公路。
- (7) 不要在车行道上玩耍、嬉闹。
- (8) 不要钻越、跨越人行护栏或道路隔离设施。
- (9) 不要进入高速公路以及其他禁止行人进入的道路。
- (10) 不要擅自进入交通管制区域。

### 2. 乘车交通安全知识

- (1) 乘坐公共汽车须在站台或指定地点候车，待车停稳后，先下后上。
- (2) 不乘坐超载车和非法机动车。
- (3) 不要在车行道上招呼出租汽车。
- (4) 不准携带易燃、易爆等危险品乘坐各类交通工具。
- (5) 机动车行驶中，不要将身体任何部分伸出车外，不准跳车。
- (6) 不要妨碍驾驶员正常操作。
- (7) 不要向车外吐痰、投掷物品。
- (8) 在车行道上，不得从车辆左侧车门上下车。

- (9) 机动车未停稳时不得上下车。
- (10) 乘坐货运机动车时, 不准站立, 不准坐在车厢栏板上。
- (11) 乘坐两轮摩托车必须戴上安全头盔, 不要倒坐或侧坐。

## ■ 七、网络安全知识

### 1. 大学生上网聊天交友应注意的问题

(1) 在聊天室或上网交友时, 尽量使用虚拟的 E-mail, 或 ICQ、OICQ 等方式, 尽量避免使用真实的姓名, 不轻易告诉对方自己的电话号码、住址等有关个人真实的信息。

(2) 不轻易与网友见面, 许多大学生与网友沟通一段时间后, 感情迅速升温, 不但交换的真实姓名、电话号码, 而且还有一种强烈见面的欲望。

(3) 与网友见面时, 要有自己信任的同学或朋友陪伴, 尽量不要一个人赴约, 约会的地点尽量选择公共场所, 人员较多的地方, 尽量选择在白天, 不要选择偏僻、隐蔽的场所, 否则一旦发生危险情况时, 得不到他人的帮助。

(4) 在聊天室聊天时, 不要轻易点击来历不明的网址链接或来历不明的文件, 往往这些链接或文件会携带聊天室炸弹、逻辑炸弹, 或带有攻击性质的黑客软件, 造成强行关闭聊天室、系统崩溃或被植入木马程式。

(5) 警惕网络色情聊天, 反动宣传。聊天室里汇聚了各类人群, 其中不乏好色之徒, 言语间充满挑逗, 对不谙世事的大学生极具诱惑, 或在聊天室散布色情网站的链接, 换取高频点击率, 对大学生的身心造成伤害。也有一些组织或个人利用聊天室进行反动宣传、拉笼、腐蚀, 这些都应引起大学生朋友的警惕。

### 2. 大学生在进行网络购物时应注意的问题

(1) 选择合法的、信誉度较高的网站交易。

(2) 一些虚拟社区、BBS 里面的销售广告, 只能作为一个参考, 特别是进行二手货物交易时, 更要谨慎, 不可贪图小便宜。

(3) 避免与未提供足以辨识和确认身份资料(缺少登记名称、负责人名称、地址、电话)之电子商店进行交易, 若对该商店感到陌生, 可通过电话或询问当地消费团体电子商店的信誉度等基本资料。

