

金色园地

第二期 (总第 204 期)

北京科技大学 离退休职工党委 编
离退休职工工作处

2022 年 3 月 8 日

主编:乔哲 责编:刘淑红 侯佳 制作:高晓森 网址: <http://ltx.ustb.edu.cn>

用心用情精准服务 努力在平凡的岗位上创造出不平凡的业绩

——学习习近平总书记对全国老干部工作的重要指示

全国老干部工作先进集体和先进个人表彰大会近期在京召开。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平作出重要指示，代表党中央向大会的召开致以热烈的祝贺，向全国广大老干部致以崇高的敬意，向全国老干部工作者致以诚挚的问候。

习近平指出，回顾党的百年奋斗历程，广大老干部亲历了中华民族迎来从站起来、富起来到强起来的伟大飞跃，对初心使命矢志不渝、对理想信念坚定执着、对党和人民事业无比忠诚，作出了重要贡献。希望广大老干部不忘初心、牢记使命，坚持老有所为、继续发光发热，弘扬党的优良传统、赓续红色血脉，讲好党百年奋斗重大成就和历史经验的故事，积极为实现第二个百年奋斗目标和中华民族伟大复兴贡献智慧和力量。

习近平强调，老干部工作承担着党中央关心爱护老干部的重要任务。长期以来，广大老干部工作者默默无闻、无私奉献，为做好老干部

工作付出了大量心血、作出了积极贡献。老干部工作部门和老干部工作者要用心用情、精准服务，努力在平凡的岗位上创造出不平凡的业绩。各级党委及其组织部门要重视和关怀老干部工作队伍，加强对他们的培养教育，满腔热情关心他们成长进步。

中共中央政治局委员、中央组织部部长陈希在会上讲话指出，习近平总书记重要指示充分体现了党中央对广大老干部的尊重关心和对老干部工作者的殷切期望。要坚持把习近平总书记关于老干部工作的重要论述作为根本遵循，深入学习贯彻党的十九届六中全会精神，带着感情和责任做好新时代老干部工作，精心精细精准搞好服务，引导广大老干部为党和国家事业发展作出新贡献。要加强老干部工作部门自身建设，努力建设让党放心、让老干部满意的模范部门，打造政治坚定、作风优良、业务精通的过硬队伍。



支部生活

“两个确立”的科学依据

□退十二支部

党的十九届六中全会审议通过《中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议》（以下简称《决议》），从总结党百年奋斗的历史意义和历史经验的高度，强调指出党确立习近平总书记党中央的核心、全党的核心地位，确立习近平新时代中国特色社会主义思想的指导地位，并进一步指出，这“两个确立”对新时代党和国家事业和发展，对推进中华民族伟大复兴和历史进程，具有决定性意义。为此，必须对“两个确立”的根本依据进行科学论述，这是党做出“两个确立”的基本前提。我们认为，决议从理论与实践相结合，两个方面对“两个确立”的科学依据进行了深刻阐述，主要体现在如下三个方面：

一、“两个确立”的理论前提。

《决议》总结党百年奋斗重大成就，首次提出马克思主义中国化三次

历史性飞跃的科学论断。指出毛泽东思想是马克思主义中国化第一次历史性飞跃；邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观形成中国特色社会主义理论体系，实现了马克思主义中国化新的飞跃（或叫第二次历史性飞跃）；习近平同志是新时代中国特色社会主义思想的主要创立者，习近平新时代中国特色社会主义思想是当代中国马克思主义、二十一世纪马克思主义，是中华文化和中国精神的时代精华，实现了马克思主义中国化新的飞跃（或叫第三次历史性飞跃）。《决议》把习近平新时代中国特色社会主义思想与毛泽东思想单列，作为马克思主义中国化第三次历史性飞跃，为“两个确立”奠定了理论前提。

二、“两个确立”的理论依据。

党的十九大提出习近平新时代中国特色社会主义思想。科学回答了新时代坚持和发展什么样的中国特色社会主义、怎样坚持和发展中国特色社会主义这一重大时代课题，《决议》依据党的十九大以来习近平新时代中国特色社会主义思想的新发展，把对新时代这一个重大时代课题的科学回答，升为科学回答和探索新时代坚持和发展什么样的中国特色社会主义、怎样坚持和发展中国特色社会主义、建设什么样的社会主义现代化强国、怎样建设社会主义现代化强国、建设什么样的长期执政的马克思主义政党、怎样建设长期执政的马克思主义政党等三个重大时代历史课题，并进一步把党的十九大提出的习近平新时代中国特色社会主义思想的核心内容“八个明确”提升为“十个明确”。习近平新时代中国特色社会主义思想科学回答和探索新时代三个重大时代课题，进一步丰富和发展了中国特色社会主义理论体系。对建设中国特色社会主义系列基本问题的科学回答，是“两个确立”的理论依据。

三、“两个确立”的实践依据。

理论来源于实践，“两个确立”是党百年奋斗创新。百年奋斗新创造的新时代，中国特色社会主义伟大成就的科学总结，党的十八大以来，中国特色社会主义进入了新时代。以习近平同志为核心的党中央领导全党全军全国各族人民砥砺前行，全面建成小康社会目标如期实现，党和国家事业取得历史性成就，发生历史性变革，中华民族迎来了从站起来、富起来

到强起来的伟大飞跃，中华民族伟大复兴进入了不可逆转的历史时期。以习近平同志为核心的党中央的坚强领导、习近平新时代中国特色社会主义思想的正确指引党创造的新时代，中国特色社会主义伟大成就，是“两个确立”的实践依据。

深刻认识“两个确立”的科学依据，有助于我们深入学习和贯彻十九届六中全会精神，深刻领会“两个确立”的决定性意义，进一步增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，在思想和行动上提高同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致的自觉性。因此，我们必须进一步加强学习，认真领会。

在职支部“党章学习日”学习体会集锦

强化党员意识，坚定共产主义理想信念，增强党中国特色社会主义道路的信心和决心，并做到任何时候，任何情况下都不会动摇。作为党员要牢记党的宗旨把全心全意为人民服务作为自己终生追求和责任，实实在在地为老同志服务，严格党的组织生活。做到活到老、学到老，在日常生活与朋友交往中注意联系群众，宣传党的方针、政策。只有思想上保持了先进，才能在行动上体现先进性。

——高晓森

通过此次党章学习和研讨，本人深刻认识到作为党员学习党章的重要性的意义。新党章修正案是与时俱进、实事求是的新党章，作为党员行为的根本宗旨和准则，常学常新是必然要求。通过学习党章，进一步增强了自身政治素养和业务能力，将坚守信念与开拓创新结合了起来。现结合研讨的学习成果和实际工作情况，浅谈几点感想：



一、理论学习经验。党章学习需重视、认真，不仅要学习其文本，更要理解其本质；不仅要自己学习，更要同离退休党员一起学习探讨，深刻理解和认识。

二、自身工作经验。离退休党委秘书的工作要求认真、细致，要针对老同志的实际情况和特点，不忘初心，同时创新。要将新时代的新党章向老同志宣讲好，并一同践行好。

三、创新工作方法。结合新党章的新要求，作为党委书记，要深刻领会其思想精髓，坚持学习，不断进步，保持党员的先进性和积极性，把握新形势，做好新服务。

——杨燕

新党章对党员应具备的素质、应履行的义务、应享有的权利、应承担的责任有了进一步的明了和定位，对党员的先进性要求有了更加清晰具体的理解。在今后的学习和生活中我一定要按照党章的规定来严格要求自己，发扬和保持党的先进性。努力做到以下三点：

一、努力把干好工作和提升自身素质统一起来。在干好本职工作的过程中通过深化认识，思考归纳，概括升华，使自己在工作中获得的经验思想、心得体会等成为自身业务水平和思想道德素质的有机构成部分；

二、保持与时俱进的精神状态，不断提高理论素养、完善知识结构、增强业务能力，拓宽学习领域，强化实践锻炼，始终保持党员的先进性；

三、努力把坚守宗旨信念和开拓创新统一起来。坚持全心全意为人民服务是我们党的宗旨，也是每一个党员所必须坚守的信念意识。

——侯佳

在这次党章学习中，把握了解了党章与党史学习教育之间的关系。党章是百年党史的缩影，是我们党的根本大法，体现了马克思主义中国化的伟大进程，习近平总书记在党史学习教育动员大会上指出，党的历史是最生动、最有说服力的教科书。党章记录了党波澜壮阔的历史轨迹，展现了党从幼年走向成熟的艰辛历程，通过回顾党章的历史演进，领会党章的现实意义，我们要把学习党章作为党史学习教育的必修课，进一步增强党章意识，提升党性修养，真正把党章学深悟透，内化于心、外化于行，不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力。

——杨喆



相约春天，一起向未来

——我为“双奥之城”北京“冬奥”喝彩

“我们都需要爱，大家把手都牵起来，一起来、一起向未来！我们都拥有爱，来把所有门全都敞开 Together for a shared future 一起来、一起向未来！”注定这个冬天是中国“双奥之城”北京 2022 年冬奥会和冬残奥会的，是春天、是希望和未来！小小退休的我又做了点什么呢？



参与社区助威冬奥“一起向未来”宣传。积极参加了所居住的北太平庄地区冶建社区在线学习和测试，通过文字、图片、视频各种形式学习了解冬奥会相关知识。特别是代表居民和大家于元月 21 日一起拍了《一起向未来》的小视频，在居委会会议室、在居民楼宇间，反复学习唱歌、练习动作，大家唱着、舞着，手摇着小国旗加油助威，把小区的冬奥宣传掀起了一个小小高潮；小视频还获片区奖，把阳光播撒，把善良传递，把温暖送达。

上冰上雪体验，感受运动的乐趣。俗话说：三九四九冰上走。虽然“速度与激情”的运动我们退休年龄的人望而却步，然冰雪上咯吱咯吱的声音是非常悦耳的。于是老师们结伴在京城最大冰场——颐和园昆明湖冰上漫步体验：北望万寿高大英俊，西瞭巍巍玉塔见证，南湖岛冰上跃跃欲试；昔日皇家园林，今日百姓乐冰场。看孩子们或独立或在家长的陪同下，驾驶着自助小冰车、冰上自行车，欢声笑语地驰骋在天然翡翠般的冰面上；跌倒了，爬起来，捡起小车，继续滑行……个个虎头虎脑都是满满的自信

