

# 金色园地

第六期 (总第 198 期)

北京科技大学 离退休职工党委 编  
离退休职工工作处

2021 年 7 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>



**庆祝中国共产党成立100周年**

**The 100th Anniversary of the Founding of  
The Communist Party of China**



## 致敬百年·奋斗路上

——“学党史、竞答题”感悟初心使命

□退休三支部 刘瑞华

欲知大道，必先为史。学习党史、国史是对宝贵初心的回顾，是对过往经验的总结，是对精神力量的传承。

觉醒和信念——马克思主义成主流，中国共产党的成立和锤炼。20世纪初，“俄国十月社会主义革命的胜利”和“五四爱国运动”的爆发，掀起了一场广泛而深刻的马克思主义传播运动，1921年7月23日党的第一次全国代表大会在上海开幕，最后一天会议转移到浙江嘉兴南湖红船上举行。

“南昌起义”打响了武装反抗国民党反动派的第一枪，标志着中国共产党独立地领导革命战争、创建人民军队和武装夺取政权的开始。1927年毛泽东率领秋收起义部队创立第一个农村“井冈山革命根据地”，提笔写下了荡气回肠的《西江月·秋收起义》：军叫工农革命，旗号镰刀斧头。匡庐一带不停留，要向潇湘直进。地主重重压迫，农民个个同仇。秋收时节暮云愁，霹雳一声暴动。1934年10月中央红军从江西瑞金一带出发，开始长征；1935年10月，中央红军到达陕北吴起镇，实现了战略大转移。“长征是历史纪录上的第一次，长征是宣言书，长征是宣传队，长征是播种机。”

马克思主义的中国化，一切从中国的实际出发。1935年1月召开的“遵义会议”：在中国革命处于生死攸关的危急关头挽救了中国革命，标志着中国共产党从幼年走向成熟，确立了毛泽东在中国共产党的领导地位；中国革命的三大法宝是“统一战线、武装斗争、党的建设”。1945年党的“七大”确立了“毛泽东思想”为党的指导思想，并写入党章；“毛泽东思想”的诞生是马克思主义中国化的第一个重大理论成果。1949年西柏坡党的七届二中全会把党的工作重心“从乡村转移到城市”；1956年毛泽东发表的《论十大关系》是中国共产党比较系统地探索中国自己建设社会主义道路的开始。“人数虽少，但比较集中；深受帝国主义、封建主义和官僚资本主义的三重压迫；与农民有着天然的联系。”充分展现了中国无产阶级的“特殊优点”！

中国继续前进的方向是走社会主义道路。1978年党的十一届三中全会，把党的工作重点转移到“社会主义现代化建设”上来；1987年党的十三大

提出并系统阐述了“社会主义初级阶段理论”；“全面建设小康社会”是2002年党十六大的战略目标；“全面建成小康社会”是2012年党十八大的奋斗目标；2017年党十九大的主题是：不忘初心，牢记使命，高举中国特色社会主义伟大旗帜，决胜全面建成小康社会，夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利，为实现中华民族伟大复兴的中国梦不懈奋斗。中国共产党符合马克思主义政党的基本要求，注重对革命、建设和改革历史经验的总结，是推进伟大事业的根本保证，所以中国共产党是最高政治领导力量！这才有从“全面建设小康社会”到“全面建成小康社会”再到“决胜”全面建成小康社会，绝不是一个字、一个词的变化，而是中国共产党的信心满满，铮铮铁骨！

新时代中国共产党的历史使命，就是统揽“伟大斗争、伟大工程、伟大事业、伟大梦想”，在全面建成小康社会的基础上全面建成社会主义现代化强国，实现中华民族伟大复兴。把党建设成始终走在时代前列、人民衷心拥护、勇于自我革命、经得起各种风浪考验、朝气蓬勃的马克思主义执政党。全面从严治党永远在路上，加强党的思想建设、组织建设，持之以恒正风肃纪，将制度建设贯穿党的各项建设之中，深化标本兼治，夺取反腐败斗争压倒性胜利。

凡是过往，皆为序章，中国再次站上历史重要关口，2021年是实施“十四五”规划、开启全面建设社会主义现代化国家新征程的第一年，在以习近平同志为核心的党中央领导下，全党和全国人民不忘初心，团结一致，万众一心，中华民族伟大复兴这个可以告慰先人的崇高历史使命，一定能够实现！

## 激励与思考

□退休五支部 沈澍元

正当建党一百周年之际，我党支部被评为北京科技大学先进党支部，激励、光荣、感激之情一齐涌上心头，可以说是群情昂扬。大家觉得，我们党支部是一个充满精神活力的党支部。

首先是支部领导班子昂扬着的一种引领精神，每次支部生活，首先把学习材料发到支部微信群并提出明确要求，保证了支部生活的质量，使党员心有所获、行有所循。表现在党员闪光点，在对点扶贫活动中，不仅

人人热情参加，龚育良同志一个人长期资助两个孩子，闪烁着与国家同舟共济的精神。

表现在一些老同志，如朱元凯同志，他可能是我们支部最年长者，身有疾病，每次组织生活，在支部群里，几乎都能看到他的见解，表现出一种青松不老的精神；表现在龚育良同志身上，为集体的快乐那种全身心地投入，不论到哪里都是光环，都有创新，不厌其烦，坦率、真诚、为正义发声，全心全意为人民服务的精神贯满全身；表现在王淑珍同志，不论风雨，引领太极，为学校创造荣誉那种无私奉献精神；许凤珍同志老伴几报病危，多少不幸面临身上，那种为生命、为爱的拼搏精神真为巾帼英雄……

精神所在，就是血脉所在，党的精神火炬照亮了中国革命的百年辉煌。党员的闪光，就是先锋模范作用，支部的闪光就是战斗堡垒作用，闪光的精神，产生闪光的力量。感谢离退休职工党委的培养和沃土。荣誉也是压力，但大家传递红色基因的决心是永恒的。

## 遵义会议永放光芒

——传承红色基因 弘扬革命精神

□退休七支部 张美娜

贵州的“天眼”闻名遐迩，人们在感叹这个伟大壮举的同时，记住了一个英雄的名字——南仁东；贵州的遵义令世人瞩目，人们在关注这座城市的时候，记住了一个扭转乾坤的会议——遵义会议。遵义会议会址那幢独特的建筑始终萦绕在我的脑海中，总想一睹她的芳容；这个中国革命历史上伟大转折点的会议，始终吸引着我，总想一探她的究竟。

终于有机会和朋友们一道走进向往已久的贵州遵义——这座英雄的城市；走进著名的遵义会议会址。回顾 80 多年前中国共产党在贵州遵义召开的具有历史意义的重大会议，重温伟大的遵义会议精神。

来到遵义会址前，首先映入眼帘的是门楣上的大匾“遵义会议会址”六个大字，苍劲有力，金碧辉煌。这是毛主席 1964 年题写的黑漆全匾，也是毛主席为全国革命纪念地题写的唯一一处匾，非常珍贵。1935 年 1 月初红军长征到达遵义后，红军总司令部驻在此地，这里也是中共中央政治局独立自主地解决中国革命问题召开扩大会议的地方。

