

惠园夕阳情

HUIYUANXIYANGQING

2023年第2期

(总七十号)



对外经济贸易大学离退休人员工作处

校内刊物刊号:2011-Z017

黄宝印书记、赵忠秀校长看望慰问老党员



校党委书记黄宝印
慰问共产党员贺向民



校长赵忠秀慰问
共产党员杨逢华



赵忠秀校长一行到离退休处调研并实地考察惠新里家属区

目 录

2023年第2期
(总第70号)

学校要闻

“七一”慰问送关怀 践行初心聚党心——学校开展慰问老党员活动	3
赵忠秀校长一行到离退休处调研并实地考察惠新里家属区	3
对外经济贸易大学举行2023年“光荣在党50年”荣誉证书颁发大会	4
学校党委召开座谈会 听取离退休老同志对我校十三次党代会报告征求意见稿的意见	6
学校任命新一届离退休处正处级党政领导 雷亮同志为处党委书记 徐文兵同志为处长	7
校新闻摘登	7

主题教育专栏

离退休处党委启动学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育暨理论中心组集体学习	11
离退休处党委召开主题教育推进会暨重点工作部署会	13
主题教育守初心 送“学”上门聚党心	13
离退休人员工作处徐文兵处长讲授主题教育专题党课	14
主题教育走进敬老院——离退休处赴敬老院开展慰问与调研活动	14
离退休处组织“话传统、谈复兴、聚力量”专题调研座谈会	15
在职党支部举办学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育专题党课	16
惠新里一支部与国关学院关工委举办“主题教育学习班开班”仪式	17
惠新里退休三支部“老少共建”活动听退休教师陈人康讲党课	18
汇新楼党支部召开喜庆建党102周年暨主题教育交流分享党员大会	19
惠新里第一党支部与国关学院学生党支部共同开展主题教育学习交流会	20
教育强国“大家”谈——汇新楼党支部与英语学院本科生联合党支部共学总书记在中央政治局第五次集体学习时重要讲话精神	22
赓续红色血脉 弘扬红色精神——天通苑支部前往马栏村开展主题教育实践活动	23
周莉莉 主题教育学习体会：以党的自我革命引领社会革命	25

党建工作

初心如磐 赓续荣光——离退休人员“两优一先”“七一”表彰大会隆重召开	29
离退休处党委在职党支部组织观看电影《长空之王》	30



《惠园夕阳情》 编委会成员

主 任：文 君
副 主 任：徐文兵 雷 亮
蔡学燕 崔宁宁
总 编 辑：徐文兵
责任编辑：张石榴 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
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：2023年 9 月



“对外经贸大学离退休处”公众号

内部资料 免费交流



活动中心安全自查



徐文兵处长参加北京高校离退休工作
部门负责人培训班



徐文兵处长讲授专题党课



在职党支部组织观看电影《长空之王》

惠新里一支部与国关学院学生党支部在党史博物馆 开展主题党日活动	31
惠新里第二党支部与信息学院学生支部联合举办“学习两会精神， 凝聚奋斗力量”主题学习会	32
天通苑党支部召开支委扩大会议，专题研讨支部年度工作	33
汇新楼党支部组织参加《井冈星火》红色观影活动	34
台基厂党支部主题党日活动纪实	34
老少共建，老少共进——惠新里一支部稳步推进“老少共建”活动	37

离退休工作

北京邮电大学、中国石油大学（北京）离退休部门来我校调研	40
离退休处组织老同志春游北京野生动物园	40
离退休处开展消防安全检查	41

关工委工作

对外经济贸易大学关工委“大学生社会实践基地” 在隆化县张三营中学挂牌成立	42
---	----

老有所为

李占海：五十载初心如磐——我校“光荣在党50年”荣誉证书章 颁发大会上的发言	44
董中颖：在离退休人员2023年“两优一先”表彰大会上的发言	45
王晓川：在支部迎接党102年诞辰会上的发言	46

老有所乐

老教工诗歌学会成功举办首次线下活动	47
老年大学在酷暑炎热的夏天举办工笔画展	48
贾怀勤：“七一”交响音乐会观看随笔	49
访”永定河诗社“诗三首	49
贾怀勤：火红中国年	50
孙维炎 王和英：住燕园养老有感	51
田耕、贾怀勤：诗二首	51
田耕：来校四十八年短回忆	52
对外经贸大学参加2023年第28届北京高校教职工网球比赛	53

封面：“七一”表彰会

封底：春之歌

作者：李玲玲

刊物中彩图插页：李 莹 崔宁宁 路璐等

“七一”慰问送关怀 践行初心聚党心

——学校开展慰问离退休老党员活动

（校新闻网讯）在中国共产党成立102周年之际，学校党委开展慰问离退休老党员活动，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、校长赵忠秀，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、副校长王敬波分别慰问了原党委副书记杨逢华，老党员贺向民、佟海山、刘星华、侯钟琨、李慧兰、任秀玲、程东信、刘永革、宓智瑛、魏辛德、李欣、许慧珍等离退休党员。校领导向老党员们致以节日的问候，亲切关心他们的身体健康状况和生活情况，

向老党员们介绍学校发展情况以及近期发生的大事喜事，并认真听取他们对学校改革发展和学科建设的意见和建议。学校事业高质量发展离不开老同志们一直以来的理解支持和大力配合，离不开广大老一辈教职员工的辛勤付出以及打下的坚实基础。希望老党员们一如既往地关心支持学校工作，继续发光发热，为学校各项事业发展贡献力量。

离退休处党委和各基层支部也在“七一”前夕前往老党员家中开展慰问活动。

老党员们纷纷对学校 and 支部的关心和关怀表示感谢，对学校近年来取得的新成绩感到骄傲，对学校未来事业发展充满信心和期待。

赵忠秀校长一行到离退休处 调研并实地考察惠新里家属区

校新闻网讯（离退休人员工作处供稿）
2023年5月9日上午，赵忠秀校长、王敬

波副校长一行到离退休处调研，召开专题办公会并就家属区老楼存在的问题与老同志

代表深入交流，积极听取意见建议。党校办、资产管理处、离退休处等职能部门负责人陪同调研。

赵忠秀校长一行一到老年活动中心，便对中心所处的惠新里家属区进行实地走访考察，详细了解家属楼区域分布，考察小区环境、硬件设施配套，查看家属楼外部和内部结构，听取相关情况，了解老房改造存在的问题和难点。随后召开专题办公会，与居住在学校附近家属区的老同志代表面对面交流，深入了解老同志们居住条件，了解老楼问题带来的现实困难，认真听取相关诉求和意见建议。会上，资产管理处杨洪义处长也就学校关于老房改造做出的工作和努力及相关政策向老同志做了详细的介绍和说明。

在认真听取了老同志代表的相关诉求和建议后，赵忠秀校长强调，老房的修缮和改造关系到每位老同志的正常生活和基本安全保障，解决这一问题需要国家政策、上级相关部门、大额资金等各方面的天时地利人和，学校非常重视老同志提出的现实困难，也非常认可老同志们提出的好的意见建议，学校一定会尽全力做好与上级单位的沟通协调工作，派专人做好相关工作的跟进和推进，积极争取上级单位的资金和政策支持。

此次调研，赵校长还听取了离退休处处长徐文兵关于助老工作、银龄工作开展情况及下一步工作设想的汇报，及校关工委常务副主任黄震华关于关工委工作及换届工作相关情况介绍的汇报。（文 崔宁宁）

对外经济贸易大学举行 2023 年 “光荣在党 50 年”荣誉证书章颁发大会

为进一步增强全体党员的荣誉感、归属感、使命感，鼓舞斗志，凝心聚力，奋力将党和国家事业发展推向新台阶、新高潮，按照北京市教委《关于做好“光荣在党 50 年”纪念章颁发工作的通知》要求，

2023 年 6 月 29 日下午，在对外经济贸易大学 2023 年度“七一”表彰大会暨党建工作交流会上，校领导为“光荣在党五十年”老党员代表颁发纪念奖章，李占海老师作为老党员代表发言，讲述一位老党员五十载初心

学 校 要 闻

如磐的故事。

会后，各位党员老师纷纷表达激动之情，表示将以此次证章授予为新的起点，继续紧密围绕在党中央周围，高举中国特色社会主义伟大旗帜，带头弘扬正能量，不忘初心、牢记使命，继续为党增光、为党旗添彩，用一生的追求和努力兑现在党旗下的那份庄严承诺！

(文 孙静)

今天，刚刚拿到了“光荣在党五十年”纪念章。这是一份沉甸甸的荣誉。自己感慨万千半个世纪过去了，国内外变化万千。现在可以欣慰和骄傲地说，从十八岁入党一路走来，自己一直牢记着初心，坚守着初心。今后必将永远不忘初心。祝愿我们的党健康、坚定，带领人民走向更加的辉煌。

——曹欣光

附：部分老党员体会

今年也是我入党 50 周年，我自己感到非常光荣和自豪。因为中国共产党是一个伟大的政党，没有她就没有新中国，没有她就没有全国人民的美好小康生活。我们还要不忘初心，牢记使命，要退休不退色，离岗不离党。要保持党的本色，继续为党的事业发挥余热。

——李保元

手捧徽章忆往昔，
固守初心志犹新。
双鬓染霜不服老，
问天再借五十年。

——邓梅映

当我走上领奖台，校领导把一枚“光荣在党五十年”纪念章挂在我的胸前，手捧鲜花的我感到无比光荣和自豪。我是 1972 年 12 月入党，当时，我们团派出四个同志到包头市公安局工作，我分在市公安局刑警大队重案组工作。半个世纪过去了，自己一直牢记着：做一名共产党员，时刻要以一个党员的标准严格要求自己，不管工作如何变化、岗位如何变动，我初心不变，要做一个合格的优秀的共产党员。

没有共产党，就没有新中国，就没有今天美好的生活。我们要退休不离党，坚定的跟党走，保持共产党员的本色，继续为党做工作、发光发热。祝愿我们的党，带领着全国人民，走向更加辉煌的明天。

——柳永树

调节饮食，养肺生津

老年人由于五脏衰弱，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。

学校党委召开座谈会 听取离退休老同志对我校十三次 党代会报告征求意见稿的意见

6月13日下午，学校在老年活动中心召开座谈会，听取离退休老同志对党代会报告征求意见稿的意见。原对外经济贸易大学校长施建军、原对外经济贸易大学副校长黄震华、原对外经济贸易大学党委副书记陈建香、原离退休处党委书记郭岩海、教学督导代表王关富、周玉梅、周莉莉三位老教授出席会议。学校第十三次党员代表大会报告起草小组成员张小锋部长、刘永栓副主任、朱向峰副部长、刘利琼副处长参加会议，离退休处处长徐文兵主持会议。

张小锋部长首先代表学校党委第十三次党代会报告起草小组向参会老同志们表示衷心的感谢，并详细介绍了第十三次党代会报告的整体内容框架和重点征求意见的

部分内容。

各位老校领导、老教授、老干部认真详阅了报告内容并给予充分肯定，对报告起草组的工作难度表示理解，同时也分别结合多年教育管理、教学实践、学校实际情况以及发展愿景，对个别文字表述、党建引领高度、贸大特色凝练、大学治理内涵、人才培养与发展、教育数字化、绿色校园、平安校园建设及存在的问题等方面提出了中肯的意见建议。