和朝气，未来的冠军不就在这些孩子们的身上吗！汪国真：“世上有不绝的风景，我有不老的心情”。无论是人工造雪，还是天然结冰，这个假期本人都巴巴地体验和感受了一下，上了自助小冰车，滑了雪滑梯，扔了雪球团等，十足的感受了冰雪的乐趣，喃喃碎语：有雪的日子真好！

“张北的风，点亮北京的灯”讲好绿色冬奥故事。众所周知，北京冬奥三大赛区 26 个场馆，首次历史性 100%的绿色电能供应，是怎么实现的呢？中国京冶环保研究所的杨教授参与张北可再生能源示范项目（部分），给社区居民宣传介绍，把张北的风转化为清洁电力，并入冀北电网，再输向北京、延庆、张家口三个赛区。这些电力不仅点亮了“北京的红、延庆的绿、张家口的蓝”那一座座奥运场馆，也点亮了北京城里的万家灯火。张家口的同学戏聊：你家的亮灯，就是张北的风呀！这只是众多“冬奥项目”科技中的一点点。

“一朵雪花，一片冰心”大气极致精彩的第 24 届冬奥开幕式，驻足在 20220204 中国的“立春”。“绿色简约、满格的中国元素、绝妙的美翻天”实实足足地演绎了中国人的浪漫情怀，是北京冬奥盛世的最大亮点。从二十四节气的倒计时，到九岁小号“我和我的祖国”、到“永不凋零的奥运之花”；从夏奥会的水立方，到冬奥会的冰立方，再到高跟大跳台、如意游龙云顶滑雪……《北京欢迎你》实现了《一起向未来》，充分彰显着奥林匹克精神，“更快、更高、更强”和更团结、更美丽。也正如众多国外运动员所言：你们的微笑和完美的设施，以及 678 道美食佳肴，温暖了我们的心、安抚了我们的胃。中华千年魅力与冬奥精神，终于在今春相逢；北京这座千年古城，成为了全球唯一的“双奥之城”，杠杠的中国文化自信和科技实力，助力中国续讲“春天的故事”。祝福奥林匹克的大家庭一起走进大美春天，一起走向福乐平安的未来！激动之余，附小诗一首：

采桑子·春奥相逢

律回梅合流光缓，春奥相逢。
壬寅红灯，宾客无界乐语中。
腾跃冰雪墩墩醉，尽情容融。
要强东风，福虎添翼国昌盛。

退休三支部 刘瑞华

雪花——冬奥感怀

我在农村中长大，从小热爱雪花。爱它湿润土地，春天助种子发芽。爱在雪地上玩耍，打雪仗、堆雪人、就地滚爬，全身洁白无瑕。雪后的晚霞，是我心灵的童话。

如今，北京城飘雪花，雪花之大，内含九十多个国家，凝聚成冰花，包含你、我、他。五环牵手舞银链，冰雪赛事，全球拥抱它，四海是一家。

火炬在冰花中心跃光华，翻滚着心中的激情，点燃着心中的火花，宣示着阳光、开放、简约、安全，更快、更高、更强，温暖精彩无涯，谱写人类命运共同体的华章，团结一起携手向未来，雪花变成了神话。

雪花，你写下多少动人的故事，来者舍不得离开您，留恋您，誉满全球我的中华，我忍不住热泪盈下，内心呼喊着，我更爱您呀，我的国，我的家。

退休五支部 沈澍元

世界瞩目的北京冬奥会胜利闭幕了。中国文化，中国科技，中国智慧，中国体育，中国的飞速发展，中国人民的友好热情在这次冬奥会中展现得淋漓尽致，中国人民不仅站起来了，而且更加强大了，这是任何力量也阻挡不了的。在这次冬奥会上中国取得了九金四银两铜的历史最好成绩。中国所有的运动员顽强拼搏，为祖国争得了荣誉，绽放了一朵朵璀璨的奥运之花。在这些奥运之花当中最光彩夺目的让我最感动的应该是，谷爱凌和苏翊鸣，不鸣则已，一鸣惊人。他们所取得的成绩应该感谢的是，他们的亲人，他们的教练，他们的队友，但更应该感谢的是全国人民的支持和爱戴，祖国的繁荣兴旺和强大。感谢我们这个伟大的时代。当前疫情蹂躏着整个世界，只有我们中国在中国共产党的领导下一枝独秀不仅经济上飞速发展，而且在疫情肆虐的情况下成功地举办了北京冬季奥运会。我希望谷爱凌和苏翊鸣在掌声和鲜花当中要保持清醒的头脑要谦虚谨慎，戒骄戒躁，再创辉煌。人生当中最美好的年华就是青春，提起青春让我浮想联翩。我们这一代人十七八岁的时候，正赶上上山下乡，到农村去，到边疆去，到最艰苦的地方去，到祖国最需要的地方去。我们当时的信念是听党的话，把一生交给党安排。不过艰苦的工作环境繁重的体力劳动。磨炼了我们的

意志，锤炼了我们的品德。历练了我们的人生价值观。在党和祖国的关怀下，我们这一代人努力学习，奋发向上，走上了不同的工作岗位。40年来祖国的飞速发展，倾注了我们这一代人的无私奉献和艰苦卓绝的努力。这也是一种奥林匹克精神，不过它不是在运动场上，而是在社会实践的熔炉当中。在网上许多地方评价我们这一代人是世界上最勤奋最辛苦的一代人，的确我们身体一天天衰老了。但是我感到我们的内心却随着祖国的发展在一天天强大。我们要活到老学到老。要见证祖国的强大。要分享祖国高科技带来的繁荣兴旺。要向年轻人传授我们的知识，向他们讲那些难以忘怀过去的故事，我们要向年轻人呐喊助威。把我们的爱我们的知识传承给下一代。正像奥林匹克的圣火，一代一代传递下去！

退休五支部 温厚滨

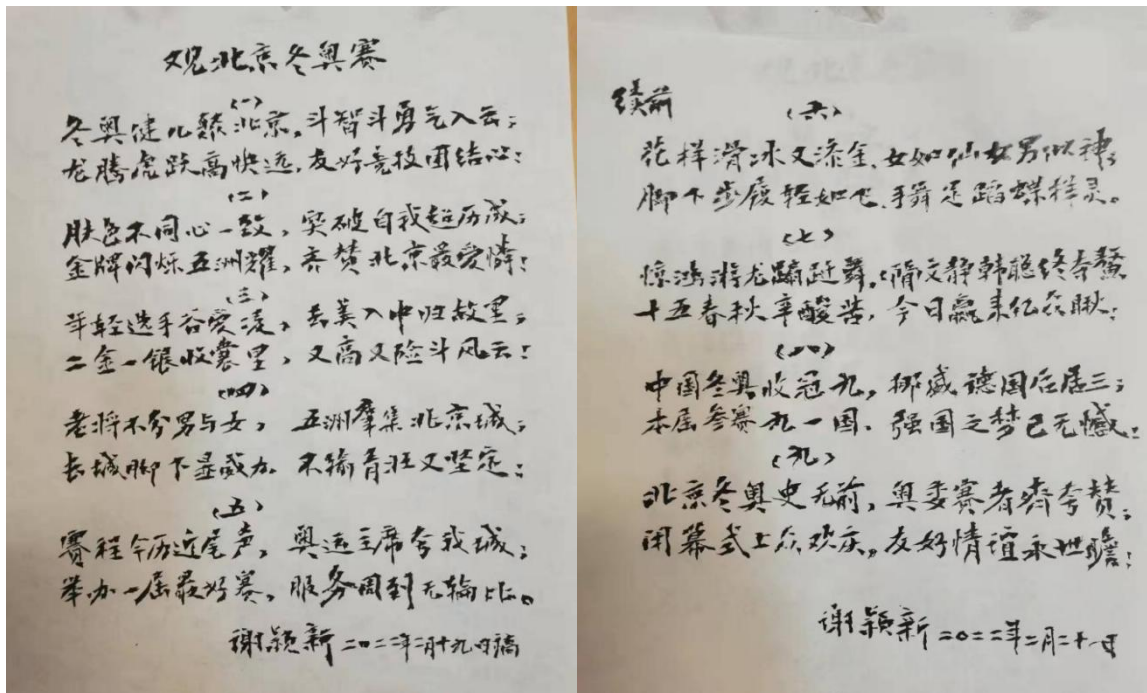
在刚刚过去的16天里，北京为世界奉献了一届令人难忘的奥运盛会，向世人展现了中国人民积极向上的精神和力量，再次书写了奥林匹克运动新的传奇。

这是一次来之不易的盛会，在习近平总书记亲自谋划，亲自推动和坚强领导下，在世界各国人民的大力支持下，依靠中国坚实的国力支撑，精细入微的筹划，坚定有力的执行，冬奥会顺利如期举行，并且创造了冬奥会历史上诸多第一。作为人类历史上第一个既举办夏季奥运会、又举办冬季奥运会的城市，北京正向世人展现14年来天翻地覆的变化。

2022年冬奥会在中国举办，全球新冠肺炎疫情肆虐，能否如期顺利举行，很多人在担心，还有一些西方政客借机进行攻击，中国政府采取有效防控措施保障了冬奥会如期顺利举办、参赛及相关人员的健康安全，向世界呈现了一届简约安全精彩的奥运盛会。付出了巨大努力，赢得了国际社会高度评价。这场盛会为团结创造全人类更美好未来传递希望与力量，给世界留下了宝贵的财富。

这次冬奥会中国获得九金四银二铜，排名第三。金牌数与奖牌数为历届最好，同时国际奥委会主席巴赫宣布首次将奥林匹克杯授予全体中国人民。在疫情肆虐全球，西方国家百般阻挠全力打压的情况下，北京奥运会节俭办会，创出历史奇迹，为我们伟大祖国自豪。