走入会址的小院内，一眼望见的是那栋仰慕已久的二层小楼——遵义会议会址。中西合璧砖木结构，乌砖黑瓦朱栏，历经八十余年风雨仍然焕发着勃勃的生机。驻足在这栋小楼前，举头瞻仰，内心中涌动着一份感动、崇敬之情油然而生。小院内人流涌动，来参观的人络绎不绝。这时，几个佩戴红领巾的“小红军”来到我们面前，向客人们献上少先队员的崇高敬礼后进行自我介绍。原来他们是附近学校的小学生，利用业余时间为全国各地的参观者担任义务讲解员。孩子们那稚嫩的脸上洋溢着自信和自豪感。看着可爱的孩子们，我心中涌起一股暖流，内心感到异常的欣慰——遵义会议的精神已经在下一代的身上得到传承与发扬！

在孩子们的引领下，我们走进遵义会议陈列馆。序厅的天花板上党徽、五角星熠熠生辉，非常夺目。正前方的大型雕塑——遵义会议 20 位参加者的铜像雕塑庄严肃穆，他们凝神注目望向远方，仿佛在向前来参观的人们讲述着那段过往的历史；也仿佛在运筹帷幄党和国家未来的前程……左侧浮雕分别为：长征出发地于都河、瑞金武阳威渡口、广西湘江界首镇渡口、湖南通道双江镇、黔东南侗寨、黔东南苗寨、江西古樟树、贵州杉树和于都河送别——长征出发、血染湘江的场景。正面的浮雕为：通道会议会址、黎平会议会址、猴场会议会址、遵义会议会址、鸡鸣三省会议会址、扎西会议会址、苟坝会议会址、会理会议会址。右侧浮雕为：娄山关、习水土城、太平渡、金沙江、大渡河安顺场、泸定桥、四川懋功达维镇、宝兴县、二郎山、夹金山、松潘草地、甘南渭河平原、陕北吴起镇和三大主力胜利会师的场景。序厅的主题和内容是记述遵义会议在整个长征中乃至整个中国近代革命史中起到的重要转折作用和艰苦曲折的历程，用气势宏伟的场景表现遵义会议召开的空间方位，用详实连贯的历史事件，突出遵义会议召开的历史背景。

步入展览大厅，展览以红军长征为主轴线，以编年带专题，全面系统、生动详实地展现遵义会议伟大转折历史意义和红军长征、遵义会议、转战贵州的重大历史史实。重点突出遵义会议（遵义会议前奏：通道会议、黎平会议、猴场会议）；遵义会议召开以及遵义会议完善过程（扎西会议、苟坝会议、会理会议）及红军长征在贵州活动（四渡赤水、娄山关战斗、

遵义战役、南渡乌江、兵临贵阳及建立地方政权、扩红等）。

遵义会议纪念馆馆内藏品展示展出的文物 1551 件，其中原物 726 件，复制品 667 件，仿制品 158 件。纪念馆收藏的革命文物中，有 11 件国家一级文物及 30 件国家二、三级文物。每一件珍贵的文物都凝结着岁月留下的痕迹，每一件珍贵的文物都有着鲜为人知的动人故事……通过全方位展示这些重大历史事件和珍贵的文物，真实而又生动地再现了那段波澜壮阔的历史——80 多年前的历史画面清晰地展现在眼前。驻足在一幅幅珍贵的文物、雕塑、场景、影像前，仿佛置身于炮火连天的峥嵘岁月；置身于红军开始长征时与老百姓依依惜别的现场；置身于红军二万五千里长征的艰难跋涉中；置身于红军战士视死如归、向死而生、一往无前血染湘江的战役中；置身于巧渡金沙江，强渡乌江，飞夺泸定桥的激烈战斗中；置身于四渡赤水出奇兵惊心动魄的历史时刻中；置身于红军将士们“征服雪山草地”“胜利会师”尽开颜的欢腾之中……

驻足在遵义会议复原场景前，遵义会议召开的前后经过及伟大历史意义呈现在眼前。在红军第五次反“围剿”失败和长征初期严重受挫的情况下，1935 年 1 月，红军攻克娄山关，占领遵义城。1 月 15 日—17 日中共中央在此召开了政治局扩大会议——遵义会议。遵义会议主要做出四项决定，遵义会议是中国共产党历史上一个生死攸关的转折点，结束了王明“左”倾机会主义路线在党中央的统治，开始形成以毛泽东为核心的第一代中央领导集体，开启了党独立自主解决中国革命实际问题的新阶段，在中国革命最危急关头，挽救了党，挽救了红军，挽救了中国革命。遵义会议的鲜明特点是坚持真理、修正错误、确立党中央的正确领导，创造性地制定和实施符合中国革命特点的战略策略。遵义会议给我们留下了许多重要的精神财富和宝贵经验。

走出展览大厅，“遵义会议永放光芒”几个大字在蓝天的映衬下显得更加夺目。道路决定命运。中国的革命经历了多次道路的抉择，正是在一次次血的教训中，正确的路线才得以被证明，最终让革命找到了光明的方向。遵义会议的重大历史贡献将彪炳史册。回望遵义会议会址，让我们更深地感受到革命的艰辛，战争的残酷，和平的珍贵，幸福的来之不易；感

受到老一辈无产阶级革命家坚强而伟大的革命精神和深沉的爱国情怀；感受到中央红军将士不屈不挠、英勇顽强的气概和革命的乐观主义精神……“革命理想高于天”，检验了共产党人的理想信念，向世人证明了共产党人的理想信念是坚不可摧的。在遵义会议上，以毛泽东同志为代表的中国共产党人，以坚定的共产主义理想信念，战胜“左”倾教条主义的错误路线，确立了党的正确路线，取得了长征的伟大胜利。今天，我们要走好新时代的长征路，就要传承遵义会议精神，牢记共产党人的初心使命，用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑，踏着先辈的足迹，传承红色基因，弘扬革命精神，不忘初心、牢记使命，以永不懈怠的精神状态和一往无前的奋斗姿态，为实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的历史使命而努力奋斗。

## 学党史感悟

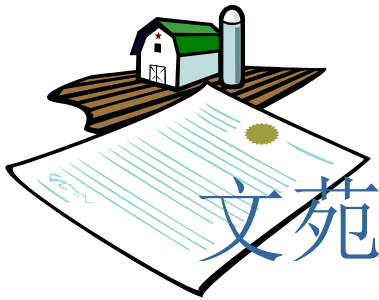
□退休七支部 孙学芳

5月11日上午，支部组织党员学习了党史，我更加了解了中国共产党的百年历史是中国近代历史中最为波澜壮阔，可歌可泣的篇章。一代又一代中国共产党人立志于中华民族千秋伟业，坚定理想信念，不畏艰难困苦，领导中国人民取得了一个又一个历史性成就。翻开这部厚重的党史，处处蕴含着治国理政的经验智慧，资政育人的宝贵财富，催人奋进的强大力量。