在认真听取老同志意见建议后，张小锋部长表示将认真研究吸取老同志意见，做好调整修改工作，为顺利召开学校第十三次党代会做出努力。

（文 崔宁宁）

老年人秋季养生常识

提高耐寒能力，防感冒

秋季温差变化较大，风寒邪气极易伤人，加上老年人抵抗力和适应能力降低，尤易患感冒、肺炎、肺心病，甚至发生心衰而危及生命。因此应注意防寒保暖，有条件的可坚持用冷水洗脸、擦鼻，甚至冷水浴，以提高耐寒防感冒能力。

学校任命新一届离退休处正处级 党政领导雷亮同志为处党委书记 徐文兵同志为处长

依据上级党委关于领导干部选拔任用等文件精神及我校关于中层领导班子和中层领导干部换届工作实施方案，中共对外经济贸易大学委员会文件（贸大党发〔2023〕23），任命雷亮同志为离退休人员工作处

党委委员、书记（试用期为一年）。免去张石榴同志离退休人员工作处党委副书记（主持工作）、委员职务，保留副处级待遇。对外经济贸易大学（贸大组字〔2023〕13号）任命徐文兵为离退休人员工作处处长。

校新闻摘登

【学校召开 2023 年全面从严治党暨警示教育大会】2023 年 3 月 30 日上午，我校在国际交流大厦报告厅组织召开“2023 年全面从严治党暨警示教育大会”，深入学习贯彻党的二十大精神和习近平总书记在二十届中央纪委二次全会上的重要讲话精神，落实教育部党组全面从严治党工作会议、市纪委全会、市警示教育大会等重要会议精神，回顾总结过去一年学校全面从严治党工作，部署和安排今年重点任务。开展警

示教育，以案为鉴、以案促改。党委书记黄宝印，党委副书记、纪委书记李茂国出席会议并讲话，党委副书记、校长赵忠秀主持会议，全体在校校领导、党委委员、纪委委员，全体中层干部，各基层党委（党总支、直属党支部）纪检委员、教职工党支部纪检委员参加了会议。

【我校 5 案例获批 2022 年教育部学位中心主题案例立项】教育部学位与研究生教育发展中心（简称学位中心）发布了“中国

专业学位案例中心”2022年主题案例征集立项结果,我校5个申报案例成功获批立项,位于全国前列。

【我校召开中层干部任免大会暨集体谈话会】5月16日上午,我校于国际交流大厦召开中层干部任免大会暨集体谈话会。全体校领导出席会议,全体处级干部、校聘干部,学校各二级办公室主任参会。会议由校党委书记黄宝印主持。校长、党委副书记赵忠秀宣读了中层领导干部任免决定。88名正职干部被任命,其中处级干部77人,不设行政级别的聘任制干部11人。处级干部中,女性29人,中共党员73人,民主党派及无党派人士4人;平均年龄比换届前正处级平均年龄降低4岁。换届后,“80后”处级正职干部20人,占处级正职干部总量的26%。

【黄宝印书记为全体处级党员领导干部讲党课】5月17日上午,校党委书记黄宝印为全体处级党员领导干部讲授题为“深刻认识新时代十年伟大变革及其重大意义,深刻领悟‘两个确立’的决定性意义”的主题党课。教育部学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育第四巡回指导组组长王芳、组员周游出席会议。

【我校获北京高校党建研究会等两项重大课题立项】北京高校党建研究会公布了2023年度党建研究课题立项通知,我校党委书记黄宝印主持的课题《高质量党建引领

高校高质量发展研究——以对外经济贸易大学为例》获得A类(重大课题)立项。党委副书记文君主持的课题《完善党的自我革命制度规范体系研究》获得全国党建研究会高校党建研究专业委员会2023年重点二类课题立项。

【我校荣获北京高校“两优一先”5个奖项】北京市委教育工委发布《关于表彰北京高校优秀共产党员优秀党务工作者先进基层党组织的决定》,我校2人荣获北京高校优秀共产党员称号,1人荣获优秀党务工作者称号,2个基层党组织荣获北京高校先进基层党组织称号。国际经济贸易学院经济系主任徐朝阳,外语学院党委书记田文泉获得北京高校优秀共产党员称号,国际关系学院正处级组织员巩喜云获得北京高校优秀党务工作者称号,国际关系学院党委、法学院党委获得北京高校先进基层党组织称号。

【我校召开2023年度“七一”表彰大会暨党建工作交流会】6月29日下午,我校在求索楼报告厅召开2023年度“七一”表彰大会暨党建工作交流会,热烈庆祝中国共产党成立102周年,隆重表彰优秀共产党员、优秀党务工作者和先进基层党组织。84个先进集体和个人受到表彰。全体党员校领导、“两优一先”受表彰的集体和个人,“光荣在党五十年”老党员代表,全体党员中层干部,教职员工和学生党员代表等参加大会。会议由校长、党委副书记赵忠秀主持。

【赵忠秀校长一行赴上海外国语大学调研】7月18日上午，赵忠秀校长带队赴上海外国语大学开展主题教育专项工作调研。上海外国语大学党委书记姜锋及相关职能部门负责人参加座谈交流。双方就语言类专业建设、区域国别专业建设、服务学校高质量发展能力提升等方面进行了深入的交流研讨。

【中国工商银行副行长张文武一行来我校调研访问】7月28日上午，中国工商银行副行长张文武一行来我校调研访问，就金融科技融合、金融学理论研究、人才培养、金融学院建设以及加强双方合作等进行交流讨论。校党委书记黄宝印和副校长洪俊杰、王敬波参加调研。中国工商银行总行金融科技部总经理杨龙如、公司金融业务部副总经理戴莲，现代金融研究院副院长赵幼力、人力资源部总经理助理熊飞、北京分行副行长鲍晓晨等陪同来访。黄宝印书记主持座谈会。

【赵忠秀校长一行赴新疆调研推进对口支援工作并参加教育对口支援新疆工作会议】7月22日至8月1日，赵忠秀校长一行赴新疆实地调研推进对口支援工作并参加教育对口支援新疆工作会议。8月1日，教育对口支援新疆工作会议在乌鲁木齐举行。新疆维吾尔自治区党委书记、新疆生产建设兵团党委第一书记、第一政委马兴瑞，教育部党组书记、部长怀进鹏出席会议并讲话；教

育部党组成员、副部长孙尧主持会议。赵忠秀校长作为援疆部属高校代表参加会议。

【校关工委举办2023大手拉小手夏令营活动】2023年8月，对外经济贸易大学关工委组织大学生志愿者与承德市隆化县张三营中学和围场县山湾子中学的中学生举办了为期九天的承德、北京两地夏令营活动。参加开营仪式的有对外经济贸易大学关工委王桂林副主任和13名大学生志愿者，承德市教育系统关工委领导白云生、王德华，张三营中学领导姚怀、孙广军率师生代表30多人出席。全体师生瞻仰了董存瑞烈士陵园，并进行了集体宣誓。

【黄宝印书记讲授入职“第一课”】2023年8月22日，对外经济贸易大学2023教职工岗前培训在诚信楼三层国际会议厅顺利开班，校党委书记黄宝印为全体新入职教职工开讲“书记第一课”。报告由党委教师工作部部长、人力资源处处长徐松主持。

【黄宝印书记走访慰问全校各职能部门】8月28日—29日，校党委书记黄宝印采取“四不两直”的方式，对全校各职能部门进行走访，检查各职能部门开学工作和迎新准备情况，并亲切慰问各职能部门教职工。

【贸大又一团队获评“全国高校黄大年式教师团队”！】2023年8月31日，教育部公布第三批“全国高校黄大年式教师团队”名单，对外经济贸易大学国际贸易教师团队成功入选。这是我校继会计与财务管理

教师团队之后连续第二次获此殊荣。为党育人、为国育才，由赵忠秀校长带领的国际贸易教师团队躬耕教坛、心怀国家育栋梁，在拔尖创新人才培养、国际学术前沿研究等方面做出了突出贡献。

【校党委召开专题会议研究部署新学期重点工作】9月1日下午，校党委召开2023年第21次专题办公会议，研究秋季学期重点工作，部署开学迎新和安全检查工作。全体在校校领导、党委常委及相关职能部门负责人参加会议。党委书记黄宝印主持会议。会议传达了教育部、北京市关于做好秋季开学工作的部署安排和明确要求。党委副书记文君、党委副书记、纪委书记李茂国、副校长王强、副校长洪俊杰汇报了秋季学期各自分管的重点工作及思路，教务处、研究生院、保卫处、财务处、网络安全与信息化处、体育部、组织部等部门负责人分别汇报了本部门学期重点工作与思路。

随后，部署开展开学初的校园安全大检查工作。校领导文君、李茂国、王强、洪俊杰以及党委常委张小锋、李洁、周波、校办主任孙晓霞按照“网格管理、分区负责”的安排，对全校各区域进行了全面检查。

【赵忠秀校长一行受邀参加中国—东盟教育交流周系列活动并调研贵州省外办和贵州大学】8月29日，以“教育合作新愿景‘一带一路’共繁荣”为主题的2023中国—东盟教育交流周在贵阳贵安新区开

幕。教育部党组书记、部长怀进鹏作主旨演讲，省委书记、省人大常委会主任徐麟出席，老挝教育体育部部长西玛拉冯、缅甸教育部部长纽培、菲律宾高教委主席德维拉致辞，省委副书记、省长李炳军致欢迎辞。开幕式由教育部副部长陈杰，省委常委、省委宣传部部长卢雍政分别主持。8月29日—31日赵忠秀校长应邀参加交流周系列活动。

【黄宝印书记出席贸大附中2023—2024学年度开学典礼】2023年9月1日，对外经济贸易大学附属中学举行“毅笃行攀高峰扬帆远航正当时”开学典礼。黄宝印书记出席并为附中师生送上新学期祝福，朝阳区望京街道工委书记陈栋、朝阳区教委主任肖汶应邀出席。

【对外经济贸易大学喜迎2294名本科新生】2023年9月4日，对外经济贸易大学2023级本科新生报到日。校党委书记黄宝印、校党委副书记文君率领学校相关职能部门负责人，来到诚信楼广场院系迎新点，看望前来报到的2023级本科新生及家长，慰问参与迎新工作的师生员工。

【惠园又迎2800余名研究生新生】9月5日，2023级研究生新生2817人（其中硕士研究生2590人，博士研究生227人）共赴惠园之约。校长赵忠秀、副书记文君一行在相关职能部门负责人的陪同下来到生机洋溢的迎新现场，先后走访了各学院的迎新展台，亲切慰问各学院迎新教职工和学生

志愿者，并对初入惠园的研究生新生表示衷心的祝贺和热烈的欢迎。

【我校召开助力勐腊县乡村振兴工作推进会】2023年9月7日上午，我校召开助力勐腊县乡村振兴工作推进会。校党委副书记、纪委书记、乡村振兴工作领导小组副组长李茂国出席。会议由国内合作办公室主任邵延方主持。

【对外经济贸易大学隆重举行庆祝第39个教师节暨先进表彰大会】9月8日上午，对外经济贸易大学隆重举行庆祝第三十九个教师节暨先进优秀表彰大会。全体校领导、新入职教师、各学院和职能部门党政主要领导、教职员工代表参与表彰大会。表彰

会上，党委副书记、纪委书记李茂国宣读教学类荣誉奖项表彰名单，副校长王强宣读科研类荣誉奖项表彰名单，党委常委、副校长洪俊杰宣读管理类荣誉奖项表彰名单。大会对各类先进集体和个人进行了表彰。

