

金色园地

第三期 (总第 224 期)

北京科技大学 离退休职工党委
离退休职工工作处 编

2024 年 4 月 8 日

主编:邓波 责编:刘淑红 侯佳 制作:高晓森

网址: <http://ltx.ustb.edu.cn>

扎实推动教育强国建设

习近平

中央政治局第五次集体学习,内容是建设教育强国。安排这次学习,目的是贯彻落实党的二十大部署,总结我国建设教育强国的进展和成就,分析面临的形势和需要解决的问题,探究我国建设什么样的教育强国、怎样建设教育强国这一重大课题,扎实推动教育强国建设。

纵观人类历史,教育兴则国家兴,教育强则国家强。世界强国无一不是教育强国,教育始终是强国兴起的关键因素。建设教育强国,是全面建成社会主义现代化强国的战略先导,是实现高水平科技自立自强的重要支撑,是促进全体人民共同富裕的有效途径,是以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴的基础工程。

重教尚学是中华民族世代传承的优良传统,是中华民族生生不息的内在动力。新中国成立以来,我国教育事业走过了由旧到新、由小到大的非凡历程,实现了从文盲大国向教育大国、从人口大国向人力资源大国的转变。党的十八大以来,党中央坚持把教育作为国之大计、党之大计,作出加快教育现代化、建设教育强国的重大决策,推动新时代教育事业取得历史性成就、发生格局性变化。我国已建成世界上规模最大的教育体系,教育现代化发展总体水平跨入世界中上国家行列。据中国教育科学研究院测

算，我国目前的教育强国指数居全球第23位，比2012年上升26位，是进步最快的国家。这充分证明，中国特色社会主义教育发展道路是完全正确的。

当今世界，新一轮科技革命和产业变革深入发展，围绕高素质人才和科技制高点的国际竞争空前激烈。我国在建设教育强国上仍存在不少差距、短板和弱项，实现从教育大国向教育强国的跨越依然任重道远。

党的二十大报告把教育科技人才单独成章进行布局，吹响了加快建设教育强国的号角。我们要建设的教育强国，是中国特色社会主义教育强国，必须以坚持党对教育事业的全面领导为根本保证，以立德树人为根本任务，以为党育人、为国育才为根本目标，以服务中华民族伟大复兴为重要使命，以教育理念、体系、制度、内容、方法、治理现代化为基本路径，以支撑引领中国式现代化为核心功能，最终是办好人民满意的教育。我们要全面贯彻党的教育方针，坚持以人民为中心发展教育，主动超前布局、有力应对变局、奋力开拓新局，加快推进教育现代化，以教育之力厚植人民幸福之本，以教育之强夯实国家富强之基，为全面推进中华民族伟大复兴提供有力支撑。

第一，培养担当民族复兴大任的时代新人。培养什么人、怎样培养人、为谁培养人是教育的根本问题，也是建设教育强国的核心课题。我们建设教育强国的目的，就是培养一代又一代德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，培养一代又一代在社会主义现代化建设中可堪大用、能担重任的栋梁之才，确保党的事业和社会主义现代化强国建设后继有人。浇花浇根，育人育心。要坚持不懈用新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，着力加强社会主义核心价值观教育，引导学生树立坚定的理想信念，永远听党话、跟党走，矢志奉献国家和人民。要坚持改革创新，推进大中小学思想政治教育一体化建设，提高思政课的针对性和吸引力。网络已成为广大青少年学习生活的重要空间，要提高网络育人能力，扎实做好互联网时代的学校思想政治工作和意识形态工作。

第二，加快建设高质量教育体系。当前，我国教育已由规模扩张阶段转向高质量发展阶段。要坚持把高质量发展作为各级各类教育的生命线，加快建设高质量教育体系，以教育高质量发展赋能经济社会可持续发展。建设教育强国，基点在基础教育。基础教育搞得越扎实，教育强国步伐就越稳、后劲就越足。要推进学前教育普及普惠安全优质发展，推动义务教育优质均衡发展和城乡一体化。基础教育既要夯实学生的知识基础，也要激发学生崇尚科学、探索未知的兴趣，培养其探索性、创新性思维品质。要在全社会树立科学的人才观、成才观、教育观，加快扭转教育功利化倾向，形成健康的教育环境和生态。建设教育强国，龙头是高等教育。放眼全球，任何一个教育强国都是高等教育强国。要把加快建设中国特色、世界一流的大学和优势学科作为重中之重，大力加强基础学科、新兴学科、交叉学科建设，瞄准世界科技前沿和国家重大战略需求推进科研创新，不断提升原始创新能力和人才培养质量。要建设全民终身学习的学习型社会、学习型大国，促进人人皆学、处处能学、时时可学，不断提高国民受教育程度，全面提升人力资源开发水平，促进人的全面发展。

第三，全面提升教育服务高质量发展的能力。要把服务高质量发展作为建设教育强国的重要任务。当今时代，人才是第一资源，科技是第一生产力，创新是第一动力，建设教育强国、科技强国、人才强国具有内在一致性和相互支撑性，要把三者有机结合起来、一体统筹推进，形成推动高质量发展的倍增效应。要进一步加强科学教育、工程教育，加强拔尖创新人才自主培养，为解决我国关键核心技术“卡脖子”问题提供人才支撑。要系统分析我国各方面人才发展趋势及缺口状况，根据科学技术发展态势，聚焦国家重大战略需求，动态调整优化高等教育学科设置，有的放矢培养国家战略人才和急需紧缺人才，提升教育对高质量发展的支撑力、贡献力。要统筹职业教育、高等教育、继续教育，推进职普融通、产教融合、科教融汇，源源不断培养高素质技术技能人才、大国工匠、能工巧匠。

第四，在深化改革创新中激发教育发展活力。从教育大国到教育强国是一个系统性跃升和质变，必须以改革创新为动力。要坚持系统观念，统筹推进育人方式、办学模式、管理体制、保障机制改革，坚决破除一切制约教育高质量发展的思想观念束缚和体制机制弊端，全面提高教育治理体系和治理能力现代化水平。教育公平是社会公平的重要基础，也是建设教育强国的内在要求。要把促进教育公平融入到深化教育领域综合改革的各方面各环节，缩小教育的城乡、区域、校际、群体差距，努力让每个孩子都能享有公平而有质量的教育，更好满足群众对“上好学”的需要。教育评价事关教育发展方向，事关教育强国成败。要紧扣建设教育强国目标，深化新时代教育评价改革，构建多元主体参与、符合我国实际、具有世界水平的教育评价体系。要加强教材建设和管理，牢牢把握正确政治方向和价值导向，用心打造培根铸魂、启智增慧的精品教材。教育数字化是我国开辟教育发展新赛道和塑造教育发展新优势的重要突破口。我国互联网上网人数已达 10.67 亿人，要进一步推进数字教育，为个性化学习、终身学习、扩大优质教育资源覆盖面和教育现代化提供有效支撑。

第五，增强我国教育的国际影响力。要根据国际形势发展变化，完善教育对外开放战略策略，统筹做好“引进来”和“走出去”两篇大文章，有效利用世界一流教育资源和创新要素，使我国成为具有强大影响力的世界重要教育中心。要积极参与全球教育治理，大力推进“留学中国”品牌建设，讲好中国故事、传播中国经验、发出中国声音，增强我国教育的国际影响力和话语权。要坚持扩大教育对外开放不动摇。深入贯彻总体国家安全观，把牢教育对外开放正确方向和安全底线。

第六，培养高素质教师队伍。强教必先强师。要把加强教师队伍建设作为建设教育强国最重要的基础工作来抓，健全中国特色教师教育体系，大力培养造就一支师德高尚、业务精湛、结构合理、充满活力的高素质专业化教师队伍。要立足教育强国建设实际需要，加大教职工统筹配置和跨区域调整力度。要弘扬尊师重教社会风尚，提高教师政治地位、社会地位、

职业地位，使教师成为最受社会尊重的职业之一，支持和吸引优秀人才热心从教、精心从教、长期从教、终身从教。要加强师德师风建设，引导广大教师坚定理想信念、陶冶道德情操、涵养扎实学识、勤修仁爱之心，树立“躬耕教坛、强国有我”的志向和抱负，坚守三尺讲台，潜心教书育人。

建设教育强国是全党全社会的共同任务。要坚持和加强党对教育工作的全面领导，不断完善党委统一领导、党政齐抓共管、部门各负其责的教育领导体制。中央教育工作领导小组要把建设教育强国作为总抓手，加强顶层设计、统筹协调、整体推进、督促落实。各级党委和政府要始终心怀“国之大者”，坚持教育优先发展，在组织领导、发展规划、资源保障、经费投入上加大力度。学校、家庭、社会要紧密合作、同向发力，积极投身教育强国实践，共同办好教育强国事业。全党全国各族人民要坚定信心、久久为功，为早日实现教育强国目标而共同努力。

这是习近平总书记 2023 年 5 月 29 日在二十届中央政治局第五次集体学习时的讲话。（摘自《学习强国》APP）



离退休职工党委党员 参加基本培训第一课心得体会选摘

退休五支部 何淑兰：

伟大建党精神对实现中华民族伟大复兴具有指引方向、坚定信仰，凝聚力量、筑牢根基，坚定意志、增强斗志，提供坚强领导和组织保障的作用。

武汉大学马克思主义学院教授丁俊萍认为伟大建党精神体现了中国共产党人对马克思主义的信仰，对社会主义、共产主义的信念，是共产党人的政治灵魂。

复旦大学马克思主义学院教授高晓林从陈望道翻译《共产党宣言》出发解读早期共产党人的精神特质、价值追求和道德风范。

吉林大学马克思主义学院院长吴宏政以个体与共同体的辩证关系视角阐释红色精神的本质内涵和政治美学价值。

南方医科大学马克思主义学院副院长谢传仓提出伟大政党凝练伟大精神，伟大精神塑造伟大政党，要从二者的互构关系中理解伟大建党精神的价值意蕴。

退休七支部 吴青芬：

听了王炳林教授的报告深受教育，很受鼓舞，使我更加清晰地认识到党员的历史使命和时代责任。这次集中学习是党员思想上、作风上、党性上一次集中的“补钙”和“加油”，使我们受益匪浅！虽然我已退休多年，作为一名共产党员退休不褪色，要牢记伟大的建党精神，发挥共产党员先锋模范作用，对党忠诚，为学校发展发挥余热，贡献自己的微薄之力。