百年党史是坚守信念，牢记初心的历史。心有所信，方能致远。每一个令人泪下的感人故事，每一段充满艰辛的奋斗历程，都在告诉我们：共产党人的根，是对党和人民的忠诚，共产党人的本，是对马克思主义的信仰，是对实现共产主义的执念。历史是一部最好的教科书。我们党员学习党史，是为了牢记初心使命，感悟党员的责任担当，汲取奋进力量。初心易得，贵在坚守。作为一名党员，我们要走好新时代的长征路，就必须坚定理想信念，牢记为民宗旨，为实现中华民族伟大复兴的中国梦作出自己应有的贡献。

# 百年镰斧锋正利

□宋继林



中国共产党的一百年真是筚路蓝缕、步履维艰！

从 13 位代表、57 名党员，经过 28 年的浴血奋战，牺牲了几百万共产党员和数千万

革命群众，才取得了抗日战争和解放战争的胜利，建立了新中国。这 28 年是何等的艰难：4.12 大屠杀，90% 的共产党员为革命捐躯。二万五千里长征，仅湘江一战，就有 4 万多红军战士慷慨赴死。鲜血染红了深深的河水和长长的江岸。许多年轻的生命刚刚参加革命就壮烈牺牲。无名烈士墓遍布全国每一个大小战场。共产党 28 年的浴血奋斗，一次次九死一生，何其艰难！

年轻的共和国刚在饿殍遍野、断壁残垣上站起来，美帝国主义就操纵联合国，纠集 16 个国家的军队，对中朝人民发动了灭绝人寰的进攻和摧残。百万英雄儿女，仅靠“一把炒面一把雪”和简陋的武器装备与武装到牙齿的世界霸主展开了殊死的较量，并取得了伟大的胜利。第一次让全世界看到：中国人民真的站起来了。“几条军舰几门炮就逼着中国割地赔款的时代，已经一去不复返了！”

“创业难，守业更难。”“夺取全国胜利，这只是万里长征走完了第一步……革命以后的路程更长，工作更伟大，更艰苦。”建国 72 年来，共产党领导中国人民，实现了 100% 人口的全面脱贫。1949 年，我国的人口总数是 5.4 亿。所以，严格算来，72 年的脱贫人口数量大大超过 5 亿。很多少数民族地区从刀耕火种的奴隶社会，一步跨入了社会主义。我国从一个连发卡都造不出来的半封建半殖民地国家，到以“可上九天揽月，可下五洋捉鳖”的能力，“屹立于世界民族之林”。

由于我国几千年的封建残余甚广，因此多年来法治不够健全。加之改革开放以来，人民群众的生活水平大幅度提高，收入差距也逐步扩大。“温饱思淫欲”。解放初期被消灭的“黄赌毒”又死灰复燃。腐败现象严重地败坏了我们党的机体，离间了党群关系。人民群众的胸中已经蕴藏了怒火，



很容易被外来势力和野心家点燃。又一次“中华民族到了最危险的时刻”。我们党和国家的前途命运又一次面临严峻的考验。

中国共产党第十八次代表大会再次为中国革命的航船指明了航向，为中华民族开启了“中国梦”，重温了七届二中全会的教诲。“八项规定”敲响了反腐倡廉的战鼓。成千上万的“老虎”、“苍蝇”被拍下毙命。特别是近两年这场史无前例的抗疫之战，充分体现了“人民至上”的理念，践行了“为人民服务”的宗旨，彰显了共产党员的先锋性和模范性。当前，学习《毛泽东选集》、申请加入共产党成了神州大地上的崭新气象。

百年镰斧锋正利，中华复兴似朝阳！

## 我们村的“军工厂”

□宋凤兰

今年是中国共产党百岁华诞，回想起她走过的艰难路程和现在取得的辉煌成就，感慨万千，我们不会忘记软弱的旧中国被列强侵略和占领，任人宰割的苦难年代，也感受到了在我党的领导下中国人民由弱到强，从站起来、富起来到强起来，成为屹立世界民族之林的强大国家，任何力量也撼动不了我们国家的地位，我们为此而感到骄傲和自豪，也深深地感受到了中国共产党的英明和伟大。

我出生在抗日战争爆发后，我刚刚记事的时候，日本帝国主义占领着我的家乡，在村边还修建了岗楼（碉堡）。日本鬼子在村里除了掠夺抢劫财物外，还每天挨家挨户盘问、搜查老乡家里有没有八路军、共产党员以及革命干部，他们每次到我家都要问我家中来客人了没有，他们认为童言无忌，所以总是问我，不问家中大人，后来他们再来我家后，我第一句话就是：我家没有来客人。不久之后，日本就无条件投降了，我村的岗楼也被熊熊烈火烧成了一堆废墟，全村男女老少无不欢欣鼓舞，欣喜若狂，我们的苦难终于结束了。

日本投降后，我村成了晋察冀边区“解放区的天”、“明亮的天”，村里的学校也恢复上课了，我也进入学校成为一名小学生。在解放战争的

几年间我村的支前任务除了交公粮、送公粮、做军衣、军鞋之外，还建起了军工厂，主要是生产地雷和手榴弹的铁壳。工厂建在宋氏祠堂的院内（我家和祠堂相邻，在它后面，房屋连在一起）。院子中央是一个大化铁炉，还有一个大风箱，风箱由八个年轻力壮的小伙子推拉，风箱的推拉杆一头四个人，这头四个人推，那头四个人拉。就这样拉着大风箱吹风烧煤，将废铁放在化铁炉中融化成铁水，然后进行浇注，冷却后从沙模中取出地雷和手榴弹的铁壳，这个厂的任务就完成了，后面的工序在异地完成。在浇筑的时候，铁花四射飞溅，非常漂亮，我们小孩就跑到房顶上去看，也成了一种乐趣。

在我军武器装备很薄弱的年代，我们的军队是“小米加步枪”、地雷和手榴弹，再就是“没有枪，没有炮，敌人给我们造”。虽然我军的武器装备不如敌人的飞机大炮，但我们的军队是共产党领导下的人民子弟兵，是要解放全中国的劳苦大众，是代表全中国人民的利益，拯救中国于危难之中的正义之师，得到了全国人民的拥护和支持，最终取得了全国的胜利，建立了人民当家作主的新中国。正如毛主席讲的，战争胜负的决定因素是人而不是武器，抗美援朝也再次充分地证明了这一点。但中国共产党人是唯物主义者，也深知武器在战争中的重要性。我们的党中央更深知取得政权靠枪杆子，保卫政权也要靠枪杆子，所以在新中国成立以后，即使我国处在经济困难时期也要勒紧裤带，搞两弹一星，把发展军事工业放在了重要地位，经过了几十年的发展，现在不用说常规武器，就是尖端武器，我国也位于世界先进行列。我们的各机型战斗机、军舰、航母、核潜艇等都守护着祖国的领海领空，我们的导弹可以打到世界的任何地方，我国已经成为了军事大国和军事强国。

我们中国人民解放军在习近平主席强军思想的指导下，在尖端精锐武器的装备下，是一支传统优良、作风顽强、能吃苦、能打硬仗、忠于党、忠于人民、听党指挥的坚强部队，是一支不可战胜的部队。也是在习近平同志为首的党中央领导下，实现中华民族伟大复兴的重要保障。我国的军队不仅保卫着祖国的安全和稳定，而且从上世纪90年代以来，不断派出一支支维和部队，为维护世界和平作出了巨大贡献。我们不禁高呼：中国共产党万岁，中国人民解放军万岁！

