

# 惠园夕阳情

HUIYUANXIYANGQING

2022年第2期

(总六十七号)



对外经济贸易大学离退休人员工作处

校内刊物刊号:2011-Z017

## 校领导“七一”慰问老党员



校党委书记黄宝印电话慰问老党员



党委副书记、校长夏文斌电话慰问老党员

# 目 录

2022年第2期  
(总第67号)

## 刊首语

喜迎党的二十大胜利召开 ..... 3

## 学校要闻

校领导“七一”慰问离退休老党员 ..... 4

对外经济贸易大学离退休人员“两优一先”、“光荣在党50年”

表彰大会隆重召开 ..... 5

校新闻摘登 ..... 6

## 党建工作

离退休处党委、离退休处组织召开疫情防控“思政课” ..... 10

离退休处党委举办国际政治关系专题讲座 ..... 11

离退休处党委召开理论中心组（扩大）学习会 ..... 12

离退休处党委基层党支部换届工作有序开展 ..... 13

汇新楼党支部召开喜迎二十大 庆七一党员大会 ..... 15

惠新里第一党支部举办线上《党员共话冬奥表彰大会》活动 ..... 16

惠新里第四党支部召开线上疫情防控主题党日活动 ..... 18

汇新楼党支部七一看望老党员 ..... 19

惠新里第一党支部七一慰问老党员 ..... 19

## 离退休工作

做好疫情防控封校情况下离退休老同志药费报销工作 ..... 20

特别的爱给特别的你——疫情防控常态化下大病困难人员的

关怀帮助 ..... 21

## 身边的榜样

2021—2022年度优秀共产党员简要事迹 ..... 22

2021—2022年度优秀党务工作者简要事迹 ..... 27

2021—2022年度先进党支部名单 ..... 30

发挥好党员先锋模范作用——优秀共产党员代表周莉莉在

表彰大会上发言 ..... 31



## 《惠园夕阳情》 编委会成员

主 任：文 君

副 主 任：徐文兵 张石榴

蔡学燕 崔宁宁

总 编 辑：徐文兵

责任编辑：郭岩海 李 莹

李 姗 路 璐

王 治 孙 静

隋 阳

发 行：王 镇

编 辑：对外经济贸易大学

离退休人员工作处

地 址：北京市朝阳区

惠新东街10号

网 址：<http://ltxc.uibe.edu.cn/>

投稿邮箱：[uibeltx@163.com](mailto:uibeltx@163.com)

联系电话：64492148

版式设计、封面设计：

恒盛图文设计中心

印刷单位：廊坊大旗纸塑制品厂

发行时间：2022年 9 月



“对外经贸大学离退休处”公众号

内部资料 免费交流



离退休处参加北京老干部工作先进集体和先进个人事迹宣讲会



离退休处党委获得校级先进党组织光荣称号



处领导在医药费报销现场听取意见

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| 用心用情营造支部温馨大家庭——优秀党务工作者代表李玲玲在“两优一先”表彰大会上发言 ..... | 32 |
| 一个支部一个堡垒——先进党支部代表王家祥在“两优一先”表彰大会上发言 .....        | 33 |

## 喜迎二十大，共筑中国梦

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 施建军：我看中国特色社会主义新时代——绿色文明新时代 ..... | 35 |
| 赵雪梅：十八大以来我国与拉美国家的关系取得重要发展 .....  | 37 |
| 任秀玲：永远跟党走，坚守初心和使命 .....          | 38 |
| 邱霞英：发挥老党员积极作用 认真做好学生党建工作 .....   | 39 |
| 刘志平：“光荣在党50年”有感 .....            | 40 |
| 王晓川：我的“政治生日” .....               | 40 |
| 王桂林：将军之子的红色基因传承之路 .....          | 41 |

## 关工委工作

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 对外经济贸易大学关工委举办“燃动青春、共话冬奥”主题活动 .....        | 45 |
| 国际关系学院关工委组织《老少共学总书记在共青团百年庆祝大会讲话交流会》 ..... | 47 |
| 国际关系学院关工委召开老少共建工作推进会 .....                | 49 |
| 信息学院关工委举办“聚一心，论两会”学习会 .....               | 51 |
| 国际商学院关工委举办《讲党史 颂大师 铭大志》主题宣讲会 .....        | 53 |

## 老有所学

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 贾怀勤：老共青团员丁崇文教授“共话冬奥 迎接共青团百年”座谈会发言记写 ..... | 55 |
| 田耕：赞 .....                                | 55 |
| 孙瑞芹：众志成城 .....                            | 56 |

封面：离退休人员“两优一先”“光荣在党50年”  
表彰大会隆重召开

封底：唱支山歌给党听

作者：李玲玲

刊物中彩图插页：李 莹 崔宁宁 路璐等

## 喜迎黨的二十大勝利召開

今年是我们伟大的中国共产党带领中国人民向着全面建成社会主义现代化强国的第二个百年奋斗目标迈进的头一年。

在过去的100年中，中国共产党团结带领中国人民，浴血奋战、百折不挠，经过北伐战争、土地革命战争、抗日战争、解放战争，推翻帝国主义、封建主义、官僚资本主义三座大山，建立了人民当家作主的中华人民共和国，中国人民从此站起来了。

中国共产党团结带领中国人民，自力更生、发愤图强，创造了社会主义革命和建设的伟大成就。中国共产党团结带领中国人民，解放思想、锐意进取，创造了改革开放和社会主义现代化建设的伟大成就。中国共产党团结带领中国人民，自信自强、守正创新，统揽伟大斗争、伟大工程、伟大事业、伟大梦想，创造了新时代中国特色社会主义的伟大成就。

一百年来，中国共产党团结带领中国人民，以“为有牺牲多壮志，敢教日月换新天”的大无畏气概，书写了中华民族几千年历史上最恢宏的史诗，向人民、向历史交出了一份优异的答卷。

今年，中国共产党将召开第二十次党员代表大会，这是向第二个百年奋斗目标进军新征程的重要时刻召开的一次十分重要的代表大会，是党和国家政治生活中的一件大事。

让我们全体离退休老同志行动起来，为营造平安祥和的社会氛围发一份光，出一份力、尽一份责，喜迎党的二十大胜利召开。

# 校领导“七一”电话慰问 离退休老党员

在中国共产党成立 101 周年之际，“七一”前夕，学校党委开展慰问离退休老党员活动。由于受疫情影响，校领导以电话传真情，向离退休老党员、困难党员送上学校党委的温暖和关怀，并致以诚挚的问候和祝福。

校党委书记黄宝印，党委副书记、校长夏文斌，党委副书记文君，党委副书记、纪委书记李茂国，副校长王强、副校长洪俊杰、副校长吴卫星、副校长王敬波分别慰问了原党委书记、校长孙维炎，原副校长徐延春，原党委副书记杨逢华，老党员田耕、魏贞、胡宗发、王玉生、杨慧珠等。校领导亲切地与老党员们交谈，悉心询问他们的身体健康状况和生活情况，认真听取他们对学校改革发展和学科建设的意见和建议，并表示

学校的发展离不开老同志们的无私奉献和辛苦付出，离不开老同志们的理解支持和大力配合，希望老党员们一如既往地关心和支持学校工作，发光发热，为学校各项事业发展出谋划策，贡献力量，也祝愿老党员们生活幸福，老有所乐。

老党员们纷纷对学校的关心和关怀表示感谢，对学校事业发展和取得的成就表示欣慰，尤其是疫情期间学校对老同志们的照顾和关爱让他们倍感幸福和温暖，祝福学校事业发展行稳致远，蒸蒸日上。

离退休处党委将继续按照学校党委要求，持续开展对老党员、困难党员送温暖工作，切实了解他们的思想动态和实际诉求，落实好关心慰问和大病补助等保障工作。

## 老人秋季养生应注意运动

秋天是户外活动的黄金时节。实践证明，加强体育锻炼能活动筋骨、气血，增强机体的抗病能力。此时，尤要注意耐赛锻炼，以增强机体适应多变气候的能力。但运动量必须适度，还应注意增减衣服和补充水分。饭后散步、假天郊游、登高赏景、打太极拳、慢跑、做操等，都对身心大有裨益。秋天的气候转凉，是室外运动的好时机，老年人可根据个人的爱好和兴趣，在力所能及的情况下选择适宜的锻炼项目。

# 对外经济贸易大学离退休人员 “两优一先”、“光荣在党 50 年” 表彰大会隆重召开

2022 年 6 月 30 日上午，对外经济贸易大学离退休人员“两优一先”、“光荣在党 50 年”表彰大会在学校老年活动中心隆重召开。校党委文君副书记、校党委常委、组织部李洁部长出席会议，并为“光荣在党 50 年”老党员代表、“两优一先”获奖代表颁发荣誉证章和证书。离退休处党委委员、获奖党员代表、以及线上参会党员代表共 100 余人参加会议。会议由离退休处党委张石榴副书记（主持工作）主持。

校党委文君副书记讲话。文君副书记首先向全体离退休党员致以亲切的问候，传达了因参加北京市十三次党员代表大会不能参加此次会议的校党委黄宝印书记对广大老同志的祝福，并向“光荣在党 50 年”的老党员们以及“两优一先”获奖代表表示祝贺和敬意。文君副书记与老党员们一起回顾了中国共产党 101 年艰难辉煌光辉历程，号召全体党员坚定党的信念，为实现中华民族伟大复兴贡献力量。她充分肯定了离退休老同志在我校教学科研、人才培养中发

挥的积极作用以及在学校疫情防控工作中展现出的责任与担当，感谢老同志们为党、为国家、为学校做出的积极贡献。文君副书记同时向老同志通报了学校一年来的喜事、大事，对老同志们提出了新期待，希望离退休老同志们以党的二十大召开为新的起点，一起踏上新的征程，为学校事业发展贡献新的正能量，继续展现老同志们“老骥伏枥、志在千里”的风采。

校党委组织部李洁部长宣读我校 2022 年 17 名“光荣在党五十年”老党员名单，并致以最诚挚的感谢。

离退休处徐文兵处长宣读《对外经济贸易大学关于表彰离退休人员优秀产党员、优秀党务工作者、先进党组织的决定》。授予柳永树等 19 位同志为“优秀共产党员”；授予郭岩海等 10 位同志为“优秀党务工作者”；授予和平里党支部等 7 个支部为“先进党支部”。

会议向“光荣在党 50 年”老党员代表以及受到表彰的先进集体和个人颁发了荣

荣誉证书和证书。

会上，惠新里一支部党员周莉莉同志代表优秀党员发言，她结合惠新里一支部老少支部共建的具体情况，阐述了老党员发挥模范作用的三个重要体现：带头作用、骨干作用、桥梁作用。惠新里五支部书记李玲玲同志代表优秀党务工作者发言，她介绍了对离休老党员精准服务的情况，提出要用力用心用情、精心设计，才能更好的达到引领和服务效果。和平里党支部书记王家祥同志代

表先进党支部发言，他向大家介绍了党支部在理论学习、老少支部共建、社区服务、爱老助老、疫情防控等方面的活动开展情况。

张石榴副书记（主持工作）最后说到离退休老党员是“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”。站在新的历史交汇点上，离退休老同志们要紧跟时代步伐，以受到表彰的优秀党员为榜样，为党的事业增光添彩。

（离退休处供稿）

## 校新闻摘登

《我校喜获研究阐释十九届六中全会精神国家社科重大项目》全国哲学社会科学工作办公室公布“研究阐释党的十九届六中全会精神”国家社科基金重大项目立项名单，我校马克思主义学院张世飞教授申报的“中国共产党百年奋斗中坚持党的领导经验”课题中标，这是我校马克思主义理论学科和中共党史党建学科研究的一个重大突破。

《黄宝印书记主持召开二级教授座谈会》4月1日上午，黄宝印书记主持召开二级教授座谈会，邀请15位二级教授代表围绕学科建设、师资队伍、人才培养、学校事业发展等深入交流研讨。副校长王敬波

出席会议，7个相关职能部门负责人参加了座谈会。

黄宝印书记指出，今年是我校“十四五”规划和新一轮“双一流”建设实施关键之年。2021年到2025年是我校“双一流”建设突破阶段，要实现应用经济学为主干的一流学科体系进入亚洲一流学科前列、人才培养能力提升、科研水平再上台阶的目标，需要全校同志们的共同努力，尤其需要全体二级教授发挥“带头人”和“大先生”作用，为学校总体事业的发展出谋划策、身体力行。

黄宝印书记对与会二级教授代表提出了四点希望：一要提升格局视野，研究“大

问题”。 二要注重厚积薄发，成就“大学术”。 三要践行高尚人格，争当“大先生”。 四要弘扬家国情怀，做出“大贡献”。

二级教授代表林桂军、夏友富、向明友、孙健、卢进勇、郝旭光、桑百川、黄勇、刘树林、戴长征、范黎波、董秀成、左海聪、唐宜红、陈须隆依次建言献策，从各自学科出发，交流观点。聚焦话题包括学校的发展定位与顶层设计、制度规则意识、学科拓展、国际化特色以及如何发挥二级教授作用等。

《学校召开党委教师工作委员会第一次委员会议》4月22日，党委教师工作委员会第一次委员会议召开，校党委书记、党委教师工作委员会主任黄宝印出席会议，校党委副书记、党委教师工作委员会副主任文君出席并主持会议。党委教师工作委员会全体委员参会。

校党委副书记、党委教师工作委员会副主任文君带领全体委员深入学习《中共教育部党组关于完善高校教师思想政治和师德师风建设工作体制机制的指导意见》。党委教师工作委员会办公室主任刘金兰从抓紧制度与机制建设、推动思政与师德融合、促进思政与实践融合三个方面汇报教师工作部成立以来所做的工作；介绍党委教师工作委员会相关情况。委员们就委员单位分工展开讨论并进行研究细化。会议还听取了我校“全国黄大年式教师团队”（会计与财务管理教师团队）的宣介材料汇报。

党委书记、党委教师工作委员会主任黄宝印就如何做好下一步工作，提出“六个到位”的要求：第一，领悟《意见》精神到位。第二，党委统一领导到位。第三，教工部作用发挥到位。第四，相关职能部门协调到位。第五，学院直接责任压实到位。第六，相关工作保障到位。

《贸大新增各级一流本科18个，覆盖在招本科专业83%以上》根据《教育部办公厅关于公布2021年度国家级和省级一流本科专业建设点名单的通知》，我校推荐的精算学、国际政治、英语、俄语、西班牙语、意大利语、人力资源管理、行政管理8个专业获批国家级一流本科专业建设点；推荐申报的税收学、金融数学、政治学与行政学、汉语国际教育、法语、越南语、翻译、国际商务、文化产业管理、劳动与社会保障10个专业获批北京市级一流本科专业。截至目前，我校54个本科专业中，国家级一流本科专业建设点总量达28个，覆盖全部在招本科专业的50%。另获批北京市级一流本科专业共17个，北京市重点建设一流专业2个。我校国家级一流本科专业建设点和省部级一流专业数量总和，在全部在招本科专业中的覆盖率达到83%以上。

《全国人大常委会委员、教科文卫委员会副主任委员杜玉波一行来校开展《中华人民共和国学位条例》修改调研》6月13日，全国人大常委会委员、教科文卫委员会副主

任委员杜玉波一行来我校就《中华人民共和国学位条例》修改进行调研。全国人大常委会委员、教科文卫委副主任委员杨树安，全国人大教科文卫委委员张洪贺，全国人大常委会委员、教科文卫委委员李巍，全国人大教科文卫委委员王铮，全国人大教科文卫委教育室主任方光伟，教育部政策法规司司长邓传淮、学位管理与研究生教育司副司长徐维清、学生服务与素质发展中心副主任杨大研等一同调研。我校党委书记黄宝印，校长夏文斌，副校长吴卫星、王敬波及相关职能部门、科研单位负责人出席座谈会。