退休七支部 许尔恂



退休十支部 谢颖新

中国首金

郭鸿志

四人接力混团体，短道速滑两千米。
惊心动魄精彩极，完美交接快无比。
两棒超越创奇迹，不负众望王牌师。
冬奥中国夺首金，为国争光升国旗。

注：

2月5日，北京冬奥会短道速滑2000米混合团体中国队曲春雨、范可新、武大靖、任子威接力赛决赛成绩2分37秒348为中国夺首冠。

“见字如面”——冬奥期间，老同志以极高的热情关注冬奥，为见证这一伟大盛事而兴奋自豪。老同志们纷纷写信给冬奥体育健儿、写给可爱的志愿者……激励他们用青春和汗水不负韶华，为国争光。

“见字如面”——冬奥明星谷爱凌之所思

作为本届冬奥会中国队热度最高的选手之一，谷爱凌像一位野蛮生长的冰雪公主，她也称自己是“青蛙公主”。好个了得的多点开花：获得2020年洛桑冬季青年奥林匹克运动会滑雪U型池、自由式滑雪大跳台冠军；取得惊人的SAT1580分被斯坦福大学录取，为备战北京冬奥提前完成了高中课程，名副其实的“全能学霸”；荣登了“2020福布斯中国30岁以下精英榜”。本人在想：

50年前的1972年2月，春天的中国带着小小乒乓球开启了中美相识相向……

50年后的2022年也是2月、更是春天，中国北京“双奥之城”的冬奥会上，坚定而美丽的谷爱凌墩墩实实地将“中西文明”完美的容容融融。

多么希望通过谷爱凌的精彩经历和舞跃精神，激起大家在关注、爱戴、羡慕和鼓舞的同时，去反思和触动我们的家庭教育、学校教育和社会保障呢！从而去影响一代代年轻的家长、学子和孩子们；相信一定会的，期冀着、盼望着，圆梦的中国明天会更好。

谷爱凌之所思：

一是热爱：唯有热爱，才能让一个个熬过寂寞，打败恐惧，数年如一日地精进自己；“痛苦的坚持，永远比不上快乐的热爱。”《论语》有云：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”

二是专注：专注自己热爱的事情，做好自己应该完成的任务；有期待，用不同的梦想作生活的“调料”，产生出正向心流，做自己时间的管理大师；

三是对手：永远是一面镜子；良性竞争，才能挑战自我，终将遇见强大的自己。

关于害怕，谷爱凌说：“我会害怕，可我更害怕不去尝试，害怕给自己设限。”“……但我更渴望害怕；害怕，让我一直向前；害怕，鼓舞我去奋斗！”她还乐呵呵地说：不敢跨出第一步，谈何“玩好”这一生。

“玉汝于成，踏雪寻龙”大跳台上的玉蛟龙 18 岁的谷爱凌满满的自信：“我希望自己 80 岁的时候回到 17 岁，想起来的不是哪一次比赛没有赢，而是我一直都享受我选择的生活。”啊！人生如意，莫过于如此！

设施之思考：相信冬奥会后，京延张三个赛区的硬件定会可持续利用，都会硬核地满足人们的舞滑舞跃之美；同时，还会逐渐出现 U 型池、旱冰、轮滑等——喜闻乐见的更专业、更适合大众的文化体育活动场所，“韭菜盒子”们会更加神采飞扬。

未来还会有更多的谷爱凌、苏翊鸣、赵嘉文、李方慧……后生可畏！

“凌”动起来！明天更美好！

退休三支部 刘瑞华

徐梦桃：

您真棒！真棒！宝刀不老豪情壮，您是中国人民的骄傲，我们的榜样。您一生都在拼搏，流下的汗水用桶都难装，任何挑战都迎刃而上，杀出的路是血与肉的战场。今看您又夺金牌，把五星红旗披在肩上，是祖国的荣光，这时的我再也抑制不住热泪盈眶。这是骄傲的泪，您身上闪耀的冬奥精神，是民族之光。世界命运共同体，携手向未来，大道被点亮。

退休五支部 沈澍元

亲爱的中国短道速滑队的全体队员们：

你们好！

北京冬奥会期间，我怀着复杂的心情在电视里看完了你们所有的比赛。场面可谓惊心动魄，看得我也是心潮澎湃。时而紧张、担心，时而兴奋、高兴，时而沮丧、遗憾……五味杂陈。

开赛首日，你们意气风发，旗开得胜，夺得 2000 米接力的金牌，七十多岁的我激动得差点跳了起来。2 月 7 日男子 1000 米决赛，任子威跟匈牙利运动员挤在一起之时，我的心都提到了嗓子眼，结果由于对手犯规而判定任子威获得金牌，我转悲为喜，又喜极而泣。2 月 13 日武大靖迎来卫冕

之战——500米决赛，其过程堪称一波三折，最终却功亏一篑。我先是扼腕叹息，当得知与韩国选手故意阻挡有关系时，遂转而痛心疾首。最刺激的一幕当属2月16日的男子5000米接力决赛。我想，我们有实力，不出意外的话，站上领奖台应该有把握。俗话说怕什么来什么，半途孙龙居然摔倒了。在那一瞬间，我捶胸顿足，连说：“太可惜了！”然而随后即看到你们没有放弃而奋力追赶的场面，又为你们绝地反击、背水一战、锲而不舍的意志所感动。虽然最终没能站上领奖台，但是在我心中，你们是最棒的！

我想说，竞技体育就是这样，出现什么情况都不足为奇。可喜的是，你们做得很好：不因胜利而狂躁，不因失利而气馁，不因失误而抱怨。最终获得2金1银1铜的成绩。从你们身上，我看到的不仅仅是技术全面、敢于拼搏，更多的是具有团队意识，彼此之间的团结与宽容。这充分体现了“更高、更快、更强、更团结”的奥林匹克精神。也展示了中国人民顽强不屈的品格和宽广的胸怀。特别是武大靖太不容易了，你是好样的！谢谢你们，祝福你们，相信前方会更好，一起向未来！

此致
敬礼

退休六支部 佟玉兰

北京科技大学大学生冬奥志愿者：

你们好！

北京冬奥会于2022年2月20日落下帷幕。十几天的冬奥赛事，人们不仅见证了运动员们在赛场上勇于拼搏、永不言弃为国家而战的精彩瞬间，也让大家深刻感受到了冰雪运动的魅力。各国运动员赛场上的相互支持、相互鼓励、完美发挥，更深刻地诠释了“更快、更高、更强——更团结”的奥林匹克格言。国际奥委会主席巴赫在冬奥会闭幕式上致辞时，四次使用中文对中国表示感谢，盛赞北京冬奥会是真正无与伦比的冬奥会，并且祝贺中国成为冰雪运动之国。

人们在盛赞这一体育盛事的时候；在为中国队凭借实力创造了在冬奥史上的最好成绩而欢呼雀跃的时候，更记住了你们——默默服务于各冬奥

场馆比赛项目的大学生志愿者。一张张闪烁着中华民族精神风貌的名片，在冬奥会各个赛场上熠熠生辉。你们迎风冒雪，不惧严寒，用一张张阳光灿烂的笑脸，喜迎八方来客；你们不辞辛苦，不厌其烦，用流利的外语，接待来自各国的运动员；你们忠于职守，苦练基本功，用娴熟的专业技能，服务于各个场馆；你们每天步履匆匆，无暇顾及身边的美丽风景，用脚步丈量着冬奥赛场的每一个角落；你们用严谨的工作态度，热情地服务温暖着来自世界各国的运动员，温暖着每一座体育场馆。“双奥之城”，令万众瞩目；突破性的冬奥成绩，令世人关注；“双奥之城”的冬奥记忆，令人们永远铭记！你们——大学生志愿者一流的服务，不仅为“双奥之城”留下浓墨重彩的一笔，也为志愿者的人生添上了一抹冬奥色彩。青春在冬奥中闪光，冬奥因有你们更精彩！

十几天的冬奥之旅，你们用自己的辛勤汗水与倾情付出，书写了当代大学生的冬奥志愿者之歌。你们用自己所学的专业知识服务于冬奥赛事。你们架起的“通信网”，实时的赛事信息服务，助力赛事顺利进行、助力冬奥健儿奋勇夺金。全球观众通过高速、稳定、安全的网络欣赏到北京冬奥会的精彩赛事，这背后都有你们的坚守与付出。

你们精心的记录下每一次的通话记录、各领域每日人员到岗情况、该日到馆的各个国家队的相关情况，熟练应对各项工作及解决突发的情况；你们准确无误地做好冬奥物资的统计与管理、运输与交换；用制定计划的方式，提高完成任务的效率，同时为志愿者激励活动出谋划策。冬奥赛事的平稳运行，你们功不可没。

十几天的冬奥之旅，作为身负重任的北科大志愿者，你们放弃了寒假，放弃了新春佳节与亲人的团聚，全身心地投入到志愿者服务工作中。你们用“功成不必在我，功成必定有我”的责任感，以微薄之力，为冬奥的璀璨贡献微光，让真情传向冰雪世界，让中国微笑，温暖整个世界。你们用协调配合，一起做好台前幕后的每份工作践行着“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神，向世界展示了志愿者们“一直坚定，一点轻快”的惊叹号精神！你们以不辱使命、不负重托，最热情、最积极的态度圆满完成了这次任务！正像你们所说的：不做一次志愿者，你都不知道自己有多爱

国！参与志愿者活动，奉献的是汗水，体验的是感动，感受的是使命与价值，收获的是快乐！

冬奥会不仅仅是运动员的舞台，志愿者们在志愿服务“赛道”上展现出当代中国青年的形象，为中国打造了一张闪亮的“金名片”。随着冬奥会的落幕，你们也圆满完地成了自己的志愿任务，而整个的赛事服务，带给你们的感悟与收获，必将成为你们一生最为珍贵的财富。