【我校召开学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育总结大会】9月8日下午，对外经济贸易大学学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育总结大会召开。教育部主题教育第四巡回指导组组长王芳，组员赵丹、吴琼，全体校领导、中层干部、主题教育工作专班全体成员、教师党支部书记代表、党员代表参加会议。会议由校长、党委副书记赵忠秀主持。

离退休处党委启动学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育暨理论中心组集体学习

2023年4月23日，离退休处党委于老年活动中心二层会议室，启动学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育暨理论中心组集体学习。离退休处领导班子、处党委委员线上线下参加会议。徐文兵

处长主持会议。

会议传达中共对外经济贸易大学关于开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育工作部署，启动离退休处党委开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想

社会主义思想主题教育。同时针对北京市离退休干部党支部“六好”示范创建工作、处党委近期重点工作、离退休处未来“三年行动计划”推进与落实等工作进行了通报，并根据实际情况修订了处党委相关制度文件。

徐文兵处长领学了北京教委《关于

加强新时代北京教育系统离退休干部党的建设工作的若干措施》，各位委员结合我校离退休工作实际深入讨论了落实《若干措施》的具体举措，为我校未来离退休人员工作开展统一了思想，凝聚了力量。

(文 孙静)

离退休处党委召开主题教育推进会暨重点工作部署会

2023年5月18日下午，离退休处党委组织召开主题教育推进会暨重点工作部署会。离退休处领导班子成员、处党委委员、全体离退休党支部书记参加会议。

会上，张石榴同志简要总结了近期处党委开展主题教育的各项工作，并结合《离退休处党委学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育实施方案》对近期工作进行了部署说明，鼓励各支部通过“三会一课”、老少支部共建、主题党日、“六好”支部培育创建等平台，积极组织支部党员进行学习实践、交流研讨，推动主题教育走深走实，引导广大离退休人员不忘初心、勇毅前行，继续在学校立德树人工作和建设中发光发热。会议通报各支部2023年

主题党日申报和审批情况，对学校近期将要开展的第十三次党员代表大会筹备工作和离退休人员“两优一先”评选表彰工作进行了讨论和部署。

蔡学燕副书记对北京市离退休干部“六好”党支部示范创建工作进行了解读说明。对一些重点环节、重点指标进行了详细介绍，鼓励各离退休支部以此次示范创建工作为契机，对标对表，积极参与示范创建工作，进一步提升我校离退休党建工作科学化规范化水平，持续增强支部凝聚力、战斗力。

会上，张石榴同志向大家通报了教育部第四巡视组对外经济贸易大学基本情况开展以及5月6日巡视工作动员会组长讲话和黄宝印书记表态发言内容，并带领大家集

体学习《在学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育工作会议上的讲话》，认真领会此次主题教育的重要意义和

目标要求。
(文 孙静)

主题教育守初心 送“学”上门聚党心

为进一步将学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育引向深入，提高离退休党员干部政治站位，把党员思想和行动统一到习近平新时代中国特色社会主义思想和党中央精神上来，统一到学校决策部署上来。离退休党委结合离退休人员实际，专门购买大字版学习资料，送到老同志们家中。

5月6日上午，离退休处徐文兵处长、张石榴副书记（主持工作）、蔡学燕副书记、崔宁宁副处长分别前往年龄较大或行动不便的老党员家中探望，并送上学习资料；5

月12日上午，张石榴副书记（主持工作）、蔡学燕副书记前往汇新楼党支部集中送学上门。

通过送学上门将此次主题教育“学思想、强党性、重实践、建新功”的总要求传达到每一位党员，引领全体老党员深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，旗帜鲜明讲政治，拥护党的路线方针政策，为党的奋斗目标做出努力和贡献，做到退休不褪色。
(文 孙静)

养阴润燥防咳嗽

秋季肺脾气阴两虚的人群，容易感受秋燥之邪，出现咳嗽气短、口干咽燥、皮肤粗糙等表现，不妨喝一碗三白汤。

将莲子20克、白果10克洗净，山药100克、生姜3片去皮切块，兔肉300克洗净焯水，一同放入砂锅，加适量清水，先以武火煮沸，再转文火煲1小时，调味后即可食用（两人份），能够健脾补肺、益气养阴、润燥止咳。

白果在秋季成熟，有敛肺降气的功效，可以缓解肺气上逆所致的咳嗽；秋天食用莲子有助于健脾补肾、止泻固精；山药起到补脾养胃、益肺生津、补肾填精的作用，此“三白”搭配养阴润燥、补中益气的兔肉，适合秋季气阴不足出现咳嗽的人群调理服用。

离退休人员工作处徐文兵处长 讲授主题教育专题党课

为深入开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育，把主题教育作为推动工作的强大动力，6月5日上午，离退休处徐文兵处长面向全处工作人员讲党课。

徐文兵处长首先领学习近平总书记“5.29”重要讲话精神，结合离退休处工作实际，鼓励全处同志将学习成果转化为建设教育强国的实际行动，在实际工作中引领更多的老同志继续发光发热，为“教育强国，

高校何为”发挥出离退休人员的积极作用，承担起离退休人员的积极担当。

徐文兵处长还结合中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于推进基本养老服务体系建设的意见》，对指导思想、主要任务、工作原则、重点工作等内容进行了解读和介绍，对于我们目前的工作进行了梳理和对应，找出不足，提出下一步工作设想。

（文 孙静）

主题教育走进敬老院

——离退休处赴敬老院开展慰问与调研活动

为进一步将主题教育推向深入，结合离退休处党委主题调研相关任务，离退休处领导班子贯彻落实一线规则，切实解决老同志实际困难，开展孤寡老人关怀慰问活动，并进行养老机构调研。

5月8日下午，离退休处徐文兵处长前往崔各庄仁爱养老院看望我校退休孤寡老人吴文治老师。离退休处已坚持7年管理孤寡老人吴文治的退休生活，定期到仁爱敬老院探望、交付费用并料理其基本生活，包括

购置生活用品、慰问品和基本药物等，做好其日常开支的记录，目前老人各方面体征很好。看望之余，徐文兵处长还调研了仁爱养老院的基本设施、目前经营管理情况等，参观了中国孝道文化教育基地，进一步拓宽工作思路。

5月10日一早，离退休处张石榴副书记（主持工作）、蔡学燕副书记带队前往燕达金色年华养老社区看望徐云裳、刘星华、徐燕、毕华鸾、唐虎森、尚学淑六位老党员，送上《习近平著作选读》等学习资料，将主题教育的精神传达到老党员手中。张书记特别向老同志们介绍了离退休处主题教育方案和具体部署，详细听取了老同志生活情况和实际困难。张书记强调非常高兴看到老同

志们精神愉悦、幸福快乐享受晚年生活；对于实际困难尤其是异地医疗的不便等问题，表示回校后积极向有关部门咨询政策反映具体问题。随后，大家前往通州汇禧润福艺术家养老社区，看望张保华教授以及老伴，也向张老师赠送了主题教育大字版学习资料，并在工作人员陪同下实地调研了汇禧润福养老院的实际运营情况，对其住宿公寓、老年大学、餐厅等地方进行了实地走访，为我校离退休教师机构养老争取更多的资源和优惠。

近期，处领导班子将持续开展调研工作，前往康寿苑各分院、美后肆时文化养老等机构进行走访。

（文 孙静）

离退休处组织“话传统、谈复兴、聚力量”专题调研座谈会

为进一步将主题教育推向深入，结合教育部离退休干部局和北京市委教育工委相关工作要求，6月6日上午，离退休处面向老同志组织开展“话传统、谈复兴、聚力量”专题调研座谈会。离退休处专题调研工

作组成员与来自离退休党支部、文体社团的离退休人员代表近10人参加座谈会。会议由离退休处处长徐文兵主持。

座谈会上，与会老同志围绕深入学习贯彻党的二十大精神和习近平新时代中国

特色社会主义思想，深刻领会新时代的伟大变革、发挥银发智慧和优势等主题，结合自身经历和切身感受，忆往昔、谈变化、说发展、献良策。通过开展专题调研，老同志们更加全面、系统、深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想，并把学习贯彻这一重要思想与充分发挥政治优势、经验优势、威望优势结合起来，与助力推动高质量发展、

全面推进乡村振兴、加强基层治理、改善人民生活等结合起来，进一步深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，积极投身全面建设社会主义现代化国家新征程，为实现第二个百年奋斗目标增添正能量、作出新贡献。
(文 孙静)

在职党支部举办学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育专题党课

5月22日上午，离退休处党委在职党支部在老年活动中心举办学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育之“学习党的二十大报告，认识和感受新时代我国老龄化工作取得的巨大成就”专题党课。离退休处党委副书记蔡学燕主讲，在职支部党员、部门全体工作人员参与本次党课学习。

蔡学燕副书记首先带领大家学习习近平总书记党的二十大报告中明确提出的“实施积极应对人口老龄化国家战略，发展

养老事业和养老产业，优化孤寡老人服务，推动实现全体老年人享有基本养老服务”相关论述，对党的十八大以来，我国老龄事业发展和养老服务体系取得一系列新成就进行梳理。党课最后，蔡学燕副书记指出，作为离退休工作者，我们要把学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育与实际工作紧密结合，为老同志养老提供更多资源和信息，提供更周全、更贴心、更便利的服务，为他们安享晚年做出我们的努力。
(文 李姗)

惠新里一支部与国关学院关工委 举办“主题教育学习班开班”仪式

5月18日，退休党员惠新里一支部与国关学院四个学生党支部举办了《习近平中国特色社会主义思想主题教育学习班》开班仪式。学院原党委书记兼关工委主任巩喜云宣布学习班开班，学校关工委副主任兼惠新里第一支部书记王桂林作领学发言。老党员程葆珍与学生党员及入党积极分子30多人参加，4位学生党员会上发言。本期学习班由大会领学、分组调研和总结交流三次活动组成。

王桂林在领学前强调，这次学习班的宗旨是“学原著、读原文、悟原理”，做到真学、真信、真用，通过领学、自学与调研访谈相结合的方法，深刻理解这次主题教育的重大意义。他在领学了习总书记4月3日在主题教育大会上重要讲话后指出，这次主题教育意义重大、使命光荣，我们要用习近平中国特色社会主义理论武装全党，才能实现思想统一、行动统一，团结群众落实好党的二十大精神，才能共同完成“中国式现代化”建设的宏伟目标。他还阐述了“五四精神”与总书记《青年观》的核心要义，希望青年党员在学深悟透上下功夫，争做主题教

育活动的宣传者和践行者，把自己培养成堪挡时代重任的栋梁之才。学生党员候文君、董纪发言说，老少共建活动为他们提供了跨代交流的机会，使青年党员能从老党员那里获得理想信仰与经验智慧的传承，加深理解主题教育与“五四精神”共同的核心价值观。通过主题教育学习班，要进一步增强“四个意识”，坚定“四个自信”，维护“两个确立”，共同为落实党的二十大宏伟目标努力奋斗。学生党员韦林涛发言中盛赞“五四精神”所彰显的中国青年那种爱国情怀和奋斗精神。他认为在新时代背景下，当代青年要肩负起历史使命，发扬爱国主义精神，与时代同呼吸，与人民共命运，积极参加主题教育各项活动，为中华民族的伟大复兴贡献青春的力量。

5月20日，约30名学生党员及入党积极分子分组对老党员王桂林、周莉莉、常力和程葆珍开展“调研与访谈”。王桂林深情地介绍了学校对他的培养和使用。他讲述了学校党委1985年任命他担任校办主任兼任基建处长，要求他一年内建成图书馆和计算机楼两栋主体工程，还要立项开工一栋宿舍