退休七支部 孙玲：

党员集中培训，听了王炳林教授的报告，深受教育，加深了我们对共产党与中华民族伟大复兴的认识，受益匪浅。作为一名退休的共产党员，要用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑，发挥共产党党员的模范带头作用，作风和思想上不能落伍紧跟时代的步伐，为推进中国式现代化建设贡献自己力量。

退休九支部：

退休九支部深切感受到了中华民族追求梦想的道路艰难曲折，为了实现民族复兴，亿万人魂牵梦萦，几代人上下求索，奋勇不屈的中国人民在黑暗中艰难前行。直到以马克思主义为指导、勇担民族复兴大任的无产阶级政党——中国共产党登上历史舞台，中华民族才迎来了浴火重生的曙光。

中国共产党带领中国人民开展了艰苦卓绝的斗争，根本改变了中国人民的历史命运。一路走来，全国人民在中国共产党的团结带领下找到了中华民族伟大复兴的正确道路，推动经济快速发展，实现中国特色的现代化。

所以我们一定要坚持和加强中国共产党的全面领导，这是关系到中国式现代化的正确方向、前途命运和最终成败的关键；关系到确保中国现代化奋斗目标行稳致远。

中国式现代化是中国共产党领导的社会主义现代化，既有各个国家现代化的共同特征，更有基于自己国情的中国特色。以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。

我们虽然已经退休了，但作为一个党员必须与时俱进，时刻牢记党员责任，在力所能及的范围内，为中华民族伟大复兴尽自己的一份力。

退休十三支部 韩伯涛：

开展“万名师生党员同上一堂课”，是学校深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、加强党的思想建设和政治建设、探索新时代党员干部学习教育培训新体系、新途径、新方式、新模式的一次生动实践。

作为一名退休党员，线上参加如此规模的“万名师生党员同上一堂课”，感觉兴奋、新颖、有意义、受教育。

王炳林教授在报告中，着重从中国历史、特别是中国近代史的发展角度，系统回顾了中国共产党把马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合，为争取民族独立和人民解放、实现国家富强和人民富裕，提出实现中华民族伟大复兴中国梦的背景、过程、历史任务和宏伟目标。同时强调在以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴的历史进程中，必须牢牢把握五大基本原则，也就是要始终坚持和加强党的全面领导、坚持中国特色社会主义道路、坚持以人民为中心的发展思想、坚持深化改革开放、坚持发扬斗争精神。报告内容详实、广采博引、深入浅出，语言生动、思想深刻。

又一次感受到了中国共产党百余年奋斗历程的艰辛与不易，又一次体会到了中国共产党的精神之源的深刻内涵，又一次认识到了每一个中国共产党人的时代责任；同时也又一次坚定了对只有中国共产党，才能担负起实现中华民族伟大复兴历史使命的认同感。作为一名退休党员，退休不能褪色，思想不能落伍，当继续为学校发展尽己所能，发挥余热，贡献余力。

退休十三支部 梁桂琴：

坚持和发展马克思主义同中国具体情况相结合，马克思主义是认识世界和改造世界的真理，我们要运用马克思主义的世界观和方法论来指导解决中国的问题。形成与时俱进的理论成果。

退休十五支部 于海龙：

本支部有书记副书记等四个人参加了现场报告会议十三个人通过网上观看了视频，剩下的党员也通过支部群及电话等形式落实到了个人。尤其是邱明迎老师不光参加了现场报告会还通过打电话散步等方式与不能上网的高龄党员口口相传！尽一切可能告知所有支部党员培训内容。

通过认真学习和讨论同志们一致认为主题为中国共产党与中华民族伟大复兴的报告非常好，为每位党员此次培训上了优秀的第一课！中国共产党就应该是中华民族伟大复兴的基石和栋梁！为中华民族伟大复兴尽心尽力努力奋斗！同志们会继续参加好后面的培训认真学习领会精神。

退休十九支部 侯国姿：

听了报告以后很有收获，以前只认为实现中华民族伟大复兴是我们的奋斗目标而已。我们为什么要实现中华民族伟大复兴？中华民族实现伟大复兴的历史任务是如何提出来的？这次王教授从古到今，对实现中华民族伟大复兴讲解得非常深刻，细致。实现中华民族伟大复兴，是近代以来中华民族所追求的最伟大的梦想，有过灿烂辉煌的历史，才会懂得复兴的涵义，通过苦难的民族才会对复兴有更深刻的渴望。西方列强曾对中国发动了一系列的军事侵略，迫使中国签订了一系列不平等条约。中国人民过着饥寒交迫的生活，中华民族饱受屈辱。真是落后就要受气，落后就要挨打。中华民族必须复兴，必须发展强大。中国共产党领导中国人民为实现中华民族的伟大复兴做出了一系列的贡献。从新民主主义革命的胜利到新中国的建立，为实现中华民族伟大复兴创造了根本的社会条件。二十大提出以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。我们坚信在中国共产党的领导下，坚持中国特色社会主义道路，以人民为中心，坚持深化改革开放，坚持发扬斗争精神，为全面实现中华民族伟大复兴努力奋斗。

在接下来的党员培训中认真听课，努力学习，争取有更多的收获。

退休十九支部 何沂：

王炳林教授主要讲了三个问题。一，中华民族伟大复兴的历史任务是如何提出的？二，中国共产党推进中华民族伟大复兴的历史贡献。三，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。给我印象深刻的是王教授谈到

了中国共产党的精神之源。就是坚持真理，坚守理想。践行初心，担当使命。不怕牺牲，英勇斗争。对党忠诚，不负人民。中国共产党的历史贡献是新民主主义革命胜利，建立新中国，为实现中华民族伟大复兴创造了根本的社会条件。我们党过去所取得的辉煌成就让我们感到无比自豪。中国式的现代化是中国共产党领导的社会主义现代化。既有各国现代化的共同特征，更有基于自己国情的中国特色。坚持以人民为中心的发展思想。还要坚持发扬斗争精神。

王教授的讲课深刻精炼，论述生动风趣，使我们受益匪浅。王教授的报告帮助我们进一步理解党的二十大提出的路线方针政策，有助于我们自身的学习。我们要高举中国特色社会主义伟大旗帜，全面贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，弘扬伟大建党精神，自信自强、守正创新，踔厉奋发、勇毅前行，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴而团结奋斗。

退休十九支部 刘惠敏：

中国特色社会主义进入新时代，为实现中华民族伟大复兴，党的二十大提出：以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。既有各国现代化的共同特征，更有基于自己国情的中国特色。在前进路上必须牢牢把握好重大原则。

1、坚持加强党的全面领导，确保中国式现代化的奋斗目标行稳致远。坚持走中国特色社会主义道路。

2、勇于改革创新，不断破除各方面体制弊端。既不走封闭僵化的老路，也不走改旗易帜的邪路。

3、坚持以人民为中心的发展思想，打江山，守江山，守的是人民的心。党和人民不可分。

4、坚持深化改革开放，坚持高水平对外开放。国内国际双循环相互促进的新发展格局。

5、坚持发扬斗争精神，不信邪，不怕鬼，不怕压全力战胜前进道路上各种困难和挑战。

退休二十支部 张美娜：

习近平总书记在中央党校建校 90 周年的讲话中指出：回顾历史，党校始终不变的初心就是为党育才，为党献策，新时代新征程，各级党校要坚守这个初心，锐意进取，奋发有为，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴做出新的贡献。

作为一个共产党员，曾经工作在不同的岗位，为党和人民的事业作出了各自的贡献。现在我们虽然退休了，但共产党员的初心不能改变，锐意进取的精神不能改变。这次的学习培训工作对于我们这些离退体的党员来说也是一个加油站。我们要积极地投入到学习培训工作中，带领本支部的党员认真学习，积极研讨。

我们还要努力做好关心下一代工作。利用“五老”的育人优势，“为党育才”。目前由关工委和青年学生共同建立的“关工之桥”青年联络工作室已经成立并开始运营，“关工委微信公众号”也已经上线，这些都为我们做好关心下一代的工作创造了条件。我们要充分利用这个优势，和青年学子开展丰富多彩的“老少共学”“老少共话”的活动，将此次的学习培训引向深入。在与青年学子的互动中，分享共同学习，共同提高，共同成长的快乐。

退休二十支部 李秀梅：

3 月 14 日，北京科技大学党委开展了全体党员培训第一课，培训前，邓波书记向全体党员宣读了《中国共产党北京科技大学离退休职工委员会党员培训基本方案》强调培训的重要性并鼓励离退休党员积极参加培训、增强培训效果。

北京师范大学中共党史、党建研究院院长王炳林教授为我们做了“中国共产党与中华民族伟大复兴”的专题报告，从几个方面阐述了中华民族复兴是如何提出的、中国共产党对推进民族复兴的历史贡献以及党的中心任务。

聆听报告后，我深受鼓舞，看清了这次培训的重要性以及深入主题学习的必要性。自己要在这次培训中、积极参与每一次课程，认真学习理论提高自己的思想觉悟和理论水平。在今后的活动中、发挥党员的先锋作用，发扬正能量，为党的发展和中华民族伟大复兴贡献自己的一份力量。