为每一位参加北京 2022 年冬奥会和冬残奥会的志愿者点赞！你们是最棒的！冬奥有你更精彩！

退休七支部 张美娜

短道速滑运动员武大靖：

你好！当男子 5000 米接力决赛后，你的第三次冬奥会之旅也随之结束了，虽说中国队因意外而没有拿到奖牌，但是，观众对中国队，更是对多次驰骋冬奥会赛场上的老将武大靖报以热烈掌声！

记得，在冬奥会短道速滑的赛场上你多次过关斩将收获金牌与荣耀！四年前的 2018 年平昌冬奥会获金牌并打破冬奥会 500 米世界纪录！那时赛场上每年看到武大靖身轻如燕，“过关斩将”刷新纪录！2019 年任中国奥委会委员，并被光荣评为“全国爱岗敬业模范”及第七届“全国敬业奉献模范”！称得上是中国短道速滑的一面旗！

如果说，前些年短道速滑的领军人物是王濛，那么近几年，你武大靖就是中国短道速滑赛场上的定海神针！以无可撼动的优异成绩尤其是永不放弃的拼搏精神成为全体运动员的偶像及全国人民学习的榜样！

武大靖，你从 10 岁时就把自己奉献与冰场，极寒之地，零下 30 几度，凌晨 4 时训练是常态。脚踝上的大筋包一串串，训练再苦、再累从不懈怠！功夫不负有心人，你迎来的是一个又一个冬奥赛场上的高光时刻！这次北京冬奥会上的混合接力时，这是这一天你要起跑的第四枪，看着你拼全力的姿态使人鼓舞，同时让人心疼。当时我真的是这样想：成绩已经不重要了！安全地完成比赛就是胜利！结果是中国队获得比赛冠军！全场掌声响起来了！我在电视机前同样鼓掌，但是我流泪了，我目不转睛地看着最后一棒你武大靖冲过终点。

武大靖，你也有表示只要需要还会继续奋战冰场。

我想对你说的心理话是：短道速滑是在短时间内爆发力极强的运动项目，你不年轻了，继续踩冰刀征战，会心有余而力不足；从北京冬奥会中短道速滑的状态上看，我们的运动员赛场上的技、战术仍有极大的提高空间。你可以继续作力于冰场，但是，改变方式，可成为短道速滑的教练员，培养新人；还可成为短道速滑的理论研究员，研究如何将高科技运用于短道速滑；当然，凭你高尚的精神品质，技术能力，完全可以在不久的将来成为国家冰雪运动的指挥员！有选择地把这些再变成你的强项！

武大靖，我已经是一位近八十岁的老人了，我非常理解你、相信你、看好你，也一定会看到你以别样的形式继续在冰雪舞台上奉献芳华。

退休七支部 滕建国

孙旭医生：

你好！我是孙淑云，一个被你称为孙阿姨的老病人。记得2015年10月我左小腿骨骨折，到积水潭医院急诊，是你及时收治我住院进行手术治疗的。2019年10月我又摔伤了左手腕，又是在急诊室接受了你的诊治，在两次骨伤及其后的多次复诊治疗过程中，你的敬



业精神和业务能力，以及对病人热情负责的态度，给我留下非常好的印象。

从2020年初开始，由于新冠疫情的爆发，我很少去医院看病。听说你作为创伤骨科年轻骨干医生被选拔到中国滑雪医疗保障志愿者队伍中，在延庆、张家口接受滑雪急救的专业培训。我想你们的训练一定非常紧张和严格。因为训练内容不仅是冰雪上的创伤紧急处理，还要掌握熟练的滑雪技术，这对你来说都是新的挑战！

今年春节期间，举世关注的第24届世界冬季奥运会在北京如期举行了。我特别高兴，为北京成为世界唯一的双奥城市而自豪。在每天观看运动员们比赛的精彩瞬间同时，也时时在关注你和救援队的工作情况。在2月14号元宵节前一天晚上中国新闻台东方时空节目中，看到你出镜接受采访的

画面，这真让我兴奋不已！

采访节目中说，在2月10号延庆海坨山高山滑雪中心举行的“高山滑雪男子全能滑降”的比赛项目中，有一名外籍运动员摔倒受伤，你当时作为雪地赛道医疗队队员，接到救援指令后，仅用了45秒就从救助站点下滑到受伤运动员身旁，迅速准确地判断出受伤的部位，马上进行了支护固定，对他实施了急速有效的救治，为伤员随后安全转移到医院创造了条件。这反映出你不仅具有过硬的雪地创伤急救专业技能，还练就了高超的滑雪本领。据国际滑雪救治规则，医生要在4分钟之内，赶到出事现场。而你只用了45秒！这真是“中国速度”！在这次急救当中，从开始救治到伤员撤出赛道，比赛再次进行，仅用了12分钟！彰显了新建的中国滑雪医疗保障系统的效能，及第一代专业滑雪医生的实力！我真为你骄傲！为你点赞！！

冬奥会还在进行，紧接着冬残奥会就要开始，你们的任务将会更重。请你代表我，向全体战斗在滑雪赛场的医务志愿者们，表示衷心的感谢和致意！希望你们无愧于中国第一代滑雪医生的光荣称号，继续坚守在零下二十多度的滑雪赛道，以满腔的热忱、充沛的精力、精湛的医术和高超的滑雪技术服务于冬奥滑雪比赛，保障冬奥会顺利进行，取得圆满成功！

退十一支部 孙淑云

新时代 新担当 新作为

河南省教育系统“双十佳”关心下一代先进工作者

——周惠玲事迹（下）

为了让自己的家庭教育传播工作更有成效，让自己的经验更有理论支撑，周慧玲在2009年研修了国家高级家庭教育指导师的课程，2012年4月又参加了全国首届家庭教育指导师师资培训。她说：获得执业资格证书

不是目的，目的是提高专业水平，“打铁先得自身硬”。周慧玲被吸纳为中国青少年研究会专家团队成员。

9年来，在各级党委、关工委、妇联和行政部门的安排下，周慧玲作报告800余场，听众36万人次。他从不计较会场的条件和人数多少，大型报告会（其中有10场万人报告会）多在露天举行，往往太阳下一站就是三四个小时甚至一天。有家长送遮阳伞、遮阳帽帮着擦黑板，有的学生送矿泉水、润喉糖，这成了她为大家服务的不竭动力。到农村，她要求在学生食堂吃饭，在办公室休息。为了守时，有一次她带着小马扎上火车，坐在过道里去商丘。在广西百色革命老区，她放弃到大学有报酬的报告，选择到偏远的山村小学，义务为18位瑶族、壮族老师送去她的教育感悟、真情和对坚守在大山深处的教育同仁的敬意与祝福。大中专院校、中小学幼儿园、党校、机关、企业、农村、社区、公园、收容教育所、监狱、电台、电视台都有她的足迹。她接咨询电话1.1万余人次，面谈700余人次，收到了良好的社会效益，她被大家誉为“行走在百姓中的教育专家、贴心参谋”，深受群众的爱戴和欢迎。

付出总有回报，2009年，在郑州市庆祝中华人民共和国成立60周年——“感动中原60年、60事、60人”评选活动中，周慧玲被评为新中国成立60年来为郑州市作出突出贡献的60位“感动中原”人物之一，个人档案被郑州市档案馆名人档案库永久收藏。一向淡泊名利的周慧玲却把这项荣誉看得很重，因为这一年是他人生特别重要的一年，这一年她和祖国一样同是60岁，这一年她正式退休。她说“这是党、国家和人民送给我的一份甲子厚礼，为我的职业生涯画了一个圆满的句号；也是我向党、祖国、人民，向给予我信任和厚爱的各级领导、我的同事、朋友、学生及家人呈献上的一份人生答卷。同时也是社会向我发出的新的生命召唤，又把我推到人生的新的起跑线。”

“六十一甲子，万物又复萌。不道桑榆晚，再踏新征程。精神重抖擞，返老又还童。乐伴朝阳舞，夕阳别样红。”这是周慧玲的获奖感言。4年多

时间过去了，周慧玲践行了自己的诺言，正在播撒爱的道路上继续前行。

四、建雷锋团队 兴文化家园

2008年，周慧玲搬进新居郑州二七区康桥华城小区。2009年，二七区大学路办事处康桥华城社区成立。周慧玲和社区上百位老同志一起成立了以“五老”为主体的康桥华城社区文化建设志愿者雷锋团队。这是一群一辈子把雷锋精神落实在行动上、融化在血液中的人，大家无私奉献，成为在社区开展工作的群众志愿者队伍。

周慧玲提出了以“弘扬雷锋精神、文化兴家园、文明养精神、运动促健康、做有道德的康桥人”为主题的探索社区文化管理的新途径，形成了“文化养老、精神养老、运动养老、奉献养老”的老年生活模式。

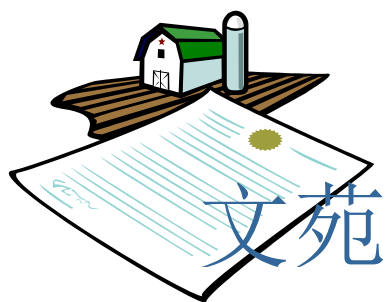
周慧玲为社区文化建设积极建言献策、亲力亲为。她在康桥学堂、康桥党校义务授课，和大家一起修习家国情怀、家庭美德、社会公德，统一了思想、提高了认识、凝聚了队伍、形成了共识：要让“中华文化的灵光和现代文明、雷锋精神照耀康桥家园”康桥人要“共修上善之德、共建富贵人家、共育龙祖传人”。大家修缮、兴善、劝善、道善，互相传递正能量，把社区建成现代都市中安居乐业的新村落、孩子健康成长的文化精神家园。周慧玲在社区无“位”有为，继续创造人生，同时享受被人需要的幸福。她参与、策划、组织开展“小手拉大手，大手握小手，同做文明人，爱我大郑州”、“雷锋精神耀康桥，道德践行遍华城”、“庆五一——向劳动者致敬”、“情浓五月，感恩母爱”、“迎六一，传雷锋精神，育美德少年”、“庆祝党的生日，弘扬优良传统，青春服务社会”、“庆祝教师节——礼赞师恩献至高荣誉，尊师重教向老师致敬”、“喜迎十八大，豪情迎未来”、“冬至饺子大派送，爱在康桥大流动”、“社区物业一家亲，除夕年夜饭敬亲人”等各种节庆活动，让仪式感和仁爱在孩子们心中打下烙印，让中华民族传统的良俗在康桥华城生根。