杜玉波主任主持座谈会表示，此次来贸大调研正值《学位条例》修改工作的关键节点，希望与会专家积极建言献策，提出具有针对性和可操作性的意见和建议。

黄宝印书记希望此次座谈会能为《学位条例》修订提供有意义的思考和意见，希望学位法尽早出台，为研究生教育强国建设提供更大支撑和保障。夏文斌校长从学科特色、人才培养、国际合作与交流、教师队伍、科研与社会服务等方面对我校校情进行了简要呈现。吴卫星副校长介绍了我校研究生教育概况和近年来在人才培养及学位工作方面的改革与成果，王敬波副校长从学位法立法原则与标准、程序规范等角度提出了修改意见和建议，研究生院院长黄薇、国际合作交流处处长李小萌、教育与开放经济研究中心执行主任史薇分别从研究生教育实践、涉外国

际交流、相关利益主体关系等角度切入，结合工作实际，提出了针对性的意见建议。

《对外经济贸易大学 2022 届毕业典礼隆重举行》云程发轫，万里可期。相逢在秋风送爽的九月，挥别于六月的温暖骄阳，2022 年 6 月 23 日，上午 9 时整，对外经济贸易大学 2022 届毕业生毕业典礼于线上隆重举办，在微信视频号、微博、b 站等平台同步直播。在全校师生的共同见证下，近 4600 余名学生共聚“云端”，聆听书记校长精心准备的“最后一课”，满载硕果，挥别惠园，奔赴于更辽阔的未来。

全体校领导出席本次毕业典礼。各培养单位领导和教师代表及各职能部门负责人参加典礼。毕业典礼由校党委文君副书记主持。

《我校与云南省人民政府签署战略合作协议》6 月 29 日，教育部举行云南省部省、省校战略合作协议签约仪式。考虑到疫情防控实际，协议签约采取现场和线上结合的方式。主会场设在教育部，参加签约的 27 所部委高校在本校设分会场线上签约。校长夏文斌、副校长王强、校长助理王强在学校分会场出席签约仪式。

签约仪式上，校长夏文斌代表学校与云南省人民政府副省长张治礼在线签署省校战略合作协议。教育部部长怀进鹏与云南省省长王予波见证签约。

除我校外，本次签约的 27 所部委高校

还包括北京大学、清华大学、复旦大学、南开大学、同济大学、南京大学等。

《对外经贸大学隆重庆祝建党 101 周年 表彰先进 砥砺前行》2022 年 7 月 1 日上午，对外经济贸易大学党委在图书馆报告厅隆重庆祝中国共产党成立 101 周年，表彰“两优一先”先进集体和个人，交流党建工作经验，大力弘扬伟大的建党精神，激励全校党员和师生员工不忘初心，牢记使命，勇担新使命，砥砺新征程，奋力谱写贸大高质量发展新篇章。

会议采取线上线下结合的方式，校党委书记黄宝印讲话，夏文斌校长主持会议。教育部高校党建联络员、中央财经大学原副校长赵丽芬同志、全体校领导、“光荣在党五十年”老党员代表、“两优一先”获奖集体和个人、党员中层干部、党支部书记、组织员和师生党员代表参加会议。

黄宝印指出，2022 年是党的二十大召开之年，是学校实施“十四五”规划承上启下的重要一年。在新的起点上，要更好的凝心聚力谋发展，踔厉奋发向未来，加快推进学校事业高质量发展。

夏文斌强调，全校党组织和广大共产党员要从伟大建党精神中汲取强大动力，在岗位奉献中彰显党的价值追求，把加快建设具有中国特色一流大学作为不懈的奋斗目标，为党的光辉史册增添新的荣光。

党委副书记文君宣读党委《2022 年先

进党组织、优秀共产党员、优秀党务工作者表彰决定》。评出教职工先进党组织 13 个、学生先进党组织 10 个，教职工优秀共产党员 12 名、学生优秀党员 10 名，教职工优秀党务工作者 4 名。党委副书记、纪委书记李茂国宣读“光荣在党五十年”老党员代表名单，17 名老党员获“光荣在党五十年”纪念奖章。

获评先进党组织代表、优秀党员代表、优秀党务工作者代表、优秀学生党员代表分别从抓好学院党建与思政工作、党员教师责任、做好党务工作、发挥学生党员先锋模范作用几个方面进行了发言。

《贸大高质量发展思想大讨论正式启动》7 月 6 日上午，对外经济贸易大学新时代高质量发展思想大讨论启动大会在国际交流大厦二层会议厅隆重召开，标志着贸大深入学习贯彻习近平总书记关于教育的重要论述、深入开展新时代高质量发展思想大讨论活动的正式启动。党委书记黄宝印作动员讲话。教育部高校党建联络员、中央财经大学原副校长赵丽芬、全体校领导、全体中层干部、教师代表、思想大讨论专家组和工作组成员现场参会。全体教师和管理人员通过腾讯会议线上参会。夏文斌校长主持会议。

本次大讨论的主题就是深入学习领会习近平新时代中国特色社会主义思想，贯彻落实习近平总书记关于教育的重要论述精神，提高站位、提升格局，深入讨论、

深刻交流，共识共力、共谋发展，为大力推进新时代学校事业高质量发展提供有力思想保证。

《我校召开第八届教代会常设主席团（扩大）会议》7月8日下午，我校第八届教代会常设主席团（扩大）会议在行政楼226会议室召开。夏文斌校长、文君副书记出席会议，第八届教代会常设主席团成员、第十五届工会委员会委员、工会专门委员会委员线上线下参加会议，章程修正案（草案）起草小组部分成员列席会议。会议由第八届教代会常设主席团主席江春教授主持。

我校于2020年12月底成立学校章程

建设工作领导小组，制定章程修订工作实施方案，经过党委会讨论决定，启动章程修订工作，至2022年7月形成了章程修正案（草案）。参会人员全面认真审议了章程修正案（草案），提出了修改意见和建议。最后，第八届教代会常设主席团全票通过章程修正案（草案）。

本次会议是我校民主管理和民主监督的有力体现，也是教职工参与学校重大决策的有效途径，对推进依法依规治校进程，推动学校法制建设更上新台阶具有重要作用。

（摘录整理 王治）

## 离退休处党委、离退休处 组织召开疫情防控“思政课”

2022年5月10日上午，离退休处党委、离退休处线上组织召开疫情防控“思政课”。张石榴副书记（主持工作）主持。徐文兵处长、张石榴副书记（主持工作）主讲，全体处党委委员、全体工作人员、离退休各党支部书记、老年大学班长、兴趣协会会长等35人参加了线上集体学习。

首先，张石榴副书记（主持工作）带领大家集体学习中共中央政治局常委会关于当前新冠肺炎疫情防控形势学习会会议精神。提醒大家，新冠肺炎疫情发生以来，国家坚持人民至上、生命至上，坚持外防输入、内防反弹，坚持动态清零，因时因势不断调整防控措施，疫情防控取得重大战略成

果。但目前全球包括我国疫情仍处于高位，病毒不断变异，防控抗疫的压力和任务非常艰巨。广大党员和群众要自觉在思想上政治上行动上同党中央保持高度一致，克服麻痹思想、厌战情绪、侥幸心理、松劲心态，要深刻、完整、全面认识党中央确定的疫情防控方针政策，始终保持清醒头脑，毫不动摇坚持“动态清零”总方针，坚决同一切歪曲、怀疑、否定我国防疫方针政策的言行作斗争；要从严落实常态化疫情防控举措，增强责任意识、自我防护意识，自觉承担防控责任和义务，落实个人、家庭等日常防护措施，推进加强免疫接种工作，筑牢群防群控防线。

关于北京市疫情防控相关要求，张书记提示大家高校疫情防控严于社会面，坚定坚持“快、严、准、实”四字方针，全面阻断疫情进入校园。倡导老同志少外出、不串门、不聚集，做好个人防护，保持社交距离，积极配合参与核酸筛查，早接早种疫苗，注意个人防护。

徐文兵处长向大家介绍了学校和部门近期重点工作以及疫情防控工作安排。目前疫情具有传播快、传染力强、传播途径多特点，徐处长提醒老同志们一定做好个人防护，减少人员接触。提醒大家在身体情况允许的情况下一定及时接种疫苗，做到应接尽接，预防重症发生。离退休处也在密切关注老同志们所在地区的疫情情况，为大家提供力所能及的帮助，如果大家有涉及封控等情况，请及时联系处工作人员。徐处长还就疫情特殊期间老同志具体事务及管理服务工作做出了解释和说明。特别是近期实施严格校园管理制度，给大家带来生活上的不便，请大家给予谅解、支持和配合。

蔡学燕副书记对全体老同志积极支持配合和扎实落实防疫工作，表示感谢。祝愿老同志平安健康幸福快乐！

会议还对纪念中国共产主义青年团成立 100 周年大会集体学习活动进行了安排部署。  
(文 孙静)

## 离退休处党委举办国际政治关系专题讲座

为庆祝中国共产党成立 101 周年，引导离退休党员更好的了解国内外形势，明辨

是非把握大局，提高政治站位，处党委于 2022 年 7 月 4 日上午邀请著名我校离退休

老党员、国际关系与战略问题专家秦宣仁教授就国际政治关系开展专题党课。活动由处党委张石榴副书记（主持工作）主持，处党委全体党委、各支部书记支委、离退休党员代表 100 余人参与。



秦教授首先就近期俄乌战阵局势进行了介绍。从地缘政治、能源粮食、金融政治等方面全面分析这场战争对世界、对我国发展的重大影响以及我国应该采取的应对措施。秦教授的分析深入详实，以事实为依据，以和平发展为原则，为线上线下的党员们打开了国际视野，增强了对我国外交政策和国家政治经济发展的自信心。

最后，秦教授提醒广大党员同志，面对严峻的外部环境，我们要居安思危：思“失本之危”、思“失宁之危”、思“失衡之危”、思“失传之危”。

会后，各位离退休党员同志表示深受启发，受益匪浅。大家表示：秦宣仁教授的国际形势与政策报告非常好，使大家更加了解当前俄乌战争的局势和我国的外交政策。我们要时刻不忘入党誓词，牢记党员使命，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

（文 孙静）

## 离退休处党委召开理论中心组 （扩大）学习会

2022 年 7 月 4 日上午，离退休处党委组织召开党委理论中心组学习会，邀请著名

国际关系与战略问题专家秦宣仁教授就近期国际政治关系开展专题讲座，并集体学习

《关于加强新时代离退休干部党的建设工作的意见》，会议由处党委张石榴副书记（主持工作）主持，全体处党委委员、各支部书记、支部支委，党员代表 100 余人参会。

秦教授就近期国际政治局势进行全面介绍，并依据客观事实，有理有据地进行了深入分析，积极肯定我国政府在俄乌战争中的立场观点。秦教授强调中国一贯主张世界和平与发展，提醒广大党员同志，面对严峻复杂全球环境，坚定信念，坚守职责，只有祖国的强大，才有人民的安康。

会上，张石榴副书记（主持工作）结合我校离退休实际情况带领大家学习了中共中央办公厅印发的《关于加强新时代离退休干部党的建设工作的意见》，从《意见》

出台的重大意义、指导思想、思想政治建设的具体要求、党组织建设、党员教育管理、发挥离退休干部党员优势作用、推进离退休干部党建工作信息化精准化规范化等方面进行了学习。

黄震华、郭岩海两位委员也结合实际工作谈了自己的学习体会，加强新时代离退休干部党的建设具有重要意义。《意见》的发布对于我们充分发挥离退休干部党员的政治优势、经验优势、威望优势，组织引导离退休干部党员为党和国家事业作出新贡献具有重要的指导作用。后期将积极贯彻落实，以党建引领推动新时代离退休干部工作高质量发展。

（文 孙静）

## 离退休处党委基层党支部 换届工作有序开展

今年是离退休处党委各基层党支部支委会任期届满年，离退休处党委在年度工作计划中做了换届安排。8 月 5 日离退休处党委就换届工作具体安排发出通知，组织各支部开展换届。

处党委高度重视支委会换届工作，把支委会换届作为加强支部建设，发挥党支部战斗堡垒和桥梁纽带作用的首要任务，多次召开党委领导班子线下线上会议研究部署。

各党支部收到通知后，及时召开支委

会研究本支部换届工作，组织党员推选新一届支委候选人。党委副书记张石榴（主持工作）及时了解各支部在支委会换届进程的情况和出现的有关问题，与支部和学校组织部进行及时沟通，解决换届中的实际困难。党委成员牺牲暑期时间，深入各支部，指导换届选举工作开展。各支部充分利用建立的党员微信群，组织党员进行支部委员的提名推荐，并陆续依据处党委换届工作安排开展支部选举大会。截至到8月20日16个基层党支部向离退休处党委上报了候选人推荐意见。离退休处党委及时召开委员会议，审议批复各支部上报的候选人名单。

换届党员大会，保障换届工作的顺利进行。和平里支部党员离休干部张仲琦今年96岁，在保姆的搀扶下参会；汇新楼支部党员王绍熙教授今年93岁，在老伴搀扶下参会；有的党员同志是大病刚出院就赶到换届现场，有的党员同志将重病的老伴或父母托他人



照顾参会，大家用实际行动诠释党员的信仰和担当。

换届工作依然在有序进行中。处党委非常感谢各基层支部以及全体党员对换届工作的支持；将以此次换届作为新的起点，推进和加强离退休党委基层党支部建设，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

（文 孙静）

在此次支委会换届选举工作中，广大离退休党员克服个人困难，积极参加党支部

# 汇新楼党支部召开 喜迎二十大 庆“七一”党员大会

6月29日上午9:30, 汇新楼党支部通过腾讯会议平台召开党支部党员视频会议, 喜迎党的二十大, 庆祝七一党的生日。

视频会议是汇新楼党支部首次举行。为喜迎党的二十大, 庆祝党的生日, 过好党员组织生活, 同时又要做好疫情防控, 使党员不聚集, 支委会经反复研究决定, 以视频会议的方式召开本次支部党员大会。

为保证支部老党员能够参加视频会议, 党支部提前发出会议通知, 请大家提前下载安装腾讯会议APP, 做好入会准备。党支部还在6月28日进行了视频会议测试, 确保大家顺利入会。

6月29日9:15, 支部党员陆续进入视频会议, 大家彼此打着招呼, 相互问候。9:30支部党员视频会议正式开始。支部书记郭岩海主持会议。他说, 今天我们召开支部党员大会, 一是喜迎党的二十大, 二是庆祝建党101周年党的生日。我们要牢记入党誓词, 不忘初心, 为党的事业奋斗终生。

会议第一项内容, 宣布汇新楼党支部贺向民、周小妹、孙瑞芹三位同志获得校级离退休人员优秀共产党员、郭岩海同志获得

校级优秀党务工作者、汇新楼党支部获得校级先进党支部的荣誉称号。贺向民同志代表三位校级优秀党员发言。他说, 感谢大家和党支部对他的推荐, 感谢学校党组织给予他的荣誉。自己退休后, 受大家信任, 选举推荐担任汇新楼业主服务委员会主任工作, 与其他同志一道为汇新楼日常管理、消防和电梯安全、楼宇疫情防控等做了些事, 作为一名党员都是应该的, 取得的成绩都是大家的。表示要继续发扬党员先锋模范作用。郭岩海书记简要介绍了三位优秀党员的事迹, 希望支部党员向他们学习, 发扬党员先锋模范作用, 互助友爱, 年轻的党员同志关心帮助身边年长有困难的同志, 为他们的生活提供力所能及的帮助。

会议第二项内容, 支部为入党年限逢五逢十的党员过政治生日。从2021年开始, 党支部为入党年限逢五逢十的党员过政治生日, 以此表达支部对党员的政治关心、激励和嘱托。截止到今年7月1日, 党支部有10位党员同志入党年限逢五逢十。他们是: 程东信, 入党55年; 徐桂华、崔承芳, 入党50年; 傅慧芬、米方明, 入党45年; 郭岩海,

入党40年，章昌玉、王甲廷、李凤桥、王晓川，入党35年。党支部为每位过政治生日党员写了“党员政治生日贺信”，准备了小纪念品。程东信和王晓川两位同志分别代表一组和二组过政治生日党员发言。他们非常感谢党支部为他们逢五逢十党员过政治生日，开纪念会，这是对他们的鼓励和鞭策。作为党员，他们表示要时刻以党员标准严格要求自己，起到党员的先锋模范作用，按照党组织和支部的嘱托，发挥余热，为党的事业、社会和学校奉献自己的智慧和力量。