退休二十一支部 何柏芝：

参加学校党员基本培训第一课，听了王炳林教授的《中国共产党与中华民族伟大复兴》的辅导报告，很受鼓舞。我们虽然退休多年，但作为共产党员，退休不能褪色，思想不能落伍，要紧跟时代步伐，努力学习习近平有中国特色社会主义思想，弘扬伟大的建党精神，尽己所能，发挥余热，为学校发展助力。

退休二十二支部 滕建国：

中国共产党坚持以人民为中心

三月十四日听离退休处党委组织本年度的第一堂党课，受益良多！其中最深有感触的是：中国共产党制定一切政策的出发点是：始终坚持以人民为中心。因为实现中华民族伟大复兴是全中国人民切身利益的最大体现！

“江山就是人民，人民就是江山，打江山，守江山守的就是人民的心”，党和人民永远不可分离！毛泽东主席为全中国人民的解放事业拼全力，并使全中国走上社会主义康庄大道。他向全国人民庄严地高呼：人民万岁！

全党以把握方向、谋大局、定政策、促改革来调动全党的积极性、创造性。以此来提高全党为人民服务的政治思想能力、群众组织能力及对全社会的号召力，汇聚磅礴伟力以实现中华民族伟大复兴！

党的十八大尤其是二十大以来，中国社会发展朝气蓬勃、蒸蒸日上，蛟龙入海、飞船多次太空翱翔，完美的星辰大海之梦正在逐步实现，探索月宫之旅马上出发！工业技术创新层出不穷；农业连年大丰收；我们的国防海、陆、空齐头并进，敢欺我者虽远必诛；我们同各国平等待我之民族合作共赢的外交政策深得人心！为中国人民赢得一个和平发展的大环境，也是党深谋远虑的既定政策！

中国共产党为全中国人民发扬建党时就有的初心：不怕邪、不怕鬼、不怕压的战斗精神，依靠人民顽强斗争打开一个个人民事业发展的新天地！习近平总书记说：“人民对幸福生活的向往就是我们的奋斗目标！”

作为一名共产党员也必定是听党话、跟党走，时刻准备着听从党召唤，为中华民族的伟大复兴尽微薄之力。

退休二十三支部 孙铁：

按照上级党组织的要求，我校党委决定开展师生党员基本培训工作，这是在新形势下党组织对党员提出的更高要求。退休老党员要认真参加这次培训，通过培训，切实有收获，在“真学、思考、实干”三个环节上下功夫。

1. 真学。老党员虽然不在职，但是理想信念不能退化，需要不断充电，补充正能量。所以老党员仍然要合理安排好时间，静下心来、踏踏实实地参加学习，安排时间自己学习，做到学习切实有体会、有心得、有收获。不忘申请入党时的热情，不忘加入党组织时的初心，继续按照共产党员的标准要求自己。

2. 思考。老党员通过学习，思考共产党为什么能带领中国人民建立新政权，为什么能把一穷二白的旧中国建设成为屹立于世界之林的强大国家，为什么不怕帝国主义的恐吓打压走自己的路。把我们经历的风风雨雨和切身体会，传递给青年学生，帮助幸福的下一代走好人生道路。

3. 实干。老党员要力所能及地发挥余热，为青年学生的成长成才贡献力量，传承理想和信念，为关心下一代健康成长，为立德树人做点实实在在的工作。我校践行六年的老党员、老教师、老干部支持学生暑期社会实践活动，通过青年学子访谈老教授，讲党史、校史、国家发展史、改革开放的巨大成就，传播正能量，传递钢院钢筋铁骨的奋斗精神，以育人育才的责任感，继续发挥老党员的作用。

退休二十三支部 鲁亿方：

线上听了王炳林教授的报告，倍受鼓舞，令人振奋。深感深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想的重要性，作为一名党员，要坚决跟党走，听党指挥，坚定理想信念，弘扬伟大建党精神，传递北科大钢筋铁骨的奋斗精神。

退休二十五支部 赵利晶：

二十五支部党员参加党员基本培训，学习交流第一课《中国共产党与中华民族伟大复兴》情况如下：

通过培训学习，党员们深受启发、教育。大家对中华民族的发展史有了进一步的了解，中华民族的发展史激发了每个人的爱国力量，中华民族

曾有过辉煌的历史，也遭受过欺凌侮辱。中华民族遭受的屈辱与苦难，激发了中华民族的觉醒，对复兴有着深切的渴望。

历史证明，复兴中华民族必须凝聚伟大力量，伟大力量来自中国共产党和中国人民。中国从弱到强，推翻了三座大山，争取了民族独立和人民解放；改变了中国经济技术落后的面貌，实现了国家富强和人民富裕。

只有中国共产党才能实现中华民族伟大复兴，因为中国共产党坚持和发展马克思主义，坚持中国实际与马克思主义理论相结合。实践告诉我们，马克思主义是我们立党立国兴党兴国的根本指导思想。

中国的发展史证明，在中国共产党领导下，我国开辟了正确的道路，形成了科学的理论，构筑了伟大精神，英雄辈出鼓舞人民，开拓创新与时俱进。

党的二十大指出：以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。要把握重大原则，做到五个坚持，坚定历史自信，文化自信，不断学习开创新思想，新理论。在全面推进中华民族伟大复兴的历程中，深知我们退休支部党员（后勤职工多）加强学习的必要性。我们要继续努力学习，坚守理想，坚定信念，跟党走不掉队，发挥老党员的光和热，自我革命永远在路上。

参观长城红馆 学习“平北军民浴血抗战”精神

——北京科技大学离退休职工党委党支部联合主题党日活动

怀柔渤海镇响水湖畔，长城脚下，有一座名不见经传的建筑——长城红馆。近 300 平米的展厅，几百件来自民间的藏品，吸引着不少慕名而来的参观者。追寻着参观者的足迹，我们北京科技大学离退休职工党委退休第七、十九、二十、二十三党支部的党员也来到了这里。

步入小小的展厅，一览无余但密密



麻麻的陈设令人为之一振。谢馆长亲自为我们进行了精彩的讲解：一张张老照片，一本本历史书籍，一封封家书，一份份将军手稿、一枚枚纪念章、一块块展板的图片和文字内容，一件件实物藏品，尤其是《英雄儿女》电影中王成使用的那种步话机、朝鲜战场空军英雄王海所驾驶的战斗机模型，感觉非常有历史的厚重感。在这些展品中，吸引着我们眼球的有：82 迫击炮、功勋炮（非整门）、捷克轻机枪、701 号步话机、71B 电台、轻机关枪弹盘、冲锋枪弹夹、炊事班用的鼓风机、可组合式行军帐篷等。

在谢馆长的讲解下，我们仿佛回到那战火纷飞的年代，仿佛看到 83 年前“平北抗日第一枪”燃起平北地区的抗日烽火，军民一心浴血奋战，抗击日本侵略者的英雄壮举，以及中国共产党领导下渤海地区日新月异的发展成就；仿佛看到怀柔地区 300 余名参加抗美援朝的战士，为了祖国的



安宁，在朝鲜战场上冲锋陷阵，保家卫国，120 余人长眠在朝鲜战场。

听着谢馆长的介绍，环顾展厅四周，500 多件藏品，均由革命后代、红二代、红三代捐赠或提供。回望历史，深切体会到了革命前辈浴血奋战、前仆后继、不怕牺牲的光辉历程和不朽功绩，更加激发了全体党员铭记历史、不忘初心、牢记使命、砥砺前行的强大动力。



走出展厅来到红馆前的广场，鲜红的党旗在蓝天的映衬下，熠熠生辉，我们联合党支部的全体党员在党旗下合影留念。

通过这次参观，老党员们收获很大，我们更加明确开展学习中共中央印发《党史学习教育工作条例》的重要意义，“《条例》的制度和实施，对于推动党史学习教育常态化长效化，推动全党全社会学好党史、用好党史，从党的历史中汲取智慧和力量，做到学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行，具有重要意义。”从党的辉煌成就、艰辛历程、历史经验、优良传统中深刻领悟中国共产党为什么能、马克思主义为什么行、中国特色社会主义为什么好，弄清楚其中的道理，不断提升党史学习教育成效，增强砥砺前行的信心和力量。

发挥作用



好唱歌 唱好歌 唱歌好

□北科大关工委 关工之桥工作室

“我和我的祖国，一刻也不能分割，无论我走到哪里，都流出一首赞歌……”悠扬的歌声从铭德楼 106 室内传出。此刻北京科技大学材料 2309 团支部正在这里举行“青春向党，艺韵飞扬”主题团会。作为今天的主讲嘉宾——刘庭成教授正在跟同学们分享“好唱歌，唱好歌，唱歌好”的经验和体会。这是一堂别开生面的艺术团课，刘教授独到的见解，丰富的人生阅历以及不同时期歌曲伴随自己成长的经历，引发了同学们的好奇心和求知

欲。师生互动，体验歌唱的魅力和唱歌带来的快乐。会场上洋溢着热烈的气氛。

“唱歌是一项由内而外的全身有氧运动。我们在唱歌时，要利用好胸腔、口腔以及头腔，锻炼身体，也抖擞精神。刘庭成教授一边讲解，一边指点练声开嗓的要诀。如今已70多岁的他依然精神矍铄，容光焕发，其中唱歌这一爱好“功不可没”。



刘庭成教授自幼就与唱歌结下了不解之缘。从孩提时代在长辈面前的才艺表演，到学生时代的合唱团，再到北京科技大学七十周年校庆，他的歌声伴随着直播在全国唱响——那是岁月沉淀后的醇厚嗓音，是饱含生活的激情与人生智慧的结晶。好唱歌——这一爱好陪伴了刘庭成教授数十载，悠扬的歌声里流淌的不仅是旋律，更是他对生活的无比热爱和积极乐观的人生态度。

“要唱‘好歌’”。对于要“唱好歌”，刘教授结合他的亲身经历做出了解释。一首好歌，要具有内涵丰富的歌词、优美动听的旋律、充沛真挚的情感，以及深刻的教育意义。好歌可以引领人，鼓舞人，既能让我们