周慧玲还协助社区、物业举办社区暑期孩子快乐营活动、为身残志坚的失聪童星王怡文圆梦的活动。

为了让社区成为文化家园、乐居的福地，周慧玲尽心倾力做贡献。2011年国庆前夕，社区红歌场快板小唱受河南省首届阳光老人才艺大赛组委会的邀请，参加颁奖典礼暨河南省电视台“九九重阳节”晚会节目录制。这是老同志第一次参加省级文化活动，对凝聚队伍意义非凡。周慧玲是这个节目的创作者和领演。接到通知时，她和先生一起正在参加驴友们组织的40天的自助旅游。她当即决定中断行程，通知小女儿订机票。她早上先坐10小时汽车从四川阿坝州首府马尔康到成都，当晚转飞机到郑州。第二天就投入排练，确保了演出圆满成功。演出后第二天清晨，她又乘飞机到重庆转机香格里拉，再乘汽车赶上驴友的队伍。这次返郑还让她失去了看亚丁美景的机会，她却认为很值，她成就了社区“雷锋团队”的第一次检阅。

周慧玲的善行善举还受到二七区妇联、郑州市委、市政府、市关工委、市妇联、市教育局、市社科联，河南省委组织部、省文明委、省关工委、省教育厅、省妇联以及全国妇联和教育部的表彰。

面对这些荣誉，周慧玲说：“我愿意趁自己有能力在世上做事的时候，尽量播下好的种子，做一个耕耘者，去点燃爱的火种，和千万个父母、老师及老同志一起把爱洒向四面八方。我坚信这爱一定会形成燎原之势，盈满人间。”



百岁娘亲佑子孙

□宋继林

家慈出生于壬戌年腊月初一（公历1923年1月17日）。2022年1月3日是德虚岁100的农历生日。万人之中鲜有能过百岁生日之人，况且母亲不痴呆、未卧床，更是难能可贵。然而因为疫情，不能去当面祝寿，心中不免戚戚然。

二闺女说：“姥姥长寿是积德行善的福报”。说实话，我娘是名副其实的“二班人”（不一般）。

您的勇敢不一般。一百年前，小姑娘大多是四五岁裹脚。您翻出一次剪子就铰一次，直铰到这个贫农家庭连裹脚布都凑不齐。结果，解放了自己，也解放了妹妹。1950年初，助产训练班结业，分配到容城县卫生院。直到1951年暑假，我们娘仨还住在卫生院里一个木板隔出来的小格子里。按规定，一般干部每人只能住半间房。可是全县找不到第二个女单身，所以就不给我家派房。我娘投书《河北日报》后，我们搬到一个老乡家，住进了一间真正的房子。

您的坚强不一般。1951年初，您自己“扳掉”了一个男胎（匪夷所思），不仅没休息，还废寝忘食地赶去各村接生，造成多年严重的妇女病。1953年，您学骑车（28男车）摔断了右臂，打上石膏后，吃饭都拿不住筷子，也没休病假。1955年一个星期天的下午，您要送我回学校。我们走到斯罗医院门口，您停下来：“这个星期我要做个手术。如果我死了，你找XXX，把你爸叫回来。”我一步一回头，哭着往东走。您站在夕阳里向我挥手，没掉一滴眼泪。第二周的星期六回到家，看到妈妈没做手术，我高兴得跳起来了。1958年，在公司子弟小学卫生室工作时，校长50多岁的母亲因妇女病去世，您才警醒了“我的孩子才十来岁呀！”好人有好命，打听到建筑公司的工会主席祖传专治这一科。在三年困难时期，我家最大的喜事是先后迎来了一对小宝贝。不久，文化革命开始了。那时，我家七口人分在六地。我父亲在河北省生产指挥部。小姚先去江西干校，又转场昆明工学院。我搬迁到马鞍山。大妹妹去了黑龙江生产建设兵团（北安附近）。两个小不点儿被寄养在天津一户同事家。母亲三四年中奔波于干校、农场、煤矿（唐山）、农村工作队（丰润、丰宁、沧州），辗转了五六个县市。在那特殊的年代，我们难免迷茫。在母亲的来信中，都是用毛主席语录鼓励我们：“要相信群众、相信党”，“下定决心，不怕牺牲，排除万难，去争取胜利”。

您的学习能力更不一般。小时候不让女孩子上学。您跟着学生们学会背《三字经》、《百家姓》，拿到书后就按照顺序学写字。做饭时用烧火棍

在灶门上划，在院子里用钉子在地上划，上厕所拿树枝在墙上划。1949年前已经养成读书看报的习惯了（直至今日）。1950年，在扫盲班又学会了1937年版注音字母和查字典。在那激情燃烧的岁月，全国学习成风，清晨上班前和日落下班后，去业校的（自行）车流络绎不绝。到1957年，我小学还没毕业，您已经上到初中了。那年，您先后入驻气象局和航校两个工地，都离我学校很近。周六，我先到您的卫生室，下班后再一起回家。桌子上总是摆着作业本，我看不懂xy运算，没见过物理、化学，印象最深的是作文。很多段落都被老师划满红圈。特别是控诉旧社会压迫、摧残妇女的内容，浓烈的真情实感，每每看得我涕泗横流。您在建筑公司工作了6-7年，我见到过您给工人换柳条帽、发人丹，准备防暑降温饮料；听您讲过很多趣事（如1.7米的女架子工一条胳膊把她丈夫扔到窗户外面）；但没有听到过工伤事故。那时盖房以人工为主，用原木（树干）搭脚手架，盖低层时小工给瓦工扔砖，楼层稍高时，小工走斜坡木板（有防滑条）用扁担把砖和砂浆挑上去。我妈必须确保每根铅丝、每条踏板都安全可靠，工程才能开工。因为我在保定上学；我爹需要带领固定的施工队伍或巡视其他工地（建大饭厅时来过钢院），常年不在家（1958年除夕坐火车去北京管庄值班）。所以，我妈只能不断地换单位，虽然口碑不错，但入党、提职都受到影响。

我50岁的大闺女常说：“我就没见过比我姥姥能干的人！”说实话，您的很多能力我都不知道是从哪儿学来的。您16岁嫁到宋家作长媳。第二年割麦子时，我家对门3个男丁，一天割了9捆（非不能也，是不为也）。小媳妇一天割了24捆。37岁的公爹很骄傲：“俺们他嫂子一人顶你们8个”。做针线活也利索，给八路军做军装时，婆媳俩搭伴，做得又快又好，产品还免检。您除了会做活还会画画，花样、图案积攒了一大摞，可惜还有很多没有保存下来。最让我耿耿于怀的，是两岁时给我做的一顶棉帽，竟然在黑帽上缀了一架扁豆（猫耳朵豆）！不仅有蔓、叶、花，还有不同大小的豆角：有成熟的，有半大的，还有一个刚谢花的特小的嫩豆荚！花

朵是白色过渡到紫色，大豆角是绿色过渡到紫色。（唉，做梦都梦不到了！）在容城时告诉过我“垃圾还念 lese”。1952 年底，调到河北省建筑公司负责安全卫生（驻保定）。第二年，公司就印发了您编制的安全规程小册子（顺口溜），我和妹妹第一次穿上妈妈亲手编织的新毛衣。住平房时，怕火炉被雨水浇灭，母亲就捡些砖头，靠着房门砌两米来高的直角墙，上面斜着盖上油毡，OK 了。1959 年调到河北省建工设计院（驻天津）晒图室，认识英文字母（以前把 JK 念作 zhaikai），图纸也整理得井井有条。很多活年轻时干就干了，但到 80 岁那年，为了不让我摸黑起夜，在我到家前，还站到客厅窗台上装了一盏吊灯。我一进门就急了：“我是高级工程师，给我留着呀！”

母亲的自立自强也很不一般。上不靠父母，中不靠丈夫，下不靠儿女。因为不愿当家属，1949 年春天参加了工作，得以进入离休干部的行列。他们 2000 年去日本路过北京，在我的两居室住了一宿。没想到小妹和我妈同时起夜，厕所冲突了。我妈一着急，我的眼泪夺眶而出。2005 年贷款 43 万买了宝盛里的房子，两个卫生间，离 999 近，就是给他们买的，但我母亲坚持“只能孩子跟着我，我不能跟着孩子”，一直不来住。我认为这是您长寿的主要原因。您住在自己的家，自己的钱给孩子花，心里非常踏实。如果接来北京，把钱都给他们存起来（我工作后，和父母一起生活时不动他们的工资），他们反而会拘谨、约束。还是老人自己的决定英明啊！

母亲的孝敬、善良和乐善好施更加不一般。自己省吃俭用也要尽量满足别人。五十年代给我爷爷、奶奶、姥姥做皮袄，还帮我叔叔买了瑞士表。几年后，自己买的是日本表（战备搬迁时给了我）。从迁居天津开始，每月 4 号单位发工资。5 号中午，由我去邮局寄钱。平时寄三处——爷爷奶奶、姥姥、小姑（上大学）。有时（如年节）还要加两份——我姨一份（姨夫早逝，留下老爹和 4 个儿子），老家的婶子（离婚不离门，带两个孩子）。亲戚朋友来我家，都是吃、住、带、路费一概全包。老妈从来没烫过头发，没用过任何化妆品（天津 90% 的成年女性烫头，过年时无论老少都涂口红）。