会议第三项内容，开展党课学习。本次支部党员党课学习，是重温习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上的讲话。郭岩海书记领读了习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上的重要讲话，并发到支部微信群里，号召大家深入学习。

党支部视频会议按照预定时间顺利结束。会后，支部党员在微信群中纷纷留言，祝贺党支部第一次视频会议成功召开！

郑宝银说：汇心支部气象新，优秀党员表率引。三位老师发言好，弘扬信仰树正气。

贾怀勤说：七一到，喜事临。支部党员聚上云。表彰先进激众志，继续努力秉初心。

王晓川说：第二百年迈心程，二十大舞东风。中华儿女多壮志，引领寰球奔祥隆。

刘文丽说：支部视频会议短小精悍，省时省力，安全高效，适合老党员、老同事、老朋友云端见面，具有示范效应。

孙瑞芹说：汇新支部迎七一，腾讯会议云相聚。初心不改忆党史，肩负使命齐併力。

章昌玉说：会议短小精悍。老党员、老同事、老邻居云端见面，组织完美！

朱忠田、邱霞英、王幸鹅、姚丽萍、王关富、陈建平、叶文楼、唐春梅等老师说：祝贺党支部第一次视频会议成功召开！祝贺优秀党员贺向民、周小妹、孙瑞芹，向他们学习；祝贺党支部获得先进。

（汇新楼党支部供稿）

## 惠新里第一党支部举办线上 《党员共话冬奥表彰大会》活动

4月8日上午，北京冬奥和冬残奥总结表彰大会在人民大会堂隆重举行。中共中央

总书记、国家主席、中央军委主席习近平出席大会并发表重要讲话。我支部及时通知广

大党员收看大会直播，会后举办了线上《党员共话冬奥表彰大会》活动。

支部党员热议冬奥健儿积极拼搏，取得的优异成绩，盛赞中国成功举办冬奥盛会，感叹党中央的办奥方针和习主席的重要讲话精神。

王桂林赋诗一首：冬奥健儿扬国威，冬奥精神振民心。冬奥科技惊世界，冬奥中国显神威。

周莉莉说，收看大会直播后，她认真学习了习总书记的重要讲话，心里十分激动。习总书记的重要讲话言简意赅，北京冬奥会、冬残奥会的广大参与者珍惜伟大时代赋予的机遇，在冬奥的申办、筹办、举办过程中，共同创造了“胸怀大局、自信开放、迎难而上、追求卓越、共创未来”的冬奥精神。

她表示，要努力践行北京冬奥精神，以此推动自己今后的教学和督导工作，补充“思政课程和课程思政”的教材内容，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人不懈努力。

王莉从海外发文说，我国成功的举办了一届非凡的冬奥会，北京成为当之无愧的“双奥之城”。作为曾参与 2008 年北京奥

运会筹备工作的老党员，王莉无比激动地说，冬奥会的成功，彰显了中国强大的经济实力。我们的一流场馆及配套设施，一流的高科技在宣传、餐饮及交通服务中的应用，以及高水平的管理系统和管理人才，不仅让世界刮目相看，而且带动了体育、文化、和旅游等产业的发展，成为国民经济发展的新动能。

朱凯表示，北京冬奥会冬残奥会总结表彰大会，再一次把人们带回到那场已经载入史册的奥运会之中。冬奥会不仅是一场体育盛会，更是一次“一起向未来”的圆梦之约。它展现了中华民族面对百年不遇的挑战的坚强姿态，展现了战胜挑战的成功之道，表达了“一起向未来”共赴美好明天的愿景！在这场特殊的冰雪盛会中，中国还向世界展示了中国人民齐心协力，在有效的开展疫情防控和发展经济中创造的“中国智慧”和“中国经验”，给世界人民战胜疫情和发展经济增强了信心，提供了示范。朱凯强调，2022 冬奥会不仅向世界展示了“中国魅力”，和“中国格局”，更彰显了世界第二大经济体、中国的责任担当和崭新形象。

（撰稿 孙静）

### 如何推迟脑血管硬化

适当控制食用高胆固醇的食物，如肥肉、蛋黄、动物内脏等，有效地把血压控制在一个合理的水平。如果是高血压病人，把血压维持在正常值的上限左右，过高过低对脑循环都不利。参加适当的体育活动，保持乐观的精神状态。这些都是对抗脑动脉硬化的措施。

## 惠新里第四党支部召开 线上疫情防控主题党日活动

第四轮新冠病毒变异毒株带来的疫情在全球、在我国多省份多地区快速传播。北京自4月下旬以来也进入了异常严峻的新一轮疫情。5月12号上午，离退休第四党支部组织召开线上疫情防控主题党日活动，近20名党员参加了活动。活动由支部书记蔡学燕主持。主要包括四个内容：一、当前疫情形势、我国防疫防控政策措施；二、严峻疫情之下老同志应该如何应对；三、老同志关心的防疫问题及认识的交流；四、通报近期离退休处老同志服务管理方面的几项具体工作。

蔡学燕书记结合当前严重复杂的疫情，宣传了党和国家的疫情防控政策：人民至上、生命至上、外防输入、内防反弹，坚持动态清零的总方针，最大限度地保护了人民利益，最小代价实现了最大的防控效果。要求支部党员从思想上、认识上、行动上与党

中央保持一致，坚信在中国共产党的坚强领导下，一定会打赢疫情阻击战。接种疫苗是建立坚强免疫屏障的基础，老同志特别是高龄老年人，应种尽种，全程接种，加强免疫接种是非常有意义有价值的。关于对疫情的认知，防疫政策的理解在活动中也进行了交流。最后蔡学燕通报了疫情之下老同志服务工作的几项具体事项，比如进出校园实施严格管理、看病就医取药新规定，年度体检等工作安排。

老党员全程、认真地参与了这次疫情防控主题党日活动，部分党员还认真做了笔记。这次主题党日活动是支部一次成功尝试，一方面使支部党员们久别重逢，欢乐氛围一扫多日疫情的深重情绪；另一方线上相聚，线上交流，凝聚力量，达成共识，共克时艰。

（惠新里第四党支部供稿）

### 如何推迟脑血管硬化

老年人对饥饱的调控能力较差，往往饥饿时会发生低血糖，过饱时会增加心脏负担。因此，应少食多餐，按时进食。一般每日至少进食三餐，最好再增加两三次副餐。副餐可选食豆奶、花生糊、核桃酪、松软糕点、水果等食品。3次主餐的间隔时间为4至6小时，副餐放在主餐之间和睡前1小时。以每餐八九分饱为度，七分饱为佳。老年人应适当选用粗粮，如小米、玉米、燕麦、红薯。

## 汇新楼党支部“七一”看望老党员

在喜迎党的二十大，庆祝建党 101 周年时刻，7 月 1 日这天汇新楼党支部支委会走访看望了支部 8 位高龄和生病的老党员，向他们表达党组织的关心和问候，祝他们党的节日快乐。

支委会一行人分别看望慰问了王绍熙（王绍熙教授今年 93 岁高龄，是支部中年龄最长的老党员）、孙维炎、徐延春、王玉清、舒玉敏、杨逢华、刘文丽、张晶 8 位党员同志，给他们送上精心准备的慰问品和支部全

体党员对他们的问候！

老党员们热情欢迎几位支委的到来。大家表示，在七一党的生日这天，得到党组织的关心问候感到非常温暖。感谢党组织的关心和问候！感谢支部党员对他们的关心！

在 7 月 1 日这一天，党支部支委还来到几位在家的党龄逢五逢十老党员家中，专程送上支部给予他们的“政治生日贺信”和生日纪念品，表达党组织对他们的政治关心。

（汇新楼党支部供稿）

## 惠新里第一党支部“七一”慰问老党员

弘扬党的光荣传统，庆祝建党一百零一周年。七一前夕，惠新里第一党支部慰问了部分“光荣在党 50 年”以上的老党员。这次集中看望了五位 80 岁以上的老党员，向她们赠送了慰问品，并转达了离退休处党政领导对她们的问候和祝福。本年度优秀党员周莉莉和王连娣参加慰问。

支部一行人首先看望了 87 岁的程葆珍同志。程大姐是一位有 60 多年党龄的老党员。她组织纪律性很强，为了服从组织需要，

年轻时“放弃”专业岗位、为学校党政部门工作了一辈子。退休后，她对支部工作非常支持，长期联系和关心几位高龄党员，是党支部的“编外支委”和老党员的知心人。王桂林代表支部向程大姐表示崇高的敬意和感谢！

在看望 89 岁老党员朱秀芳时，王桂林深情地说，朱老师一辈子为学校设计和建造了很多好房子，但是她从不要求改善住房条件，始终住在条件较差的老旧楼房内，彰显

了共产党员“一心为公”优秀品质！高龄后虽然听力和记忆力减退，但她的组织纪律性没有减退，积极参加党支部的各项活动，这是难能可贵的。

姜金英副教授是在党五十以上的老党员。王桂林说，姜老师曾是英语学院教学一线的骨干教师。她热爱教育事业、用一生践行“教书育人”根本任务，是一位资深的老教师。退休后，她始终是支部工作和“老少共建”活动的积极分子。她还对老年人“居家养老”高度关注并建言献策。

91岁的林海水同志是我们支部年龄最

大的党员。王桂林感慨地说，林老师虽然年迈体弱，但是她关心支部微信群建设的热情很高。她经常推送国家时政要闻，重大成就和养生知识，丰富了群里的思想交流与文化生活。王桂林向她表示衷心感谢并祝她健康长寿！

89岁的武凤玲同志也是有60多年党龄的老党员。武大姐虽然已是耄耋老人，但她从不搞特殊化，从不缺席支部组织的活动，表现出很强的组织纪律性，为大家树立了榜样。王桂林祝愿她幸福安康！

（惠新里一支部供稿）

## 做好疫情防控封校情况下 离退休老同志药费报销工作

自2022年4月下旬以来，北京经历了有史以来最严峻、最复杂的疫情防控形势。面对严峻的防控形势，在校党委的统一部署下，离退休人员工作处高度重视和关心关注离退休老同志的生活和思想状况，坚持以人为本、全员覆盖，多措并举，用心用情做好老同志的关爱工作。

由于疫情尚未得到有效遏制，按照上级卫生主管部门和校园封闭式管理的要求，

我校暂停了5月份和6月份门诊报销工作，而即将到来的暑期常规不安排药费报销工作，由此可以想象离退休老同志医药费经济压力之重。离退休处想老同志所想，急老同志所急。在校主管领导文君副书记领导下，离退休处主动与后勤与基建处、校医院、财务处等相关部门协商研究，决定在严密做好防疫防护前提下，增设老同志医药费报销专场。离退休处立即着手制定一整套严格防疫

## 离 退 休 工 作

任务下药费报销的方案，明确职责，清晰流程。考虑人员密度控制，药费专场报销自6月14日起至6月30日三周时间里的每周二、四全天进行报销，由常规的每月两天半的报销时间增至到六天，报销地点也由校内校医院转移至老年活动中心。报销时间更长，报销环境更为舒适安全，保障了每一位老同志药费报销的需求，这背后是离退休处、校医院等部门的艰苦付出。看着老同志满意的微笑，虽苦虽累却甜在心里。

校党委文君副书记、校党委常委、组织部李洁部长6月30日上午亲临老年活动中心报销工作现场指导慰问，要求离退休处要坚决落实学校疫情防控各项要求，充分发挥特殊时期沟通作用，用心、用情、用力做好老同志的服务工作。

离退休处在老年活动中心入口处设健康宝检查和体温检测点，老同志报销登记处、候场厅、一米远的排队等候座位、单行线行进路线，以及全体离退休处工作人员的



温馨服务，校医院医生的严谨工作，都为酷暑里前来报销的老同志给予丝丝清凉舒爽。

截止6月30日，在全体工作人员的共同努力下，共完成约400人次的离退休老同志药费报销工作。

疫情虽有反复，但终将会退散。离退休处将继续在学校党委的领导下，带领全体职工提高政治站位，落实主体责任，对老同志做到关心不停歇，始终心相连！

（文 隋阳）

# 特别的爱给特别的你

## ——疫情防控常态化下大病困难人员的关怀帮助

今年的新冠疫情有很大的反复，来势熊熊，给人们的生活、工作和出行带来极大

影响。为保护人们的生命安全，北京市出台了严格的防控措施，学校校园也实行了封校

管理，人员不能进出。

学校在做好疫情防控工作中，没有忘记深患大病的离退休老同志。在疫情控制稍微好转的情况下，学校及时启动了 2021 年度大病互助会补助金申报工作；离退休人员工作处及时启动了 2021 年度大病困难补助金申报工作，通过电话、短信、微信公众号多种方式及时将报申困难补助金的通知告知广大离退休老同志。离退休处安排专人负责老同志申报材料的接收、登记和自费医药费数据的整理计算工作。在大病互助会申报补助材料整理登记汇总后，及时与学校校工会进行沟通，将相关材料报送过去。校工会

及时协调各相关部门，召开大病互助会领导小组会议，审议申报材料，确定补助金额。离退休处也及时召开评审会议，审议申报材料，确定补助金额。在补助人员和补助金额确定后，离退休处及时与财务处进行沟通协调，将上述两项补助金通过工资发放系统，及时的打入到老同志工资账户。

大病互助补助金和大病困难补助金的发放，极大的缓解了深患大病老同志的经济压力，深感学校对他们的关心关爱和切实的帮助，进一步增强了与疾病做斗争的信心。

（文 郭岩海）

## 2021—2022 年度优秀共产党员简要事迹

**和平里党支部 柳永树：**柳永树同志积极参加支部党史教育，不忘初心，牢记使命，在政治上、思想上、行动上与以习近平总书记为首的党中央保持高度一致。担任支部副书记，积极主动配合书记工作，工作抢着干，在校庆活动中发挥骨干作用，获得突出贡献奖。注重邻里关系，关心照顾支部老党员，只要邻居有需要，他都会主动帮助。孝敬老母，其母已 90 多岁，照顾老母是他退休生活的第一要务，每天都要去老母亲家一次，

妥善安排后推，老母坐轮椅遛弯，雷打不动，长期坚持，带动兄弟姐妹和妻子一起孝敬老人，为大家做出了榜样。

**二里沟党支部 朱成器：**朱成器同志始终以共产党员的标准严格要求自己，不忘入党初心，牢记党员使命，积极参加支部活动，按时交纳党费，自觉履行党员义务。在党史学习教育活动、庆祝建党 100 周年以及支部组织的线上线下学习交流活动中，他都能积极参与，用自己成长的经历，表达对党的

感恩之情和永远心系党的决心。朱老师退休后多年被学校聘于国际学院的教学督导并继续兼任学校出版社的书稿评审复审工作，为学校的教学和教材编审出版做出了贡献。朱老师作为空巢老人，生活态度积极乐观向上，在抗击新冠肺炎最艰难的日子里，他严格遵守政府防疫要求，努力克服疫情给生活带来的不便，始终保持良好的心态，在此期间仍然作为专家继续参与出版社书稿复审的工作，从未间断。朱成器同志学识渊博，淡泊名利，低调做人，他的为人赢得支部党员的一致赞誉。

**汇新楼党支部 贺向民：**贺向民同志积极参加支部活动和党史学习教育活动，以党员标准严格要求自己，不忘初心，牢记使命，在政治上、思想上、行动上与以习近平同志为核心的党中央保持高度一致。贺向民同志身患大病（换肝换肾），但他面对本楼居民对他的信任和推选，不顾身体虚弱多病，依然担负起了汇新楼业主服务委员会主任工作。他认真听取该楼居民的意见，热心为汇新楼居民服务，把大家关于汇新楼管理的意见收集起来，及时反馈到学校相关部门，并多次与学校领导和相关部门沟通，妥善解决了该楼军民关心的地下室管理实用问题，消防设施更新安全使用等问题。他还带头捐款款物捐物，为汇新楼地下活动室添置活动器材。他还主动关心身边的高龄老人，为他们看病就医提供力所能及的帮助，发挥了一