(4) 不要轻易汇款, 尽量选择货到付款。

(5) 若网上商店所提供的商品与市价相距甚远或明显不合理时, 要小心求证,

切勿贸然购买，谨防上当受骗。

(6) 消费者进行网上交易时，应打印出交易内容与确认号码之订单，或将其存入电脑，妥善保存交易记录。

### 3. 避免网络陷阱防止网络欺骗

(1) 不要轻易相信互联网上中奖之类的信息。

(2) 不要轻易相信互联网上来历不明的测试个人情商、智商、交友之类的测试软件，这类软件大多要求提供个人真实的资料，往往这就是一个网络陷阱。

(3) 不要轻易将自己的手机号码在网上注册，一些网民在注册成功后，不但要缴纳高额的电话费，而且会受到一些来历不明的电话、信息的骚扰。

(4) 不要轻易相信网上公布的快速致富的窍门，“天下没有免费的午餐”，一旦相信这些信息，绝大部分都会赔钱，甚至血本无归。

(5) 不要轻信网上贷款信息，一旦你把手续费、利息等款项汇出后，所谓的贷款公司马上就消失了。

## ■ 八、心理安全知识

### 1. 大学生主要的不良心理表现

(1) 学业方面表现为考试焦虑、成绩不稳定、学习压力过大、负担过重、专业不理想、缺乏学习动力、厌学情绪比较严重、没有学习欲望。

(2) 人际关系方面表现为沟通不良，交往恐惧、人际冲突、关系失调、孤独封闭、缺乏社交技能等，从而产生自卑、自负、嫉妒、冷漠等不健康心态。

(3) 恋爱与性方面表现为与异性交往困难、因单相思而苦恋、失恋、陷入多角关系不能自拔、对性冲动的不良心理反应、对性自慰行为的过分自责、时常产生性幻想。

(4) 人生态度方面表现为对人生意义的理解、人生价值的取向、人的本质的认识等问题产生消极的评价倾向。经不起批评、打击和失败。

(5) 其他如家庭关系、经济困乏、职业选择、个人发展方面，也常出现困惑和苦恼以及情绪的不稳定等。

### 2. 引发大学生心理问题的因素

(1) 交际、交往的困难是诱发心理问题的首要因素。

- (2) 情感困惑和危机是诱发心理问题的重要因素。
- (3) 角色转换与适应大学生活的能力高低是诱发心理问题的又一重要因素
- (4) 学习与生活的压力也会诱发心理问题。
- (5) 就业压力的增大也是诱发心理问题的因素之一。
- (6) 对网络的依赖是引发心理问题的因素之一。
- (7) 对独生子女教育不当造成的后遗症，是导致大学生心理问题频发的另一诱因。
- (8) 家庭及外界环境的不利影响引发大学生心理问题

### 3. 衡量大学生心理健康的标准

- (1) 学习努力，求知欲强。
- (2) 了解自我，悦纳自我。
- (3) 接受他人，善待他人。
- (4) 正视现实，适应环境。
- (5) 控制情绪，心境良好。
- (6) 意志坚强，自控力好。
- (7) 人格完整，协调发展。
- (8) 心理行为符合年龄特征。

## ■ 九、预防溺水事故

### 1. 预防溺水事故要做到“七不”

一不私自下水游泳；二不擅自与同学结伴游泳；三不在无家长或教师带领的情况下游泳；四不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；五不到不熟悉的水域游泳；六不私自到江河、湖泊、水库、堰塘、水井边玩耍；七不擅自下水施救。

### 2. 预防溺水事故要做到“三要”

一要在家长或长辈带领下游泳；二要到有防护设施和施救人员的正规的游泳场所游泳；三要大声呼救，在遇到同伴溺水时，要大声呼喊，并立即寻求成人帮助，不能手拉人等盲目施救。

## ■ 十、远离黄赌毒

### 1. 大学生要坚决抵制黄色淫秽制品

- (1) 对黄色淫秽物品要坚决做到不看、不传、更不能走私、制作和贩卖。
- (2) 要洁身自爱，读好书、交好友，积极参加健康有益的文体娱乐活动。
- (3) 树立正确的人生观，培养高尚的道德情操，做“四有”新人。

## 2. 大学生要坚决抵制赌博活动

- (1) 自觉遵守校规校纪，养成良好的遵纪守法意识，违法往往从违纪开始。
- (2) 充分认识赌博的危害，自觉培养高尚的情操，积极参加健康有益的文体活动，充实自己的业余文化生活。
- (3) 要防微杜渐，分清娱乐和赌博的界限。
- (4) 思想上要警惕，不要因为顾及朋友、同学的情面而参与赌博，遇到他人相邀，要设法推脱决不参与。
- (5) 要从根本上关心和爱护同学出发，及时制止他人参与赌博，必要时要向老师和学校有关部门报告。

## 3. 大学生要坚决抵制毒品的侵袭

- (1) 充分认识毒品违法犯罪活动的危害性，加强自身的学习和法律意识修养，培养高尚的情操和伦理道德观念。
- (2) 积极参加有益健康的文体活动，增强集体观念，培养广泛的兴趣和爱好，避免孤癖的生活方式。
- (3) 提高防御能力，不要结交有吸毒恶习的朋友或听信他们的谎言。
- (4) 决不可因好奇而尝试毒品，防止上瘾而难于自拔。
- (5) 一旦沾染毒品，要积极主动向老师和学校报告，自觉接受学校、家庭及社会有关部门的监督戒除及康复治疗。