您的一双猪皮鞋、第一件西服、真丝双皱黑绸裤（和我婆婆一块布剪开的）都是我毕业后才穿上的。多年来，国家按平均生活费给补助，享受补助的（大部分因为孩子多）干脆就给涨工资，省得每个月申请了。我家多年来就俩孩子，显得比较富裕，所以我娘从供给制改为薪金制就是 49.5 元，后因伤病提前退休，退休金 30.8 元，确定离休制度后才慢慢涨起来（比北京还是低很多）。有一次，一个远房侄孙带着儿子来我家。他们出国手续办好了，希望亲朋分享光荣和快乐。我家老太太马上把手头的钱塞给他们。这点钱对于出国费用帮助不大，可是却会影响自家的生活。当然，他们对自己的儿女更是一味奉献不思索取。我多次劝他们存点钱。他们总是说：“我们要钱有嘛用”。可是到公房出售时，东拼西凑，竟然还差一万元！房子买下来以后（儿女应尽的义务），手头松快点了，老太太又提出来：“咱们找找希望工程吧”。不料，两个八九十岁的老人几年内分别大病了两场。老太太总算安稳地回来了。老爷子第二关的心梗却没能闯过去，2009 年撒手人寰。我去年开始资助四个贫困生，总是当作“六口人共同资助”，就是在实现父母的夙愿。

父母给了我们健康的体魄、美好的品德。我们姐弟四人都是各自配偶家中最孝敬的一个，四对夫妻共八人都是善良正派的守法公民，其中三对六人加入了中国共产党。孙辈六人个个安分守己，无一堕落违法，其中三个孩子更多地继承了您的艺术细胞，两人从事美术专业，一人从事建筑业。

“家有一老，就是一宝”。我家老寿星维系着我们这个建立了 82 年的家庭，护佑着子孙后代开枝散叶、健康成长。

2015 年家母转危为安之后，4 月 13 日清晨我在病床前写的顺口溜：

陪床之福

和衣坐卧两周过，娘亲续命也值得。

古稀侍奉亲生母，此幸谁人比我多！

翻翻老照片的追思

□白棕

在闲暇时回顾一下自己的记忆。一个时代，一段故事；一种生活，万种情怀；人生苦短，转眼即逝。那杯老酒，那间老屋，那堆靛火，那次诗会，那场电影，夕阳下的牧笛；鞭炮声中的年夜饭。

在储存的老照片牵起的一些旧事，它们曾经沧海，是新闻，勃勃生机耀眼。一天天，一年年，历历无元事，分明在眼前。那时候，你是一个帅小伙，多年后归天去了或者是个糟老头。照片里说，我年轻；照片外说，我已经耄耋，人生自古谁无死。老照片是一个见证，公正无私，从那头到这头，中间的距离并没有多么远。幸福像花儿一样，随春而来，跟秋而去，走远了。而老照片还在原处，像个老管家，守护原本的你。

人在累时，心酸时，无聊时，思念时，看看老照片，透着无尽的回忆，过去的你和现在的你接不上轨。我是谁？从何处来？到哪里去？那曾经的幸福，那潺潺的流水，随春而去，曾经的辛苦，随时间流逝却慢慢发酵变甜。这，到底是咋回事儿？老照片知而不言。

人在照相时，抿嘴而笑。摄影高手，随时捕捉美好的瞬间。而那个你，闲暇时，即兴想起翻翻这些老照片，遐想着五味杂陈。儿时的你站在父母身边，后来的你儿女站你身旁。诸多的老照片，旧情差不多家家都有。

翻翻老照片，会发生一种奇迹，它丢不掉，永远的本色，找回了原本的自己。毕竟，人之初，性本善。怀旧，是一个大板擦，模糊的一擦就亮了；怀旧越深就越有味道……人人都有一些老照片，为回顾历史抒发情怀，回忆过去，计划未来。

曾经的过去，常去圆明园锻炼身体，一次报名参加了圆明园办公室发出的纪念金秋皇家文化节五十年金婚庆典。我和老伴有资格荣幸得到了拍照金婚照的机会：照相时，走红地毯入凯旋门，十二对老夫妻个个胸前都佩戴着大红花，无比幸福。我也有了一张新照，还得到了一幅平板照。

普通劳动者的光辉

——小时工纪实

□周建樑

在 20 世纪 50 到 60 年代，当时有关方面提出高等学校学生的培养目标为：有专业文化知识的普通劳动者。显然，这个培养目标的提法是略有不妥的，应该是具有高等专业知识的高级建设人才。

现代在我们生活中许多领域活跃着大量的小时工，他们在各个岗位上勤劳工作，展现着他们的聪明才智，他们没有多么高深的专业文化知识或者专业技术，可以称之为普通劳动者。人们往往会认为这些人中有的小偷小摸，手脚不干净，但必须指出，这是极个别现象，不能代表这些普通劳动者的主流。

我今年 82 周岁，按照国家规定，满 80 周岁的孤寡老人每月可以得到一些照顾，如理发、修脚、保洁等。这里，我要诉说在与这些普通劳动者的相处中，使我不能忘怀的一些事及所受的深刻教育。

人们往往以为这些普通劳动者都是没有文化知识的群体，可是现实并非如此。张春梅师傅，吉林人，高中毕业，爱人是工人，有个幸福的家庭。她曾读过苏联著名作家奥斯特洛夫斯基的名著《钢铁是怎样炼成的》。我很惊喜，她很有思想水平和政治头脑。在工作中竟能将又脏、又臭、充满

着粪垢的便池，毫不夸张地说，刷洗得洁白如霜。因此当她第二次来时，我深情地赠她一幅我的隶书书法作品《保尔柯察金牛虻》。她很高兴。



有人认为小时工干活是被动的，主人叫他干什么，就干什么。事实并非如此。郭连

英师傅，山西运城人，今年五十多岁，初中毕业。我的被子被面和棉絮是脱开的，经常结团在一起，他提出将被面和被絮缝好，考虑到时间不允许，被我劝住了。他向往革命先辈的革命精神，他读过鲁迅先生的著作《故乡》，也深知革命先驱李大钊的事迹。他纵情地为我朗诵革命先辈叶挺烈士视死

如归的豪迈诗句：为人进出的大门紧锁着，为狗爬出的洞敞开着，出来吧，给你自由……我敬重不已。可以看出，他干小时工不仅是为我们这些孤寡老人排忧解难从而挣钱养家糊口，更是有崇高革命理想的，我敬重他的人格，更敬重他高贵的革命精神。

为人民服务，是我们公民高尚的精神境界。赵其果师傅做到了。他与郭连英师傅是同村人，他工作很主动，会干、能干、很聪明，微信水平尤其高。他也要为我缝被子，也被我劝住了。他为我清洁卫生间，把所有地方都清洁得干干净净，尤其将我的两把梳子齿缝里的头发丝都挑出来，清刷干净。擦暖风扇，本意是请他将外部擦净就可以，而他认真地将扇叶罩打开，把里面的叶片都清刷干净。她如此认真负责为人民服务的精神是我学习的榜样。她还去参观过陕西秦始皇兵马俑，且能对兵马俑的阵势也能道出一二来，有一定的历史知识。

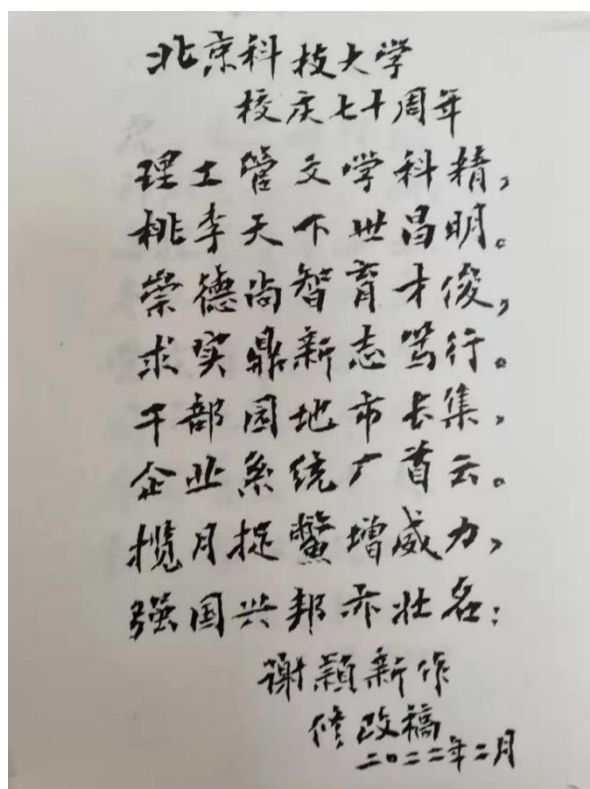
还有的小时工，全心全意认真负责、为人民服务的精神达到了令我赞叹不已的程度。梅学勤师傅，50岁，河南人，提前30分钟就来到我这里，他是个沉默寡言的人，始终默默地工作。开始并未引起我的注意，但他总是不断问这个搞不搞，那个搞不搞，唯恐哪项工作遗漏了。细致认真地工作，真可谓兢兢业业，一丝不苟。他离开后我才发现，不锈钢器皿的底部都擦得锃亮，顿时，一个高大的劳动者形象呈现在我面前。他教育我应该怎样做人，他是我敬重的老师。

最后我要介绍的是一位修脚工——赵仔杰。这个行当通常会被认为是低下的工作，而事实告诉我，同样是神圣且有相当技术的工种。赵仔杰，四川广元人，初中文化程度，二十四岁。据赵师傅介绍，他们有隆重的拜师仪式，要跟师傅认真的学两年。俗话说，三百六十行，行行出状元。他为我修脚，可以不夸张的，说像绣花一样细致。修完后还要拍打脚背，挠脚底。我不解其意，他说是为了活络脚的经脉，促使血液循环。这小子很诚实，我问你每月可挣多少钱，他说可挣一万多元。我立刻说，完全应该。他为我修完脚，还热情地为我倒修脚前的泡脚水，清扫修脚掉在地上的残渣。我非常敬佩，诚恳地劝导他，你还年轻，平时有空读些书，提高自己的文化修养。