名共产党员的先锋模范作用。

**汇新楼党支部 孙瑞芹：**孙瑞芹同志担任汇新楼党支部副书记、第一党小组组长。经汇新楼业主推选，担任该楼服务委员会副主任。孙瑞芹同志为人热情，敢于声张正义，乐于助人。她克服退休后需要照顾第三代的家庭困难，积极投身支部工作和业主服务委员会工作，及时向党小组党员传达支部工作安排，组织工作开展；她维护业主权益、维护楼宇的安全，积极开展楼宇管理工作，促进邻里之间的和谐团结，发挥党员积极作用，在党员和群众中威信很高。在封校期间，她配合学校和物业做好宣传工作，统计车辆数量，办理车证，保证楼宇管理的安全。她积极配合支持离退休处工作，把离退休处相关要求发到业主群里；积极支持配合书记工作，落实各项工作任务。她认真学习中央文件精神、学习党史，学习习近平讲话精神，向支部递交了多篇学习心得。她在支部建设，和谐校园、和谐社区建设中发挥积极作用。

**汇新楼党支部 周小妹：**周小妹担任汇新楼党支部副书记、第二党小组组长，在党支部工作中她积极支持配合书记工作，团结带领本小组党员开展工作，发挥了积极作用。她思想上始终和党中央保持高度的一致，关心国家大事和时事政治，学习了党的文件精神和习近平新时代中国特色社会主义思想，与党中央保持高度一致。她在支部工作中，始终保持坚强的党性，无条件地服从

党组织及处党委的安排，不计个人得失，工作中能以党员的标准严格要求自己，起到很好的表率作用。作为党小组组长始终以身作则，对自己高标准、严要求，服从领导分工，积极参加党支部的每次活动。协助书记做好支部工作，尽职尽责完成上级布置的任务。加强与党员同志之间的沟通，热心助人。关心患病老党员的身体情况并及时向支部书记汇报，得到党员群众的认可。

**惠新里一支部 周莉莉：**从2005年起，周莉莉担任学校教学督导员17年之久。她牢记“有一种责任叫奉献”，把学校的督导工作作为光荣的使命和责任，一丝不苟、竭尽全力地去完成。对于不熟悉的领域，她边学边听，攻坚克难，通过学生了解教师的教学效果。鼓励和督导任课教师不断进步。为贯彻学校的教改要求，她认真听课，与任课老师进行交流，既肯定他们的教学长处，又指出不足之处，发挥了教学督导的独特作用。疫情期间学校实施“线上教学”后，她在履行督导责任的同时，从2022年5月起主动加大督导工作量，把每月听课量提升到二十门课程，仍然一丝不苟地做好“课程评估”、“教师评价”，以及对上级的“督导反馈”，得到了学校教师中心的认可。她还承担了由中宣部国际传播局、教育部高教司主办，北京外国语大学牵头的高校外语多语种系列教材《理解当代中国》的编审工作。该项目致力将《习近平谈治国理政》思

想编进外语专业教材。周莉莉被聘任为该项目意大利语教材的评审专家。她及时出色地完成了任务，得到了各方面的好评。周莉莉2021年初返回学校居住后，积极参加支部组织的党建活动和“老少共建”系列活动，并在活动中认真准备，带头发言，既彰显了“五老”代表的独特优势，又发挥了一个共产党员的模范带头作用，受到支部广大党员赞扬和认可。

**惠新里二支部 丁崇文：**丁崇文同志克服家庭和身体困难，积极参加支部各项活动和党史学习教育，学习会上积极发言；参加活动后撰写学习体会，向党支部提交多骗学习感悟。丁崇文同志积极参加老少共建支部活动，与大学生开展思想交流，在支部中起到很好的带头作用，为大学生成长发挥积极作用。她退休后仍坚持上课，精益求精，经常得到好评。她还担任英语学院特邀党建组织员工作，工作认真负责，成绩显著。她还参加抗疫志愿者工作，有良好表现。她关心同志，群众关系好，得到党员同志们的拥护。

**惠新里三支部 赵葆森：**赵葆森同志患有高血压等疾病，仍根据东城区教委幼教科工作需求，返聘在幼教工作岗位，帮助涉外幼儿园在中国法律的框架下开展幼教工作，取长补短，相互学习。并探索新时期幼儿教育的特点，开展相关教研探索活动。同时坚持在条件允许的情况下积极参加支部活动。有一次因返聘单位有活动没有参加支部观

影活动，事后自己花钱购票补看主旋律电影。她还根据东城区教委工作安排，参加返聘单位党员活动。帮助返聘单位发展青年党员，建立党支部，扩大党组织在民营企业的影响。自觉履行党员职责，以自身行动展现共产党员的精神风貌。

**惠新里四支部 宋新国：**宋新国同志时刻提醒自己是一名光荣的中国共产党党员，以身作则，以自己实际行动兑现党员的责任和义务。他认真响应和落实支部和处党委的要求，积极参加每一项支部组织的活动。在支部的政治学习，各项活动中发挥骨干作用。在疫情比较严重的背景下，积极配合处要求，做好防疫，不给国家不给学校添乱。

**惠新里五支部 薛荣久：**薛荣久同志是学校知名的老教授，随以年龄 76 岁，但仍然活跃在学校教学、科研第一线，为国家建设和学校发展贡献力量。他积极参加建党百年和校庆活动，以硬笔书法撰写百篇毛主席诗词来表达对党百年华诞的庆祝和对学校 70 年校庆的祝福；他参与国家级的教材编著工作，为外经贸人才培养尽职尽责；薛荣久同志退休后，虽然工作繁忙，但仍然积极参加支部活动，为大家做出榜样。

**芍药居党支部 秦宣仁：**秦宣仁同志年近九旬，身患肺癌，但作为一名知识分子老党员，退休后一直从事国际关系的研究，勤于笔耕，为决策层献计献策，做出积极贡献。他积极参加党支部活动，为支部党员多次做

国内外形势宣讲，体现了一名老共产党员战胜疾病，活到老学习到老，工作到老，勇于担当，不屈不挠的革命精神。近来继续跟踪研究中、俄、美关系，关注中俄能源战略和周边形势。研究成果受到多部门的好评。他还积极承担离退休党委交与的宣讲任务，为离退休党员学习、拓宽视野做出贡献。

**台基厂党支部 颜长森：**颜长森同志是一位有着 50 年党龄的老党员。他于 2016 年再次担任台基厂党支部组织委员工作至今也有 6 年时间了。颜老师在任组织委员工作期间，对支部工作充满了热情，他热爱支部工作，全心全意的为老同志服务，对支部的组织工作认真负责，积极为支部的建设出主意想办法。在疫情防控期间，颜老师不怕麻烦，采取线上线下相结合收缴党费；他工作耐心，细致，经常看望和帮助身边老同志并主动为他们报销药费，送书，送物，帮助他们解决生活中实际问题等。颜老师自己身体也不好，做了手术，但它做起支部工作来，忘记自己的病痛，忘我地，默默地为大家做服务性的工作。新年前，支委会讨论为 80 岁以上老同志送温暖，颜老师从购买到邮寄不辞辛苦，在很短时间里老同志就收到了支部的温暖。颜老师是一位深受广大党员信任和认可的好同志。经 2022 年 5 月 28—31 日的支部微信大会充分酝酿和讨论，大家一致同意并推荐颜长森老师为本年度优秀共产党员。

**天通苑党支部 陈坚：**陈坚同志一直在用共产党员这个标准来要求自己，只要支部有活动就积极参加，在活动中发挥骨干作用。她性格开朗，为人正直，有利于和谐社会的事情就多参与。她在老年大学的健身操班担任班长，配合老师和老年大学积极开展工作，发挥骨干作用，保证教学工作正常开展。她经常代表学校出去演出，给学校挣得荣誉。

**望京一党支部 白建平：**白建平同志是入党仅四年的新党员。入党以来，她一直按照共产党员的标准严格要求自己，积极参加支部活动，勤奋好学，多次为夕阳情网站投稿，传播正能量。特别是在教委、学校、离退休处以及支部组织的各种学习、会议，她都积极参加，并写出学习心得或感言分享给大家，发挥骨干带头作用。她积极支持支委工作，在一次发学习书籍过程中，有一些老同志身体不便或家里有事没有及时到发书地点领取，她立刻想办法，主动跑回家中取了一辆手拉车，帮助把书籍全部送到老党员家。她热心助人，关心老同志。一次她看到有一位老同志平时热情开朗，那天却表现的极为不开心，她主动上前搭话，了解情况，耐心做了工作，解决了该同志因家里的一些问题而产生的困惑。在疫情期间，她主动为居住同楼声乐班 有歌片的老同志线上学习复印歌片送上门，老同志特别感动。她是东湖街道望京花园社区志愿者，干

了已有 10 余年了。国家的重大会议，国际重要活动等，社区组织的安保巡逻、岗亭值守、志愿家族清洁社区卫生，垃圾分类宣传，桶前值守等活动，她克服困难，一样不拉，全都积极参加，出色完成了任务。

**望京二党支部 赵瑾：**赵瑾同志退休以来坚持党的理论学习，认真学习领会习近平总书记新时代中国特色社会主义思想，自觉践行“两学一做”、坚定“四个自信”做到“两个维护”，与以习近平总书记为核心的党中央在政治思想上始终保持一致，理想信念坚定。赵瑾同志身患大病，但她与自身疾病做斗争，在党组织需要她的时候，仍然克服自身和家庭困难承担起了离退休党委望京第二党支部书记的工作，组织支部党员开展活动，落实离退休党委各项工作部署，为党组织建设发挥积极作用。

**望京一党支部 朱永平：**朱永平同志退休后，积极发挥党员先锋模范作用，参加支部组织的各项活动，发挥骨干作用。他担任支委工作以来，履行党内职务分工，工作主动抢着干，并一心一意干好，不计得失，在荣誉面前从不伸手。他有大局意识，模范执行党的决议和决定。他酷爱学习，勤奋刻苦，知识面广，有较高的政策水平，多次发表学习心得感言等，在离退休处夕阳情网站登载，在支部宣传、教育方面起到积极作用。在支部工作中，他积极出谋划策，组织实施开展适合本支部党员特点的线上线下活动。

为了鼓励大家参加活动的热情，他还把活动情况制做成一频小片发到群里，供大家欣赏和收藏，增加支部向心力，凝聚力。在社区垃圾分类宣传及守桶活动中，他积极带头，有时一人值两个人的时长，还对管辖楼宇卫生进行巡视检查，认真写出存在的问题，报居委会和物业，督促整改，工作做的很细。

**望京四党支部 陆勇：**陆勇同志积极参加党支部组织开展的各项活动，发挥骨干作用。他积极学习习近平治国理政、新时代中国特色社会主义思想理论，坚持专业学习研究，经常在微信上与大家分享有益信息。在老少支部共建活动中，陆勇同志发挥老教授、老党员独特优势，积极与大学生开展交流，引导大学生树立正确人生观和价值观，过好大学四年生活。他严格按党员标准要求自己，

起到了一个共产党员的模范作用。

**望京四党支部 王文焦：**王文焦同志是离退休党委望京第四党支部书记。她虽年事已高，但仍然克服身体疾病和家庭困难，担当起支部书记工作，努力完成离退休党委各项工作部署，积极组织党员开展参线上线下的各项学习活动。王文焦同志密切联系群众，及时有效地解决老同志们们在思想生活上遇到的各种问题，得到了支部老同志们的一致肯定与称赞。由于支部党员 80 到 90 岁以上老同志占多一半，为沟通联络方便，她想办法与老党们的亲属（子女，孙女）建立联系。这一点得到了老同志及亲属们的理解支持与合作，特别是在疫情反复的大环境下，起了很大作用，收到很好的效果。得到支部老同志及亲属们的赞扬。

## 2021—2022 年度优秀党务工作者简要事迹

**二里沟党支部书记 刘新敏：**刘新敏同志退休后担任支部书记多年，她认真学习贯彻党的十九大精神和习近平新时代中国特色社会主义思想，认真学习党史，不断提高政治修养和理论水平；她为人诚恳正直，党性观念强，热爱党务工作，自觉履行职责，求真务实，甘于奉献；她与支委密切配合，

带领支部党员积极贯彻党的路线方针政策，落实学校及处党委工作部署，按照上级党组织和处党委要求组织开展支部活动，一年来圆满完成党员学习教育、庆祝建党百年、党员民主评议、党费缴纳、推选优秀、探访支部老党员、参加处党委组织的学习讲座及“冬衣送暖”捐赠活动和配合疫情防控等工

作任务。她关心学校发展，热心为党员群众服务，虚心听取大家意见，及时了解并转达老同志的诉求和合理化建议，在党员和群众中具有较高威信，受到大家的一致好评。

**和平里党支部书记 王家祥：**王家祥同志心脏做过大手术，在身体逐渐恢复后，又重新担任起党支部书记工作。他热爱党，热爱党的工作，有“小车不倒，只管推”的精神。他用心工作，团结支委，努力完成党交给的工作任务，热心为支部党员和周围群众服务。他能密切联系群众，为群众办事，以身作则，事事干在前面，得到党员群众的信任。

**汇新楼党支部书记 郭岩海：**郭岩海同志自担任汇新楼党支部书记以来，发挥书记的班长作用，团结支委会成员事事想在前面、干在前面，推动支部各项工作的开展。每年根据处党委工作计划制定支部活动计划，组织党员定期开展组织活动，通过讲党课党史学习、主题党日活动、民主生活会、党员过政治生日等活动，加强党员管理，教育引导党员保持党性观念，不忘初心，牢记使命。每年有工作总结，召开年末工作总结会，向支部党员报告一年党支部工作，听取党员意见。疫情之下，他注重发挥党支部微信群的积极作用，及时传达处党委的各项指示要求，传达支部的各项工作安排和对党员的要求，及时回复党员关心的问题 and 提出的意见，把微信群作为与支部党员之间沟通联系的桥梁。郭岩海同志在工作中，十分关心

支部的老党员和生病党员，坚持七一和新年带领支委走访看望，送去党组织的关怀慰问。郭岩海同志为人诚恳正直，党性观念强，工作到位，得到支部党员的好评和认可。

**惠新里第二党支部书记 黄震华：**黄震华同志作为老领导、老教授，退休后仍然严格要求自己，认真学习习近平新时代中国特色社会主义思想，发挥老党员、老教授积极作用。自担任离退休党委惠新里第二党支部书记以来，团结支部委员，不断加强党支部建设，发挥支部“五老”成员的积极作用，积极开展老少党支部共建活动，并在活动中发挥带头作用，给学生上党课，教育引导大学生听党话，跟党走。黄震华同志担任校关工委常务副主任工作，他全身心投入，团结带领班子成员开展工作，成绩突出，2021年在教育部关工委成立30周年之际，被评为全国教育系统关心下一代工作先进工作者。他关心支部党员同志，带领支部班子成员看望多名老年多病的党员同志，送去党组织的关怀。

**惠新里第三党支部书记 蔡少英：**蔡少英同志为人正直，自担任党支部书记以来，团结支委，认真开展支部工作，贯彻落实处党委各项工作部署，积极参加处党委各项学习和活动，完成上级交办的各项任务。她克服困难，想办法将96%的党员或党员亲属纳入支部微信群，向支部党员及时传达学校、离退休处党委和行政各类信息；上传

## 身边的榜样

学习视频和学习材料。她工作作风较民主，注意联系群众，征求党员意见和建议，制定年度工作计划，开展各项支部活动。她不计较个人得失，愿意为大家服务，经常帮助有困难的党员报销药费，办理住院申报支票手续，向处党委反映党员困难，争取经济补助等。她的工作得到大家认可。

**惠新里第五党支部书记 李玲玲：**李玲玲同志担任支部书记工作多年。她为人直爽正直，工作认真负责，认真贯彻落实处党委各项工作部署，组织支部党员开展活动，特别是在老少支部共建工作中，发挥老党员优势作用，为立德树人工作做出积极贡献。她认真学习贯彻党的十九大精神和习近平新时代中国特色社会主义思想，认真学习党史，与以习近平同志为核心的党中央保持思想和行动上的高度一致。她关心支部老党员，经常上门或电话问候，帮助他们解决一些生活困难。

**惠新里第一党支部书记 王桂林：**王桂林同志既担任惠新里第一党支部书记、又兼任学校关工委副主任职务。他在认真抓好支部工作的同时，竭力做好学校关工委的各项工作。在党支部工作中他守正创新，把老年支部的党建工作与学生支部的党建工作高度契合，围绕历史节点和国家大事为主题，持续开展形式多样的老少支部共建主题党日活动，通过“老少共学”、“老少共谈”等形式开展学习研讨，提升支部活力和活动效果，引导大学生努力学习、听党话、跟党走。