楼，共计“三大工程”。面对学校的困难，他临危受命、放弃了专业，“改行”接受了党委交给的任务，以拼搏精神如期完成了“三大工程”。他感慨地说，“听党话、跟党走”不是一句空话，面对党交给的艰巨任务时不能讲“价钱”，必须发扬党的“斗争和牺牲精神”去完成。因此他认为，总书记在新的百年征程中继续提倡“斗争精神”，意义非凡。老党员周莉莉、常力讲述了从教50年的人生经历。她们认为，教书不仅是

一份“职业”，而且是一份“事业”，更是一份神圣的使命。为此，她们把教书育人和立德树人作为一生矢志不渝的奋斗目标。她们把对党的赤诚之心，转化为对教育工作的奋进之心，他们将热爱学生，甘为人梯的教育思想融入到教学中，时刻不忘“立德树人”的使命，为国家培养了一大批既懂外语又懂外贸，且具有担当精神的国际化人才。

（惠新里第一党支部供稿）

主题教育上党课 坚定信念 承担责任

——惠新里退休三支部“老少共建”活动 听退休教师陈人康讲党课

2023年5月11日，惠新里退休三支部和商学院学生支部联合举办2023年主题党日教育活动，退休党员陈人康同志主讲党课《不忘初心，追忆前辈的人生坐标》，百余名学生和7名老党员参加。

陈人康同志从祖、父两代参加革命切入主题，介绍了百年前半殖民地半封建的旧中国在寻找中国出路的不断探索中，付出血的代价，最终选择了中国共产党和马克思主义理论，建立了新中国的历史必然性。陈人

康父亲陈士渠将军历经秋收起义、长征、抗日战争、解放战争，身负9处伤。解放后，为打破帝国主义的封锁，陈士渠将军带领十万官兵在大西北荒无人烟的无人区隐名埋姓，克服常人难以想象的困难为两弹一星做窝的感人事迹，坚持廉洁自律的作风，以一潭清水过生日的崇高情操，展现了共产党人的理想如炬、信仰如钢的宝贵品质。

2023年是全面落实党的二十大精神开局之年，是全面建设社会主义现代化国家新

征程起步之年，重温陈士榘将军的感人事迹，老同志们牢记使命，坚定信念，承担责任，坚持以人民为中心的发展思想，学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育精神，为学校的高等教育发展继续发光发热。青年学生从中看到中国发展到今天的富强，是成千上万的共产党人和普通大众

历经艰苦卓绝的斗争取得的成果，要保持并继承民族复兴的伟大理想，青年们要继承党的优良传统，传承接力，砥砺前行，努力学习，积极探索，踏实奋进，筑牢共和国大厦的坚厚基石，推动中华民族共同富裕的复兴伟业。
(惠新里第三党支部供稿)

汇新楼党支部召开喜庆建党 102 周年 暨主题教育交流分享党员大会

6月27日上午9:00，汇新楼党支部在老年活动中心三层多功能厅召开喜庆建党102周年暨主题教育交流分享党员大会。支部30多位老党员克服困难，冒着酷暑炎热参加了党员大会。

大会在嘹亮的国歌声中开始。全体党员起立，共唱国歌。支部书记郭岩海首先表示，今天我们召开党员大会，庆祝我们伟大的中国共产党建党102周年，祝贺伟大的中国共产党生日快乐！

大会第一项内容，为党龄逢五逢十的党员过“政治生日”。今年支部有16位党员同志党龄逢五逢十，其中有党龄50年4人，45年2人，40年2人，35年5人，30年2人和25年1人。支部书记宣读了给每

位过政治生日党员同志的“政治生日”贺信。自然生日纪念的是对生命的珍视和尊重；“政治生日”纪念的是对党的热爱和忠诚。党支部给每位同志提出要求，祝愿他们身体健康、生活愉快。

大会第二项内容，邀请党委委员、离退休处处长徐文兵向支部党员介绍学校有关离退休工作。徐文兵处长首先向支部过政治生日的党员同志表示祝贺，向支部党员表示问候！他说夏季来了，天气炎热，希望大家多多保重身体健康。他介绍了学校党代会准备召开的有关情况、离退休党委支部换届和建设情况、学校关老基金建设及使用情况、学校大病困补帮扶人员情况、去世人员抚恤金调整情况、老年活动中心设备更新及

维修情况等。他表示,将带领全处工作人员,在学校党委领导下,努力做好学校离退休人员服务和管理工作。

大会第三项内容,开展主题教育学习交流。今年党中央向全体共产党员发出要求,开展主题教育,学习党的二十大精神、学习习近平新时代中国特色社会主义思想 and 习近平文选。根据处党委的安排,党支部向支部党员做了学习部署,发放了学习书籍。今天贾怀勤教授、王晓川教授、蒋屏教授、王关富教授做了学习交流发言。贾怀勤教授从习近平深化改革,全面推进经济发展的论述谈了自己的学习体会和认识;王晓川教授从党的二十大精神中关于加强老龄化社会建设,做好老龄工作谈了自己的学习体会和认识;蒋屏教授和王关富教授从习近平

总书记关于教育强国论述谈了自己的学习体会和认识。四位教授的发言认识深刻,给支部党员开展主题教育带了好头,起到表率作用,受到大家好评。

大会第四项内容,是开展党课学习。本次党课学习的内容是深刻认识“两个确立”的重大意义。郭岩海书记带领支部党员从“两个确立”是承续中国共产党历史传统的必然要求、是全党意志的集中体现和全国人民的共同选择、是有效应对国内外挑战和实现中华民族伟大复兴的重要法宝和“两个确立”具有重大政治意义谈了“两个确立”的重大意义。

会后全体党员同志合影留念。大家表示,会议开的成功,内容丰富,收获满满,时间安排紧凑。
(文 郭岩海)

惠新里第一党支部与国关学院学生党支部 共同开展主题教育学习交流会

近日,我校惠新里第一党支部退休党员与国关学院学生党员集体参观党史博物馆后,共同举办了学习交流会。国关学院党委书记兼关工委主任巩喜云,校关工委副主任兼离惠新里第一党支部书记王桂林,学院

党委副书记兼本科生党支部书记李航敏、惠新里第一党支部副书记周莉莉及老党员程葆珍等出席活动并讲话。国关学院本、硕、博四个学生支部的50多名党员和入党积极分子参加,活动由国关学院辅导员叶壮老师

主持。

巩喜云书记首先致辞，她对几位老党员出席活动表示热烈欢迎！她指出开展“老少共建”、“老少共学”活动，为推动主题教育搭建了良好的平台。她要求学生党员和入党积极分子学深悟透党的历史和伟大的建党精神，增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，努力成为堪当时代重任的栋梁之才。

王桂林老师随后讲话，他对国关学院党委和关工委积极支持“老少共建”活动表示感谢。他在交流发言中指出，习总书记提出的伟大建党精神言简意赅、高屋建瓴、内涵丰富，具有很强的政治性、理论性和实践性，是马克思主义中国化的又一成果。他从四个方面作了引领发言。一是坚持真理就是坚持马克思主义，坚守理想就是不忘初心、牢记使命。他举例说，当年毛主席为了坚持真理，与党内的各种机会主义，教条主义和共产国际的错误决定进行了长期斗争，在“遵义会议”上挽救了党和红军；在六届六中全会上结束了错误路线的统治；在七届二中全会上确立了毛泽东思想作为全党的指导思想。毛主席是坚持真理、坚守理想的光辉典范。二是践行初心就是要坚守为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴的初心。担当使命就是要以我将无我、振兴中华的担当精神去干事创业，不负时代、不负使命、不负人民。三是不怕牺牲、英勇斗争是我党的优良传统。新中国是革命先烈用鲜血和生

命换来的。在建设中国式现代化的伟大事业中，仍要面对复杂多变的国际形势，以及艰难险阻和急流险滩。因此，共产党员仍要弘扬不怕牺牲、英勇斗争的优良传统。四是对党忠诚、不负人民是共产党人应有的政治品质，也是入党誓词中对党和人民庄严承诺。党内的腐败分子就是因为对党不忠诚，辜负了党和人民的期望。为此，这八个字是我党坚持自我革命准则，也是广大党员的座右铭。王桂林决心用伟大的建党精神促进“老少共建”活动的高质量发展，为助力培养堪当时代重任的栋梁之才发光发热。

国关学院七位学生党员及入党积极分子做了精彩发言。本科生吕子豪、李时雨发言认为，中国共产党历经百年，带领中国人民从站起来、富起来到强起来，经受了一次又一次的考验，形成了伟大的建党精神。在新时代伟大斗争中，伟大的建党精神必将指引我们取得更加辉煌的成就。本科生魏止戈和邢静宇参观学习后，对伟大的建党精神有了深刻的感悟，新中国取得的伟大成就，是革命前辈凭借坚定的理想信念和不变的初心使命才取得的。硕士生党员刘向洋和刘馨呼吁，新时代的学生党员要肩负起中华民族伟大复兴的历史使命，从党史学习中汲取开拓前进的智慧和力量，走好新时代的长征路，为建设中国式现代化添砖加瓦。博士生党员刘彤认为，新时代的有志青年要以伟大的建党精神启迪才智，为建设中国式现代化贡献青春的力量。

退休支部 88 岁的老党员程葆珍即席发言，她回顾了跟随父亲在战争中成长的人生经历，讲述了“听党话，跟党走”的家风家训对她的影响，分享了她顾全大局，服从组织需要，放弃专业从事行政管理工作的人生故事，使老少党员深受教育。

退休支部周莉莉发言时说，老少党员都要学习和发扬伟大的建党精神，不忘初

心，牢记使命，强化党员意识、提高党性修养，时刻铭记共产党员的责任、使命、荣耀，充分发挥共产党员的先锋模范作用，为实现中国式现代化的宏伟目标贡献力量。

会议结束后，参会的老少党员和入党积极分子合影留念。

（惠新里第一党支部供稿）

教育强国“大家”谈

——汇新楼党支部与英语学院本科生联合党支部共学总书记在中央政治局第五次集体学习时重要讲话精神

习近平总书记 5 月 29 日在中共中央政治局第五次集体学习时强调：“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。”2023 年 6 月 8 日下午，离退休处党委汇新楼党支部与英语学院本科生联合党支部开展支部共建共学活动，校关工委常务副主任黄震华教授出席本次共建学习活动。汇新楼支部党员贾怀勤教授、王晓川教授、王关富教授、蒋屏教授参与本次学习座谈会，与学生党员共同学习探讨了

习近平总书记关于“教育强国”重要讲话的理解。英语学院学生党支部书记张杉杉老师主持本次支部共学活动。

汇新楼支部书记郭岩海在致辞中提到，希望两个支部加强共建，发挥彼此支部党员优势，助力大学生成长成才，助力老同志过好晚年退休生活。

贾怀勤教授重点发言，他提出党的十八大以来，习近平总书记围绕“培养社会主义建设者和接班人”作出一系列重要论述，深刻回答了“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”这一根本性问题。论及“高质量发展”，贾怀勤教授认为在对外人才培养上，

一方面应该熟练用外语履行职能，一方面指遵守党的外事纪律，加强对外战略思维。

黄震华教授强调，应充分肯定我党自党的十八大以来在建设教育强国方面取得的成绩，同时应坚持和发展马克思主义必须同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合。黄震华教授认为，现在在校学生应该从志存高远、增长知识、锤炼意志三方面不断提升自我，不要满足于现状，尽可能扩充知识面，应下决心为建设强大社会主义国家贡献自己的力量，鼓励同学们应争当德智体美劳全面发展的新时代青年。