我介绍了上面这几位有代表性的普通劳动者——小时工，平凡而高尚

的光辉事迹。他们之所以光辉，社会离不开他们。我们的国家是社会主义国家，在我们这个国度里各个行业只有分工的不同，人格上是平等的。只要是杰出的劳动者，都应该被敬重，上至党和国家领导人，下至广大普通劳动者。正是这个特点，我们国家生产力发展的速度远远超越资本主义国家。我们欢呼这个伟大的社会制度，我们永远怀念为创建这个制度的革命先驱和先烈们。

我们纵情高呼劳动万岁。



宋老师走好

□许放

一阵急促的电话铃声，传来宋老师走了的噩耗，我顿时陷入极大的震惊和悲恸中。宋金寿老师已于2022年2月11日病逝，享年87岁。为了不影响节日氛围，不打扰大家，他默默地走了。

我像以往一样，想为已逝的老师撰写悼念之词，但心中的悲痛却使我迟迟下不了笔。一天来，宋老师的音容笑貌反复浮现在我眼前，浓浓的胡

须，炯炯的眼神，敏锐的思维，秉直的性格，和蔼的笑容，与我亦师亦友。一幅幅往日的画面掠过，心中才渐渐平复，提笔写下这篇追忆，以寄托我的哀思。

我自 1982 年留校任教，即与宋老师同在党史教研室。四十年来，宋老师在学习、工作、生活中给予我很多的帮助和教诲。他为人善良正直，勇于担当，对一些不良倾向敢于直言不讳进行抵制，言传身教为我作人做事树立了很好的榜样。作为教研室主任，他以身作则带领老师们编教材、促教改，还组织大家一起吃肯德基、登天安门，关心生活，团结同志，搞好工作。对待后生晚辈，他循循善诱，尤其在学习和工作中总能诲人不倦，及时提供真诚的指导，使我少走很多弯路。在生活中也得到他热情的帮助。我刚留校时住房困难，他忙前跑后，帮我分房搬家。去年，我碰到他带小孙子玩耍时，又迫不及待地把他含饴弄孙的经验体会传授给我。宋老师既是一位令我尊敬的师者，更是一位令我爱戴的长者。

宋老师还是一位令我敬佩的、孜孜以求的学者。在大学时代，宋老师曾被挑选为留苏预备生，后因形势变化转为政治教员。从此，他尽毕生之力投身于中共党史的教学与研究中。他在抗战时期陕甘宁边区史、中共延安整风运动、王实味研究等方面多有建树，造诣颇深，做了很多开创性的研究，留下大量的著作和文章，成为党史学界公认的专家。在研究中，他以史为据，秉笔直书，实事求是，敢于坚持己见。晚年依然孜孜不倦，研究不辍，笔耕不息，相继在《中共党史研究》等刊物发表论文多篇，并协助指导社科院近代史所相关方向的博士研究生。宋老师不愧是一位勤奋的、纯粹的、终身的学者。

宋老师走了，走的是那么的毫无征兆，那么的悄无声息，但我相信：您的作为、您的人品，您的风范将会长久地留在您的亲人、同事、学生和朋友们的心间！

宋老师安息吧，愿您一路走好！

金园诗社诗词作品 21 首

五环旗下，共同举行盛会；双奥城中，一起奔向未来

王月《水调歌头·向未来》

迎虎送牛去，回顾喜事丰饶。庆生百岁华诞，抗疫力除妖。发射飞船航宇，登陆火星游逸，翘望我逍遥。绝灭极贫困，稳定拯匡潮。反贪腐，还在路，永难消。创优冬奥、先进瞩目数吾超。齐向未来奋进，奏响和平意愿，何惧险难高？干好自家事，谱写践新豪。

宋继林《木兰花慢·冬奥》

望长城舞雪，转初霁，愈峥嵘。恰大赛犹酣，纷争三地，豪霸全屏。精英。屡刷纪录，喜新风场场绽激情。防疫严格防控，全球力保安宁。公平。猎豹建功。拍老赖，现原形。菜谱丰，选手纷纷盛赞，身变宽横。京城、夏冬双奥，展五星旗帜映天红。新岁山花烂漫，虎年春景澄明。

曹贞源《木兰花慢·北京冬奥》

似梨花烂漫，任飞舞，好空灵。看大地霓裳，潇潇洒洒，干净清明。京城，尽多盛事，喜兴国旺气更充盈。连续虽然疫病，严加管控真行。赢赢。呐喊出声，冬奥会、笑相迎。获奖牌，奏响国歌泪下，天佑蛟龙。鸣、凌，小将驰骋，竟天公作美雪渐停。将老甘心示弱？十年磨剑人惊！

李素琴《沁园春·春雪助兴冬奥》

冬奥逢春，华夏诚真，冰雪之邀。望京城大地，彩旗招展；鸟巢圣火，映雪燃烧。放眼全球，群雄聚首，笑面容融迎客娇。五环梦，使浑身解数，夺锦争标。山河冀北多娇，更银粟纷飞助兴高。喜鹅毛曼舞，涤瑕荡垢；冰墩献瑞，砌玉浮雕。钢架飞车，争夺短道，虎跃龙腾竞艺娆。阳光女，跳绝奇妙技，独领风骚。

佟玉兰《五律·瑞雪助冬奥》

穹庐夙寂开，又见冷飞白。
洒洒绕寰宇，姍姍落阙台。
柔情润万物，劲力扫尘霾。
冬奥虎添翼，兼程向未来。

佟玉兰《七律·赞冬奥》

寅虎春节圣火燃，健儿冬奥战犹酣。
你追我赶佳音报，虎斗龙争意志坚。
雪道翻飞如燕舞，冰床跳转似蝶旋。
摘牌夺冠风姿展，振奋国人永向前。

张志宏《五绝·冬奥》

孟春迷五晓，佳景雪花飘。
冬奥英才会，长城醉爱娇。

张志宏《七绝·警告老美》

昨天挑衅秀军机，今日龙宫喂海鱼。
奥委明文发告示，不能大赛耍泼皮。

高澜庆《七绝·赞北京冬奥会》

天道立春冬奥开，五环旗下聚英才。
多国政要亲临会，携手同心向未来。

张志宏《七绝·赞谷爱凌》

天上翻飞会世英，青蛙公主靓春容。
阳光大气怀绝技，奥运夺金耀五星。

高澜庆《七绝·赞徐梦桃圆梦》

梦桃苦练二十春，壮志凌云实可钦。
伤病缠身全不惧，终于冬奥勇夺金。

高澜庆《七绝·赞谷爱凌》

天降奇才谷爱凌，腾空飞舞傲群英。
蓝天雪场展风采，金二银一握手中。

柏士兴《木兰花慢·春》

喜韶华美妙，情雅致，景清明。岁首即如斯，春回大地，草茂花馨。山河钟灵毓秀，旷野平原似画如屏。和畅东风骀荡，频催万物丰荣。撩人春色众垂青。许是共相迎。岂奈鬓霜繁，信难游赏，且表心声。谋篇构思敲韵，老年生活照样充盈。更喜悠然自得，静闻乐奏和鸣。

李素琴《木兰花慢·春》

又东君送暖，遇疏雨，洗清明。正燕舞莺歌，鹭鸥戏水，鸿雁翔空。出城，尽寻胜去，赏河开柳绿杏花红。和畅微风骀荡，频催万物峥嵘。怡情，布谷声中。朝炼体，暮观屏。幸尚能，展卷黉堂受教，捉笔追风。容融，曲词唱和，觅悠闲自在乐余生。陶醉桑榆唱晚，茅庐伏案春醒。

何淑兰《木兰花慢·春》

看春风化雨，冷冬去，笑相迎。喜草木回苏，枝头吐绿，冰雪消融。征鸿，自南海岛，返家国锦绣旧行宫。舒翼长空万里，俯察美景千重。葱茏，山色还青，风摆柳，露滋坪。更壑谷流泉，光洁似镜，潭映霞红。销声，在游赏处，任逍遥信步百花中。犹若身飘仙境，抬眸仰对苍穹。

王振声《木兰花慢·春雪》

望西山盖雪，浥尘障、净长空。鸟瞰玉玲珑，松涛展翠，千树银屏。林踪，卧龙委婉，众生灵静待杜鹃红。崖半白云漫卷，恰形似美髯公。凌空。燕雀暂鸣。循古庙、点青灯。憩小亭、万树梨花漫撒，飘若流萤。襟怀。不期鹤寿，度余年坦荡拒平庸。华发与峦共色，怅寥廓酝诗情。

王振声《排律·雪落抒怀》

雪压苍松绿，	霜侵翠柏青。	少壮家国梦，	古稀故土情。
迎寒观锦绣，	翘首看梅红。	玉龙腾四海，	寅虎觅诗踪。
老骥思疆域，	寒鸦待碧空。	大美银装靓，	壮哉天地同。
远山游蜡蟒，	近水履薄冰。	凭栏随志趣，	拂鬓任西风。

王振声《五律·瑞雪迎春》

天幕骤然开，浑然万里白。
翩翩飞雪燕，款款落楼台。
玉羽驱忧闷，冰魂锁瘴霾。
元宵添锦绣，只待雁鸣来。

段凤英步韵《五律·喜雪》

中夜琼花开，悄然一片白。
推窗银世界，俯首满阶台。
惊讶仍强劲，欢欣不雾霾。
玉蝶谁引舞，金虎唤春来。

柏士兴《五律·雨水》（平水韵）

东风呼暖意，携雨应时来。
水獭钓鱼祭，征鸿捎信回。
阳生催草木，物润少烟霾。
更喜传佳讯，春花次第开。

李素琴步韵《五律·雨水》

草绿寒冬去，苗青暖意来。
杜鹃含梦返，大雁带思回。
残雪融溪水，清风扫雾霾。
东君催万物，雨润待花开。

生活百科



饺子看似有肉有菜，有荤有素，主食的量又不太大，显得很健康、很全面。但是，却有很多糖尿病患者发现，和日常米饭配菜的吃法相比较，吃饺子似乎特别容易升高血糖！

有朋友告诉我：医生告诉我饺子是一种健康食品，有荤有素，食物多样，而且GI值低。结果我照着做了，效果正好相反。平日饭菜餐后2小时血糖是6—7，吃饺子都能升到10以上！到底为什么呢……这个结果并非偶然。其中可能有几个原因，且听我慢慢道来。