2021 年间，他联合学校关工委和学院二级关工委组织了开展了三次“老少共学”大型学习活动，还开展了三次有老年支部特色的学习交流互动，获得预期的学习时效。

**芍药居党支部副书记 崔淑敏：**崔淑敏同志自担任党支部副书记以来，积极发挥作用，有力协助书记做好支部各项工作。她思想觉悟高，为人正直，紧跟党中央的方针政策。芍药居支部党员多病高龄，又多数住在芍药居宿舍楼。崔淑敏同志情况熟悉，常主动关心照顾这些老同志，嘘寒问暖，谁有具体困难，都会热情帮助。魏贞胃穿孔，中日急诊停诊，只得送安贞做手术。她多次往返学校医院帮助魏老师办理支票手续。她还管理活动室等工作。她的主动、热情、担当、负责的工作精神，深得支部党员的肯定。

**台基厂党支部书记 郭莉英：**从 2013 年开始担任台基厂党支部书记，至今九年。她热爱党务工作，能够全心全意的投入到党支部工作的建设中，工作扎实，能团结支委一班人、经常召开会议探讨和研究支部工作，她敢于担当，敢于负责，顾大局，善于思考。在疫情防控以来，她积极响应党委号召，为保证支部工作开展顺利，充分发挥支部微信群的作用，开展线上形式多样的活动，及时把上级党委及本支部的工作落实到每位党员。能够全心全意的为老同志们服务，作风民主，团结支部所有同志，认真向上级组织汇报工作，遇到问题及时解决。工

作中坚持原则，廉洁奉公，得到了全体党员的一致认可。

**天通苑党支部书记 董中颖：**担任天通苑党支部书记已经 10 年有余。多年来以高度的责任感和事业心，恪尽职守，兢兢业业为天通苑党支部辛勤的工作。将自己的工作

热情，智慧和余热奉献给基层党务事业中，圆满的完成了党组织赋予的光荣使命。天通苑党支部连续多年被评为基层先进党支部，她本人也多次获得优秀党务工作者的光荣称号，得到了党组织和党员及群众的高度好评和充分肯定。

## 2021-2022 年度 先进基层党支部名单

| 序号 | 支部名称     |
|----|----------|
| 1  | 二里沟党支部   |
| 2  | 和平里党支部   |
| 3  | 汇新楼党支部   |
| 4  | 惠新里第一党支部 |
| 5  | 惠新里第四党支部 |
| 6  | 台基厂党支部   |
| 7  | 天通苑党支部   |

### 中老年 养生食谱

#### 蔬菜末蒸蛋羹

原料：鸡蛋，蔬菜，可以选菠菜、白菜、油菜、黄瓜、番茄等蒸后柔软适口的蔬菜。盐适量。

做法：蔬菜切成末。取 1 个鸭蛋或 1 至 2 个鸡蛋，打在碗里，加入一点盐，加入一两蔬菜末，蔬菜末可以选菠菜、白菜、油菜、黄瓜、番茄等蒸后柔软适口的蔬菜。搅匀，蒸 15 分钟即得。

# 发挥好党员先锋模范作用

——优秀共产党员代表周莉莉在“两优一先”表彰大会上发言

我来自惠新里退休第一支部。支部里有不少是七旬以上的老人，但是我们人老志不老，不忘入党初心。有些事情在其他人群中可能不是个困难，比如要在线上开支部大会，进入腾讯会议，我们可是费了心了。但是大家积极努力，没有电脑的，到其他同志家合用，不会用的请小孙女教着用，我们顺利地完成了支部大会的各项议程。我们就是这样，紧跟时代前进的步伐，在党旗的指引下，不断向前。

明天就是我们党的 101 岁生日。党和人民百年奋斗，书写了中华民族几千年历史上最宏伟的史诗，改变了中国和世界，走出了中国式现代化道路，创造了人类文明新形态，拓展了发展中国家走向现代化的途径。我们这一代是在党的关怀和教育下成长的，跟着党走完了第一个百年的征程，现在要开启第二个百年征程，我们很荣幸。退而不休，不忘初心，学习先进，永葆青春。党员是构成政党的基石和细胞。党员的数量决定政党的规模和群众基础，党员的素质在很大程度上决定政党的水平。所有我们一定要不断地加强学习，努力起到共产党员的先锋模范作用。

党员的先锋模范作用体现在带头作用、

骨干作用和桥梁作用这三个方面：

**带头作用。**共产党员首先是应处处以身作则，在各项工作中走在群众的前面，处处给群众做出表率，成为群众学习的榜样，影响和带动人民群众为实现党的目标和任务而共同奋斗。

**骨干作用。**共产党员在各项工作中应当成为群众的核心和中坚分子。对于群众在工作、生活中的困难，要主动热情地帮助解决；对群众提出的各种问题，要正确地给以解释和回答；当群众的正当权益受到损害时，要敢于挺身而出，保护群众的利益。

**桥梁作用。**共产党员是党和人民群众保持密切联系的中介，要成为党组织与人民群众相联系的纽带。经常向群众宣传、解释党的路线、方针、政策和主张，使群众真正理解它的意义、做法以及同自己切身利益的关系，从而自觉地为实现党所提出的各项任务而奋斗。

我们支部和国际关系学院的几个学生党支部有“老少共建支部”的联系，经常在一起开会交流体会，需要有人发言。如果是支部书记指定我发言，我肯定提前准备好稿子，如果没指定我，我也早早准备好，这样

万一发生什么变动，我可以马上顶上去。因为即便是做“备胎”，也要保持先进性。

中国共产党人依靠学习走到今天，也必

然要依靠学习走向未来。我一定不辜负党的教育和培养，加强学习，努力学习，不断学习，时刻不忘起到共产党员的先锋模范作用。

## 用心用情营造支部温馨大家庭

——优秀党务工作者代表李玲玲在“两优一先”表彰大会上发言

退休后受离退休党委选派，担任了当时的离休干部党支部书记工作。现在随着时间的推移，离休干部支部更名为惠新里第五党支部，支部党员的结构已从离休干部为主，变为离休干部只剩下两位了，我担任支部书记也有十年了。

从受党组织和党员信任担任书记工作，我本着服务离休老干部老党员的精神开展支部工作，事事处处为他们着想，把组织的关怀变成自己的行动。前几年每到春节三十这天都是我最忙的时候，包几种馅的饺子，然后给住在楼里和养老院的离休干部（没有和子女在一起的）送去。后来他们一个个先后离去，这让我很是悲伤，我就不敢再给他们三十送饺子了，怕事应了……

对于支部工作我是全力以赴的完成。积极配合学校和离退休处党委的要求，开展本支部的各项工作。特别是在与学生支部的共建工作中做的比较突出。由于我退休前是学

生辅导员，了解大学生们的需求和特点，因此在关心下一代的问题上有针对性的开展活动。例如对新生开讲座，怎样规划自己的大学生涯；与即将毕业的大三，大四学生探讨就业方向；请知名教授讲学校的发展史和专业课学习的重要性等，注意组织丰富多彩的党日活动。我们曾经带着学生党员和积极分子去顺义的太阳村捐书，看望服刑人员的子女；也曾去过抗日战争纪念馆，凭吊牺牲的先烈，在长城上重温入党誓词。疫情前每年的重阳节，我们支委都请几个学生党员一起看望离退休老党员，老少共建其乐融融。

在政治学习方面尽量做到符合实际情况，以自学为主，支部大会有重点发言，平时基本都是在群里交流体会。这两年更是线上开支委会研究工作，疫情稳定时与学生党员举办户外共建活动。

在十年的党务工作中，我把大家当做自己的亲人，对待离休干部就像对长辈一样

尊敬，对待学生党员就像对孩子般爱护，对支部里的党员就像兄弟姐妹，把退休支部营

造成温馨的大家庭就是我的目标。

## 一个支部 一个堡垒

### ——先进党支部代表王家祥在“两优一先”表彰大会上发言

一、克服新冠肺炎疫情影响，继续深入开展老少支部共建活动。

1. 举办了一场别开生面的学生采访活动。由保险学院林若青同学牵头，联合经贸学院张书豪，卢沁文同学，英语学院尹孜逊、宋词同学、中文学院高嘉妮同学组成的跨学院联合采访组进行一次思政课，走出教室来到社区，面对面听老党员讲党课的一次尝试。经过离退休处党委和校关工委同意，指派我们支部接待。由于考虑到几个学生都是大一学生，特别希望了解老党员入党时的初心和对团组织择优入党的看法，支部决定有针对性选派了两名在党50年以上的老党员宓智瑛和王家祥接待。两位老师向同学们介绍了大学时期入党的经过，共同分享了他们入党时的喜悦和为党奋斗终生的经历，让同学们见识了一名党员在毛主席倡导的雷锋精神时代的奋斗奉献，在改革开放时代的拼搏圆梦，在中国特色社会主义新时代的老骥伏枥形象。

2. 老少支部利用线上为老党员熊瑞堂同志举行追思会。

3. 老少支部在线上举行学习宣讲六中全会精神进社区活动。

4. 坚持为老同志报销医药费活动。在疫情期间，根据在校学生不多或学生不准出校门等情况，采取分段方式。校外由支部支委负责，校内由学生协助；学生不在学校，辅导员老师出面帮助。

二、持续做好为老服务工作，关心关照特殊人群。

我们把防疫工作放在为老服务工作的首位，配合社区积极宣传打疫苗工作，动员党员带头打疫苗。柳永树、吴金芳等支委第一批参加打疫苗，老党员蒋汉生、罗恩立、李相应、李鹏明等同志走在前，形成了第一次接种疫苗高潮。剩下的没有接种疫苗的大都是年岁偏大、基础病较多，有过敏反应史的。经过社区反复动员，80多岁的老党员胡兰芳同志带头，宓智瑛、王家祥等同志参

加，掀起了第二个接种疫苗高潮。本支部党员除一人有特殊情况向处领导说明外，其他同志全部接种疫苗，为建立全民防疫屏障做出了自己的贡献。

关注养老是做好为老服务的基础工作。在调研的基础上，上半年我们把重心放在四家上，周玉杰、张培基、闫善明、雄瑞堂他们先后病逝。我们关心他们丧事，并协助处理好后事。周玉杰子女没办过丧事，不知如何按父亲遗嘱丧事从简，在支部协助下，在和平里医院告别，学校组织部、人事处、离退休处领导参加，使老先生走的有尊严。张培基和闫善明两位教授虽不是党员，处理丧事有困难，我们都出手帮助。熊瑞堂老师春节期间病逝，为了不影响大家过节，节后我们与共建支部一起在线上为熊瑞堂老师举办了追思会。在吴金芳老师的协调下，许多校友来电来函吊唁熊瑞堂老师，对家属是一次莫大的安慰。我们还对住院报销的老党员予以指导和帮助。只要支部党员有事，不管党员本人，还是家属和保姆都会全力予以帮助。

### 三、疫情之下，支部组织党员社区一线值守。

疫情就是命令，防控就是责任。在疫情防控的战场上，支部主动联系社区，“逆行”设卡执勤、入户宣传、上门走访。随处都可以看到支部党员的身影。不论寒冬酷暑，构筑疫情防线，保护群众安全就是支部的职责。爱党爱国没有理由！

### 四、创新支部工作方式，线上活动丰富多彩。

支部党员学习两会活动都在支部微信群中进行。处党委安排的各项学习，开展的活动以及各项要求，都及时转发到群中。每天柳永树老师的天气预报，吴金芳老师的早新闻，蒋汉生老师的国外国内外大事，还有党员转发的正能量信息，是大家必看内容。副书记柳永树组织的党员会或视频会大家踊跃参加，支部的工作也在群中顺利完成。新形式新方法，收获了新力量和新成效，得到了支部党员的积极肯定。在疫情之下，支部重要工作和重大事情变换成线上线下相结合的方式，由支委会集体研究决定，支委分工明确，各负其责。柳永树负责支部微信群宣传组织，吴老师负责短信群宣传组织，王家祥负责余下电话群联系群众，按时保质完成处党委交办的各项任务。

### 老年人秋季养生食物

为了避免和减轻秋季气候对人体的不利影响，饮食调节尤其重要。根据中医理论，秋季饮食关键是滋阴润燥，具有滋阴润燥的食物有芝麻、雪梨、荸荠、龙眼肉、蜂蜜、银耳、苹果、香蕉、葡萄、菜、萝卜、藕、豆制品等。

此外，因辛味食物易至燥，酸味食物能生津，所以秋季饮食还要少辛多酸。少辛是指少吃辛辣食物，如葱、姜、蒜、韭、薤、椒等；多酸是指适当多吃些酸味的水果，如石榴、葡萄、芒果、杨桃、柚子、柠檬、山楂等。

# 我看中国特色社会主义新时代

## ——绿色文明的新时代

节能减排, 低碳生活, 正逐渐成为社会热点和潮流。我们知道, 经济学是解决资源稀缺和人的无限需求矛盾的学科。地球资源的储量总是有限的, 我们不可能永远无限制地使用各种能源。人类只有尽量节约能源, 尽量减少资源的使用, 这是人类可持续发展的理性需求。人类要持续发展, 必须要低碳生活, 必须节能减排, 必须为后代节约能源, 这是能源约束发展的科学发展观。

认真学习和深刻领会习近平新时代中国特色社会主义思想, 深入贯彻党的十九大和十九届二中、三中、四中、五中、六中全会精神, 全面贯彻习近平生态文明思想, 认真体会我党的一系列绿色发展的决策部署, 坚定不移贯彻新发展理念, 全方位全过程推行绿色规划、绿色设计、绿色投资、绿色建设、绿色生产、绿色流通、绿色生活、绿色消费, 使经济和社会的发展建立在高效利用资源、严格保护生态环境、有效控制温室气体排放的基础上, 统筹推进高质量发展和高水平保护, 建立健全绿色低碳循环发展的经济体系, 确保实现碳达峰、碳中和目标, 推动我国绿色发展迈上新台阶。

我对党的十八大以来一系列中国特色

社会主义的绿色发展理论, 思想和实践, 感到无比的正确和英明, 有发自内心的拥护和力所能及地支持。中国特色社会主义的理论和实践, 代表了中国和人类前进的方向, 是指导中国大学行动的指路明灯。在学、思、用结合, 知、信、行统一的中国特色社会主义理论学习和实践过程中, 我深刻体会到思考, 理解, 才能真信真干的道理。把道理“悟”明白, 才能在行动上身体力行。

在绿色发展的背景下, 世界各国以全球协约的方式减排温室气体, 我国于 2015 年提出碳达峰目标。2020 年, 我国提出在 2030 年前实现碳达峰, 2060 年前实现碳中和的双碳目标, 意味着中国已正式将“碳中和”理念纳入经济发展的顶层布局。我国坚持创新引领, 深入推动技术创新、模式创新、管理创新, 加快构建市场导向的绿色技术创新体系, 构筑高效绿色发展的政策支持体系。到 2035 年, 绿色发展内生动力显著增强, 绿色产业规模迈上新台阶, 重点行业、重点产品能源资源利用效率, 达到国际先进水平, 全社会广泛形成绿色生产生活方式, 碳排放达峰后稳中有降, 生态环境根本好转, 美丽中国建设目标基本实现, 这就是中

国经济社会绿色发展的愿景。

随着能源问题日益突出的环境下，世界各国都非常重视校园节约和绿色校园建设问题，早在 1972 年，在斯德哥尔摩召开的人类环境会议上，到会学者就提出了绿色学校的理念。1994 年，联合国教科文组织（UNESCO）就积极倡导“可持续性的教育”。1997 年，美国 30 余所著名高校加入环保高校联盟（The Campus Consortium for Environmental Excellence），2007 年，美国“气候变化应对协议校长联盟”就有 318 所高等院校加盟，英国发起的以学校为舞台、学生为主体的“人与地球”环保节能运动，也有 55 所院校加盟。近年来，我国的高等学校也非常重视绿色校园建设。清华大学，哈尔滨工业大学、中国矿业大学、北京航空航天大学、对外经济贸易大学等一批院校群起响应，不断加大绿色科技的投入力度。加强绿色、环保、节能教育的引导和培养，在中国，绿色大学建设在中国特色社会主义理论指导下蓬勃开展。对外经济贸易大学，积极参与，不断推进绿色大学建设。在不同历史时期，共建设了超过 22 个节能减排项目。从节约资源，环境保护，绿色发展的各个方面，尽其所能落实中国特色社会主义的发展理念。坚持大学绿色发展，把大学的发展落实在社会绿色发展系统当中，做绿