王关富教授指出高等教育应该激发和鼓励学生多思考、多提问，鼓励同学们在课堂上保持思维活跃和参与课堂教学。同时也希望有更多潜心研究学问的教师进一步推动高等教育的高质量发展。

王晓川教授强调学生党员应加强家国情怀教育，这不是一句空洞的口号，而是深深植根于每个中国人内心世界的无疆大爱，是

对国家的高度责任感和使命感，是中华民族永远立于不败之地的文化密码，是中华民族伟大复兴的内生动力，值得我们永远珍惜。

蒋屏教授推荐同学们阅读曾任外交部副部长傅莹所著的《大使的衣橱》，强调终身学习的重要性。

之后，徐张弛、张文程两位学生党员分享了各自在主题教育中阅读《习近平著作选读》、《习近平新时代中国特色社会主义思想专题摘编》之后的心得感想；申雪莹同学汇报了支部开展主题教育调研活动的情况。

张杉杉书记总结本次老少党员共学座谈会。她强调本次支部共学活动，各位学生党员收获颇丰，体会到正是因为有这样一批老党员老教授无私奉献、甘之如饴，青年才能愈发受命时代召唤，践行责任担当。青年强，则国家强。当代中国青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。与党同心同行，老少支部共建在行动！（汇新楼党支部供稿）

赓续红色血脉 弘扬红色精神

——天通苑党支部前往马栏村开展主题教育实践活动

习近平总书记在二十大报告中指出，要“坚持理论武装同常态化长效化开展党史

学习教育相结合，引导党员、干部不断学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行，传

承红色基因，赓续红色血脉。”为学习贯彻党的二十大精神，天通苑支委扩大会议决定开展“学习贯彻党的二十大精神 携手奋进新征程之赓续红色血脉 弘扬红色精神”实践活动。

2023年5月12日，天通苑党支部11名党员及外请摄影师前往门头沟区马栏村，参观抗日战争时期“冀热察挺进军司令部”旧址、中国人民解放军华北军区北岳第三军分区十团团部遗址，观看全国第一个村级抗战陈列馆的展览。

马栏村是中组部公布的首批8个红色村庄之一。1939年，斋堂地区成为敌后抗日战场的前哨，马栏村是其坚强的堡垒，小小的山村40名马栏年轻人组建了马栏排，编入挺进军七团，血染疆场。1939年10月，萧克将军领导的八路军冀热察挺进军进驻马栏村，司令部设在村中一四合院内，这里便成为冀热察挺进军的指挥中心。尽管冀热察挺进军及其开辟的根据地只有三年历史，但却在抗日战争史上留下了光辉的一页。冀热察根据地是插向敌人心脏的一把尖刀，严重威胁着华北日军；根据地军民消灭和牵制了大量的日伪军，有力地配合了全国其他战场的抗日斗争；根据地成为大后方与敌占区党组织联系的主要交通线。中国共产党在冀热察地区坚持不懈的斗争和建设，为后来在解放战争中居于主导地位，为解放战争的胜利奠定了基础。

载着活动参加者的汽车翻山越岭，首

先到达门头沟区雁翅镇田庄村“京西第一党支部”纪念馆，大家在这里合影留念，然后继续前行。

经过2个半小时的颠簸，终于到达“京西红色第一村”——马栏村。参加活动的党员们换上八路军军装，打好绑腿，仿佛马上“穿越”到抗战时期。这个“八路军小分队”列队经过村口哨卡，在司令部门口站岗，在挺进军驻地练刀，在村间习射，生龙活虎，英气逼人。“穿越”回当代，党员们仔细看展览，在党旗塑像下列队向革命前辈敬礼致意，举拳宣誓赓续红色血脉，弘扬红色精神，信念坚定，掷地有声。最后，在挺进军大食堂进餐，品尝当地特色菜肴，体验乡村振兴战略实施后马栏村的新生活。

活动结束后，大家意犹未尽。参加活动的党员们表示这种沉浸式的参观、体验、教育活动形式活泼，在活动中了解了红色历史知识，更深切地体会到今天的幸福生活是无数革命先烈用生命和鲜血换来的，增强了“不忘初心，牢记使命”的责任感。认为这是一次生动的党课，活动非常成功，能“凝聚人心，激发热情”，使支部党员保持朝气蓬勃、健康向上的精神风貌。现在大家虽然退休不在岗工作了，但要做到退休不褪色，离岗不离党，时刻牢记使命，继续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贡献自己的力量。

（天通苑党支部供稿）

周莉莉 主题教育学习体会： 以党的自我革命引领社会革命

读原著、学原文、悟原理，原原本本学习《习近平新时代中国特色社会主义思想》、《习近平关于“不忘初心、牢记使命”重要论述摘编》等著作，不断提高自己的思想政治觉悟，这是我在这次“主题教育”的态度。

首先，深刻认识开展这次主题教育的重大意义：在全党深入开展学习贯彻新时代中国特色社会主义思想主题教育，是贯彻落实党的二十大精神的重大举措，对于统一全党思想、解决党内存在的突出问题、始终保持党同人民群众血肉联系、推动党和国家事业发展，具有重要意义。这是统一全党思想意志行动、始终保持党的强大凝聚力、战斗力的必然要求。团结统一是党的生命，是党的力量所在。思想上的统一是党的团结统一最深厚最持久最可靠的保证。我们这么大一个党，领导着这么大一个国家，肩负着带领全国各族人民实现国家强盛、民族复兴这个艰巨任务，全党必须统一思想、统一意志、统一行动。怎么实现全党思想、意志、行动的统一？最根本的就是用党的基本理论武装全党。我们党始终高度重视理论武装，每逢重大历史关头，都要用党的创新理论统一

全党思想，每次党内集中教育也都坚持把理论学习作为首要任务并贯穿始终，为全党团结统一奠定坚实思想基础。今天，我们党带领全国各族人民迈上了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的新征程，要更好肩负起新时代新征程党的使命任务，迫切需要用新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践、推动工作。

其次，这是推动全党积极担当作为、不断开创事业发展新局面的必然要求。全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴，是全党全国各族人民在新时代新征程的中心任务。这是前无古人的开创性事业，前进道路上，必然会遇到大量从未出现过的全新课题、遭遇各种艰难险阻、经受许多风高浪急甚至惊涛骇浪的重大考验。唯有始终保持锐意进取、敢为人先、迎难而上的奋斗姿态，积极担当作为、敢于善于斗争，才能胜利推进强国建设、民族复兴的历史伟业。我们党百年奋斗的伟大成就都是党团结带领全国各族人民拼出来、干出来的，要把党的二十大描绘的宏伟蓝图变成现实，仍然要靠拼、要靠干。

第三，这是深入推进全面从严治党的、以党的自我革命引领社会革命的必然要求。治国必先治党，党兴才能国强。全面从严治党永远在路上，党的自我革命永远在路上，解决大党独有难题是一个长期而艰巨的过程，既需要常抓不懈，又需要集中发力，及时消除一切影响党的先进性纯洁性的因素，清除一切侵蚀党的肌体健康的病毒，确保党永远不变质、不变色、不变味。

习近平总书记在党的二十大报告中指出：“全党必须牢记，全面从严治党永远在路上，党的自我革命永远在路上，决不能有松劲歇脚、疲劳厌战的情绪，必须持之以恒推进全面从严治党，深入推进新时代党的建设新的伟大工程，以党的自我革命引领社会革命。”习近平总书记在参加党的二十大广西代表团讨论时强调，要“牢牢把握以伟大自我革命引领伟大社会革命的重要要求”。这些重要论述，进一步丰富和发展了“以伟大自我革命引领伟大社会革命”的思想内容，深化了对建设什么样的长期执政的马克思主义政党、怎样建设长期执政的马克思主义政党的规律性认识。

1. 自我革命重要论述是习近平新时代中国特色社会主义思想的重要组成部分

党的十八大以来，习近平总书记围绕自我革命作出了一系列重要论述，内容丰富，思想深邃。他在庆祝中国共产党成立95周年大会上的讲话中就指出，“全党要以自我革命的政治勇气，着力解决党自身存

在的突出问题，不断增强党自我净化、自我完善、自我革新、自我提高能力，经受‘四大考验’、克服‘四种危险’，确保党始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心”。习近平总书记还指出：“勇于自我革命，是我们党最鲜明的品格，也是我们党最大的优势。中国共产党的伟大不在于不犯错误，而在于从不讳疾忌医，敢于直面问题，勇于自我革命，具有极强的自我修复能力。”习近平总书记在党的十九大报告中把“坚持全面从严治党”纳入新时代坚持和发展中国特色社会主义基本方略，强调“勇于自我革命，从严管党治党，是我们党最鲜明的品格”，在新时代党的建设总要求中提出要“把党的建设成为始终走在时代前列、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”。习近平总书记还指出：“实践充分证明，中国共产党能够带领人民进行伟大的社会革命，也能够进行伟大的自我革命。”习近平总书记关于自我革命的重要论述，是对“建设什么样的长期执政的马克思主义政党、怎样建设长期执政的马克思主义政党”这一重大时代课题的科学回答，是马克思主义建党学说同中国共产党建设实际相结合的重大成果，具有重要时代价值和深远历史意义。

2. 自我革命是马克思主义执政党建设的必然要求

自我革命是马克思主义政党的一种精神品质，是保持党的先进性和纯洁性、实现

崇高使命的必然要求。自我革命是中国共产党鲜明的政治品格，是区别于其他政党的显著标志。先进的马克思主义政党不是天生的，而是在不断自我革命中淬炼而成的。一个马克思主义政党，要保持先进性和纯洁性，实现崇高使命，就应该一刻不放松地解决自身存在的问题，始终跟上时代、实践、人民的要求。我们党为什么能够在现代中国各种政治力量的反复较量中脱颖而出？为什么能够始终走在时代前列、成为中国人民和中华民族的主心骨？根本原因在于我们党始终保持自我革命精神，保持承认并改正错误的勇气，一次次拿起手术刀来革除自身的病症，一次次靠自己解决了自身问题。这种能力既是我们党区别于世界上其他政党的显著标志，也是我们党长盛不衰的重要原因所在。中国共产党的根本宗旨是全心全意为人民服务，我们党之所以有自我革命的勇气，是因为党除了国家、民族、人民的利益，没有任何自己的特殊利益，从党的性质和根本宗旨出发，从人民根本利益出发，检视自己，不掩饰缺点、不回避问题、不文过饰非，有缺点克服缺点，有问题解决问题，有错误承认并纠正错误。

自我革命是我们党坚守初心使命的必然要求。我们党是用马克思主义武装起来的政党，始终把为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴作为自己的初心和使命。忘记这个初心和使命，党就会改变性质、改变颜色，就会失去人民、失去未来。不忘初心、牢记

使命，说到底是要解决党内存在的违背初心和使命的各种问题，关键是要有正视问题的自觉和刀刃向内的勇气。党的初心和使命是党的性质宗旨、理想信念、奋斗目标的集中体现，越是长期执政，越不能丢掉马克思主义政党的本色，越不能忘记党的初心使命，越不能丧失自我革命精神。