# ■ 十一、正确认识宗教、抵制邪教

## 1. 宗教与邪教的本质区别

- (1) 在宗教中，神和人是有的，再有权威、再德高望重的神职人员（僧侣、主教、神父、牧师、阿訇、道士等）也不得自称为神；邪教教主却自称为神。
- (2) 宗教的传教活动是公开的，僧侣在寺庙中公开讲经，主教、神父在天主教堂中公开布道，教民可在教堂公开举行教务活动，这些都是人们所常见到的。邪教则经常进行隐蔽的活动。

(3) 宗教并不反人类、反社会，而邪教则反人类、反社会。

(4) 宗教不允许神职人员个人骗财敛财，而邪教教主则大肆掠夺别人的财产据为己有。

(5) 宗教有自己的典籍和教义，邪教的所谓教义都是危言耸听的歪理邪说。

## 2. “法轮功”就是邪教组织

因为“法轮功”完全符合邪教组织的基本概念和所具有的重要特征。

(1) “法轮功”是冒用宗教、气功或其他名义设立的。

(2) “法轮功”大搞“教主崇拜”。

(3) “法轮功”实行严格的精神控制。

(4) “法轮功”编造了形形色色的歪理邪说。

(5) “法轮功”大肆敛取钱财。

(6) “法轮功”属于秘密结社性质的非法组织。

(7) “法轮功”危害社会。

## 3. 大学生要坚决抵制宗教的渗透和邪教的侵害

(1) 大学生应当参加合法的社会组织，参与健康向上、有益身心的社会活动，包括体育健身活动。

(2) 警惕境内外反动宗教组织对我国的宗教渗透。

(3) 如果接到了散发或邮寄的宗教宣传品或参加宗教组织的活动的邀请信，切不可轻易参加或将宗教宣传品在同学、朋友中散发，而应主动报告学校保卫部门或党组织，并配合学校进行工作。

(4) 我国原则上不允许教徒在家里聚会举行宗教活动，如果有人邀请参加家庭宗教聚会，你应该婉言谢绝。任何人员不得在校内从事宗教活动。

(5) 大学生应当努力学习科学知识、科学思想、科学方法和科学精神。只有“四科”俱备，才能正确地分析问题，解决问题，正确地认识世界，改造世界。

(6) 大学生要学会识别真伪，分别善恶，分清宗教与邪教的本质区别，分清我们提倡的“真、善、美”与“法轮功”的“真、善、忍”的本质区别，从根本上认清“法轮功”反人类、反社会、反科学、反政府的反动本质。

(7) 大学生要永远站在党和人民一边，与“法轮功”及其他非法组织进行坚决的斗争，用实际行动去反对迷信，反对邪教，用实际行动去维护学校稳定。

## ■ 十二、自觉维护国家安全

### 1. 国家安全

国家安全是指国家政权、主权、统一和领土完整、人民福祉、经济社会可持续发展和国家其他重大利益相对处于没有危险和不受内外威胁的状态，以及保障持续安全状态的能力。国家安全工作应当坚持总体国家安全观，以人民安全为宗旨，以政治安全为根本，以经济安全为基础，以军事、文化、社会安全为保障，以促进国际安全为依托，维护各领域国家安全，构建国家安全体系，走中国特色国家安全道路。

### 2. 危害国家安全的行为

- (1) 阴谋颠覆政府，分裂国家，推翻社会主义制度的。
- (2) 参加间谍组织或者接受间谍组织及其代理人的任务。
- (3) 窃取、刺探、收买、非法提供国家秘密的。
- (4) 策划、勾引、收买国家工作人员叛变的。
- (5) 进行危害国家安全的其它破坏活动的。

### 3. 大学生怎样维护国家安全

- (1) 要始终树立国家利益高于一切的观念。
- (2) 要努力熟悉有关国家安全的活动、法规。
- (3) 要克服妄自菲薄、崇洋媚外等不正确思想。
- (4) 要积极配合国家安全机关的工作。
- (5) 收到各种反动宣传品，不要传看，要及时交到学校保卫部门。
- (6) 要严守党和国家秘密，自觉地同失泄密行为和窃密行径作斗争。