色发展的排头兵。因此对外经济贸易大学获得国家四部委联合颁发的全国唯一一个“节能减排先进单位”，是中国绿色大学建设的典范。

在近期的学校新闻中，我也听说学校正在进一步落实建设绿色大学的发展理念，进一步研究落实新建绿色大学发展项目和措施。从大学的发展理念上真正落实习近平中国特色社会主义绿色发展理念和思想，推动大学的节能减排，努力构筑新时代的绿色大学。在大学的校园里将可持续发展的理念与科学研究紧密结合，贯穿于人才培养的全过程，渗透到校园建设管理的每一个领域。

我们深知，绿色大学的建设任重道远。低碳校园行动计划就是对校园实施节能减排和资源的有效性利用。但是，绿色大学的建设则是要进一步宣传和扩大绿色的理念，教育学生树立低碳生活方式。低碳生活方式其实就是从我做起，从生活的细节做起，把生活耗用的能量尽可能地降到最低，最大限度地减少二氧化碳排放，保护地球环境不再逐步变暖。对于广大教师和学生来说，就是通过各种教育手段和方式，通过大学校园环境教育和现场示范，潜移默化地灌输节水、节电、回收可利用资源，提倡简约的生活方式，倡导绿色出行，实施积极的低碳生活实践。（惠新里二支部 施建军）



# 十八大以来我国与拉美国家的关系 取得重要发展

十八大以来，中国开始从全球视野和全球利益角度对拉美进行重新定位和战略布局。中国对拉美的战略目标从经济向政治、安全及全球治理全方位扩展。2017年6月和2018年5月，中国与巴拿马和多米尼加共和国分别建立了大使级外交关系；2021年12月与断交长达30年的尼加拉瓜恢复正式外交关系。中国在对拉外交上的成果是显而易见的。

2014年习近平主席在访问拉美时提出中拉关系1+3+6合作新框架，极大地推进了中拉在贸易、投资和金融的全方位合作；2015年年初，习近平主席又提出“10年内中拉双边贸易规模达到5000亿美元、中国在拉美地区直接投资存量达到2500亿美元”的目标。2021年，中拉贸易总额达4516亿美元，同比增长41%，高出同期我国对外贸易增长率11个百分点。截至2020年底，

中国对拉美及加勒比地区直接投资存量达6298亿美元，拉美已经成为我国对外直接投资的重要地区之一。

在推进“一带一路”向拉美延伸方面，2018年1月，中国与拉美共同体论坛共同发表了中拉共建“一带一路”的声明。截止目前，拉美已经有21个国家与中国签署了“一带一路”建设谅解备忘录。其中，拉美大国之一的阿根廷总统今年2月来华参加冬奥会开幕式期间与我国签署《中华人民共和国政府与阿根廷共和国政府关于共同推进丝绸之路经济带和21世纪海上丝绸之路建设的谅解备忘录》，引起国内外广泛关注和热烈反响。

综上所述，拉美已经成为中国构建全球伙伴关系网、践行中国特色大国外交不可或缺的一个地区。（望京二支部 赵雪梅）

## 老年人秋季养生食谱——八宝猪肚

**原料：**猪肚1个、糯米150克、红枣10枚、莲子、粳米、芡实各15克，枸杞15克，火腿肠碎末15克，葡萄干15克，食盐、味精等调料适量。

**制法：**猪肚洗净，糯米淘洗干净，将糯米、红枣、莲子、粳米、芡实、枸杞、葡萄干、火腿肠末、食盐、味精等混合拌匀后灌入猪肚内，旺火蒸熟后食用。

# 坚守初心和使命

习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上指出：“一百年前，中国共产党的先驱们创建了中国共产党，形成了坚持真理、坚守理想、践行初心、担当使命、不怕牺牲、英勇斗争、对党忠诚、不负人民的伟大建党精神”。

中国共产党成立于1921年，党的早期组织在李大钊、陈独秀的领导下以北平和上海两个点为核心不断发展。北京是中国共产党北方组织的发源地，有着光荣的革命历史。中国工人觉醒的标志——“二七”大罢工、“星星之火”点燃的地方——长辛店劳动补习学校、中国新民主主义革命的开端——“五四”运动乃至1927年党的北方组织被敌人摧毁的至暗时刻——十八烈士壮烈牺牲等等历史事件都发生在这片光荣的土地上。在社会主义建设时期，我们的党摸着石头过河，创造了东方的奇迹，高产水稻解决了困扰中国社会几千年的温饱问题、抗美援朝、“两弹一星”使中国人民挺直了脊梁，帝国主义从此不敢对中国存在非分之想。这些伟大成就惊世骇俗，是我们自豪的根源。但是中国共产党人并不是神，党在历史上也犯过一些错误，但是我们的党能及时改进和纠正错误，始终确保我们的主义行进在正确的道路上。我认为这就是我们党在各个时期不忘初心，

始终如一地检视自己、剖析自己，敢于直面错误、承认和改正错误的表现，所以不忘初心、牢记伟大建党精神是我们每名中国共产党人的责任和义务。

我们老同志对历史的感悟尤为深刻。在改革开放大潮的洗礼下，中国经济社会有了长足的发展，尤其是最近20年，北京的变化更是可以用翻天覆地来形容。人们的日子富裕了，生活水平提高了，所有的发展和进步是在中国共产党的领导下取得的。但是在物质生活极度富足的当下，有些同志艰苦奋斗的意识松懈了，淡化了党员的理想和信念，奢靡之风、享乐之风盛行，这是个危险的信号。“十八大”以来党施展雷霆手段，打击了党内的一小撮腐败分子，净化、纯洁了我们的党组织，博得群众的一片欢呼之声，举国振奋。在这个前提下，学习和弘扬伟大建党精神是我们党员重新检视初心、重温使命的过程。我们应该看到，我们的党坚持真理、坚守理想的信念从未改变、不负人民的初心从未改变、无论是革命时期、还是在社会主义建设时期以及改革开放后，我们党员不怕牺牲、英勇斗争的精神不能忘记。

全面加强从严治党任重道远。在伟大建党精神的引领下，我们每名党员都要紧密团结在党中央周围，坚决拥护党中央。具

体就要做到确立习近平同志党中央的核心、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。坚决维护习近平总书记党中央的核心、全党的核心地位，坚决维护党中央权威和集中统一领导，使我们的党具有最强大的向心力和凝聚力，我们的党才能继续攻坚克难，永葆青春。

在现实生活中，我们老同志思想上过于守旧，难接受新事物，但是我们对党的感情是质朴的，是纯洁的。我们忠于党，永远跟党走，紧密团结在党中央周围，退休不退党，思想不落伍，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。（惠新里二支部 任秀玲）

## 发挥老党员积极作用 认真做好学生党建工作

当前，我国正处在建设中国特色社会主义，实现中华民族伟大复兴的历史关头和时代节点上，国家的现代化必然需要教育的现代化，民族的强大必然呼唤教育的强大。习近平总书记在中国人民大学考察时强调：

“为谁培养人、培养什么人、怎样培养人始终是教育的根本问题”。教育引导大学生树立共产主义远大理想和中国特色社会主义共同理想，增强学生对中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信的认同，立志肩负起民族复兴的新时代重任，做中国特色社会主义事业的建设者和党的事业可靠接班人，是每位教育工作者的首要任务。2021年我有幸被学校党委组织部聘为保险学院特邀党建组织员，主要负责学生党建和学生党员发展等工作。非常高兴在退休十二年以后，我这个有着四十八年党龄的老党员还能能为大学生党建工作、为关心下一

代工作、为培养革命事业接班人而贡献自己的一点微薄之力。我在工作中尽职尽责，不论在查阅学生入党积极分子档案、审核入党材料、还是代表保险学院党委与发展对象谈话等，都始终坚持以认真负责的态度和饱满的工作热情投入其中，教育引导大学生爱党爱国，听党话、跟党走积极践行社会主义核心价值观，向英雄学习、向前辈学习、向榜样学习，坚定理想信念，学好本领，做党的事业可靠接班人，为实现中华民族伟大复兴贡献力量。在大学生党建工作过程中，自己也在不断的学习提高，思想也在不断得到升华，进一步坚定了共产主义信念和把学生组织发展工作做好的决心，为党的事业培养更多的有生力量，为实现中华民族的伟大复兴砥砺前行，以实际行动和优异成绩迎接党的二十大胜利召开。（汇新楼党支部 邱霞英）

# “光荣在党 50 年”有感

今年 7 月 1 日是中国共产党建党 101 周年。6 月 30 日“七一”前夕，当我从校党委副书记文君手中接过中共中央制发的“光荣在党 50 年”纪念章时心潮澎湃、思绪万千。

我是 1972 年 5 月在黑龙江生产建设兵团三师 28 团一营畜牧连加入中国共产党，成为一名光荣的中国共产党员。当时虽是文革期间，但我依然相信中国共产党是一个能够担负起振兴中华历史重任的伟大的党。虽然党在中国革命和新中国建设的各个历程、历史阶段经历了一些困难和挫折，但中国共产党有能力通过自我总结、自我革命来解决自身的问题。时至今日，历史的事实也证明了这一点。从 1976 年 10 月粉碎“四人帮”文化大革命结束至 1977 年 7 月党的十一届

三中全会召开，中国实行改革开放、以经济建设为中心、走有中国特色的社会主义道路，到现在 2022 年 7 月，又是 45 年过去了。看今天的中国，国家的经济实力、科技实力、军事实力和综合国力都得到了大幅的提升。现在全球各国中，我国的国民生产总值已跃居世界第二位并成就世界第二大经济体，人民生活水平已达到世界中高收入国家水平，全面建成小康社会的目标也已实现。

展望未来，党的二十大即将召开，奋力夺取全面建设社会主义现代化国家的新征程已经开启。我相信，在中国共产党的领导下，经过我们一代接一代人的不断努力奋斗，中华民族伟大复兴的中国梦必将实现。

（天通苑党支部 刘志平）

## 我的“政治生日”

今天我们支部召开党员视频会议，庆祝党成立 101 年的生日，迎接党的二十大召开。作为光荣伟大的党的一份子，我们的心情是

非常激动和自豪的。

会议的一项内容，是党支部为党龄逢五逢十的党员过“政治生日”。我今年入党

35年。我非常感谢党支部为我们党龄逢五逢十的党员过“政治生日”，开会纪念，这是党组织对我们的鼓励和鞭策，非常有意义。我们中的程东信老师党龄55年，徐桂华、崔承芳老师党龄50年，付慧芬老师和米方明老师党龄45年，章昌裕老师、王甲庭老师和李凤桥老师党龄是35年，但他们几位老师入党的时间都比我早，是前辈老师，为我国的教育事业都做出了很大贡献，向他们致敬，也祝他们“政治生日”快乐！

回想我们在党的领导下，为党奋斗为国家奉献的历程，抚今追昔，感慨万千！我们作为教师党员，时刻以党员标准严格要求自己，起到了党员先锋模范作用。我们为党的教育事业为贸大奉献了我们的青春，贡献了我们的智慧和心血。难忘我们精心备课激情授课热心辅导，倾情为学生服务；我们教书育人，培养了一批批一代代的经贸人才。学校的楼高了，是我们一砖一瓦铺就，学校的银杏树茂盛了，是我们的汗水滴滴浇灌。我们现在退休了，但我们感到欣慰和自豪，同

时也决心继续奋斗，在处党委和支部的领导下，遵照支部“政治生日”贺信中的嘱托，牢记誓言、不忘初心、发挥余热，为党的事业，为国家、为学校奉献我们的才华和经验。

在庆祝党的生日和喜迎党的二十大召开的时刻，我们看到，我们的党和国家正在迈入新长征的伟大征途。我们的党是世界上超过百年的更加朝气蓬勃的大党，我们历经风雨，我们勇于革新，我们现在更加成熟，我们初心更笃定，目标更清晰。我们干的是人民的事业，要以人民的福祉作为我们一切工作的衡量标准。面对当今世界前所未有的大变局形势，我们更应该坚定信仰，更应该不断深化改革开放。坚信我们在党中央坚强领导下，全民族发挥聪明才智，再努力27年，到2049年新中国百年庆典之时，我们的党，我们的国家和人民，将在世界民族之林中更加光辉夺目，世界的繁荣也会向我们渴望的大同世界目标更坚实地迈进。

（汇新楼党支部 王晓川）

## 将军之子的红色基因传承之路

陈人康作为我校“五老”党史宣讲团成员在2021年四月末，为学校师生讲了一

堂生动的党课。同学们反映，他讲的党课内容丰富，红色故事真实，感人致深，让人受



教。陈人康把开国上将陈士榘追随毛主席参加秋收起义、井冈山斗争、红军长征，抗日战争和解放战争时期的戎马生涯以及为新中国“两弹一星”“做窝”（建两弹基地）的奋斗人生讲得有声有色、深入人心。他还把毛主席不同时期的建党理论和建军思想讲得通俗易懂，令人茅塞顿开。

陈人康是新中国开国上将陈士榘将军的儿子，一位有五十多年党龄的我校退休研究员。他退休后积极投身社会公益和红色基因传承活动，现担任北京八路军山东抗日根据地研究会会长、八路军研究会名誉会长、中国老区建设促进会老区精神研究会特约专家、中国少先队事业发展中心“中国青少年国防教育促进计划”辅导员，《人民法治》红色文化研究中心主任、江西干部学院红军后代讲师团成员。陈人康老师本人一向做事低调、学校和同事对他的社会活动了解不多，笔者以崇敬的心情近期对他进行了两次专访。

### 追随父亲的足迹 开启井冈山红色宣讲

采访他的首个问题是，他宣讲“党史”是何时开始的？他的社会活动这么多，宣讲“党史”摆在何等位置？他的“内在动力”是什么？陈人康不假思索地回答说，宣讲“党史”是从2009年开始的，这是他的重头戏！讲好党史、传承红色基因，是他重要的历史责任和使命！他告诉我，父亲陈士榘在井冈山跟随毛主席闹革命的期间，发生了父亲引以为荣的两件事：一是毛主席亲自发展他入党；二是在毛主席亲手创建的第一个县级“工农兵”政权中，父亲被选为士兵代表参政议政。这些使他产生了很深的“井冈山情结”，希望有朝一日追随父亲的足迹，为井冈山做点什么。

2007年发生了机缘巧合。江西省委邀请陈人康和一些红军后代参加“井冈山革命根据地创建80周年纪念活动”。期间，井冈山江西干部学院邀请我们红军后代座谈，为学院教学活动出谋划策并讲述父辈的革命故事。对方的邀请激活了陈人康的“井冈山情结”。他和其他两个红军后代与该学院共同创办了【井冈山精神代代相传—追忆前辈的人生坐标】为主题的党史教育大讲堂（下称大讲堂），开启了井冈山红色基因的传承活动，也因此成为首批讲师团成员。

经过双方积极筹备，大讲堂于2009年如期开讲，陈人康和其他两人也如约登上了大讲堂。参加培训的对象主要是各部门管理干部。2009年时陈人康还没有退休，他讲

就利用学校的寒暑假去讲课，每次半个月左右。后来井冈山江西干部学院的培训规模迅速扩大，红军后代讲师团成员不断扩大，最多时达到 70 多人。陈人康说，退休后最忙时我要每年要去井冈山三四次，每次讲课期限都要十天半个月。活动从每年的三月讲到十一月。从 2009 年至今的十多年间，据陈人康初步统计，在井冈山的讲座已有几百场了。为了配合教学活动，陈人康还回忆出版了《一生紧随毛泽东一回忆我的父亲开国上将陈士榘》一书，还在报刊上发表了多篇回忆父亲的文章。