# 庄严的使命、担当

□滕建国

建党一百周年，感恩万千！小学老师的使命、担当是：把每位小学生经过六年的培养教育合格的送入初中。我和同志们、同事们、不负重托，坚持落实“德、智、体、美、劳全面发展”的教育方针。在小学几十年工作期间，把爱奉献给教育事业，奉献给学生。不放弃任何一个，包括“特殊”儿童。学校的毕业合格率、升学率均为 100%。

## “问题”少年 小学毕业

当年，因种种原因还没毕业的学生辍学在社会闲逛，有的已成“问题”少年。经研究我校先后接收了几位。退学一年多，已满 13 岁的胜利同学是其中之一。不料，第一天入学衣兜儿装着酒瓶。

“喝酒了？今天把你当成我们学校正式学生，小学生不能喝酒！”

“您不问我过去表现怎么样吗？”

“都过去了，往前看，希望你以后表现好。”

“请老师相信我，不喝酒、不打群架，努力学习、考上初中。”

胜利同学信誓旦旦，家长表示自己首先戒酒，配合学校教育儿子。有人担心说，咱们这是在赌！

“学校任务就是培养人，精诚所至金石为开，一起努力，相信会有好结果的。”两位任六年级语、数模范老师主动要求胜利进自己所带的班级。

良好开端是成功的一半。经一段时间学习后，班主任说，胜利总体是进步向上的，成绩不断提高，并发挥其体育特长的优势，带动班级体育活动，也曾多次在班里当众表扬其进步。同时，任课老师们也发现胜利太骄傲了。一次一起上楼时，看到胜利高高地仰着头左右乱晃，他告诉我，自己这次数学模拟考试得了 70 分。我说，有了成绩如爬坡，头要虚心低下，以免兴奋过度摔跤；人在不顺利的时候如下坡，头要仰起，给自己信心，你这种骄傲方式就不需要了。“您说得有道理”。

其实老师对小学生的思想工作尽力做到“扬善于公庭，归过于密室”。表扬可以当众，在课堂、在礼堂、在操场；要批评、需指正的，尽量小众化或个别进行，以保护自尊心。

北京市小升初统一考试，胜利顺利升入初中！数学成绩高达 96.5 分。

### 增强自信心 小建升初中

《义务教育法》颁布后，学龄儿童需首先接受小学、初中九年的义务教育！老师们也决心不使一个学生掉队！几十年来我们一直在追升学率，因为小学升学率就是合格率！不追升学率就是失职！

一名叫小建的学生，从一年级开始成绩总是磕磕绊绊。在 50 分、60 分徘徊，升学统考太危险，他的特点是：老师上课讲的内容当时记住了，过不了多长时间就忘得所剩无几。我的观察是：小建太缺乏自信！总是自言自语说，自己大脑不好，这个不会，那个不行。为此我和班主任及任课老师多次找他谈心，我曾告诉他，自信会产生一种强大的力量！我行！我一定行！这与我什么都不行是两个不同的概念，会有两个不同的结果。是男子汉就挺直腰杆，建立应有的自信心！

对小建瞬时记忆强、过时忘性大的特点，采用基本概念多次重复及临阵磨枪不快也光的措施。最后几次模拟考试，消灭了 50 分。小建自信心倍增，一天他笑着对老师说：考中学我真的能行！统考语文的前一天下午班主任辅导结束后，我向小建，“如何给一段话分层？”

“根据文中讲的，有几个意思分层，一般最多不过三层，过渡词、过渡句往下分不往上分。”

“归纳段意，表意应明确，语句要简练！”

“作文，确定主题后，更主要写自己的真情实感，能感动自己的文章就能感动阅卷老师。”

“美术老师夸我图画好，有的古诗词我画成了画儿记得清楚。”

在考完语文后，数学老师除了嘱咐全体同外，趁热打铁帮小建复习。

晚些时候我送他回家，路上问他：“试卷发下来怎样答卷？”“趁大脑清楚先完成解方程和计算题，再完成应用题，最后再写填空。”“因为第一大题填空 20 分的内容，包括小学所学所有概念，如果有一个卡壳，就容易因慌张而耽误时间。”“好样的，如遇到实在不会的就先放弃，去完成自己会做的。”从小建的对答如流中可知任课老师尽职尽责，花了大量的心血！可见把每位小学生送进初中绝非易事。

对于最后完成填空题，历年在考前都要向同学们讲：如何对待人生的第一考及如何参加考试，其中包括统考数学时后写填空题。

从小建家回来，北京展览馆前一片寂静，树林里子规咕咕叫，又是一年芒种到，池塘荷正开，莘莘学子在迎考！

第二天进考场前，小建操场上对我说：“老师，我有信心考好。”我点点头，一切尽在不言中。顺顺利利会有时，沟沟壑壑平常事。

统考成绩下来了，庆幸小建升入初中，妥妥的！

### 小宽进初中 惊心动魄

小宽同学由于小儿麻痹，手脚有些“舞蹈症”，有一年春游长城，班主任老师和班上几个男、女同学把小宽背上了长城！一起或背、或抱登上八达岭长城最高点。老师的爱心让家长万分感动。

通过考试上初中的最大问题是：很难做到在有限的统考时间内答完试卷，因为他每写一个字手都会不由自主地抖动几下，如果因此而错失升学良机，我们为小宽不甘心！

研究决定请示上级，要求延长考试时间。多次请示中心学区领导及海淀区招生办，回答异口同声：不允许，无先例。家长期望的目光，孩子天真的笑脸，怎么办？当恨自己没有三头六臂！在操场上来回转圈，究竟路在何方？有了！“残疾人联合会”名词映入脑海！马上向海淀区教委打电话通报一声：“我校准备明天请示残疾人联合会！”下午正在准备请示措辞，海淀区教委来电话了：海淀教委招生办决定，对小宽同学参加小学升

初中毕业考试每一科可以延时 20 分钟！伟人、哲人说过：成功产生于再坚持一下的努力之中！当时放下电话我流泪了，为小宽争取到了柳暗花明又一村。过程可谓是：惊心动魄！小宽升入初中。后来小宽考上了高中还上了大专，与朋友合开公司。身边也有了一位漂亮的姑娘。