自我革命是党要实现长期执政、实现中华民族伟大复兴目标的必然要求。对“建设什么样的长期执政的马克思主义政党、怎样建设长期执政的马克思主义政党”这一重大时代课题作出回答，永远得到人民拥护和支持，实现长期执政，是我们必须回答好、解决好的一个根本性问题。今天我们要全面建设社会主义现代化国家、实现中华民族伟大复兴的宏伟目标，使我们党始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心，首先必须把我们党建设得更加坚强有力。

3. 全面从严治党是新时代自我革命新的伟大实践，开辟了自我革命的新境界

新时代新征程，必须继续推进自我革命的伟大实践、开辟百年大党自我革命的新境界。习近平总书记在十九届中央纪委六次全会上强调：“必须坚持以党的政治建设为统领，坚守自我革命根本政治方向；必须坚持把思想建设作为党的基础性建设，淬炼自我革命锐利思想武器；必须坚决落实中央八项规定精神、以严明纪律整饬作风，丰富自我革命有效途径；必须坚持以雷霆之势反腐惩恶，打好自我革命攻坚战、持久战；必须

坚持增强党组织政治功能和组织力凝聚力，锻造敢于善于斗争、勇于自我革命的干部队伍；必须坚持构建自我净化、自我完善、自我革新、自我提高的制度规范体系，为推进伟大自我革命提供制度保障。”这“六个必须”是新时代十年全面从严治党、推进伟大自我革命的经验总结，也是在新征程中继续做好以伟大自我革命引领伟大社会革命的根本要求和行动指南。

新时代新征程，自我革命要以提升“四自能力”为实践途径。习近平总书记指出：

“我们要落实新时代党的建设总要求，健全全面从严治党体系，全面推进党的自我净化、自我完善、自我革新、自我提高，使我们党坚守初心使命，始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心。”在自我净化上下功夫，不断纯洁党的队伍，保证党的肌体健康。在自我完善上下功夫，健全监督机制，提升党的长期执政能力。在自我革新上下功夫，勇于推进理论创新、实践创新、制度创新、文化创新以及各方面创新，通过革故鼎新不断开辟未来。在自我提高上下功夫，全面增强执政本领，建设一支忠诚干净担当的高素质专业化干部队伍。这四个方面，有破

有立，既有施药动刀的治病之法又有固本培元的强身之举。

新时代新征程，自我革命要以问题为导向。加强党的建设、推进党的自我革命，要坚持和加强党中央集中统一领导，坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂，完善党的自我革命制度规范体系，建设堪当民族复兴重任的高素质干部队伍，增强党组织政治功能和组织功能，坚持以严的基调强化正风肃纪，坚决打赢反腐败斗争攻坚战持久战。

自我革命，全面从严治党，要着重解决党内存在的突出问题。自我革命关键要有正视问题的自觉和刀刃向内的勇气。腐败是危害党的生命力和战斗力的最大毒瘤，反腐败是最彻底的自我革命。只要存在腐败问题产生的土壤和条件，反腐败斗争就一刻不能停，必须永远吹冲锋号。要坚持不敢腐、不能腐、不想腐一体推进，同时发力、同向发力、综合发力，使我们党坚守初心使命，始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导核心。（惠新里一支部 周莉莉）

养 阴 明 目 缓 干 眼

越来越多的老年人成了“手机控”，感觉眼干、眼痒、短暂性视力下降（眨眼或休息后恢复），与秋季空气干燥、用眼过度等因素有关。

不少老人习惯备着眼药水，其中或多或少含有防腐剂，不建议长期使用，尤其在未经医生指导的情况下。

日常生活中，不妨通过茶饮熏蒸缓解干眼。进入秋季，菊花茶正应时节，具有散风清热、平肝明目的作用，可以搭配枸杞等明目的中药材泡茶，先趁热用雾气熏眼，温度适宜后饮下，每天一次，坚持一段时间可以见效。

初心如磐 庚续荣光

——离退休人员“两优一先”“七一”表彰大会隆重召开

为庆祝中国共产党成立 102 周年，深入贯彻党的二十大精神，充分发挥先进典型示范引领作用，2023 年 6 月 29 日上午，对外经济贸易大学离退休人员“两优一先”表彰大会在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“两优一先”获奖代表颁发荣誉证书。离退休处党委委员、处全体工作人员、获奖党员代表、以及线上参会党员代表共 100 余人参加会议。会议由离退休处徐文兵处长主持。

校党委文君副书记做重要讲话。文君副书记向全体离退休党员致以亲切的问候，并向离退休“两优一先”获奖代表表示热烈的祝贺和诚挚的祝福。文君副书记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。在老少支部共建、助力学校立德树人中心工作方面，各离退休支部和广大离退休党员充分发挥积极作用，活动开展既有政治性又有时代性，内涵丰富，形式多样，受到广大同学的一致好评。希望广大离退休党员继续发挥自身的政治优势、威望优势、经验优势，为党的事

业贡献力量，并继续关心和支持学校坚守特色、奋力一流的重要发展阶段，助力学校事业的高质量发展。

校党委常委、组织部李洁部长宣读《对外经济贸易大学关于表彰离退休人员优秀共产党员、优秀党务工作者、先进党组织的决定》。授予于俊年等二十二位同志为“优秀共产党员”；授予王文焦等十位同志“优秀党务工作者”；授予和平里党支部等八个支部为“先进党部”。

会议向受到表彰的先进集体和个人颁发了荣誉证书。

会上，汇新楼党支部王晓川同志代表优秀党员代表发言，他结合支部理论学习，老少共建、党史遗迹和红色题材实践活动，表达了自己对党的初心使命的理解以及坚守的信念，并表示将牢记入党誓言，继续团结奋斗，继续为人民的事业奉献余生。天通苑党支部书记董中颖同志对支部基本情况进行了介绍，并结合支部实际情况，介绍了在实际工作调动支委和支部党员积极性、开展“六好支部”创建工作的情况。惠新里第一党支部书记王桂林同志代表先进党支部发言。他向大家介绍了支部在老少共建、习

近平新时代中国特色社会主义思想主题教育开展过程中的特色经验做法，分享了支部在工作开展中如何克服重重困难以保障活动效果的过程，特别感谢支部党员同志们的积极参与以及校关工委对支部工作的大力支持。

徐文兵处长受文君副书记委托向广大离退休人员通报了学校和离退休处上半年的大事喜事，重点就习近平新时代中国特色社会主义思想

社会主义主题教育、学校中层干部换届、即将召开的学校第十三次党代会工作进行了说明，并向大家报告了跟老同志们息息相关的关老基金完善修订、《离退休教职工丧事办理办法》修订、老年活动中心软硬件设施更新修缮、教育部银龄行动等事宜，转达了学校对广大离退休老同志的关心和关爱。

（文 孙静）

离退休处党委在职党支部 组织观看电影《长空之王》

为进一步加强党员干部党性修养，增强党员干部的历史责任感和时代使命感，激发干事创业热情，5月5日，离退休处党委在职党支部组织全体干部职工观看电影《长空之王》，共同致敬英雄、锤炼党性。

影片聚焦新时代空军试飞员，揭秘最新型战机的诞生幕后。一款战斗机的正式列装，不仅需要无数科研人员的努力，更需要试飞员一次次对飞机的安全性能和极限状态进行测试。影片不仅展现了试飞员面对重重困难时的英勇无畏，更表达了七十多年来，一代又一代试飞员传承试飞精神，担负

着时代使命，为实现伟大的中国梦而奋斗。

2个小时的观影过程中，全体党员干部全神贯注沉浸在影片情节中，感受试飞员的勇气和热血，被他们不畏牺牲、无私奉献的爱国情怀所震撼。对于“长空之王”中的“王”，不是指某个人，而是一群甘愿默默无闻铸就惊天动地事业的英雄群体。观影结束后，大家纷纷表示，作为一名新时代党员，要坚定理想信念，忠诚于党、忠诚于人民、忠诚于事业。今后要以更加饱满的热情投入到工作中，坚守信仰、不屈不挠，把榜样的精神化为前行的动力！（文 李姗）

惠新里一支部与国关学院学生党支部 在党史博物馆开展主题党日活

为深入贯彻习总书记关于开展党史学习教育的重要指示，近日，惠新里一支部与国关学院本科生和博士生支部的45名党员集体参观中国共产党党史博物馆（下称党史博物馆），开展主题党日活动。支部书记王桂林、国关学院辅导员叶壮和本科支部副书记李佳翊带队，88岁的老党员程葆珍、80岁的姜桂清和王连娣等四人参加活动。下午两时许，师生准时抵达党历史博物馆参观。

党史博物馆分为序厅和四个展厅，分别展示了中国共产党从诞生到领导中国人民取得新民主主义革命胜利、从建国初期到改革开放以来的社会主义建设的探索、从全面建成小康社会到开启建设社会主义现代化新征程的历史画卷。按照中国人民站起来、富起来、强起来的历史进程，采以图文并茂和大量珍贵文物史料、影像资料、场景再现等方式，生动地展示了中国共产党不屈不挠、艰苦卓绝的百年奋斗历程，让老少党员受到一次刻骨铭心的党史教育。参观过程中，老少党员边参观边交流，并拍下部分珍贵的史料。

集体参观历时两小时，当天下午四点，老少党员在党史博物馆馆外集体合影留念，随后乘车返校，本次党日活动圆满结束。

回程途中，学生党员深情地表示，参观党史博物馆受益匪浅，这次主题党日活动很有教育意义。退休老党员表示，党史博物馆内容丰富，博大精深，使她们受到一次深刻的党史教育。三个支部领导一致认为，党史博物馆史料丰富、信息量大，是开展党史学习教育的最佳大课堂，但是，两个小时的参观是不够的。为了巩固参观学习效果，三方商定于本周四下午召开一次【党史参观学习座谈会】。通知发出后，学生党员反响热烈，20多位党员和入党积极分子纷纷申请参加座谈会发言。她们期待通过座谈会的深度交流，学深悟透伟大建党精神和党史的历史意义与现实意义，从党的百年奋斗历史中汲取智慧和力量，奋发学习，坚定理想，为中国式现代化的宏伟事业奉献青春的力量！

（惠新里一支部供稿）

惠新里第二党支部与信息学院学生支部举办 “学习两会精神，凝聚奋斗力量”主题学习会

4月13日下午，信息学院学生一支部和老同志惠新里第二党支部联合举办“学习两会精神，凝聚奋斗力量”主题学习活动。校关工委常务副主任兼惠新里第二党支部书记黄震华、信息化管理处处长王海涛以及惠新里第二党支部的杨永江、李国铄和任秀玲老师出席，信息学院学生一支部全体党员和部分积极分子参加，活动由严铖欣同学主持。活动旨在通过对两会的一系列热点问题进行分析和探讨，培养学生党员关注国家时事动态的习惯，进一步发扬“两会”精神，帮助支部成员自觉提高自身政治素养。

会上，五组同学分别就五个主题进行分享。在乡村振兴主题下，第一组同学围绕山西天镇李二口村等两个例子展开，以身边的变化展示乡村的新风貌新发展。围绕正风反腐主题，第二组同学着力刻画了从严治党任务之艰巨和二十大全面部署，坚决打赢反腐败攻坚战的方针。对于教育人才主题，第三组同学畅谈我国在教育科技人才领域着重发展的意义以及取得的成就和发展。第四组同学分析我国当前存在就业结构性矛盾的现状，同时对我国经济发展前景较好，政府大力扶持就业，新兴职业不断涌现，就业形

势稳中向好充满信心。在医疗卫生主题下，第五组同学回顾了中国医疗卫生建设的发展历程，提出深化医疗卫生体制改革、提升城乡人均医保标准是优化民生福祉的举措，是人民群众心之所向。