首先，饺子皮是煮软的精白面食，趁热吃非常容易消化。

饺子和面用的是精白面粉，而不是全谷杂豆，而热乎乎的、煮软的面食，就是高血糖反应的东西。煮米饭之后，过会儿再吃，不烫了之后，消化速度还能下降一些；而饺子都是趁热吃的，没人吃凉饺子。所以理论上说，热乎饺子皮的血糖反应，会比温凉的饼、凉面之类更高。

其次，饺子的脂肪供能比往往比较高，特别是很多市售速冻饺子。

饺子里有肉馅，而且肉馅是三肥七瘦，还要再加点油。日常炒菜是不吃肥肉的，而馅料中含有肥肉，过多的脂肪会降低胰岛素敏感性，对第二餐的血糖也有不良影响。尤其是市售速冻饺子，很多都是高脂肪的产品。我的学生做了计算，发现有些感觉并不油腻的速冻饺子，脂肪供能比居然高达将近50%！

第三，或许也是最重要的，吃饺子的蔬菜量远远不足，而且蔬菜还是剁碎的，挤去汁液的。

大量蔬菜对控血糖的作用极有益处。其中又有几方面的影响因素：

1 蔬菜中的大量膳食纤维。这是以数量足够为基础的。十几个饺子里所含有的蔬菜，和大盘大碗制作的炒、煮蔬菜相比，显然数量太少了。

2 蔬菜的咀嚼性。完整或大块的蔬菜需要慢慢咀嚼，从物理角度阻碍食物快速消化。而饺子中的蔬菜都是剁得很碎的，咀嚼性下降。有研究发现，蔬菜打碎成浆之后，从延缓餐后血糖上升角度说，就不如直接咀嚼的效果好。

3 蔬菜中的健康成分。很多家庭在包饺子之前，会对蔬菜做挤汁处理。而蔬菜中的绝大多数保健成分在菜汁里。去掉它们，显然是不利于保存营养价值的，包括可能延缓餐后血糖上升的成分也会有很大丧失。

4 蔬菜在餐前吃，控血糖效果最好。少量蔬菜和肉搅合在一起，同时咽下去，效果就不如先吃蔬菜那么好。

第四，饺子能不知不觉地吃进去大量淀粉。

很多人觉得饺子是个小吃，没把它当主食看。其实，饺子是货真价实的花色主食。其中面粉含量相当不少。

我当年为了做实验，和学生一起自制饺子，做了详细的数据分析。我们的饺子是比较小的，皮也比较薄。每个饺子皮 14 克，其中含水量为 40%，一个饺子皮相当于 5.6 克面粉。10 个饺子就是 56 克面粉。北方食堂/家庭所做的标准大小的饺子，平均 6 个饺子含有 50 克面粉（在 40 年前，买 6 个饺子要交 1 两粮票）。吃 12 个饺子，就是 100 克面粉，相当于满满一碗的米饭。但是，吃满满一碗米饭，糖尿病患者都会觉得吃多了。吃 12 个饺子，就觉得不算多……

第五，饺子的进食速度太快。

吃十几个饺子花费时间短，慢慢吃杂粮饭和大量蔬菜、鱼肉，花费时间长。食物快速进入胃肠，自然也会加快餐后血糖上升的速度。所以，吃速冻饺子，的确是很好的「方便食品」，但不是很好的控血糖食品。

但是，到了冬至，到了新年，到了春节……总归是要吃饺子的。如何与饺子和平共处呢？这里给大家出几个主意：

1 调整饺子馅的配料。增加蔬菜的比例，降低肥肉的比例。

肥肉少了、瘦肉多了，煮出来的饺子质地就容易「柴」。可以添加鸡蛋、水豆腐和蔬菜汁（蔬菜做馅时出的水），使口感保持多汁状态。

煮软的海带、煮熟的藕或土豆切碎加进馅料中，也有不错的保水效果。

很多人会问：蔬菜多了，出水怎么办？这个不难解决。蔬菜切的时候，颗粒大一些，不要剁碎。这样出水少，味道清香，而且保持蔬菜的

天然细胞结构有利于控血糖。蔬菜尽量不要挤水，而是用肉馅、干粉丝、干虾米、干香菇等来吸掉多余的水分，也保持其中的营养成分。

2 调整饺子皮的配方。

在做饺子皮的面团中添加少量的鸡蛋、豆粉、全麦粉、燕麦粉等，有利于降低血糖反应。

不过**不建议加麦类以外的杂粮粉**。因为除了麦类之外，其他粮食粉都没有筋力，做出来的饺子容易煮破。**也不建议全用全麦粉**。因为全麦粉中的麦麸也会降低面筋的连续结构，使饺子皮的口感明显下降，容易煮破。

3 增加配菜，先吃半碗少油蔬菜，再开始配着蔬菜吃饺子。

先吃蔬菜的好处，此前已经讲过多次。按已有报告的实验结果，先吃100—200克的菜心、油菜、菜花、西兰花、圆白菜、茄子、蘑菇等蔬菜，再配着菜肴吃主食，均可以有效降低餐后的血糖反应。

4 先吃一半杂粮饭+蔬菜肉类，再吃一半饺子，慢慢吃。

饺子是一种节日食物，不一定要把它变成日常主食。先按日常风格，吃一半杂粮饭和荤素菜肴，其中包括较多绿叶蔬菜，然后再吃几个饺子应景，就没有太大的担心了。

5 饺子馅少放点盐，然后用较多的醋搭配饺子。

醋酸和乳酸有利于降低餐后血糖反应，已经有很多研究报告。不过醋里也含有盐，吃多了会增加钠摄入量。所以可以在做馅料的时候少放点盐作为弥补，煮好再加醋吃。

如果做的是蒸饺或煎饺（包括锅贴），馅料中就更要注意少加盐。因为煮饺子时会跑掉一部分盐，而蒸饺和煎饺不会，很容易口味过咸。

6 吃完之后及时活动，降低餐后血糖峰值。

餐后不要马上坐下，要站起来做做家务，走动一下。从吃第一口饭时开始算，30—60分钟之后是血糖高峰（具体要看你吃的速度、吃的内容）。这时候起来走走路，比如散步半小时，有利于降低餐后血糖高峰。

有了这几招，吃饺子就不至于造成过高血糖反应，可以愉快地与家人一起享用节日饺子了。总之，只要按本公众号的建议，提升饮食的科学性，做到长期的营养平衡，美味和健康完全可以兼得！

（摘自微信公众号范志红_原创营养信息）

小幽默

谁该打扫

妈妈说：你看你的房间跟猪窝一样乱，还不赶快打扫。

儿答：妈，看过猪会打扫的吗？都是养猪的打扫。（摘自网络）

关于开展喜迎七十周年校庆征文活动的通知

征文主题：求实奋进七十载，鼎新未来向百年

征文时间：即日起至3月25日

征文要求：

(1) 体裁不限，字数不限，欢迎自配图片；

(2) 鼓励电子投稿，发送至 jinseyuandi@ustb.edu.cn，邮件主题为“校庆征文”，纸质版请送至铭德楼办公室101；

(3) 文末请注明作者姓名、联系方式；

(4) 联系人：侯佳老师，电话：62332667。



北京科技大学
70周年校庆 | 70th ANNIVERSARY
University of Science and Technology Beijing



为您祝寿

天增岁月人增寿，福满乾坤乐满园。在您寿诞之际，衷心祝愿您生日快乐、健康长寿❀❀❀

以下是离退休职工工作处二、三月份80岁以下逢五逢十寿星名单。

朴向东 汪泽瑞 魏文明 王振声 杨月昆 杨淑清 周宇 安志成
张玉霞 任学平 薛彪 刘柏松 郑秀兰 盖明 墨林 王彬

学校动态

▲2022年1月12日上午10:00,学校通过发布邀请信、主题视频、推送及一系列线上主题活动的形式,开展70周年校庆倒计时100天系列活动,引发了广大师生校友及社会各界的关注与热议。

▲1月24日,教育部简报(2021)第52期以《北京科技大学发挥行业特色优势 助力实现高水平科技自立自强》为题全篇刊发了我校科学技术研究工作成效。

▲1月31日,农历除夕上午,党委书记武贵龙、校长杨仁树、党委副书记于成文、副校长郑安阳及相关职能部处负责同志看望慰问坚守服务岗位教职员工、留校学生和冬奥会志愿者,为师生员工送上了新春祝福和温暖问候。

▲随着北京2022年冬奥会成功闭幕,我校冬奥志愿者服务保障工作也落下帷幕,401名师生在五棵松体育中心,参与体育、交通、人员管理、赛事服务、通信、技术、赞助企业服务、权益保护、票务、志愿者、注册、防疫、城市引导、测温通行14个岗位的服务保障工作,累计服务时长30000余小时,服务运动员、工作人员及观赛观众超过20000人次。他们以实际行动响应习近平总书记对冬奥志愿者“振奋精神、鼓足干劲、团结协作、共同努力”的号召,成为“有理想、能担当、肯吃苦、乐奉献”的最美冬奥服务保障队伍。

离退休职工简讯

★近日,为迎接我校70周年校庆,为生动记录北科人的精神风貌,丰富广大离退休老同志的精神文化生活,我处举办以“求实奋进七十载,鼎新未来向百年”为主题的征文活动。

★2月28日起,老年大学各专业陆续开课。本年度共设智能手机应用(初级)、计算机高级——photoshop、绘画、书法、英语口语、创意手工、中国舞、42式太极拳、声乐九个专业和插花讲座。

★3月2日,教育部通过网络视频方式召开直属系统离退休工作通气会,教育部党组成员、副部长宋德民,中央组织部老干部局副局长赵胜利出席会议并讲话。会议在部机关设主会场,我处全体工作人员在分会场办公楼320会议室参加了会议。

电子投稿邮箱: jinseyuandi@ustb.edu.cn

(离退休职工工作处)