党啊！伟大的中国共产党！在您诞辰百年之际，向您致以最崇高的敬礼！

## 党啊！爱您！

□沈澍元

一

今年建党百周年，百感交集绪翩翩。  
掀开党史回头望，辉煌铸就百年颜。  
扎根人民心相印，血肉之基定星盘。  
党啊爱您难用语，在你怀中幸福燃。

三

学习党史心如镜，珍惜辉煌爱更坚。  
多少烈士容颜在，多少忠骨埋青山。  
解放战争同敌慨，翻身农民保家园。  
光荣榜挂满处处，家乡真正红了天。

二

我在敌占区出生，直感头上两座山。  
日寇铁蹄烧杀抢，地主夺命赛王阎。  
自从来了共产党，犹如溺水遇到船。  
二五减租土地法，饱餐滋味心中甜。

四

世界最大执政党，马克思主义领帆。  
社会主义国最大，创新奇迹满江山。  
战疫功成光环靓，世界各国赞声连。  
共惠世界命同共，光荣自豪爱更绵。

## 念奴娇·期颐党日

□王月

百年党庆，念思起、志士赴汤蹈火。无惧牺牲传马列，建党扬旗瞻舵。  
井岗会师，朱毛统帅，万险长征拓。民族抗日，统一联蒋驱恶。

雄师解放南京，披靡全国，世界惊倾贺。治理江山须智慧，反腐斗争长磨。  
永葆初心，践行使命，与党同心魄。问天揽月，期颐国庆吉硕。

# 金园社群庆七一，手捧诗心颂党恩

百年党庆，百业兴旺开好局，百姓欢腾《齐天乐》  
千载梦圆，千方运筹启新程，千帆竞发《望海潮》

一 柏士兴《轱辘体组诗》 二

手捧诗心颂党恩，开天辟地亮朝曦。  
富民强国共圆梦，再启征程慰祖魂。

载歌载舞庆芳辰，手捧诗心颂党恩。  
万里江山披锦绣，神州大地满园春。

三 四

风云变幻何细论，冷眼向洋持本真。  
手捧诗心党恩颂，顶天立地伟昆仑。

擘画蓝图勇创新，中华愿景动乾坤。  
人间仙境世惊叹，手捧诗心颂党恩。

一 宋继林《轱辘体组诗》 二

手捧诗心颂党恩，百年蓝缕铸军魂。  
征程万里勇跋涉，华夏展旗天地新。

红旗漫卷东风劲，手捧诗心颂党恩。  
抗美援朝崇正义，自立东方擎炬人。

三 四

卫星高唱和谐曲，两弹点燃争气云。  
手捧诗心党恩颂，激流勇进动乾坤。

改革开放力万钧，一带一路正逢春。  
民安国泰康庄路，手捧诗心颂党恩。

一 柏士兴（顶针格三首，外一首福堂体） 二

手捧诗心颂党恩，恩深似海惠黎民。  
民生大计须抓紧，紧系人心留印痕。

手捧诗心颂党恩，党恩温暖胜熙春。  
熙春自是好风景，风景宜人幸福臻。

三

手捧诗心颂党恩，颂党恩情海样深。  
海样深来何以报，何以报答吾娘亲。

手捧诗心颂党恩，红船引领众蒙恩。  
风光秀丽今朝最，饮水思源当感恩。

一 段风英三首 二

手捧诗心颂党恩，千秋伟业百年程。  
初心不变强国梦，使命担当吾辈人。

手捧诗心颂党恩，劈波斩浪引航程。  
百折不回成大业，赤旗飘舞慰忠魂。

三 李素琴

手捧诗心颂党恩，光荣在党五十春。  
谆谆教诲牢牢记，漫漫征途紧紧跟。

手捧诗心颂党恩，山明水秀映朝曦。  
千年历史轩辕血，华夏同心筑梦魂。

明世祥

手捧诗心颂党恩，南湖灯火百年春。  
初心不忘多奇志，国富民强梦变真。

高澜庆

手捧诗心颂党恩，千锤百炼铸忠魂。  
百年成就惊寰宇，圆梦中华惠子孙。

张志宏

手捧诗心颂党恩，进京学子梦成真。  
讲台三尺几十载，桃李香园种惠心。

月桂飘香

手捧诗心颂党恩，中华盛誉满乾坤。  
征程永续红船志，智创辉煌举世尊。

一 柏士兴（卷帘体四首） 二

手捧诗心颂党恩，工农大众庆翻身。  
改革创新脱贫困，不改初心再骏奔。

工农大众庆翻身，家国情怀做主人。  
华夏隆昌开盛世，万众欢乐奏天钧。

三 四

改革创新脱贫困，致富图强赋绮文。  
衣食住行今胜昔，环球惊羨化鲲鹏。

不改初心再骏奔，宏图大展逐群伦。  
纵然前路多艰险，丽日中天兆永春。

## 金园诗社诗词作品 11 首

明世祥《七律·昨天今天和明天》

圣地南湖飞彩云，英贤建党定乾坤。  
中华崛起撼天地，盛世隆昌遍镇村。  
擘画蓝图描远景，担当使命守忠魂。  
百年建国再回首，民富邦强处处春。

李继岭《七律·建党百年华诞》

启航圣地聚英贤，烟雨南湖一叶船。  
斩浪劈波操稳舵，励精图治换新天。  
神州沉睡雄狮醒，黎庶欢腾热泪涟。  
功业辉煌千古颂，前程似锦喜无眠。

池桂芬《七律·庆祝“七一”百年》

山河欲碎怨声疾，雾启红船赴难急。  
赤县工农披战甲，泉台热血染旌旗。  
忠魂壮士千秋业，正气良臣万古基。  
鼎固图新除罔利，丹心俯首庶民怡。

柏士兴《七律·红船领航百载吟》

百年党庆遇青牛，紫气东来意兴遒。  
十里南湖滋圣地，一轮红日耀金瓯。  
旌旗猎猎千秋灿，功业皇皇万众歌。  
世事沧桑循大道，中华崛起立潮头。

何淑兰《满江红·贺百年党庆》（姜夔平韵体式）

党建百年，经多少、风雨兼程。东风鼓、红旗飘舞，热血沸腾。  
舵手领航谋略远，国民跟走路途平。荡敌顽，豪气壮山河，天地惊！

中国梦，展恢弘；神州地，显英雄。学屈原“天问”，直面苍穹。  
神兔青霄栖兔月？“蛟龙”碧海探龙宫？地球人、命运共同体，归大同！

注解：兔月，月亮的别名。唐·李峤《烛》：“兔月清光隐，龙盘画烛新”；唐·杨师道

《阙题》：“羊车詎畏青门闭，兔月今宵照后庭。”

曹贞源《七绝·沧桑百年》

立党兴邦一百年，茫茫沧海变桑田。  
神州处处山河改，唯有初心世代传。

高澜庆《百年铸辉煌 永远跟党走》

百年奋斗铸辉煌，站起来先后小康。  
更喜而今强国梦，誓圆此梦镇八方。

张志宏《七绝·先锋》

神舟发射又成功，三位航天员入太空。  
在轨驻留一季度，新家打点做先锋。

张志宏《七绝·神州行》

世界复苏不稳定，周边局势早成形。  
眼红小丑瞎胡闹，无碍神州脚步声。

王振声《七律·品茗悟语》

陋室茶几对壁墙，欣然静坐品茶香。  
茶浓茶淡随人意，茶暖茶凉自主张。  
茉莉三伏祛暑障，观音腊月慰寒窗。  
愁烦尤爱沏云雾，岁月无痕一缕芳。

曹贞源《七律·丽水外拍有感》

采风千里到温州，丽水乡郊景致优。  
云海梯田交互映，帆船鹭鸟竞相游。  
朦胧细雨江河绿，澄澈高空燕雀啾。  
若问为何如画美？从来天道有勤酬。



# 手捧诗心颂党恩

□柏士兴

百年党庆，万众欢腾。离退休老同志分别以歌舞、摄影和书画等多种形式，表达爱党、颂党和紧跟党的情怀。金园诗社的诗友们本着“文章合为时而著，歌诗合为事而作”的主旨，自觉地开展了以“手捧诗心颂党恩”为主题并作为首句创作七言绝句的活动，效果甚好，意义亦不寻常。