## ■ 十三、自觉维护学校安全稳定

### 1. 通过正常途径和程序向学校有关方面积极反映意见

- (1) 通过班级干部及时转告您的意见和想法。
- (2) 向辅导员和院系党政领导反映您的意见和要求。
- (3) 直接找学校有关部门的教师处理您迫切需要解决的问题。
- (4) 利用校、院领导群众来访接待日，直接向学校最高领导反映意见。

## 2. 积极应对不利于学校稳定的事件

- (1) 正确判别该事件的是非曲直。
- (2) 遇事要头脑冷静和理智地思考，帮助邀约你的同学或朋友权衡利弊，提出忠告。
- (3) 为了避免矛盾激化，应主动向学校各级组织反映情况。
- (4) 如果你发现有极少数别有用心的人进行恶意煽动、闹事，破坏学校稳定，要敢于与之斗争。



## 13

## 文明修身 &gt;&gt;

**■ 一、学习文明**

- (1) 自觉遵守课堂、图书馆、实验室秩序，上课、自习不高声喧哗，影响同学；
- (2) 学习区域内不吃食物，谢绝课桌文化；
- (3) 主动向老师问候致意、让座。

**■ 二、就餐文明**

- (1) 主动排队打饭，不争抢座位，不插队；
- (2) 按需购餐，不浪费食物；
- (3) 安静就餐，不高声喧哗，以免影响同学。

**■ 三、起居文明**

- (1) 维护寝室清洁卫生，不乱抛垃圾；
- (2) 按时作息，熄灯后不要大声喧哗，不影响他人学习、休息；
- (3) 不使用违规电器。

**■ 四、言语文明**

- (1) 使用文明礼貌用语，不说粗话、脏话；
- (2) 主动向老师同学问好，公共场所不大声喧哗；
- (3) 自觉使用规范语言文字，为说中文感到自豪。

## ■ 五、着装文明

- (1) 服装整洁大方、得体；
- (2) 进入教学楼、图书馆等学习场合不穿拖鞋和吊带背心等过于暴露且不正式的着装；
- (3) 在校园内和外出集体组织活动中佩戴校徽。

## ■ 六、乘车文明

- (1) 自觉排队上下车；
- (2) 不争抢座位；
- (3) 主动为老师、长辈、小孩、孕妇和残疾人及确需帮助的人让座。

## ■ 七、举止文明

- (1) 公共场合行为举止得体；
- (2) 不随地吐痰，不乱扔垃圾；
- (3) 用厕后冲水。

## ■ 八、上网文明

- (1) 科学上网，不沉迷于网络；
- (2) 文明上网，不发转错误和不适宜信息；
- (3) 健康上网，不登录违法和不文明网站。

文明工商人，修身齐行动！



## 14

## 学生发展中心 &gt;&gt;

### ■ 一、重庆工商大学学生发展中心简介

重庆工商大学学生发展中心是学校全面落实“立德树人”根本任务，创新大学生思想政治教育工作的重要载体；是深入推进“三全育人”综合改革，创新育人服务体系，提升学生工作质量和育人成效的新平台。

学生发展中心于2020年11月5日正式运营，位于南岸校区学生宿舍北区十栋裙楼3楼，占地750平方米，设有沙龙室1间、交流研习区13个、团队辅导室3间、个体咨询室4间、网络直播间1间。中心以“聚焦交流互动，服务学生发展”为宗旨，为全体学生提供思政引领、学业指导、朋辈帮扶、竞赛培育、职业规划等服务，促进生生互动、师生交流、校友导学，助推学风建设和育人工作，助力学生全面发展。

学生发展中心开放使用时间：每周一至周日上午9:00—22:00。

### 二、学生发展中心场地使用线上预约指南

学生发展中心使用需提前进行线上预约，面向全校师生。线上预约流程如下：企业微信——工作台——翠湖智办——（公共服务）学校会议室及场馆预约——学生发展中心会议室——点击“进入”选择要预约的场地——点击“预约”即可。

附：学生发展中心 VR 全景图链接 [https://720yun.com/t/f5vkOhfypqm?scene\\_id=57954454](https://720yun.com/t/f5vkOhfypqm?scene_id=57954454)。



### ■ 三、学生发展中心“名师导学”活动介绍及预约流程

学生发展中心“名师导学”活动成立于2023年，目前已组建了一支两百余名包含了各学科专业背景的导学名师团队。学生可在线预约相关指导老师，可为学生提供学业辅导、竞赛培育、考研（考公）指导、职业规划等方面的服务。