### 大江南北讲党史 红色基因传四方

陈人康在井冈山举办党史大课堂的消息很快传遍国内各地。据他初步回忆，10 几年来，他讲党课的足迹已遍及大江南北。从南方的江西、江苏、福建、贵州、四川、湖北、到北方的内蒙古、河北、山东、北京，直到东北各省市、各部门的党校、部分高等院校。北京的高校包括北京大学、中国传媒大学、中国音乐学院、首都师范大学、北京第二外国语学院、北京工业大学等；此外，在京的部分国家机关、国家行政学院、中央组织部全国干部学院等单位也在其中。

陈人康还积极配合央视和各地广播电视系统录制了不少“红色文献”节目。其中有：为纪念井冈山根据地创建 90 周年，他参与了北京市委宣传部和北京电视台联合拍摄了七集电视文献片《你从井冈山走来》；

还有央视军事频道【百战百胜】之“宿北战役”文献片、央视二频道【魅力中国】栏目、湖北电视台“农民春晚”栏目、还有新华社、北京日报客户端，北京卫视、山东卫视和湖北卫视等主流媒体，主要是录制党史、军史教育题材的节目。为配合党中央开展“四史”宣传教育做出了贡献。

### 红色家训传后代 为党为国做大事

陈人康不辞辛苦地奔赴全国各地讲党史，他内心的动力是强大的。他不图名、不图利、不计报酬，是因为他始终坚守一个信念：他是红军的后代、革命的传承人，讲好党史军史、传承红色基因，为党育人、为国育才才是父辈交给他的神圣使命。这种使命感早已融进了他的血脉和灵魂中，形成了永不枯竭的动力源泉。这个融入不是一朝一夕、一蹴而就的，而是起源于儿童时代的耳濡目染和红色家风家训的传承。

谈起家风家训，陈人康眼里闪烁着激动的光芒。他深沉地说，父亲从小就带他到雷锋班学雷锋。陈士榘将军告诫子女们，他们长大成才要靠自己的努力，不能依靠他的地位和荣誉。他还特别强调，要立志为国家做“大事”，而不是“做大官”。陈士榘将军一生节俭奉公是出名的。他在离世前过最后一个生日时，有关部门和老战友曾为他安排一个丰盛生日宴，被他断然否决。他要求大家不要忘记长征途中的“半碗野菜让着吃”的精神。最后，陈士榘将军让人搬来“一

坛清水”为自己度过了人生最后的生日。“清水”表示“节俭”，还寓意着做人要“清白”。这是陈士渠将军给后代留下的“一坛清水祝华诞”的永恒记忆。

年轻时代的陈人康经历了艰苦的磨练。他 16 岁参军当了工程兵，在基层工地参加艰苦的施工作业。在机械化不高的年代，他经常挑着装满水泥砂浆的担子，一挑就是一天。1970 年，他参加了云南通海大地震的抗震救灾，与战士们一起哪里危险冲向哪里，经历了生与死的考验。由于表现突出，他 18 岁入党，连年被评为“五好战士”并参加了兵种的表彰大会。根据他的表现，他可以留在部队获得晋升和提拔。但是，他响应国家发展经济和部队裁军的号召，转业到了学校。陈人康自豪地说，他和父亲的人生轨迹一样，毕生从事了军队国防和教育事业。尤其是遵照“父训”，他们六个兄弟姊妹没有一人依靠父亲的职务之便“做大官或发大财”。每个人都是依靠自己的努力，在平凡的岗位上践行了父亲立下的“肩挑责任踏实奉献”的家训，他为此感到欣慰。

笔者认为，陈人康讲党史的事迹非常值得称赞。党的十八大以来、党中央和习近

平总书记多次强调开展“四史”宣传教育的重大意义。早在十八大之前，陈人康在井冈山就开始了以党史为主题的红色宣讲活动，并持之以恒干了十几年。毫无疑问，这是他为党和国家做了一件大事！也是他践行父训“为国家做大事、不做大官”的生动写照。

由于陈人康在社会活动中的突出表现，他 2021 年以特邀嘉宾的身份出席了中共中央召开的“庆祝中国共产党建党一百周年纪念大会”活动。今年他又当选为国家退役军人事务部领导的“中华英烈褒扬事业促进会”理事和“两弹一星历史研究会”理事，为他增加了更多的社会责任。为了推动祖国统一事业，他积极配合国家统战部门，三次出席了“海峡两岸论坛”，与台湾退役陆军上将王文燮等将领交流祖国统一的意见。在纪念世界反法西斯胜利日，他还应邀参加了与“俄罗斯二战退伍老兵”的座谈会，为推动民间外交和中俄关系奉献绵薄之力。

陈人康表示，他将继续做好党史宣讲工作，传承红色革命基因，让革命精神代代相传，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。（采访者：王桂林）

### 老人秋季饮食

秋天雨少天干，应多饮开水、菜汤、豆浆、牛奶等，还应多食萝卜、青菜及葡萄、柿子、梨等润肺生津、养阴润燥的食物，少吃辛辣之物，以免引起咽干、鼻燥等秋燥症。同时，秋季也是进补的大好时节，因这时人体精气开始封藏，利于补品的吸收藏纳，有助于改善脏腑功能，增强身体素质。宜适当吃些红枣、莲子、山药、银耳、枸杞等食物。由于五脏衰弱，肠胃薄弱，如果饮食生冷无节，饥饱无常，势必伤胃犯病。因此，秋季老年人应少吃多餐，多食熟软开胃易消化之物。

# 对外经济贸易大学关工委举办 “燃动青春、共话冬奥”主题活动

为深入学习和发扬胸怀大局、自信开放、迎难而上、追求卓越、共创未来的北京冬奥精神并迎接共青团成立100周年，4月28日，我校关工委联合商学院关工委以线下线上结合的方式举办“燃动青春、共话冬奥”主题活动，邀请4位冬奥会志愿者和3位老同志分享他们的故事和感悟。活动由校关工委常务副主任黄震华主持，离退休人员工作处党委书记张石榴出席。参加活动的老同志和学生共85人。同学们还可以通过学校二三课堂的平台报名，获得相应学分。

邓文雯老师和国际商学院3位冬奥志愿者同学首先分享了他们的故事和感悟。邓文雯老师介绍了她被借调到冬奥会北京赛区志愿者服务保障市指挥专班的工作情况。她谈到，自己与其他同事共同完成了北京赛区1.1万名志愿者的服务保障工作，并被评为冬奥会冬残奥会北京市先进个人，感到十分光荣和自豪。作为一名大学思政工作者，要将浓浓爱国情转化为实际行动，引导学生在实践大舞台上将小我融入大我，以青春奉献祖国；要坚持自信开放，将一起向未来的磅礴伟力转化为立德树人的良好机遇，引领

学生走好新时代赶考路，将个人梦、冬奥梦、体育强国梦汇入实现中国梦的时代洪流。

何霄宇同学说，成为冬奥会冬残奥会志愿者是一种幸运，也是一种责任。在志愿服务的70天里，见证了开幕式上中国式的浪漫，五星红旗在国歌声中一次次冉冉升起，志愿者与运动员的“双向奔赴”；见证了每一个充满欢声笑语和辛苦汗水的凌晨与深夜。我们要继续保持志愿精神，凝聚起拥抱世界的力量，展现“可亲、可爱、可敬”的中国形象。

韦荣彬同学说，做北京冬残奥会志愿者，他学到了很多，感受到全国人民和全世界人民对北京冬奥会冬残奥会注视的目光，感受到团队的凝聚力和作为一名志愿者的光荣和责任。他体会到不管面对什么情况，做的事情或大或小，都要保持热心，保持谦逊。我们要牢记习近平总书记对当代青年的嘱咐，牢记党的教诲，立志民族复兴，不负韶华，不负时代，不负人民，争取在青春的赛道上跑出当代青年的最好成绩！

梁馨予同学讲述她志愿服务的故事之后说，‘我的眼前再次出现那一抹洋溢着活力

的蓝，耳边回荡起那个动听的童声“千万雪花，竞相开放，万千你我，汇成一个家”。我很庆幸能穿上蓝色的志愿服，成为众多小雪花中的一片，用周到温暖的服务将中国的这份友谊传递给世界。我深切感受到，我们的微笑就是中国的微笑。无论是光荣的奥运，还是艰难的抗疫，我们都应该以“功成不必在我，功成必定有我”的使命感和荣誉感去担起自己的责任。’

“五老”报告团成员贾怀勤教授表示，我校 260 多名青年志愿者参加了北京冬奥会冬残奥会服务工作，出色完成了任务，为贸大争得了荣誉，获得了广泛赞赏。一代人有一代人的使命和担当，党和国家领导人在不同时期都对广大青年提出了殷切期望。最近，习近平总书记寄语广大青年，“做社会主义核心价值观的坚定信仰者、积极传播者、模范践行者，向英雄学习，向前辈学习、向榜样学习，争做堪当民族复兴重任 的时代新人，在实现中华民族伟大复兴的时代洪流中踔厉奋发、勇毅前进。”希望同学们牢记党的嘱托，珍惜大学时光，学好本领，勇于实践，把自己锤炼成社会主义建设合格人才。我们老同志也要不忘初心，牢记使命，进一步做好关心下一代工作，老有所为，发光发热。

英语学院关工委副主任王关富教授指出，北京冬奥精神是中华民族光荣传统的发扬光大，是团结合作的精神、催人奋进的精神，它与人类命运共同体理念高度契合、相

通相融。人无精神则不立，国无精神则不强。北京冬奥会冬残奥会让世界看到了一个自信自强、团结奋进的中国，一个昂扬向上、朝气蓬勃的中国，一个民族凝聚力、向心力空前强大的中国。希望同学们在今后职业发展和人生道路上继续发扬冬奥精神，无论在什么地方，无论做任何工作，都要以促进世界各国大团结为己任，为建立人类命运共同体贡献力量。

学校特邀党建组织员丁崇文教授分享了自己作为一名老共青团员的成长经历和人生感悟。读初中时她加入了共青团；初中毕业她考入外语学校，在中国社会的剧变中深化家国情怀；中专毕业后她入职教师队伍，不仅潜心教学，还参与了大量党团活动，和同事们一起为党的教育事业开拓奉献；国家恢复高考后，她考入我校前身北京对外贸易学院，学识与信念共同提升，光荣加入了中国共产党。她感慨地说，当年朝气蓬勃的青年人已步入耳顺古稀之年，但是我们青春无悔，对民族复兴、国家富强的渴望始终不变。令人欣慰的是青年人跟上来了，正如《新时代的中国青年》白皮书指出的，他们“刚健自信、胸怀天下、担当有为，衷心拥护党的领导，奋力走在时代前列，展现出前所未有的昂扬风貌。”

张石榴书记讲话指出，在冬奥会冬残奥会结束、五四青年节即将到来的时候，我校关工委与国际商学院关工委联合举办今天的

活动，非常适时，非常好。首先感谢今天参会的老同志，你们抱着为党育人为国育才的情怀，满腔热情关心下一代，是我们学习的榜样和楷模。还要感谢冬奥志愿者老师和同学，你们通过为冬奥会服务，践行了习近平总书记的教导，“用脚步丈量祖国大地，用眼睛发现中国精神，用耳朵倾听人民呼声，用内心感应时代脉搏，把对祖国血浓于水、与人民同呼吸共命运的情感贯穿学业全过程，融汇在事业追求中。”希望你们继续保持这种激情，坚定不移听党话、跟党走，努力成为堪当民族复兴重任的时代新人。

最后，黄震华与大家一起重温了共青团的性质和团的建设的基本要求，并在总结讲话中指出，几位冬奥志愿者的故事和他们的

感悟深深感动了大家。他们的实践证明，贸大的青年老师和同学们是最棒的，他们乐于在平凡岗位上奋斗奉献；在急难险重任务中冲锋在前，勇挑重担。几位老同志的发言充满激情，饱含了对青年的敬意、勉励和期望，体现了赓续红色基因的精神。今天参会的同学有不少是党员或入党积极分子，都在朝着把自己培养成社会主义建设者和接班人的方向努力。这就要做到有理想、有本领、有担当。要坚信中国道路，坚守价值追求，坚定文化自信。要锤炼意志，学好本领，在世界百年未见的大变局中为中国特色社会主义事业担当大任。

（对外经济贸易大学关工委供稿）

## 国际关系学院关工委 召开《老少共学总书记在建团百年 庆祝大会上重要讲话交流会》

近日，为激励广大青年学生听党话跟党走，对外经济贸易大学国际关系学院关工委联合离退休处党委惠新里第一党支部召开线上《老少共学总书记在建团百年庆祝大

会上重要讲话交流会》。校关工委常务副主任黄震华、学院党委书记兼关工委主任巩喜云、校关工委副主任兼惠新里第一党支部书记王桂林出席。国际关系学院博士生、研究

生、本科生四个党支部及团委、学生会七个单位 100 多人参加活动。各单位代表和入党积极分子九人先后发言。学院关工委秘书长兼分团委书记陆闯主持活动。

黄震华常务副主任首先致辞。他对国际关系学院关工委在关心下一代工作中，支持老少支部党员共建活动并取得丰硕成果给予充分肯定。随后，他领学了总书记的重要讲话精神。他以总书记的精彩论述和共青团团章为论点，高度赞扬共青团的历史使命、时代功勋和历史经验。他号召广大团员青年和入党积极分子牢记总书记关于没有共产党就没有共青团，就没有共青团历史成就的教诲，勉励大家永远听党话跟党走，努力学习、接续奋斗，争做时代的先锋，做社会主义事业的建设者和接班人。最后，他传达了中共中央办公厅最近印发的《关于加强新时代离退休干部党的建设工作的意见》，希望离退休党员和广大“五老”不忘为党育人初心、牢记为国育才使命，积极参与关心下一代事业，坚持“立德树人”根本任务，为培养新时代堪当大任的建设者和接班人继续发光发热。

冯喜云在致辞中指出，习近平总书记的重要讲话高屋建瓴，贯通历史、现实、和未来，为青年运动的发展指明了前进的方向。讲话回顾了共青团的光辉历程，阐释青年运动的宝贵经验，对青年一代提出了殷切期望和明确要求。她要求大家深刻学习领悟讲

话的丰富内涵和实践要求，切实把思想和行动统一到讲话的精神上来。她勉励广大党团员和学生干部加强自身建设，积极团结和带领广大青年和入党积极分子，为新的百年奋斗历程开好局、起好步贡献青春的力量。

王桂林在发言中分享了学习总书记讲话的四点体会：一要牢记总书记的殷切期望，把个人的成长融入国家百年奋斗宏伟目标；二要不解的追求进步，走在时代的前列；三要坚定革命理想信念，一生奋斗矢志不渝；四要夯实思想根基，自觉听党话，永远跟党走。王桂林最后指出，对外经贸大学持续开展的“老少共建”活动已成为坚持“立德树人”根本任务的重要抓手，成为落实总书记关于为党育人、为国育才重大战略部署的实践活动。学校各级关工委应站在时代的高度重视这项活动，组织丰富多彩的老少支部共建活动，落实好总书记对关心下一代工作的系列重要指示，为培养新时代的社会主义建设者和接班人而努力。

博士生党员曾思捷发言说，青年党员应保持“勤学善思，勇立潮头”的先进性、坚持“公道正派，实事求是”的纯洁性、恪守“建功立业，开创未来”的时代性。应在日常工作学习中起模范带头作用，勇于奉献，主动担当，焕发青春的力量。

硕士生党员张成栋结合参加团委学生会工作和边疆支教的经历，畅谈了在党组织关怀下不断成长的感受。硕士生党员谢梦洁

分享了学习总书记讲话的3点收获。他们共同表示，要认真学好总书记的重要讲话，牢记总书记对青年一代的殷切期望，坚定不移地听党话跟党走，将专业特长融入为国家需要、为新的百年奋斗目标贡献青春力量中。

本科生党员宁文卓激动地说，在百年历程中，革命青年在党的领导下，前赴后继，为民族复兴做出了历史贡献。新时代的青年更应赓续红色血脉，厚植家国情怀，做新时代的奋进者、开拓者、奉献者。

学生会代表关意为发言表示，要牢记习近平总书记的嘱托，处理好个人与国家、理想与现实的关系，把学到的知识与国家的需要结合起来，去国家最需要的地方建功立业。

少数民族学生党员、分团委委员迪力亚尔深情地说，共青团的百年历程催人奋进，作为一名青年党员，他决心努力做好团委和学生会工作，以时代的责任担当和坚韧意志，奋力踏上新时代的追梦征程。