五组同学分享过后，黄震华对同学们的精心准备和对两会精神的认真研讨提出表扬，并提出了以下两点建议：一是在分享演示过程中，要学会详略得当，并在讲演的过程中加强与听众的互动交流；二是要结合信息学院的学科特色，联系实际，探讨学校和自己如何为国家数字经济的发展做出应有的贡献。老师的建议细致入微、语重心长，同学们受益匪浅。

随后，黄震华就本次活动主题分享了自己的见解。他围绕国际发展局势和当今中国的经济发展形势，探究了我国当前经济发展道路上具备的优势：企业研发能力强、高储蓄率、人力资源优势，提出要恢复民营经济活力，着力发展智能制造数字化产业，保证经济健康稳定发展。而后，杨永江老师结合自身入党经历，娓娓诉说着对党的真情，教导同学们记住今日的美好与安定，是无数共产党人用鲜血和生命换来的，他的话掷地

有声，回荡于在场每一位同学的心中。

接下来进入“两会涨知识”主题知识竞赛环节，本环节共分为两部分：主观题和限时问卷作答两部分。同学们根据自己了解到的两会知识以及学习的相关理论，积极参与其中，在紧张有趣的竞赛活动中，加深自己对于两会的了解。在主观题竞答部分，同学们主动表达自己对于各个主题的看法，结合自身实际分享身边故事。与会的老师也热情分享自己的想法，并借此提出了希望同

学们增强自身本领，关注国家大事，努力成为国家栋梁的殷切希望。

“两会涨知识”主题知识竞赛活动结束后，本次活动也接近了尾声，王海涛和黄震华分别对活动进行了总结，并鼓舞信息学院的学子继续发扬两会精神，关注社会民生，将所学所想投入到党和国家的伟大建设中去，做时代的新青年，用新的伟大奋斗创造新的伟业。
(惠新里二支部供稿)

天通苑党支部召开支委扩大会议， 专题研讨支部年度工作

2023年4月17日上午，天通苑党支部支委扩大会议在老干部活动中心召开。支部书记董中颖主持会议，副书记兼组织委员李凤民、宣传委员谭晓燕，以及党员代表段桂良、周建林、沈凤玲与会。

会上董书记通报了今年第一季度支部所做的工作，布置了全年的学习和工作任务。支部将继续认真学习贯彻党的二十大和全国“两会”精神，开展好主题教育。与会者还认真学习了北京市“六好支部”的创建

手册，并就如何将支部活动的组织、开展与“六好支部”的创建结合起来，进行了热烈讨论。大家一致认为，本支部有良好的基础，党员各有优势和特长，有条件开展丰富多彩的组织活动，因而对创建“六好支部”充满信心。会议还商定了今年支部开展主题党日及其他活动的形式和具体安排。

三个多小时的会议热烈而温馨，达到聚焦工作、统一思想、凝聚共识、推进建设的目的。
(天通苑支部供稿)

汇新楼党支部组织参加 《井冈星火》红色观影活动

为深入开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育，进一步增强师生爱党爱国情怀，传承革命精神，学校党委开展“忆红色峥嵘，建时代新功”红色观影活动，于6月13日晚组织师生代表观看《井冈星火》。离退休处党委汇新楼党支部十名老党员参与观影活动。

《井冈星火》是一部由郭广平主演，周耀杰执导的电影，该片叙述了以毛泽东为代表的中国共产党人在井冈山革命斗争中，创建农村革命根据地，开辟农村包围城市、武装夺取政权这条革命新道路，为中国革命作出一系列理论探索和宝贵实践的红色故事。

观影结束后，老党员们纷纷表示深受触动。

王晓川教授参加观影活动有感：

(一)

六月天炎似火红，
观影井冈忆峥嵘。
演艺师生联欢会，
初心畅叙共动容。

(二)

百年风雨话沧桑，
星火初燃破雾茫。
卷起燎原烧赤字，
喷薄旭日照东方。

汇新楼支部副书记孙瑞芹老师：

革命先驱为救国，
井冈山上点星火。
大江东去沙淘尽，
留下真金奏凯歌。

(汇新楼党支部供稿)

台基厂党支部主题党日活动纪实

时间：2023年5月25日

上午8:30—11:00

地点：支部微信群

参加人数：39人

内容：以“歌颂党，歌颂祖国”为主题，进行才艺展示

主持人：郭莉英

节目单

第一个节目：徐云裳老师的视频《最美夕阳红》

第二个节目：刘淑华老师的独唱《浏阳河》

第三个节目：果春玉老师的绘画《兰花》
摄影《天坛》

第四个节目：严宝萍老师口琴独奏《万疆》
摄影《春天》

随拍《南京鸡鸣寺》

第五的节目：魏淑珍老师的摄影《我家门前的银杏树》

第六个节目：赵凤琴老师的绘画两幅
《荷花》《玉兰花》

第七个节目：尹辉老师的视频《参观党的一大会址》

第八个节目：夏秀瑞老师的绘画《长寿》

第九个节目：方德海老师的视频《香山革命纪念馆》

第十个节目：程静宜老师的摄影《我做的面食》

第十一个节目：张秀荣老师的手工《小兔》

第十二个节目：季京玲老师的摄影《参加社区活动》《展品》

第十三个节目：李诗老师的公园随拍

《文冠果》《爆马丁香》

第十四个节目：王崇进老师的卡祖笛演奏《啊朋友再见》

第十五个节目：郭莉英的扬琴演奏《洪湖水浪打浪》

视频《学打柔力球》

电吹管演奏《天下第一情》

第十六个节目：衡宗英老师字《今古览博 林之墨华》

第十七个节目：辛云云老师视频《牢记历史，不忘初心》

——参观圆明园照片

第十八个节目：陈淑美老师独唱《我和我的祖国》

第十九个节目：曹红月老师摄影《春天》
《花路》

第二十个节目：颜长森老师表演视频
《太极》

尹辉老师的视频《参观党的一大会址》，方德海老师的视频《香山革命纪念馆》，辛云云老师视频《牢记历史，不忘初心》都是具有教育意义的作品，三个作品带我们走进了展馆，走进了中国共产党人的精神家园，重温了党的百年风雨征程，和新中国的成长历程，正像老师们评价的那样，《参观党的一大会址》和《香山革命纪念馆》视频展示出了中国共产党各个时期的精神，也展示出中国共产党自建党到建国 28 年的奋斗史，让我们重温了红色记忆，重温了共产党人的壮志情怀，和奋斗不止的革命精神。毕华鸾

老师说：一大会址我过去参观过，现在好像又带我参观了一次；陈淑美老师也说：真是太好了，值得深藏好好学习。《牢记历史，不忘初心》辛云云老师把圆明园遗址的照片组成了视频，让我们又一次受到牢记历史不忘国耻的爱国主义教育，让我们在新的历史征程中不忘初心，牢记使命，继续奋斗！

刘淑华老师的独唱《浏阳河》，陈淑美老师独唱《我和我的祖国》，那歌声，那表情，似乎把我们也带入了歌声中，观看直播的老师们都情不自禁地跟着唱起来了，宝刀不老，为刘老师陈老师点赞！

徐云裳老师的小视频《最美夕阳红》，描述了进驻燕达养护中心后的老年生活，丰富多彩，其乐融融，老师们看了视频都纷纷的点赞、送花，称小视频做得很棒。

果春玉老师和赵凤琴老师的绘画作品《兰花》、《荷花》和《玉兰花》，夏秀瑞老师的绘画作品《长寿》，都画得栩栩如生，夏老师的《长寿》更是功底深厚，充分表现了老年人修身养性，对美好生活的追求。老师们用绘画的形式陶冶情操，培养创造力和想象力，达到可以忘掉一切，使心静下来的较高境界。

魏淑珍老师非常喜爱摄影，因为腿脚不方便，为了能积极参加支部活动，看着家门前的银杏树，枝繁叶茂，想着从搬家到这就有它的陪伴，三十多年了，看着它的长大，心情也是非常不平静，就在家窗前拍下了这张银杏树。

严宝萍老师，人不在北京，她的一张《龙潭湖公园》拍摄的也非常有水平。

严宝萍老师为了不耽误此次活动，出门前提前录制的自己的节目，口琴独奏《万疆》，口琴是五十年前，儿时的口琴，但吹奏起来还是那么动听，嘹亮，又一次把会议平台推向了高潮。

“小兔子乖乖，把门开开”随着清脆的儿歌声，张秀荣老师的手工作品《祝老师们兔年吉祥如意》出来了。老师们都说：张老师的小兔子太可爱了！

李诗老师去天坛公园拍了很少有人关注的文冠果花和暴马丁花，并配上了百度介绍，让老师们都大开眼界，纷纷说：“真是太涨知识啦”“有时间一定去欣赏一下”。李诗老师的回应说到：“谢谢大家喜爱中国植物，祖国处处美美哒，我爱你中国！”

程静宜老师的作品《我做的面食》充分表现出退休后热爱生活，享受生活的美好愿望。老师们说：“她的手艺赶上专业厨师了，让人馋得流口水”！

王崇进老师也憋不住了，用卡祖笛和吉他为大家演奏了一曲南斯拉夫电影桥的插曲，《啊朋友再见》，真新颖！

郭莉英老师也为大家献上了扬琴演奏的《洪湖水浪打浪》和电吹管演奏的《人间第一情》。

曹红月老师的摄影作品终于发出来了，一张《春天》拍摄的是公园里桃花盛开的春

天，一张《花路》郁金香花盛开的像一条蜿蜒的花路。李诗老师说：“曹老师拍摄的好漂亮哦，标题立意也好”。

颜长森老师因视频过大，他表演的杨氏 37 式《太极拳》姗姗来迟，老师们刚想结束观看，又被颜老师那一招一式吸引回来了，毕老师说：“虽然我不懂拳，但觉得颜老师这拳打得太有范了，就像教练一样。”

邱传俊老师虽然人在澳洲，心却没有缺席，一直在观注着支部活动。看完颜老师的太极表演，也深有体会的说道：“颜老师这拳打得太有门道了，这拳太适合我们老年

人了。”邱老师最后还说道：“支部每次安排的活动都是多姿多彩，生动活泼，平时我们不能见面，线上交流真得感觉很亲切”。

这场别开生面的主题党日活动就要结束了，通过这次主题党日活动，全体党员们不仅重温了党的历史，同时又丰富了党支部生活，调动起了广大党员的积极性。由于多种原因，大家很长时间都没能见面了，通过微信平台组织这次支部活动，使同志们增进了感情，拉近了距离，支部凝聚力得到大大增强。

台基厂党支部

2023 年 5 月 30 日

老少共建，老少共进

——惠新里一支部稳步推进“老少共建”活动

自 2020 年“疫情”爆发以来，在学校关工委和处党委的指导下，惠新里一支部的“老少共建”始终没有停顿，一直是我们支部工作的重头戏。这不仅由于我是支部书记，又是学校关工委的副主任，还有三个内在动力，一是开展老少共建活动，是支部已故老书记严恒立留下的好传统，关心学生的健康成长，已成为支部义不容辞历史责任，二是学生党支部也有需求和积极性，他们发挥了

主动配合的作用，他们本科学生党支部因“老少共建”成绩突出，已连续 3 年获得校级先进的荣誉，三是“老少共建”又成为一个不可替代的“重要抓手，没有它，我们没有更好的方式与学生开展合作。最大的动力是，党中央高度重视各级党组织开展关心下一代工作。2020 年 11 月 18 日，纪念中国关心下一代工作委员会成立 30 周年暨全国关心下一代工作表彰大会在京召开。中共中央总书