徜徉在美的海洋中，也能影响我们的人生道路。刘教授热情地与学生们分享起他心中“压箱底”的好歌——那些有着鲜明时代特色的歌曲。“雄赳赳，气昂昂，跨过鸭绿江”《中国人民志愿军战歌》是英勇无畏的志愿军将士带着党和国家的重托，肩负着保家卫国的重任，

为了和平与正义，舍生忘死奔赴抗击侵略者战场的铮铮誓言；“啊克拉玛依，我要歌唱着跑进你，我要赶着马群靠近红地”，《克拉玛依之歌》折射出建设者们为甩掉中国贫油的帽子在戈壁滩艰苦创业的艰辛历程及看到油井出油时的喜庆场景；“我们是共产主义接班人，继承革命先辈的光荣传统，爱祖国，爱人民，鲜艳的红领巾飘扬在前胸”，《我们是共产主义

接班人》是电影《英雄小八路》的主题曲，曾激励着一代代青少年继承先烈遗志，奋发图强，立志为祖国为人民奉献自己的青春和才华。《学习雷锋好榜样》《我爱五指山，我爱万泉河》……一首首“好歌”在刘庭成教授声情并茂地讲解下，学生们仿佛置身于当时的火热年代……学生们在歌唱中感受着前辈们无私奉献的精神，感受着信仰的力量。时代的精神伴随着歌声在老教授与青年学子之间接续传承。

“同学们，唱歌不仅仅是一种快乐，唱歌可以愉悦身心，有益健康，唱歌也是一种美的享受——在音

乐的世界里陶冶情操，让精神重归丰盈。”刘庭成教授将唱歌的好处娓娓道来。学生们很快就被深入浅出、妙趣横生的讲解吸引，渐渐投入到音乐的世界中。在悠扬的乐曲声中，学生们的思想跟随节奏摇摆



心灵伴着旋律飘荡。卸下了压力，忘记了烦恼，享受音乐带来的愉悦与心灵的放松。

“青春向党，艺韵飞扬”团课，带给青年学子的不仅仅是音乐的欣赏，更是新时代共青团员紧跟时代的步伐，在不断学好专业课程的同时，不断地提升自己的人文素养。参与活动的同学表示“爱好与学习、工作本就不矛盾，相反它们相互成就，共同调节着我们的生活，也共同展现着我们对待生活的态度。当我们在这个喧嚣的世界中能静下心来，试着去问问自己的心，心向往之，素履以往，或许我们才能真正体会到刘老真正的快乐吧！”

“刘庭成教授一直从事科研建设，为国家建设献出了自己的青春，我们深受感动”。“作为北京科技大学的学生，我认为我们应该紧跟前辈的步伐，接过时代的接力棒，继续为祖国建设献出自己的力量！”

“好唱歌、唱好歌、唱歌好”在刘庭成教授的示范与讲解下，在“好歌”的鼓舞下，相信青年学生们在未来的学习、工作、生活中，一定会唱好自己的青春之歌。

▲2024年寒假，我校30位教师响应学校倡议，利用返乡探亲期间前往高中母校和当地优质中学开展专业科普、生涯规划及专场招生宣讲等各类讲座52场，为高中学子答疑解惑，并代表学校向中学送达学生喜报。

▲3月1日，吉林省委常委、长春市委书记张恩惠一行来校交流座谈。学校校长杨仁树、中国工程院院士邵安林、党委副书记孙景宏、副校长张卫冬出席座谈会。座谈会由孙景宏主持。

▲3月8日至15日，学校校长杨仁树率团访问新加坡、印度尼西亚，出席第八届陈振传基金会-南洋理工大学高级领导力提升高端论坛，对南洋理工大学、新加坡国立大学、印尼青山不锈钢有限公司等合作院校、企业进行了访问，推动我校教育科技合作，开展更广泛的国际交流。

▲3月18日，学校党委副书记于成文带队走访桂林理工大学，洽谈校际合作并签署战略合作协议。桂林理工大学党委书记邓军，党委副书记、校长王敦球，党委副书记吴志强，副校长黎贞崇等出席了交流和签约仪式。

▲3月19日，学校与华北理工大学举行战略合作框架协议签约仪式。华北理工大学校长、中国工程院院士张福成，学校校长杨仁树、副校长彭庆红参加签约仪式。

▲3月20日，校党委书记武贵龙、副校长黄武南一行到顺德创新学院调研指导工作，就进一步激发学院发展动力，促进学院高质量发展进行座谈。校务委员会副主任、原副校长臧勇，顺德创新学院党委书记杨德斌，院长何新波等参加座谈。会议由杨德斌主持。

▲近日，教育部下发了《关于公布2023年度普通高等学校本科专业备案和审批结果的通知》（教高函〔2024〕6号），我校申请增设的“材料智能技术”“体育教育”“工程力学”本科专业，顺利通过教育部备案，成功获批。

▲3月21日，学校党委副书记孙景宏带队来雄安校区指挥部调研，并慰问指挥部及派驻办公室全体工作人员。指挥部总指挥金仁东、班子成员

及派驻办公室负责同志参加座谈会。

▲为落实国家“十四五规划”，积极响应习近平总书记重要回信强调的“促进钢铁行业的创新发展和绿色低碳发展”，3月23日，由中国钢铁工业协会、中国金属学会指导，北京科技大学绿色低碳钢铁冶金全国重点实验室主办的第五届冶金创新国际论坛在学校教职工活动中心举办。

▲为认真学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神，深入实施教育部“时代新人铸魂工程”，切实加强学校学生工作干部队伍专业化建设，提升履职尽责的理论水平、专业素质和综合能力，学校近期举办2024年春季学生工作干部集中培训，校党委副书记于成文出席培训会并作专题报告，北京师范大学中共党史党建研究院院长王炳林教授，中国矿业大学（北京）心理健康与教育咨询中心主任刘海娟教授，第十五届“高校辅导员年度人物”、北京航空航天大学数学科学学院党委副书记魏茜，高等工程师学院（卓越工程师学院）党委书记马聪等校内外专家分别作辅导报告。

▲3月28日，学校召开2023年校内挂职工作总结会暨2024年校内挂职工作启动会。党委副书记孙景宏，党委常委、副校长兼组织部部长彭庆红出席会议，相关单位负责人和挂职干部参加会议。会议由党委组织部副部长肖晓玲主持。

▲为贯彻落实习近平总书记关于教师队伍建设的重要论述和给我校老教授重要回信精神，大力弘扬教育家精神，3月28日，学校在学术报告厅举办“严谨治学、甘为人梯”师德讲堂，邀请北京市师德标兵、经济管理学院魏钧教授带来题为《真实型教学设计的探索与实践》报告。来自各教学科研单位的100余名教师代表现场聆听，会议由党委教师工作部副部长李霞飞主持。

▲3月29日，学校召开2024年全面从严治党工作会暨警示教育大会，深入学习贯彻习近平总书记在二十届中央纪委三次全会上的重要讲话和全会精神，落实教育部和北京市教育系统全面从严治党工作会议部署，总结回顾2023年学校推进全面从严治党工作情况，分析研判形势，开展典型案例警示教育，部署安排2024年重点任务。党委书记武贵龙出席会议并讲话，校长杨仁树主持会议。

离退休工作简讯

北京科技大学离退休职工工作处顺利开展共庆“国际三八妇女节”活动。



春风有情常拂面，巾帼花开别样红。值此春意盎然、万物复苏的时节，我们迎来了第114个“国际三八妇女节”，为了庆祝这个女性专属的节日，丰富离退休女职工的生活，离退休职工工作处先后组织开展了健康知识讲座和主题插花活动。

2024年3月7日，离退休职工工作处邀请到中国中医科学院西苑医院老年病科的知名专家刘征堂主任带来《老年骨质疏松症的防治》的健康知



识讲座，旨在关爱离退休女职工的身心健康，提高对老年骨质疏松症的认识，掌握防治方法，吸引了众多女职工的积极参与。讲座由离退休职工工作处副处长艾茹主持。

离退休职工党委书记、处长邓波在致辞中向全体离退休女职工表达了诚挚的感谢并送上美好的节日祝福。希望广大女职工传承和发扬好的家风家教，在营造家庭文明新风尚中做出新的贡献，继续谱写“半边天”的绚

丽篇章。

刘征堂主任以深入浅出的方式，为大家详细讲解了骨质疏松症的成因、症状、预防方法、治疗策略以及日常生活中的注意事项。他强调，骨质疏松症是一种常见的老年性疾病，对女性的影响尤为显著。女教师们应该加强自我保健意识，定期进行骨密度检查，合理安排饮食，增加钙和维生素D的摄入，适量进行运动，以预防骨质疏松症的发生。

讲座现场座无虚席，女教师们纷纷表示受益匪浅。她们表示，通过此次讲座，不仅了解了骨质疏松症的相关知识，还学会了如何在日常生活中进行预防和保健。这不仅是一次知识的传递，更是一次对健康的关爱和提醒。离退休职工工作处将持续关注女教师的身心健康，举办更加丰富的健康知识讲座，为女教师们提供健康咨询与康养支持。



妇女节当日，铭德楼一楼大厅成功举办“勿忘我，永远的爱伴您同行”主题插花活动。工作人员和老同志欢聚一堂，以花为媒，让老同志们享受到插花艺术的乐趣，感受到节日的喜悦，让大家在生活中更好地发现美、感受美、创造美，提升幸福感。

现场氛围热烈，每一位女职工的脸上都洋溢着幸福的笑容，老师们表示要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入学习贯彻党的二十大和二十届二中全会精神，继续为助力我校高质量发展贡献巾帼智慧和银发力量。