## 积极参与 言志抒怀

参与创作的近十位诗友计创作二十余首诗篇，大家热情很高。高澜庆先生系90多岁的高龄老人，欣然命笔写道：“手捧诗心颂党恩，千锤百炼铸忠魂。百年成就惊寰宇，圆梦中华惠子孙”，他以自身经历见证了党的光辉历程，其真情溢于字里行间。段凤英同志更结合切身感受而述怀，“初心不变强国梦，使命担当吾辈人”，并表示“光荣在党五十春”，对党更要“谆谆教诲牢牢记，漫漫征途紧紧跟”。李素琴系诗社副社长，积极起带头作用，在诗中写道：“千年历史轩辕血，华夏同心筑梦魂”“再唱山歌颂党恩，不忘初心使命魂”，不仅有历史深度，且有思想厚度。

## 内容丰富 主题鲜明

诗篇的内容丰富多彩，但都紧扣颂党恩这个主题，歌颂党的光辉历程及其丰功伟绩，表达永远跟党走，再启新征程的壮志豪情。明世祥写道：“南湖灯火百年春，国富民强梦变真”。池桂芬满怀激情：“中华盛誉满乾坤”“智创辉煌举世尊”。张志宏也以切身感受是党使之“进京学子梦成真”，而且“讲台三尺几十载，桃李香园种惠心”，真情实感，涌流笔端。宋继林的诗，叙述我们党“百年蓝缕铸军魂”到“华夏展旗天地新”。其中“抗美援朝崇正义，自立东方擎炬人”更有现实和历史意义。她还进一步联系两弹一星、改革开放、一带一路、国泰民安等，歌颂党洪恩浩荡，惠泽万代千秋。

## 既获教益 又享审美

这次创作的诗篇不仅思想内容好，且采用辘轳体、卷帘体和顶针格等修辞手法，做到思想性和艺术性的统一，不仅加重语气，增强感情色彩，而且具有雅趣，更显艺术效果。如雪松把“手捧诗心颂党恩”分别用于四首诗中的第一、第二、第三和第四句，每首表达一个中心内容，进一步扩展和强化了思想内涵。

至于顶针格亦饶有兴味，其特点是每下句字头接上句字尾，可接一字两字或三字，内容亦具连贯性和逻辑性。这里不妨引用第三首作为此文的结束语：

手捧诗心颂党恩，颂党恩情海样深。

海样深来以何报，以何报答吾娘亲。

老年朋友们，我们应该怎样才能更好地报答党的似海深情呢？

## 哪些食物真不能空腹吃？

### 面对空腹禁忌的 7 个忠告



端午节刚过，前几天网上热议“空腹不能吃粽子”，有些网友吐槽说：干脆说空腹不能吃早饭算了……其实，从本世纪初开始，空腹不能吃这吃那，一直都是网上的高热度话题。于是我在微博上做了个调查。结果发现，确实有很多在大众心目中不能空腹吃/喝的食物，而且很多已经成为常识。

人们所担心的，不能空腹吃的食物，可以大致划分成几类：

- 1、牛奶、酸奶、豆浆、鸡蛋等蛋白质类食物。
- 2、各种水果，特别是酸味重、涩味重、对口舌有刺激感的水果。
- 3、含咖啡因的食物和饮品，如咖啡、茶、可乐等。
- 4、糖分很高的食物，如甜食、甜饮料、巧克力等。
- 5、有浓烈刺激味道的食物，如葱姜蒜、辣椒等。
- 6、其他淀粉类食物，如糯米食物、各种甘薯等。

其中很多朋友是从亲身感受来提名的，说吃了真的不舒服。也有些人是听父母家人老师说的，书上说的，网上说的，等等。那么，这些食物到底能不能吃呢？空腹不能吃，是不是一个普遍性的禁忌呢？很多颇有科学思维逻辑的朋友也发表了自己的疑问：到底什么叫空腹？吃一口都不行吗？为什么有人吃了没事，有人不舒服？空腹吃到底有多大坏处？这里就分几个方面简单解答一下相关的困惑。

#### 1 怎么才叫做空腹？

从医学角度来说，空腹（fasting）通常是指最后一餐进食第一口食物之后，在 10 个小时甚至更长时间之内没有再次进食。但是，在日常生活中，“空腹”的意思往往是“餐前”。正餐食物在胃里的排空速度通常是 4~6 小时。比如说，7 点吃早餐，到 12 点已经过了 5 个小时，有点饿感了，就被大众认为是“空腹”了。

说空腹不能吃某种东西，往往是说在饥饿的时候不适合吃这种食物。在饥饿状态下，胃里的食物被排空，没有了食糜的保护，还有饥饿收缩反

应，本来就不太舒服。这时候进食一些刺激性的食物，酸度特别大的食物，或难消化的食物，有可能带来更多的不适感。

特别是一些胃病患者，胃里已经有了损伤、炎症甚至溃疡，这时候对食物带来的刺激可能会更加敏感。浓甜食物、浓酸味食物、糯米食物、含酒精食物和含咖啡因食物都可能发生刺激胃酸的反应，对胃酸过多者和胃一食管反流患者来说，餐前吃的时候尤其会加重不适感。

相比而言，吃富含淀粉的主食之后，再吃这些食物，则其中的糖、酸、刺激性食物都被主食食糜所稀释，对胃的直接刺激就会减小一些。淀粉大分子可以吸附甚至“包裹”很多小分子物质，减少它们对胃的刺激。

## 2 吃了之后，不良后果有多大？

我看了一下相关的空腹禁忌理由，从“可能损失营养”（空腹喝奶），可能损失乳酸菌（空腹喝酸奶），到“升高血糖”（空腹吃粽子）、“影响食欲”（空腹喝甜饮料），到“胃肠不适”（空腹吃水果、巧克力，喝咖啡、茶等），程度有轻有重，但基本上达不到“要命”的程度。

我们就用热度排在第一位的“空腹不能喝牛奶”为例来讨论一下。十几年前，空腹不能喝奶是个铁律，很多人宁可饿得难受都不敢喝奶。我就写了篇文章讨论空腹能不能喝奶的问题，还在电视上发问：“婴儿不都是空腹喝奶的吗？”有人说：空腹喝牛奶，营养会穿肠而过啊，蛋白质都变成热量了，不能被人体所充分利用。这能不能算**空腹喝奶禁忌的理由**呢？

理论上来说，先吃一些淀粉类的主食，再吃富含蛋白质的食物，的确有利于提高蛋白质的生物利用率。一方面，**碳水化合物有“节约蛋白质作用”**。有淀粉类主食来作为能量来源，蛋白质就可以更好地用在维持肌肉、修复身体组织器官等用途上。另一方面，摄入蛋白质后，需要较多的胃酸来启动胃蛋白酶的活性，也需要肠道分泌更多的蛋白酶。如果没有先吃点容易消化的碳水化合物给胃肠“充充电”，增加“能量值”，一些本来消化能力弱的人，面对突然摄入的大量高蛋白高脂肪食物，消化能力可能是不够充分的。但是，这个问题不仅仅与牛奶豆浆有关，也同样与肉、蛋、鱼类、豆腐等有关。为什么没有人说“空腹不能吃牛肉干”、“空腹不能吃鱼虾”、“空腹不能吃豆腐”呢？为什么在餐馆大吃大喝的时候，大家并没有上来先干半碗米饭呢？