具体操作流程：学生可登录企业微信，在工作台“CTBU微校园”栏目下“翠湖智办”中选取“学生发展中心导学名师预约”流程预约导师。

学生可根据导师的专业研究方向、授课情况以及可提供的指导方向在可预约的时间段内进行线上预约。提交预约后，待预约导师网上审批同意，即为预约成功。预约成功后，学生可以通过企业微信对接预约的导师，沟通指导相关事宜。

学生发展中心导学名师预约（专业教师提供一对一、一对多辅导）：企业微信——工作台——CTBU微校园——翠湖智办——学生发展中心导学名师预约。

学生发展中心，期待与你相遇。



## 15

## 名师导学 &gt;&gt;

## 一、活动介绍

为进一步推进学风建设，促进师生交流，助力学生全面发展。本学期经各学院推荐上报，学校组建了一支 240 余名包含了各学科专业背景的导学名师团队，可为全体在校本科生提供学业辅导、竞赛培育、考研指导、考公指导、职业规划等服务。学生可根据导师的专业研究方向、授课情况以及可提供的指导方向在可预约的时间段内进行线上预约。提交预约后，待预约导师网上审批同意，即为预约成功。预约成功后，学生可以通过企业微信对接预约的导师，沟通指导相关事宜。

## 二、预约流程

### 1. PC 端

#### (1) 登录校园网首页

点击翠湖智办

使用统一身份认证账号登录进入

#### (2) 点击服务在线

在搜索框中输入“导学名师预约”

或在所属部门中选择“党委学生工作部(学生处)”就能查看到“学生发展中心导学名师预约”服务。

#### (3) 进入“学生发展中心导学名师预约”界面

右侧办理入口，点击“学生发展中心导学名师预约”，预约前可通过“教师信息清单”，查看导师相关信息。



(4) 提交预约后，待预约导师网上审批同意，即为预约成功

预约成功后，学生可以通过企业微信对接预约的导师，沟通指导相关事宜。



## 2. 移动端

(1) 登录企业微信工作台

点击翠湖智办；

在搜索栏输入“导学名师预约”。



(2) 进入“学生发展中心导学名师预约”界面

右侧办理入口，点击“进入”可以直接进入进行预约。预约前，可通过“教师信息清单”查看导师的相关信息。



(3) 学生可根据导师的当前的专业研究方向、授课情况以及可提供的指导方向进行预约。提交预约后，待预约导师网上审批同意，即为预约成功。预约成功后，学生可以通过企业微信对接预约的导师，沟通指导相关事宜。



# 16

## (学生处+大自委)简介>>

### ■ 一、党委学生工作部（党委武装部、学生处）

党委学生工作部（党委武装部、学生处）是学校党委和行政的职能部门，主要负责本科生的思想政治教育和学生事务管理。部（处）内设学生教育科、学生管理科 / 学生资助管理中心、学生公寓学生工作办公室、国防教育科、大学生心理健康教育与咨询中心等科室。

学生处

网址：<http://xsc.ctbu.edu.cn/>

微信公众号：ctbu 学工在线



## ■ 二、大学生自我管理与服务委员会

重庆工商大学大学生自我管理与服务委员会（以下简称“大自委”）于2010年9月29日成立，是由党委学生工作部（党委武装部、学生处）所具体指导的原大学生自律委员会、楼管会、勤工助学中心、朋辈心理帮扶团、国旗班、学风督察部等学生组织为适应高等教育大众化这一新形势经优化整合而成立的一个新型的学生自治组织。大自委现设有办公室、公寓社区部、勤工助学部、学业促进部、心理健康部、文化宣传部六大部门，下设16个职能小组，共同推动全校学生工作的开展。

大学生自我管理与服务委员会

网址：<http://dzw2014.ctbu.edu.cn/>



微信公众号：ctbu 大自委



微博号：重庆工商大学大自委 info



抖音号：CTBU 大自委





南岸校区：中国重庆市南岸区学府大道 19 号

兰花湖片区：重庆市南岸区学府大道 28 号

茶园校区：中国重庆市南岸区梨花大道 853 号

[http:// www.ctbu.edu.cn](http://www.ctbu.edu.cn)