衷心祝愿北京科技大学全体离退休女同志：节日快乐，芳华永驻，身体健康，阖家幸福！

离退休职工党委组织党员参加 北京科技大学师生党员基本培训第一课

2024年3月14日下午，北京科技大学开展师生党员基本培训第一课，离退休职工党委在铭德楼二层多功能厅设分会场，以线上线下相结合的方式组织在职党员、离退休党员共526人参加培训。分会场培训由离退休职工党委书记、处长邓波主持。



邓波向参会党员宣读了《中国共产党北京科技大学离退休职工委员会党员基本培训工作方案》。他强调必须增强学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想的政治自觉，巩固团结奋斗的思想基础，更加奋发有为推动新时代离退休工作稳步发展；并鼓励离退休党员积极参加培训，创新学习形式、提高培训效果、总结提炼成果，做到有感悟、有共鸣、有收获。

北京师范大学中共党史党建研究院院长王炳林教授作题为“中国共产



党与中华民族伟大复兴”的专题报告，王教授从中华民族伟大复兴的历史任务是如何提出的、中国共产党推进中华民族伟大复兴的历史贡献、以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴三个方面，从历史发展的角度系统回顾了中华民族伟大复兴的历史任务是如何提出的。我们要更加深刻地认识到“两个确立”的决定性意义，把握新时代新征程党的中心任务，不断

增强做到“两个维护”的思想自觉、政治自觉、行动自觉，为全面建成社会主义现代化强国、全面推进中华民族伟大复兴作出新的更大贡献。

参会党员表示，听了王炳林教授的报告，深受鼓舞。这次培训对于我们离退休党员来说犹如一个加油站，升华思想、启迪智慧、指导实践，能够更加深刻理解深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、贯彻落实党的二十大精神和巩固深化主题教育成果的重大意义，广大老党员要进一步弘扬伟大的建党精神，传承红色基因、赓续红色血脉，传递北科大钢筋铁骨的奋斗精神，做积极推进中国式现代化发展、为教育事业增添正能量的表率，为北京科技大学各项事业高质量发展继续贡献力量。

“掌握逃生技能，守护生命安全”

北京科技大学离退休职工工作处组织集中学习2024年春季学校火灾疏散逃生演练公开课培训活动。



根据《教育部办公厅、国家消防救援局办公室关于联合开展春季学校火灾疏散逃生大演练活动的通知》要求，3月15日上午9时，离退休职工工作处在铭德楼207多功能厅开展了春季学校火灾疏散逃生演练培训，由艾茹副处长主持。离退休职工工作处全体在职工作人员、返聘人员，各支部书记、活动组长、行政组长等60余人参加。

艾茹副处长通过回溯近期火情及其造成的经济损失，提出进行火灾疏散逃生演练的重要性，希望大家能将所学的逃生技能牢记于心，将火灾防

范意识真正落实在日常生活中。

邓波处长在讲座开始前强调了国家消防局开展火灾逃生救援专题讲座进校园的重要性，并指出要坚持精细化原则，把责任落实到岗位，落实到人员，强化监督检查力度，从根本上杜绝事故隐患，推动科学规范和高效管理。同时，号召全体人员加强安全防范意识，认真学习火灾逃生技能，群防群治、群策群力，始终绷紧火灾防范的安全弦，共同守护生命安全。



通过本次火灾演练学习，大家认真了解了火灾、地震等情况下的逃生技能，增强了自己的安全意识，规避了固有的认识误区，学到了很多实用的应急处理方法，能够更加从容地应对各类紧急情况，真正做到遇事不慌、临危不乱。

今后，离退休职工工作处将持续开展火灾安全培训，真正切实将火灾防治置于心间，把“安全绳”握紧、将“预防针”打好，不松懈地为筑牢“防火墙”打好坚实底色。站在新的历史起点，离退休职工工作处将始终坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十大精神，持续加强安全教育，为构建平安和谐校园贡献力量。

离退休职工首届体育嘉年华趣味运动会圆满落幕

韶光流转，薪火相传，4月22日北京科技大学即将迎来72周年校庆。在校庆即将到来之际，2024年3月27日下午2点，在明媚的春光里，离退休职工首届体育嘉年华趣味运动会在北京科技大学五环广场拉开帷幕。

运动会由离退休职工工作处副处长艾茹主持，艾处长介绍比赛规则，

希望老同志安全顺利完成各项比赛，以实际行动践行健康理念，展示阳光心态。

离退休职工党委书记、处长邓波发表了热情洋溢的开幕词。他代表学校向长期以来为学校发展付出辛勤努力的老同志们致以崇高的敬意和诚挚



的感谢。邓波处长表示，离退休处将继续致力于为老同志们提供优质的服务，希望他们能够在欢乐祥和的氛围中享受晚年生活。

本次趣味运动会精心设置了投篮、沙包掷准、投壶游戏、夹乒乓球、飞镖球和套圈游戏六大项目。老同志们可以根据自己的兴趣和特长，现场



任选三项参与。活动现场气氛热烈，老同志们热情高涨，他们或投壶入彀，或精准掷沙包，展现出非凡的活力和高超的技艺。许多年届八旬的长者也不甘示弱，积极参与其中，他们的身影成为春日校园里最亮丽的风景线。

此次趣味运动会的成功举办，不仅让老同志们感受到了运动的快乐，也增进了他们之间的友谊和感情。大家在轻松愉快的氛围中，共同度过了一段欢乐难忘的时光。这不仅是一次体育盛会，更是一次心灵的盛宴，展



现了北京科技大学离退休教职工团结向上、奋发有为的精神风貌。

钢筋铁骨，征程再启，离退休职工工作处将继续大力弘扬孝亲敬老的传统文化，落实落细各项服务保障政策措施，着力提升精准服务水平，不断提高老同志的获得感、幸福感、安全感。

我校参加教育部直属系统离退休工作通气会

2024年3月29日上午，教育部召开直属系统离退休工作通气会。教育部党组成员、副部长王光彦出席会议并讲话。会议传达学习了全国老干部局长会议精神，总结了2023年老干部工作取得的新成效，部署了2024年老干部工作。北京科技大学在办公楼三层320会议室设立分会场，离退休职工党委党委委员、党支部书记代表、离退休职工工作处全体工作人员参加了本次视频会议。

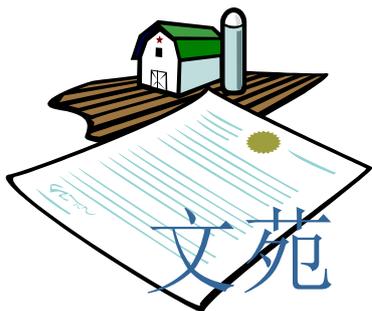
会议强调，要坚持把习近平总书记关于教育和关于老干部工作的重要论述作为根本遵循，认真学习贯彻全国教育工作会议和全国老干部局长会议精神，强化政治引领，全面加强党建工作，聚焦急难愁盼，精准做好服务保障，围绕教育强国建设，聚力发挥优势作用，坚定理想信念，强化责

任落实，做有理想、负责任的行动主义者，不断努力推动离退休工作高质量发展，为加快建设教育强国、办好人民满意的教育作出新的贡献。华北电力大学等6所高校或单位的负责同志在会上进行了发言，交流分享工作经验。

王光彦同志对2023年教育部直属系统离退休干部工作给予充分肯定，并深入分析了新时代离退休工作面临的任务要求，对下一步如何推动直属系统离退休工作再上新台阶进行了部署。

离退休职工工作处全体工作人员将认真学习领悟全国老干部局长会议精神 and 本次通气会精神，一是强化政治建设，以创建“六好”离退休干部示范党支部为契机，着力提高离退休职工党建工作质量；二是围绕提升老同志幸福感满意度，深化“五个精准”服务，细致入微做好服务保障工作；三是助力事业发展，组织引导离退休职工发挥优势作用，激励老同志在乡村振兴、银龄教师行动、教育事业改革等方面献智出力；四是创新活动平台，整合校内外资源，不断丰富老同志的晚年生活。凝心聚力、勇于担当，团结引领老同志以饱满的政治热情、积极向上的精神状态，迎接新中国成立75周年。





红岩村

□温厚滨

红岩村是革命的圣地，也是我表哥的老家。那里有他童年的情怀，许多大人物都亲吻过他的脸颊。

奶奶饶国模更是舐犊深情厚爱有加，周恩来董必武曾经都抱过他。听姑姑讲，饶国模创建了大有农场红岩村，三个儿子从此踏上革命生涯。

八路军办事处扎根在红岩村，南方局在这里指挥千军万马。

著名的重庆谈判，毛主席在这里厉兵秣马，

雄韬伟略胸怀天下，国共合作齐心协力把日军打垮。

几年前我们姐弟和表哥，一起来到重庆红岩村的老家。

参观了红岩村革命纪念馆，烈士们的感人事迹催人泪下。

我们在饶国模的墓前，向表哥的奶奶，我们的姑奶奶献上了鲜花。

我们驱车又来到了饶国梁的故居，在黄花岗烈士饶国梁的雕像前，为他感人的英雄壮举把帽子脱下。

红岩村是革命的灯塔，激励我们要把红岩精神发扬光大。



游百望山公园

□温厚滨

太行端峰百望山，三山五园园外园。京西水渠绕山过，石林碑廊入园边。金石之功碑上刻，千秋文化代代传。曲径栈道通幽处，阵阵寒风掀衣衫。抗日战争纪念碑，游击战士活龙现。肩上架起机关枪，百年石渠绕山间。法国教堂忆当年，国际联盟齐抗战。中华民族不简单，气喘吁吁望峰远。两腿颤颤爬上山，心旷神怡放眼看，京城广厦千万间。

庆祝三八妇女节

□许尔恂

在两会召开之际，迎来了国际劳动“三八”妇女节，置身中国妇女不仅能顶半边天，也让整个社会更有温度。没有妇女，就没有人类与社会，女性的身影从未缺席；随着生活水平提升及医疗条件改善，我国妇女群体的身体素质大幅提升，精神状态越来越好，很多人不再单纯满足于老有所养，开始更多追求老有所乐，老有所学，老有所为。活到老学到老，有助于自我价值的进一步实现。