其实，在贫困时代，很多人从小都被父母教育，要先吃几口饭再吃好菜，不要上来就吃肉；好吃的东西要细水长流地吃，不要一天吃多了一天没吃的……其实这些饮食忠告的意义就在这里——要节约珍贵的蛋白质，让它充分发挥作用，只有过年才能奢侈一把。但是现在已经是小康社会了。只要没有发生明显的不良反应，就算消化吸收率下降，蛋白质浪费点，也到不了禁忌的程度。半斤牛奶才含8克蛋白质嘛。既然牛肉海鲜那么高的蛋白质都可以空腹吃，为什么对牛奶就特别苛求呢？

**部分人空腹喝牛奶不舒服，最要紧的原因其实是消化能力问题，特别是乳糖不耐受。**空腹喝的时候，乳糖集中到达肠道，更容易引起肠道胀气、痉挛，甚至腹泻、腹痛等不良反应。如果先吃些淀粉类食物，胃排空减慢，乳糖被稀释，加上胃肠得到能量供应整体消化能力增强，喝牛奶后的不适感觉就会大大减轻，甚至消失。

至于酸奶中的乳酸菌死掉，这更不是什么重要的理由。没有活乳酸菌的常温保存盒装“杀菌酸奶”不是卖得很火吗？没听说谁质疑“为什么要故意把乳酸菌杀掉”这件事。

所以，如果饭前吃什么喝什么胃里不舒服，就别这么做；如果明明没有任何不良感觉，就继续吃喝好了。牛奶酸奶如此，水果鸡蛋之类也是如此。

### **3 空腹吃某种食物是否舒服，感觉因人而异，不必一概而论。**

我曾经说过，“强者百无禁忌，弱者如履薄冰”。

一般来说，体弱者、消化不良者、胃肠疾病患者、慢性病患者，需要对食物摄入的顺序特别在意。比如说，对消化能力差、食量小的人来说，饭前喝茶容易饿，先吃水果胃不舒服，消化速度减慢，就更容易消化不良。对糖尿病患者来说，上来就吃一个大粽子，血糖会升得太快。饭前喝浓茶，又容易出现低血糖。对容易腹泻的人来说，饭前喝咖啡、喝牛奶、喝豆浆、吃火龙果猕猴桃等水果，都会促进肠道运动，容易拉肚子。对他们来说，冷刺激也会造成胃肠血流减少和肠道过度运动，特别是饭前，喝冰镇饮料和冰凉食物也不是好选择。对容易胃痛的人来说，空腹吃柿子、吃菠萝等都容易造成不适。既怕柿子等水果里过多的单宁损伤胃黏膜，又怕菠萝等水果里强悍的蛋白酶损伤胃黏膜。对有胃食管反流的人来说，空腹喝咖啡、

吃甜食容易胃酸，吃粽子也有类似问题。对胃酸过多的人来说，饭前喝番茄汤、喝酸奶、吃酸味水果可能会不舒服。理论上说，食物中的有机酸，和胃酸相比酸度还差得远。但它可能有刺激胃酸分泌的作用。

其实，吃了之后到底有没有不舒服，身体自然会告诉你。如果确有不舒适，就不要“百无禁忌”，一定要听从身体的反馈，不能过度任性。但如果完全没有不舒服的感觉，也就不必刻意禁忌了。

#### 4 吃多少、怎么吃才会有不舒服的反应？

所谓剂量决定毒性。毕竟食物不是毒药，饭前吃大量食物会引起不适，未必吃一口就会引起麻烦。比如餐前吃水果，吃两片苹果、三片香蕉的果盘，绝大多数人都可以接受；但如果饭前先吃一斤水果，那就未必人人受得了。

同样，食物的吃法也很重要。生着吃还是熟着吃？冷着吃还是热着吃？一口一口慢慢吃还是很快吃下去？有没有配合其他食物一起吃？这些都与吃进去之后的感觉密切相关。比如说，如果喝冷牛奶不舒服，可以喝热牛奶试试。还不舒服，可以加点肉桂粉、姜粉搅匀了试试，香辛料有促进消化的作用。还不行的话，可以配合面包、馒头、浓粥、燕麦片等食物试试，没准就能找到一种能接受的吃法。

#### 5 吃和不吃，风险和获益哪个大？

所谓能不能吃，就是对进食某种食物进行利弊评估。如果弊大于利我们就不吃，利大于弊我们就可以吃。比如说，在严重饥饿状态下，人体小肠的消化能力下降，乳糖酶活力下降，喝牛奶是更容易发生乳糖不耐受反应的。也就是说，这时喝牛奶会更容易发生胀气和腹泻。

但是，记得汶川地震救援时，救援者会给被埋在下面的人递牛奶，帮他坚持到被挖出来获救为止。为什么救援者不考虑“空腹不能喝牛奶”这个禁忌呢？因为他们没有更好的选择。喝热腾腾的大米粥小米粥么？那种场景不便供应和储存粥，也没法把粥递到废墟下面。相比而言，送一盒可以常温储存和运输的灭菌牛奶进去，就要容易得多了。

牛奶是一种营养素相当全面的食物，它有更多的水分，起到补水作用；有蛋白质，有B族维生素，有良好乳化的脂肪，有热量。这些都是被困者

所需要的。虽然被困人员可能存在乳糖不耐受问题，消化率也可能比饭后喝有所降低，但如果他一小口一小口慢慢地啜吸，至少能得到其中的部分营养成分。简单说，这时候一盒牛奶是能救命的。如果顾忌“牛奶不能空腹喝”而继续饿着，后果才是悲剧性的。香蕉等水果也是一样的。虽然饭后吃或两餐之间吃可能更好，但在发生低血糖的时候，吃几口，补充一点糖分，就会减少身体虚弱眼前发黑甚至出现生命危险的可能性。

**总之，有关空腹食物禁忌的问题，有以下7个忠告：**

1、如果一种食物不能空腹吃的理由只是“营养吸收率下降”、“益生菌死亡”、“可能影响食欲”等，不必太担心，不属于禁忌范围。

2、多倾听身体的反应。每个人对食物的接纳能力差异甚大，某种食物是否能够空腹吃、饭前吃，以你的身体感觉为准。

3、身体健康、强壮、消化能力强的人，可以不必拘泥于他人的传说；而身体虚弱、消化系统有疾病、有各种慢性疾病的人，则要特别注意食物的进食顺序和搭配方式。

4、需要控制血糖的人，先吃点蔬菜、蛋白质食物或其他慢消化食物，再开始吃粽子之类糯米食物，和上来就吃相比，更有利于血糖平稳。

5、胃肠功能较弱或有胃肠疾病的人，先适当吃些谷类主食再吃红薯紫薯及各种水果，可能会减少发生不适的风险。

6、在有其他选择的情况下，那些对消化道可能有刺激、有损伤的食物，比如过酸、过咸、过度油腻、过度刺激、含有高活力蛋白酶、含有大量单宁及草酸的食物，先吃点其他食物之后再吃它们是明智的。