入党积极分子周凌彤和严若菁兴奋她表示，总书记对青年一代的亲切关怀和殷切期望使她们倍受鼓舞。她们决心把申请入党的过程作为一次全新的学习机会，牢记习总书记对青年一代的谆谆教导，不负青春、不负韶华，为新的百年奋斗目标勤奋学习，勇于实践，把知识和青春的力量献给祖国。

（对外经济贸易大学关工委供稿）

## 国际关系学院关工委 召开老少支部共建工作推进会

国关学院本科生党支部与离退休处党委惠新里第一党支部已建立八年老少支部共建关系（包括与研究生党支部的四年共建关系），形成了“1+2”的共建模式。今年，由于硕士、博士研究生党员数量增加，国际关系学院原研究生党支部被拆分为两个硕

士生支部和一个博士生支部。使老少共建出现了“1+4”的新变化。

为适应老少支部共建关系的新变化，推进共建工作深入开展，国际关系学院关工委组织召开了老少支部共建工作推进会。本次会议因新冠疫情影响以线上形式召开。学

校关工委副主任兼惠新里第一党支部书记王桂林、国际关系学院关工委秘书长兼本科生党支部书记陆闯出席本次会议。国际关系学院本科生党支部副书记张溪及支委成员、国际关系学院博士生党支部和硕士生第一支部、第二支部负责人及支委成员应邀参加会议。本次会议由陆闯主持。

陆闯首先发言。他对八年以来，离退休处党委惠新里第一党支部持之以恒和学院学生党支部开展共建活动给予高度评价，对老少支部党员共同努力取得的成绩给予充分肯定。陆闯认为，在老少支部共建中，惠新里第一支部老党员积极发挥“五老”的政治优势、威望优势和经验优势，特别是离退休党委惠新里第一支部书记王桂林老师发挥的积极作用，是推动老少支部共建工作的重要保证。陆闯强调，老党员的言传身教激励了青年党员不忘初心、牢记使命的政治责任感和担当精神，促进了他们认真学习党的光辉历史，努力从党史中汲取营养、收获知识的动能。

王桂林书记发言时回顾了八年与大学生支部共建活动的发展历程。他指出，老少支部共建经历了积极探索与不断提高的两个发展阶段，经过双方支部支委会和党员的共同努力和付出，支部建设取得可喜成绩，党员作用得到有效发挥，为基层党支部建设和思政育人做出积极贡献。王桂林简要列出

了2018至2021年老少支部共建活动的成绩单。2020疫情爆发后，共建活动没有受到疫情的影响而停顿，而是采用线上活动新形式。在校关工委领导下，先后举办了《忆初心使命 担时代大任》主题党课、《老少党员共学十九届六中全会精神研讨会》等多次活动，使老少支部共建工作不断发展，共建活动的质量和规模也有了提升。王桂林说，“为党育人、为国育才”是教育工作者的首要任务。站在新的历史起点上，我们要把老少支部共建工作长期坚持下去，发挥老党员在“为党育人、为国育才”工作中的积极作用。王桂林书记对老少支部共建工作提出了围绕历史节点和重大事件开展活动和将老少支部共建活动纳入学院二级关工委工作计划等几点建议。

国际关系学院各学生党支部书记依次发言。他们感谢王桂林书记向大家介绍了老少支部共建活动的发展历程，一致赞同王书记对老少支部共建工作提出的建议。大家共同表示，要认真落实习近平总书记对关心下一代工作的重要指示精神，坚持在学院党委和二级关工委领导下，继续与离退休处党委惠新里第一党支部紧密合作，围绕重要历史节点和国内外重大事件，继续做好老少支部共建工作，以优异成绩迎接党的二十大胜利召开。

（对外经济贸易大学关工委供稿）

# 信息学院关工委举办 “聚一心，论两会”学习会

为增强大学生对两会的了解和认识，对外经济贸易大学信息学院关工委于5月8日组织老少支部共建的学生一支部和离退休处党委惠新里第二党支部，共同以线上方式举办了“聚一心 论两会”学习会。与会成员共72人，包括学生一支部全体党员及预备党员，2019、2021级积极分子，以及惠新里第二党支部的8名老党员。

本次学习会共有五组同学针对两会热点话题进行汇报展示，随后惠新里第二党支部的老党员分享感想，最终由两个支部的书记进行总结性发言。在每个小组展示前，主持人刘鑫同学发布了几个与小组展示主题相关的问题，由在场的同学们进行投票回答，答案在小组展示的过程中予以公布。

首先发言是谭梦双等五位同学。他们针对学生心理健康、校园食品安全和校园霸凌等几个教育主题开展讨论。在阐述了问题现状的同时，就这些问题提出相应的解决措施。教育事关国家发展、事关民族未来。做好教育工作，动员全党全国全社会为加快推进教育现代化、建设教育强国、办好人民满意的教育而努力，具有重大现实意义和深远历史意义。

第二组由洪语曼等三位同学作为代表展示。他们针对青少年健康成长和拐卖妇女儿童这两大民生问题展开论述。王梓睿同学针对“饭圈”文化泛滥和低俗媚俗等不良短视频对青少年成长的不利影响提出了整治“饭圈”文化和短视频的建议，并总结了相关措施的实施重点。张妤同学就拐卖妇女儿童这一社会热点发表自己的看法，指出拐卖妇女儿童事件频发的诸多原因以及与其相匹配的一系列解决方案。

接下来展示的是第三组的宋金成和巩金玮两位同学。他们就数字货币和碳中和这两个主题进行阐述。宋金成同学介绍了碳中和的基本概念以及与气候变暖的关系，重点介绍两会提议中实现碳中和的具体措施和其重要意义。巩金玮同学通过介绍数字货币的含义、发展历程、优势及重要性，进而引出两会中代表和委员提出的有关数字货币提案、立法和相关法律法规完善的建议，以及如何落实数字货币政策和推广数字货币等内容。

随后，沈兰同学围绕完善双减政策、根治校园霸凌和劳动教育这三个与教育相关的话题进行展示。对双减政策实施现状及

其形成原因进行深度剖析，并结合自身经历，分享自身的看法和感触。列举出校园霸凌的几个案例，从根本原因出发，着重介绍委员的建议，指明相关部门、校方、社区和家长面对防范和遏制校园霸凌的问题应该如何做。此外，沈兰同学还提到，劳动教育受到高度重视，设立劳动课、完善劳动课教师岗位设置，不断提高劳动教育生活化、探究化将被提升日程。

最后，彭政同学针对农业问题进行阐释，内容主要分为粮食安全和食物观。他向同学们介绍了粮食安全的定义、现阶段面临的问题、如何保障粮食安全和保障粮食安全意义，还介绍了食物观的基础和体现，与粮食安全的关系，及其深刻含义。民以食为天，粮食事关国运民生，粮食安全是国家安全的重要基础，确保粮食安全，关系重大。

同学们分享结束后，陈准民教授对同学们的展示表示认可和鼓励，并就家庭教育促进法这一主题，结合自身经历，向同学们分享自己的理解和看法，对提高人口素质，增强家庭教育的政策表示强烈赞同。随后，丁崇文教授分享了自己亲身参与五日三检志愿工作的经历，对政府、社区和志愿者的付出表示崇高的敬意。然后她分享了国际货币基金组织关于2022年世界经济前景的报告，以此阐明我国抗疫政策的成效，我国政府是实实在在地在为国家谋发展，为人民谋幸福。

信息学院关工委秘书长、学生第一党

支部书记黄伟钊老师对同学发言进行小结。黄老师对同学们的展示给予充分的鼓励和赞同，并对展示前的互动问答环节表示极大的认可，同时就家庭教育、婚恋观念、生育率下降的原因和经济形势等问题发表了自己的看法和见解。提及我校新修订的学生综合评估细则将在2022级新生入学开始实行，并提醒大家新冠疫情的形势仍然严峻，要注意做好防护。

校关工委常务副主任、惠新里第二党支部书记黄震华老师对本次学习会进行了总结并分享了自身的学习感悟。他谈到，习近平总书记指出，要“走出一条建设中国特色世界一流大学的新路”，就是要打破以欧美为中心的评估体系，坚持党的领导，传承红色基因，扎根中国大地，培养社会主义的合格建设者和接班人。关于抗疫，他谈到，大家要认真学习5月6日中共中央政治局常委会的精神，毫不动摇坚持“动态清零”总方针，同一切歪曲、怀疑、否定我国防疫方针政策的言行作斗争，并注意自我防护。关于经济形势，他希望同学们很好理解稳中求进的国内工作总基调，认识我国经济稳中向好、长期向好的基本面没有变。他还以数字经济的重大意义，勉励信息学院的同学们学好本领，将来为国家的建设担大任。

同学们认真聆听，受益匪浅。他们表示，“两会是涉及中国社会基层和广大老百姓根本利益的会议，是我国政治和社会的缩影。

关注两会问题，让我们更加全面了解我国的国情。作为新时代的青年大学生，我们应多关注时事热点，不断学习，坚定信心，充实

自我，积极进取，成为新时代的开创者，为祖国的未来贡献自己的力量。”

（对外经济贸易大学关工委供稿）

## 国际商学院关工委举办 《讲党史 颂大师 铭大志》主题宣讲会

近日，为庆祝中国共产党成立101周年，推动“四史”深入学习，我校国际商学院关工委举办了《讲党史 颂大师 铭大志》在线宣讲活动。校关工委常务副主任黄震华、副主任王桂林、国际商学院党委书记兼关工委主任王铁栋、离退休处党委副书记（主持工作）张石榴、学校档案馆兼校史馆副馆长苏隆中及学校关工委副秘书长吴兴旺等出席，商学院团委、学生会和学生社团代表64人参加。活动由国际商学院学生志愿团副团长王才钰主持。

商学院学生志愿团组织了8个小组，在辅导老师的带领下，历经一个学期的征集、挖掘和整理，完成了我校已故李秋野、姚曾荫、沈达明、李志伟、陈涛、李绍鹏、廖馥君、张素我等8位“大先生”的纪念文章，由8位同学在宣讲会上进行宣讲。

会议首先请参会老师致辞。王铁栋说，

举办《讲党史 颂大师 铭大志》活动，是落实习近平总书记“学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行”指示的实际举措。他要求同学们认真讲好“大先生”的故事，激励广大同学成为有理想、有作为、有担当的新时代栋梁人才。

张石榴认为，关工委组织学生整理和宣讲我校“大先生”的故事，对参与的同学是一次学习和成长的机会，对其他同学也是一次受教育的过程，很有意义。

王桂林指出，这次活动是根据老校长孙维炎、王林生的建议创办的。其目的是“挖掘和整理”红色校史，以党史和校史激励广大师生为建设“双一流”大学共同奋斗！

苏隆中说，讲好“大先生”的故事就是书写贸大的校史。红色校史的研究成果对于坚持“立德树人”根本任务、培养师生爱党爱国情怀、坚定文化自信、创办世界一流

大学都有重要意义。

然后是8位同学代表各小组宣讲了纪念8位大先生的文章。他们满怀深情地讲述了我校首任校长李秋野1951年受命创建中央贸易部高级商业干部学校（对外经济贸易大学前身），诚请众多学界翘楚打造我国对外经济贸易学府，以及大先生们发挥特长开拓相关学科的奋斗历程。改革开放之后，大先生们更是老骥伏枥、意气风发、笔耕不辍，为学校跨越式发展做出了不可磨灭的贡献。正是出色的领导带领了一大批出色的先生，才使我校在1960年就入选全国重点高等学校。1997年入选国家“211工程”重点建设高校。2017年，学校入选国家首批“双一流”建设高校。大先生们崇高的爱国主义精神；忠诚党的教育事业；对教学和科研严谨认真、一丝不苟、精益求精，追求卓越；克服重重困难的勇气和生命不息奋斗不止的精神；热爱学生，和朴实无华平易近人的品格，深深打动了同学们。

最后，黄震华作了总结发言。他说，现在全党和全国人民正意气风发，斗志昂扬，以新的业绩迎接中国共产党第二十次全国代表大会的召开。今年学校也正在开展新时代高质量发展思想大讨论。我们今天这次宣讲会，把党史学习和校史教育紧密结合，是很有意义的活动。

对外经济贸易大学因新中国打破封锁而生，因国家改革开放而兴。坚持社会主

义办学方向，以开放型经济学科群为引领，以服务新时代高水平开放伟业为己任，遵循“博学、诚信、求索、笃行”之校训，秉持“育人育才、融通中外、内涵发展、创建一流”之办学理念，以建设中国特色世界一流大学为奋斗目标，致力于培养具有家国情怀和全球视野的德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。在这个过程中，大先生们贡献至伟。我们学习大先生，要继往开来，不忘立德树人的初心，牢记为党育人、为国育才的使命，坚持党的领导，传承红色基因，扎根中国大地，走出一条建设中国特色世界一流大学新路。

同学们在宣讲中感情真挚、充满激情，饱含了对大先生们的敬意，充分展现了贸大学子的精神风貌。我们今天纪念大先生，就是要继承他们的事业，在校做好为中华民族伟大复兴而奋斗的后备军，为将来成为主力军做好充分的准备。做到有理想、有本领、有担当。坚信中国道路，坚守价值追求，坚定文化自信。学好本领，在世界百年未见的大变局中为中国特色社会主义事业担大任。听党话、跟党走。在实现民族复兴的伟大实践中放飞青春梦想。

他预祝同学们在接下来的微视频拍摄活动中，一如既往，继续深入总结大先生们的精神，并加于发扬光大，取得更好的效果。

（对外经济贸易大学关工委供稿）

# 老共青团员丁崇文教授“共话冬奥 迎接共青团百年”座谈会发言记写

(文 贾怀勤)

崇拜科学热优选  
外交破冰英俄转  
个人成长连国运  
切肤之痛七六年  
外语教学娃娃起

府学蒙师身影倩  
深修英语进贸大  
名师高导植惠园  
面对党旗诚宣誓  
为国育才青春献

## 赞

(文 田耕)

离退工作难度大  
书记处长把帅挂  
上下拧成一股绳  
科学管理人性化

助老基金不乱花  
精细服务有计划  
大病困难有慰问  
经常温暖送到家

老年大学顶呱呱  
各项课程已升华  
每年都有创新作  
所有成绩都不差

疫情防控紧手抓  
温馨嘱咐时传下  
关怀所有人健康  
防疫物品送到家

健康摸排无时差  
连续不断打电话  
所有人员联系到  
一个都不能拉下

老少共建开新花  
立德树人传佳话  
双双件件结硕果  
共建意义实在大

各种表彰有计划  
条件尺度不能差

创先争优有平台  
榜样力量确实大

离退工作服务佳  
老人琐事都牵挂  
温柔体贴见实效  
伸出拇指点赞啦

离退人员紧跟党  
向着新目标出发  
努力奋进朝前走  
喜迎党的二十大

## 众志成城

(文 孙瑞芹)

帝都五月树绿花红  
疫情阴霾笼罩京城  
感谢政府决策英明  
百姓配合宅在家中

核酸检测不辞辛苦  
全民齐心众志成城  
山河无恙祖国安宁  
新冠感染期待清零

### 老人秋季养肺的方法

“夏养肝，秋养肺”，尤其对老人来说，秋季养肺正当其时。传统中医学认为，秋天天气干燥，肺部易受到伤害，绿色植物也会慢慢凋零，肺部易出现供氧不足。此时加强锻炼，可有效缓解季节转换对肺部带来的伤害。据医生所说，老人如果能在秋季坚持做肺部保健操，再结合养生调理，到了多季就会少得由肺部引发的疾病。

# 工作掠影



文君副书记视察校医院报销现场



与外语学院领导一同看望百岁日语教授贾瑛



看望术后支部书记田耕



到养老院看望孤寡老人吴文智



与暑期回京援疆银龄教师方国兴座谈



集中组织家属区老同志到慈铭体检中心体检

# 离退休人员“两优一先”、“光



# “荣在党50年”表彰大会隆重召开



# 惠园剪纸社到中国妇女儿童博物馆参观学习



# 处党委“七一”慰问活动





唱支山歌给党听

作者：李玲玲