妇女是人类文明的开创者，社会进步的推动者，在各行各业书写着不平凡的成就。2022年以来，首都广大妇女深入学习贯彻党的二十大精神，在北京冬奥会重大服务保障任务中勇担职责使命，在推动首都高质量发展中贡献中国智慧和力量，在追梦圆梦中展现新时代女性自尊自信自立自强的精神风貌，绽放出夺目光彩。在“三八”国际妇女节到来之际，向全国“三八”红旗手和全国三八红旗集体称号的优秀女性风采致敬，向他们学习，积极投身到中国式现代化的实践，为推动新时代首都发展、奋力谱写全面建设社会主义现代化国家的北京篇章而团结奋斗。

习近平总书记强调，妇女是物质文明的创造者，是推动社会发展和进步的重要力量。今天的中国，早已不再是男尊女卑的社会，国家的每一份进步，都需要亿万女性一起来推动，全社会共同努力、平等参与经济社会发展。平等享有改革发展成果，将个体的价值追求融入国家发展的历史大势

之中，亿万妇女必能在时代舞台上赢得更出彩的人生。为实现全面建成小康社会做贡献。

我和我的祖国

□王玉山（王克智代笔）

我王玉山北科大材料专业离休教师，现在过着幸福的离休生活，我这一辈子紧紧地与我的祖国联系在一起，一刻也没有和祖国分离。

苦难的童年

一九三一年，我出生在内蒙古贫困的农民家庭，当时重男轻女，在我们那里剩下男孩留着，生一个女孩就扔在野外，有人要就抱回去养着，没人要就自然死亡。我从小当小长工。

我父亲也是这样，所以剩下我们兄弟三人，我是老大。在我们那里，男孩十岁左右就给地主家干活、放牛、放马，干点力所能及的活。勉强维持生活。

被国民党抓去当兵

我十八岁那年被抓去当了国民党的兵。成天吃不饱、穿不暖，成天干挖渠修河，还受军官鞭打。想跑是跑不掉的，我们连有几个人跑了被抓回来，绑在木桩上，割下耳朵，把嘴拉开，最后开膛破肚，五脏都流到地上。行军过程，提着血淋淋的人头，在队伍边上示众，生命没有保障。

一九四九年解放了

一九四九年解放了我们一个师后就投奔了共产党。

我师步行七天到河北一个县的沟头村。队伍开大会控诉国民党，我们认识到国民党残害老百姓的罪行，坚决做一个解放军、当一个人民子弟兵。

抗美援朝去了新义州

很快朝鲜战争爆发了，我们开赴朝鲜，去了新义州。

美帝国主义天天轰炸，投定时炸弹，投燃烧弹，我们冒着生命危险排除定时炸弹，许多人在排除定时炸弹时牺牲了。

后来我们也有了飞机，又去修机场，与美帝飞机周旋，我们中许多人都牺牲在朝鲜战场上了。

朝鲜和平谈判后，部队回国，支援包头钢铁公司建设。

到上海上工农速成中学

部队看我年纪还小，送我去念书，我根本没有念过书。领导把我送到上海读工农速成中学，又送我到北京钢铁学院学习（即现在的北京科技大学），在钢铁学院大学学习两年后，领导调出我当政治老师，我成为一个科技大学的教师，直到今天离休，我的一切是共产党毛主席给的。

党把一个贫下中农的孩子培养成一个大学教师。

没有共产党，没有祖国就没有我的今天。

我的一生与共和国紧密相连，祝祖国万岁，万万岁。

西江月·学校五环广场

——校庆 72 周年

□蔡嗣经

奥运五环高挂，欢歌笑语飞扬。耄耋轻舞健身忙，稚子早冰溜爽。
银杏排排挺立，春风阵阵梳妆。钢筋铁骨喜阳光，充满青春力量。

王月诗两首

人月圆 科大五环广场

阳光明媚孩童跳，佝偻笑谈天。逢春秋夏，瑶芳喜见，博览可观。
芳华苏醒，梅红叶亮，争艳相攀。鸟鸣虫唱，晨歌妙舞，平泰如仙。

朝中措 校中情

一轮朝日起东楼。桃李奋赳赳。众教务实举世，业技宽懋深优。
简书做伴，潜心静养，挚友闲悠。强大民族责我，安宁不忘国忧。

七绝·赏春

□陈世禄

百里东风绽玉娇，万条绿柳荡丝绦。莺飞草长阳晖炳，赏尽春光喜上梢。

春住心头

□刘瑞华

你在春枝头，我停春路口；花贵草精神，心间春常留。

你在春山头，我逐春水游；韶华向暮年，岁月携眉绣。

金园诗社诗词作品 12 首

惊蛰闻雷，春回大地及时雨；赏心观景，香满公园应季花

李素琴《五律·惊蛰闻雷》

霹雳春雷至，飘然带雨来。
拂黄先柳变，点素早梅开。
惊醒虫蛇梦，抹红桃李腮。
迷离烟袅岸，惬意赋诗怀。

雪松《五律·燕归来》

曾经秋后别，又值社前逢。
冒雨穿沧海，冲风掠碧空。
新巢何处建，旧主与谁同。
绰约翻飞舞，啁啾唤侣朋。

王振声《七律·鸿雁唤春》

鸿雁长鸣唤春醒，凌空展翼绘丹青。
扶摇千里穿云雾，鸟瞰九州携疾风。
南饮五湖拨细浪，北临龙脉秀玲珑。
此心安处皆故里，一路乡情伴始终。

李素琴《七律·紫玉兰》

海淀之东满井村，一株独秀校西门。
笔含紫粉琼枝艳，脂染红胭玉蕊芬。
风动霓裳牵客梦，露湿铁骨映朝暾。
瑶姬飞燕同相顾，邀请辛夷共举樽。

王振声《七绝·惊蛰雨雪》

湿朦雨雪续冬寒，夜半悄然落百川。
信是梨花化青鸟，冰心一片问君安。

佟玉兰步韵奉和王振声

初春乍暖不舍寒，雨雪尤其恋百川。
切勿冬装早早去，温心一片祝君安。

赵立合《临江仙·甲辰惊蛰》（词林正韵）

惊蛰轻雷飘雨雪，沉沉烟霭迷蒙。京城花木欲妆容。返青春染柳，
增翠岁寒松。万里重霄云接海，一行归雁横空。山川
着色诱东风。桑榆交转绿，桃杏待堆红。

雪松《正宫·小梁州》春日

彤阳高照映长空，野马浮踪。烟林漠漠漾和风，春情动，桃蕾绽初红。（么）鸳
鸯砾暖欣圆梦，玄禽泥软好营宫。草色青，花香送，风光无限，自在不言中。

李素琴《行香子·颐和园游》

恍若钱塘，恰似苏杭。皇家苑、果不寻常。赐名谐趣，信步徜徉。赏堂之涵，
斋之爽，迳之芳。昆明湖畔，万寿山旁。佛香阁、金碧辉煌。
游人如醉，越过长廊。享画中游，街中逛，镜中航。

马丽奉和李素琴《行香子·颐和园游》

燕舞鱼翔，湖影山光。皇家苑、千古流芳。身临其境，满目琳琅。看园之宏，
景之美，墨之昌。精工雅韵，古色留香。铜牛在、历尽沧桑。
触摸细品，百感情长。赏湖中舟，水中树，镜中廊。

张志宏《七律·游顺峰山公园》

山光水色相辉映，游览岭南赏顺峰。
日丽风和春意好，莺歌燕舞客心宁。
环湖曲径花娇艳，护塔平台树郁葱。
大笔牌坊天下冠，沈书气势贯长虹。

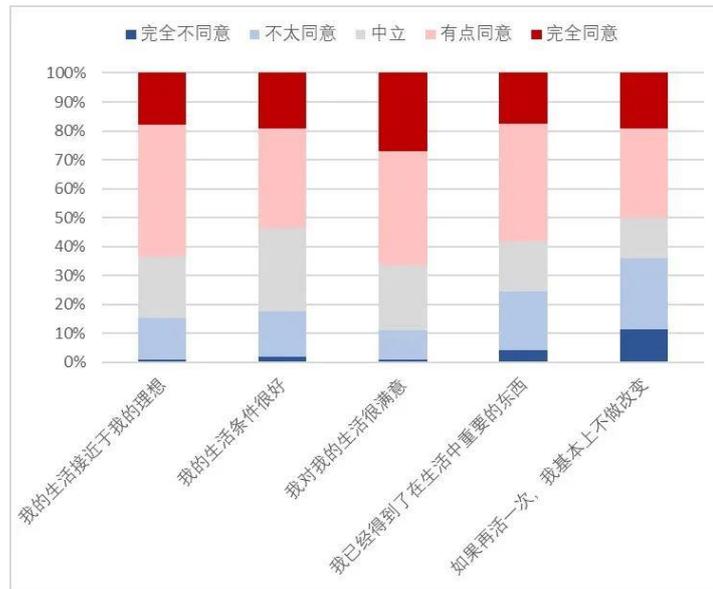
曹贞源《七律·春来思乡》

拂面春风暖世间，盐都丽景旧曾谙。
碧波流淌釜溪水，红日辉煌巴蜀天。
柳绿桃红妆各处，山清水秀美周边。
故园往事犹能记，多少乡思梦里甜。



老年人的幸福感取决于哪些因素

老年人，特别是高龄老年人（Oldest-Old Adults），在自己的晚年生活中感到幸福吗？跟随这个问题，我们近期在北京、郑州、沈阳、广州四个城市调查了 400 名年龄在 75 岁以上的老年人对自己生活的满意程度。