7、大量吃不妥，不等于一口都不能吃。健康人不必草木皆兵，更不必因为空腹吃了什么食物而惴惴不安。

药物是否需要饭前吃，请遵循说明书上的服用方法，以及医生和药师的建议。很多药物必须在饭前，或饭后，或吃饭时定时服用，否则可能影响药效，甚至带来不必要的身体损害。这就不在本文的讨论范围中了。

（摘自新浪微博“范志红\_原创营养信息”）

## 学校动态

▲5月27至30日，学校组织“感知中国·秦安行”活动，国际学生中心主任赵宝永带领16名师生走进定点帮扶的秦安县进行中外青年文化交流，开展“中国国情教育”移动课堂和“文化浸润 实践筑梦”国际学生社会实践。秦安县副县长陈雪松及学校驻村第一书记全程参与相关活动。



▲6月6日，“北京科技大学科技美育中心”揭牌仪式以及第九届大数据+互联网+智能化+创新设计大会、机械工程学院工业设计系本科生毕业设计展系列活动在教职工礼堂顺利举办。

▲6月9日，中国共产党北京科技大学第十二次党员代表大会在教工活动中心隆重开幕。教育部科学技术与信息化司一级巡视员高润生同志，中共北京市委教育工委常务副书记郑吉春同志，教育部学校党建联络员、中国地质大学（北京）原党委书记王鸿冰同志等出席大会开幕式。

▲6月10日，中国共产党北京科技大学第十二次党员代表大会在教工活动中心举行大会选举和闭幕式。本次党代会共产生党代表257人，出席大会选举的代表248人，出席闭幕式的代表245人。

▲6月11日在建龙报告厅举行2021年“应急宣传进万家”、“安全生产月”、“实验室安全文化月”启动仪式暨安全专项培训。

▲6月17日，学校与英国德蒙福特大学共同召开了第七届USTB-DMU孔子学院理事会视频会议。

▲根据学校党委统一部署，2021年第二轮校内巡察工作共派出五个巡察组、25名巡察干部，对外国语学院党委，天津学院党委，后勤党委，离退休职工党委，机关党委基建管理处党支部、基础教育管



理中心附属小学党支部等6个二级党组织和机关党支部开展巡察。

▲6月17日，北京市召开“三优一先”表彰大会，隆重表彰北京市优秀共产党员、优秀党务工作者、优秀基层党组织书记和先进基层党组织。中国工程院院士、新材料技术研究院教授谢建新获北京市优秀共产党员荣誉称号，外国语学院大学英语系党支部书记顾巍获北京市优秀基层党组织书记荣誉称号。

▲6月20日，北京科技大学“87级校友基金”颁奖仪式在建龙报告厅举行。

▲6月18日，中国金属学会与世界钢铁发展研究院共同举办了“钢铁行业低碳发展及氢应用技术高峰论坛”，会议以“低碳、绿色——钢铁行业可持续的未来”为主题，探讨钢铁行业低碳发展路线及氢冶金技术在低碳发展中的重要意义、发展情况以及技术方向等问题。

▲6月23日，北京市教育工会庆祝中国共产党成立100周年“永远跟党走”主题合唱兴趣汇总决赛在国家图书馆音乐厅举办。我校教师合唱团作为高校(附院)组优秀代表参加此次总决赛，并荣获一等奖。



▲6月23日，“学术领航 启迪人生”第二讲暨校长杨仁树专题党课在学术报告厅举行。杨仁树作了题为《千秋伟业，人才为本》的报告。

## 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80岁以下逢五逢十、六月份寿星名单。

高玉梅 杨桂荣 杨 兰 高丽桂 王 杰 陆苏亚 李 工 杨玲莉  
彭 漪 吴月英 张兰芬 聂占增 吴学东 张黎军 闵乐泉 薄树华  
崔新发 杨王玥



## 离退休职工简讯

★6月11日，北京科技大学离退休职工党委向老党员代表颁发“光荣在党50年”纪念章。离退休职工党委书记乔哲向部分老党员颁发纪念章，向他们表示热烈祝贺和崇高敬意。

★6月18日，北京科技大学离退休职工工作领导小组在办公楼320会议室召开2021年度工作会议。

★6月16日，北京科技大学离退休职工党委举办“光荣在党五十年”纪念章颁发仪式暨“永远跟党走”迎建党百年歌咏会，近400位离退休党员参加演出。校党委副书记孙景宏、副校长郑安阳、校团委艺术指导中心副主任石苇出席，活动由离退休职工党委书记乔哲主持。

★6月17日，中共北京科技大学委员会巡察离退休职工党委巡察工作动员会在铭德楼二层多功能厅召开。

★6月24日，离退休职工党委乔哲书记带领20名老干部党员，赴中国共产党历史展览馆参观，接受党史学习教育。作为教育部的老干部代表，参加中共中央组织部举办的“不忘初心，牢记使命”中国共产党历史展览老干部参观专场。

★在建党100周年即将来临之际，北京科技大学党委走访慰问困难及生病离退休老党员、老同志，为老党员送学上门，入户为部分老党员颁发“光荣在党50年”纪念章。在校党委副书记孙景宏、组织部部长黄武南、离退休职工工作处处长兼党委书记乔哲带领下，离退休职工工作处工作人员和离退休支部书记共慰问看望校内校外250余位老同志。

★7月1日上午8时，庆祝中国共产党成立100周年大会在北京天安门广场隆重举行，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平发表重要讲话。北京科技大学离退休职工党委组织离退休老同志和离退休职工工作处全体工作人员收听收看直播，聆听习近平总书记发表的重要讲话，感受党的百年光辉历程。乔哲书记在天安门广场参加庆祝大会。

# 2021 年下半年老年大学招生通知

老年大学 2021 年下半年拟开设以下专业：

## 1、智能手机应用

内容：初级班——微信、支付宝、订餐购物、拍照、图片简单处理等；中级班——手机视频制作、手机与电脑信息交换、应用 APP、手机应用小技巧、二维码应用等。

## 2、英语口语

## 3、绘画（山水）

## 4、书法（隶书曹全碑）

## 5、创意手工

内容：软陶、串珠、布艺画等，边玩边学，可以提高眼、手、脑的协作能力，健手健脑、延缓衰老。

## 6、插花艺术讲座

内容：插花艺术概述、插花的器具与材料、插花的造型设计与色彩搭配及插花的基本技艺等。

## 7、老年人心理健康知识

## 8、声乐

温馨提示：开学时间为 2021 年 9 月，根据报名人数确定上课时间和地点，具体情况另行通知，敬请关注微信公众号：北京科技大学离退休职工工作处；

报名时间：即日起到 2021 年 9 月；

报名地点：铭德楼 101；报名电话：62332667；联系人：侯佳老师。

北京科技大学老年大学

2021 年 7 月

# “庆祝建党百年”系列活动集锦





电子投稿邮箱: [jinseyuandi@ustb.edu.cn](mailto:jinseyuandi@ustb.edu.cn)

(离退休职工工作处)