生活满意度是评估主观幸福感的重要指标，一般使用 Diener 等（1985）编制的生活满意度量表测量，量表包含 5 个题目：

- (1) 我的生活在大多数方面都接近于我的理想。
- (2) 我的生活条件很好。
- (3) 我对我的生活很满意。
- (4) 到现在为止，我已经得到了在生活中我想要得到的重要东西。
- (5) 如果我能再活一次，我基本上不会做任何改变。

在这项调查中，受访者需要回答对以上陈述内容的认同程度（李克特 5 点）。

结果发现，有 66.3% 的受访者表示对自己当前的生活感到满意（即在第 3 题回答“有点同意”或“完全同意”），有 22.8% 的受访者持不置可否的态度（即在第 3 题回答“中立”），还有 11.0% 的受访者对自己的当前生活感到不满意（即在第 3 题回答“不太同意”或“完全不同

意”）。与此相似，有 63.5%的受访者认同自己的生活接近于理想的状态（即在第 1 题回答“有点同意”或“完全同意”），同时也有 15.2%的受访者否定了这一观点（即在第 1 题回答“不太同意”或“完全不同意”）。对于自己当前生活条件的评价，53.6%的受访者给出了积极的回答（即在第 2 题回答“有点同意”或“完全同意”），但同时有 17.5%的受访者给出了消极的回答（即在第 2 题回答“不太同意”或“完全不同意”）。

值得注意的是，当受访者回溯性地评价自己的整个生命历程时，持消极态度回答的比例明显增加。例如，大约四分之一的受访者认为自己没有获得在生活中自己认为重要的东西（即在第 4 题回答“不太同意”或“完全不同意”）。如果能重启自己的人生，有 36.1%的受访者希望做出改变（即在第 5 题回答“不太同意”或“完全不同意”）。

究竟哪些因素可能影响老年人的主观幸福感呢？为回答这个问题，马来西亚拉曼大学文学与社会科学学院的研究者调查了过去 20 年里发表的实证研究，总结了影响亚洲老年人生活满意度的因素。

认知功能。尽管在老年阶段大脑记忆和处理信息的能力有所衰退，但是老年人拥有毕生积累的生活经验。因此，老年人在很多生活事务中表现出广泛的智慧。然而，一些病理性的认知功能损伤（例如，阿尔兹海默症）会极大地降低老年人的生活质量。

生活事务的决策。能否自主决定日常生活中的事务和身边的其他人是否愿意听取自己的意见会显著地影响老年人的幸福感。在中国的家庭中，很多成年子女倾向于包办父母的大小事务，认为这是孝顺的体现。但是，替老年人做决定也在一定程度上使他们的自主需求受挫，或者让他们感到失去对生活的控制权。

经济状况。没有经济上的压力是晚年幸福生活的必要条件。在离开工作岗位之后，大多数老年人的收入来源变得有限（通常是养老金）。在很多发展中国家里，社会福利制度提供的养老保障没有覆盖所有的老年人。老年人的养老问题更多依赖家庭成员（特别是子女和孙辈）提供的经济支持。虽然现有的政策倾向于延迟老年人退休的时间并且阐述了这项措施可能带来的一些益处，但是老年人选择坚持在工作岗位可能源

于他们面临的经济窘境。最近的一项研究调查了中国农村进城务工人员 在 60 岁以后选择继续工作的原因。几乎所有的受访者谈到自己务工是因为没有足够的收入和储蓄维持正常的生活。大多数受访者提到，自己或家人患有疾病，需要赚钱支付医疗费用；未来预期的医疗支出也需要早做准备。此外，成年子女结婚所需的彩礼、嫁妆、婚房、婚宴也是压在受访者身上的另一座大山。同时，受访者的父母也是农村人，也缺乏足够的社会保障，而赡养的责任就落在了受访者的肩上。

受教育水平。虽然大量的证据表明受教育水平更高的老年人拥有更高的幸福感，但很少有研究解释其中的原因。一种解释是教育促进了个体的健康结果。此外，教育也帮助老年人拥有更多的资源去解决生活中的难题。虽然教育常常被视为老年人认知功能的保护因素，但事实上教育并不能延缓大脑衰老的速度。

健康状况。很多健康问题是健康风险因素在时间上积累的结果。因此，一个人在老年期更可能患有慢性疾病，或遭遇其他健康问题。一些疾病导致的躯体功能限制将严重地降低老年人的生活质量。

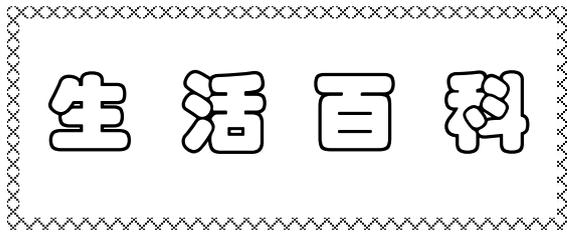
保险。一项纵向研究发现，在台湾全民健康保险计划实施后，老年人的幸福感相较于纳入保险计划之前有显著的提升。

婚姻和子女。处于已婚状态或有伴侣的老年人通常具有更高的生活满意度。在中国文化中，没有子女具有负面的涵义，可能消极地影响老年人对自我价值的评估。

居住安排。一项在日本开展的研究发现，与公婆同住会降低老年女性的幸福感。同样地，与单身的儿子同住也会降低老年人的幸福感。

睡眠。与睡眠不足 6 小时的老年人相比，睡眠充足的老年人生活满意度更高。睡眠质量差也会降低老年人的生活满意度。

社交网络和社会支持。虽然亚洲老年人在退休之后倾向于维持和发展以家庭为中心的社会关系，但是拥有更大的社交网络通常预测了更高的生活满意度。此外，感知到家人、朋友、邻居和社区提供的社会支持能有效地缓冲生活压力事件带来的消极影响。



淀粉肠里的骨泥真的很可怕吗？淀粉肠还能不能吃？

今年 315 期间，淀粉肠塌房，很多网友直呼再也不敢吃了。

这件事情需要冷静客观地分析。在把淀粉肠一棍子打死之前，其中有几个点必须弄清楚：

- 1 淀粉肠是一类什么肠？有相关标准吗？
- 2 淀粉肠的配料是什么，除了淀粉，还有哪些让人觉得好吃的东西？
- 3 为什么很多人会特别喜欢吃这种烤着吃的淀粉肠？
- 4 骨泥是不是一种人类不能吃的有害配料？

1 淀粉肠是一类什么肠？

查了一下知网，发现在我国食品行业的研究文献中，对淀粉肠是有定义的。

「淀粉肠是指以食用淀粉、畜禽产品为主要原料，添加调味品、食品添加剂进行配料，经绞切、搅拌、灌制，采用熏烤、蒸煮、冷却工艺加工的，淀粉含量大于10%，蛋白质含量不低于5%的熏煮香肠类肉制品。」

也就是说，淀粉肠是早已有之的一类产品。其特点是**淀粉含量高，而蛋白质含量低**。以前大家认为火腿肠的蛋白质含量不高，但按国标也需要达到 10% 的蛋白质含量，是淀粉肠的 2 倍。

可能很多人不理解，5% 的蛋白质含量是多高？其实比馒头还要低。馒头的蛋白质含量至少是 6%。

淀粉肠的特点，就是淀粉占大头，肉占小头。例如，一种马铃薯淀粉肠中，马铃薯淀粉糊占重量的 80%，肉占 15%，调味品和添加剂占 5%。

它们吃起来有肉的风味，但因为淀粉含量高，质地比肉类产品更柔软，和肉类的营养价值差异较大。

所以，这类产品没敢说自己是肉肠，而叫做「淀粉肠」。有些产品甚至自己再搞一个蛋白质含量很低的企业标准，比如蛋白质含量只有3.5%，甚至更低，如同315晚会上所曝光的那样。

几十年前，淀粉肠曾经大行其道。大量淀粉，加肥肉，只有一丁点真的瘦肉，也就是让贫困人群沾个肉味罢了。后来生活富裕了，那些以淀粉为主、营养价值很低、口感也不够好的淀粉肠，慢慢淡出了超市。

但是，最近十几年来，口感升级的各种淀粉肠又悄然回归了。它们并没有提供蛋白质的功能，却成为一类广受欢迎的肉味风味小吃，是各种路边摊烤肠原料的主力军。

2 淀粉肠是用哪些配料做的？

的确，现在的路边烤肠，和当年粗糙的淀粉肠已经不是一个水平。淀粉肠进化得口感细腻，味道鲜美，香气迷人，受到小朋友和年轻人的喜爱。

查阅若干讲怎么制作淀粉肠的论文，以及淀粉肠类相关的科研成果，发现淀粉肠的主要原料是肉类/鱼类 + 天然淀粉或改性淀粉 + 大豆蛋白 + 动物皮(或乳化皮) + 调味品 + 食品添加剂 + 肉类香精等。

其中常用淀粉原料包括马铃薯淀粉、绿豆淀粉、改性(变性)玉米淀粉等。为什么要加改性淀粉呢？因为它们可以改善肠的口感，既有弹性，不会松散，口感又柔软，不会变硬。

此外，还可能加入从鹿角藻中提取的卡拉胶、从刺槐豆里提取的刺槐豆胶、微生物发酵生产的黄原胶之类天然胶质，作为增强凝胶口感、预防淀粉冻老化缩水的食品添加剂。

淀粉肠当中还必然要加的一类添加剂，就是磷酸盐类保水剂。因为它可以改善淀粉冻的口感，让淀粉牢牢地抓住大量水分，而淀粉冻是淀粉肠的基质。

此外，为了拥有模拟加工肉制品的红颜色，其中也常常加入亚硝酸钠和红色素，如红曲红、诱惑红、胭脂虫红等。

3 为什么很多人会特别喜欢吃这种烤着吃的淀粉肠？

确实有很多人是淀粉肠爱好者。甚至有人说，我就是爱这种淀粉肠，并不爱那种肉含量高的香肠。

首先，淀粉肠以淀粉-胶质形成的凝冻为主体，没有放那么多的肉，所以不那么硬，容易咀嚼。肉是由肌肉纤维构成的，需要认真咀嚼。那些咀嚼力弱、咬肌乏力的孩子们喜欢它，就像喜欢果冻、喜欢蛋糕一样。

其次，因为有了改性淀粉，有了植物胶，淀粉肠质地细腻，富有弹性，口感迷人。口感的乐趣是很多人喜欢某种零食或小吃的主要原因，比如粉丝、糍粑、果冻、辣条、油条……都是因为特定的口感而征服了大群粉丝。

第三，淀粉特别善于吸收各种风味物质，比纯肉更容易入味。淀粉肠开发时做过感官实验，调味精妙，既有咸味，也有甜味，有香辛料，有各种增鲜剂，味道特别诱人。

第四，淀粉肠富含碳水化合物，也有适度的脂肪和蛋白质，还加入了糖，特别有利于发生美拉德反应。在烤制到焦黄的时候，它本身就会发出诱人的香气，再加上肉类香精的助力，更有鼻子无法抵抗的吸引力。

但是，烤制处理加上肉类香精，美拉德反应的强度过大，也会产生更多的 AGEs（一类在食物发出焦香时容易产生的促炎症、促衰老的物质）。

4 骨泥是不是一种人类不能吃的有害配料？

我以为骨泥这种产品已经存在多年，在食品中也经常用到，应当不会引起惊讶。结果发现，有些网友以为这是骨头烧成灰之后加水混合制成的，所以心理上非常恐惧。这里科普一下骨泥的事儿吧。

动物的骨骼是肉类加工时必然会产生下的脚料，但这并不代表它不含有营养成分。

骨头富含钙和铁，含有脂肪，也含有胶原蛋白。我自己在吃烧鸡、吃压力锅烹调的鸡翅膀时，也会把比较软的骨头嚼碎，获取其中的红骨髓和钙。市售骨汤面条的汤，有些也使用了骨泥原料。

一项 2017 年鉴定的科技成果中表示[3]，通过工艺改进，「得到富含羧脯氨酸(>12mg/kg)、高活性钙(>435mg/100g)、骨胶原(>30g/kg)，钙磷比(1:1-1.5)适中，富铬(>0.02mg/kg)的发酵骨泥酱产品。」并将其开发成了营养饼干和营养口含片。

此外，我还看到了**鱼骨泥、羊骨泥**等开发利用的多项研究报告。

那么，骨泥能不能作为香肠的配料呢？

一项 2018 年的骨泥相关成果鉴定中有这样的介绍：

「利用本生产技术，可以充分利用该残留肌肉及骨中的骨胶原和骨骼中的脂质、富铁、钙等成分，生产出具有高营养价值的综合利用产品。.....在本项技术中，利用酶法对产品的质构进行了改性。经酶法处理的骨泥成团性优良，可直接用作肉糜制品的原料，如作为饺子馅、肉丸，也可替代部分原料肉用于香肠制品的生产。」

一项鱼骨泥香肠开发技术宣称，「本产品的骨泥添加量可达到 80%，在保证口感良好的条件下充分提高钙含量。」还有研究把动物的骨头制作成调味粉或调味膏产品，都是给人类食用的。

既然如此，肠类产品中添加骨泥配料，也就没什么可奇怪的了。只要卫生指标合格，制作工艺规范，来自鸡骨架的骨头完全可以作为动物和人类的营养来源。

如果淀粉肠里加入了卫生指标合格，质量优良的骨泥，毋宁说是提升了它的营养价值。

关键是三点：

1 骨头是不是新鲜，是不是来自于健康的鸡。病死鸡的骨头、腐烂变质的骨头，泔水桶里捞出来的骨头，是不能用做原料的。但话又说回来，肉联厂每天产生大量新鲜的动物骨头，干吗要很麻烦地从泔水桶里捞骨头呢？

2 加工工艺是否规范，卫生指标是不是合格。骨粉、骨泥确实用作动物饲料的原料，但制作饲料有饲料的卫生指标，制作人类食品有食品的安全标准。不能把给动物用的产品用在人类食品里。

3 生产厂家有没有如实标注骨泥这种配料。加入骨泥配料不违法，加了而不告知消费者，或用它来冒充其他配料，才是违法行为。

总之，从营养价值和食品工业分类标准来说，淀粉肠不能叫做肉肠，甚至也不应该属于肉制品，而更像是「风味淀粉类小吃」。所以，也没法用各种肉肠的标准来要求它。

当然，只要符合食品卫生标准，符合本企业标准，并如实标注配料表和营养成分表，淀粉肠类是可以正常售卖的。爱吃这类食物没有问题，就像爱吃辣条、油条没有问题一样。

但是，爱吃它的人也一定要清楚：这类东西不能提供肉类的营养价值。它比肉类蛋白质少，它比主食脂肪多，它含钠偏高，烤制的浓香可能带来促炎成分。

在出门旅游时偶尔吃一个烤得香喷喷的淀粉肠，没有什么关系。但如果因为价格不贵，就放任孩子经常靠吃这些淀粉肠饱腹，并不是明智的做法。孩子们还是最好直接吃新鲜肉烹调的菜肴，足量的新鲜蔬菜，加上低脂肪的原味主食。

(摘自范志红原创营养信息微信公众号)



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
***以下是我校离退休职工四月份80岁以下逢五逢十寿星名单：

唐凤春 任永春 李志鹏 胡绍辉 姜家祥 李小燕 赵世平 洪纪林
闫建生 刘桂英 刘大丽 徐金梧 包成铭 许三星 张茂才 杨伟君
张桂彩 张春生(小)





离退休干部工作



北京教育老干部工作



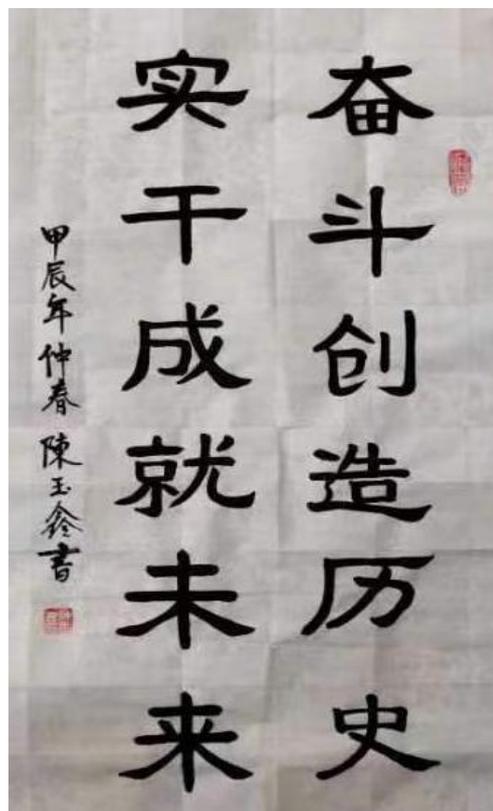
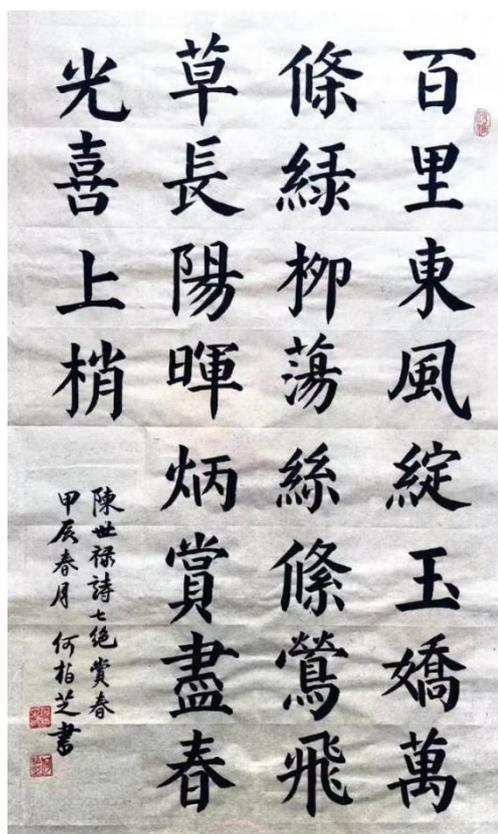
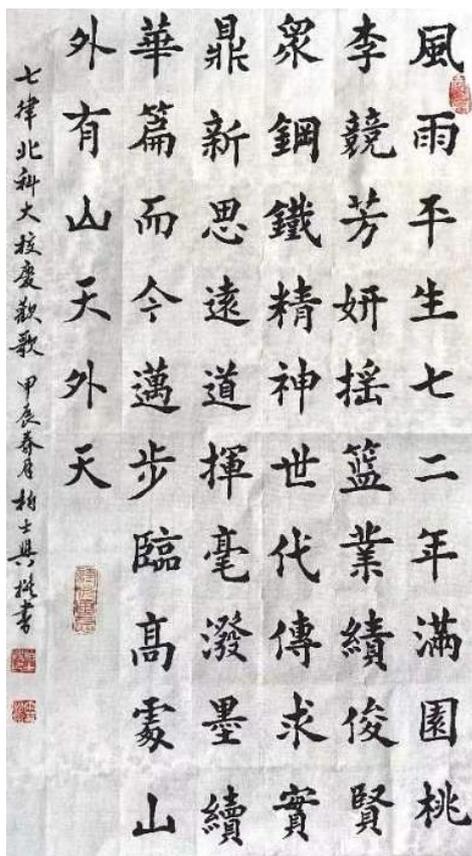
教育部老干部之家



北京科技大学离退休职工党委



北京科技大学离退休职工工作



电子投稿邮箱：jinseyuandi@ustb.edu.cn

(离退休职工工作处)