记、国家主席、中央军委主席习近平作出重要指示，习近平指出，青少年是祖国的未来和民族的希望。中国关工委成立30年来，特别是党的十八大以来，团结带领广大老干部、老战士、老专家、老教师、老模范等离退休老同志，不忘初心、牢记使命，为促进青少年健康成长发挥了重要作用。

习近平强调，广大“五老”是党和国家的宝贵财富，是加强青少年思想政治工作的重要力量。各级党委和政府要加强对关心下一代工作的领导，支持更多老同志参加关心下一代工作，使广大“五老”在关心下一代的广阔舞台上老有所为、发光发热，为培养社会主义建设者和接班人作出新的更大贡献。习总书记的重要讲话向我们各级党组织和广大“五老”提出了殷切希望，为我们继续做好“老少共建”工作指明了方向，增强了信心和动力。

从年龄结构和身体情况讲，我们支部党员有“两多一少”的特点，即：80岁以上党员人数多，长期居住外地、养老院和体弱多病的人数多，一少是高学历、高职称和老干部少。能参加正常活动的只有10来个人，其中80岁以上的占三份之一。因此，我们从实际出发，调整工作思路，把“党建”和“共建”活动“高度融合”，以“党建”带“共建”，以“共建”促“党建”，挑选部分德高望重的老党员专门参加“共建”工作，使二者互相促进，相得益彰。

2019年是我们“老少共建”活动高潮

的一年，当年11月初召开的《老少共学十九届四中全会精神交流会》，有120多学生参加。会场座无虚席，还有同学站着参加。老少党员有准备的发言10人，学生即席发言拦不住。关工委领导黄震华出席并讲话，给大会加油鼓劲。

2020年疫情爆发后，学生不能返校上课，使“老少共建”活动一时处于“低潮”。我们审时度势，积极探索。在学校关工委领导的支持下，我们与本科生和研究生支部互相配合，进行了艰难的探索。

由于没有经验，第一次“线上”活动是通过“微信大群”发表短信发言方式，学习《习主席2.24开展抗疫斗争的讲话》。三个老少支部40多名学生和6位老党员参加。37名党员提交了书面发言。黄震华老师出席并书面致辞，为大家鼓励点赞，这次“无声”的交流会开的生动活波。

从第二次活动起，我们学会了使用“腾讯会议”方式，使后来的几次活动从“无声”变成了可视的“有声”会议。最后两次活动是9月9日召开《学习习近平在纪念抗战暨反法西斯胜利75周年重要讲话》，和11月5日《老少共学十九届五中全会精神》大型座谈会，都是以学校关工委共同举办的名义召开的，黄震华老师出席并讲话。足以见证学校关工委领导在疫情期间积极探索和支持老少共建活动决心和行动。

从3月初到11月初，我们举办了5次共建活动，在这五次探索实践中，学校关工委

委领导黄老师率先垂范，出席了全部活动并讲话，“五老”讲师团成员贾怀勤老师也出席了两次活动，为我们“老少共建”活动走出“低潮”，探索与积累“线上”活动经验做出了积极贡献。

今年国内疫情走向平稳，给我们开展工作创造了难得的机遇。但是国关学院却发生很大变动，原党委书记兼关工委主任因年龄原因退二线，学院关工委原秘书长兼本科生党支部书记也调走了，一时出现群龙无首状态。通过顺藤摸瓜，得知学院的党委副书记李航敏临时兼管本科学生支部工作。我及时与她联系，请她继续支持“老少共建”工作。得到积极回应。得知原党委书记兼关工委主任巩喜云留在学院改任了“处级组织调研员”后，我又请她继续支持老少共建工作，也得到了积极的回应。这样困难的局面扭转了，我们提出的上半年的“两项共建活动计划”得到了落实。

四月初开始第一项计划，是组织四个学生党支部 50 名学生集体参观《党史博物馆》。为了达到“入脑入心”的学习效果，随后组织了一次《党史学习交流会》，促进了老少党员对伟大建党精神的理解。原定第二项计划是召开《纪念五四运动座谈会》。看到新闻联播报导 4 月 3 日《中央召开主题教育大会》和习总书记发表重要讲话后，双方将第二项计划改为了《举办主题教育学

习班》。决定五月十八日至五月三十日举办三次活动，与国关学院关工委共同举办《学习习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育学习班》（简称学习班）。第一次活动是领学习总书记 4 月 3 日的重要讲话，强调要“学原文、读原著、悟原理”的宗旨，第二次是组织 30 多名学生分组进行“访谈和调研”活动，聆听老党员常力、周莉莉和王桂林讲述他们忠诚党的教育事业的人生奋斗故事，对学生进行“理想与信仰”、“党性和组织纪律”的教育。通过两次活动，学生对这次主题教育的重大意义有了进一步理解。

5 月 30 日召开了总结交流大会，安排了老党员周莉莉和 6 位学生做有准备的交流发言，我做总结发言。这次学习班“惊动”了教育部主题教育巡视指导组和北京教育系统老干部管理部门，巡视指导组的两位领导全程莅临总结大会，是对我们主题教育学习班的鼓舞和鞭策。国关学院党委副书记李航敏认为，这次学习班具有启动早、范围广、影响大、形式多的四个特点，我认为主要是启动早和效果好。学生的发言有理论、有实际、有观点、有认识，在“真学、真信、真用”方面下了功夫，发言质量有明显提高，达到了主题教育学习班的基本要求，使这次学习班没有走过场。

（惠新里第一党支部 王桂林）

北京邮电大学、中国石油大学(北京) 离退休部门来我校调研

为积极贯彻落实中共中央办公厅印发的《关于在全党大兴调查研究的工作方案》，我校离退休处与其他高校离退休部门相互开展走访调研，交流工作经验，共同推进新时代离退休干部工作高质量发展。

2023年3月29日，北京邮电大学离退休工作处处长朱开明副处长韦伟、刘忠明一行来我处调研。

5月10日，中国石油大学(北京)离退休工作处处长杨恒民、副处长王云一行来我处调研。

调研过程中，双方就离退休党建工作、精准服务、慰问关怀、关工委品牌建设、老年大学以及社团管理等情况进行了深入交流。

(文 崔宁宁)

离退休处组织老同志 春游北京野生动物园

春风和煦，万物复苏，北京野生动物园里郁郁葱葱，春色满园，生机勃勃。为了丰富离退休老同志的退休生活，4月27日离退休处组织130余名老同志前往北京野生动物园春游。

此次春游，是疫情防控政策调整后的首次春游活动，老同志们期待已久，每位老师脸上都洋溢着幸福的微笑，漫步在干净整

洁的园区，欣赏着或有趣、或威武、或神奇的可爱动物，相机快门频频按动，记录着美好的一天，与久未谋面的老友畅谈闲聊，享受惬意的欢聚时光。

园区里的游玩体验丰富，小火车游览区、猛兽游览区、蓝色小镇、小熊猫馆、鹦鹉乐园……，有趣的动物表演，温馨的萌宠互动，都让老同志们印象深刻，心情愉悦。

此次春游活动，离退休处工作人员做好做细服务管理工作，规划游览线路，做好保障工作分工，及时提醒、搀扶、照顾，并对有需要陪伴的老同志做到一对一服务，校医携带应急药品和器材全程陪同，为老同志

提供安全、舒心的游玩保障，老同志们都感受到了离退休处的关心和重视，看见老同志们开心快乐，离退休处全体工作人员也体会到满满幸福。

(文 路璐)

离退休处开展消防安全检查

为确保老年活动中心消防安全，预防和遏制火灾事故的发生，4月20日下午，离退休处组织开展消防安全检查，筑牢安全防线。

工作人员对老年活动中心地下室、教室、办公室、外围院落、值班宿舍等重点部位进行检查，主要检查消防器材是否配齐配足、消防器材是否完好、疏散通道、安全出口是否畅通、用电行为等情况。向活动中心值班人员强调消防安全，要求不携带火种、

易燃易爆物品进入活动中心，无人教室、办公室的电器保持关闭，定期检查消防器材是否完好等。对全体工作人员进行火灾中如何自救、正确拨打火警电话求救、组织人员安全疏散逃生等知识普及。

通过此次检查，提高了全体工作人员的消防安全意识，及时发现和消除了一些不安全因素，为确保活动中心消防安全奠定了基础。

(文 李姍)

内服外用调失眠

睡眠不足容易影响机体免疫系统功能，还可能出现情绪低落、紧张焦虑等不良心理状态，不妨食疗、泡脚调理。

若失眠健忘、头晕心悸、四肢倦怠、面色少华，可取百合15克、莲子15克、龙眼肉10个浸泡30分钟，熬制15分钟关火，加蜂蜜调匀即可，能够健脾养血、清心安神。

若睡眠不安、心中烦乱、精神恍惚、情绪低落、悲伤想哭等，可取甘草6克水煎取汁，再放入浮小麦15克、大枣6枚煮粥，有助于益气养心、除烦安神。

若心烦不眠、夜间多梦，伴心慌易惊、食欲不佳、眩晕等症，可取茯苓20克，法半夏、竹茹、枳实、陈皮、炙甘草各6克，水煮30分钟，滤渣取汁，早晚分两次兑入温水泡脚30分钟，可以和中安神、理气化痰。

对外经济贸易大学关工委 “大学生社会实践基地” 在隆化县张三营中学挂牌成立

近日，我校关工委“大学生社会实践基地”挂牌仪式暨张三营中学关工委成立庆典在张三营中学同时举办。各相关单位高度重视，我校关工委常务副主任黄震华、副主任兼秘书长徐文兵、副主任王桂林、学校资产处副处长于涛，承德市教育局关工委常务副主任白云生、副主任兼秘书长王德华、隆化县教育体育局副局长兼关工委副主任陈合出席仪式，张三营中学校长、校关工委主任姚怀率师生代表 150 多人参加。黄震华、白云生、陈合先后致辞。

姚怀首先向各单位领导和来宾表示热烈欢迎！随后，他扼要回顾了我校开展教育扶贫 10 年取得的成绩。从 2014 年起，我校先后搭建了“捐赠军服”、捐赠退役“教学物资”、开办学生“励志教育夏令营”、开办“英语教师免费培训班”、开设学生“线上二三课堂”、以及捐赠图书并设立“爱心阅览室”六个平台，举办了丰富多彩的活动。姚怀强调，我校捐赠的各类退役教学物资扭转了该校物资严重匮乏的局面，使办学条件

明显改善；我校六年持续开展的“励志夏令营”活动，提升了学生奋发向上的精神面貌和理想信念，调动了他们的学习积极性和主动性。姚怀还晒出了 120 名参加过夏令营学生的“成绩单”，认为持续开展的“励志夏令营”活动对学生的健康成长发挥了积极作用。随后姚怀宣布，由于该校关心下一代工作有了良好的基础，根据上级的要求，该校关心下一代工作委员会宣告成立，接着，陈合代表县教育体育局和局关工委向姚怀颁发了“张三营中学关心下一代工作委员会”的铜牌。

其后，我校关工委常务副主任黄震华将我校关工委“大学生社会实践基地”的铜牌颁授给姚怀校长，并发表热情洋溢的讲话。黄震华说，这是个双喜临门的日子，他向张三营中学全体师生员工表示热烈祝贺！向出席活动的承德教育系统关工委领导和隆化县教育体育局领导表示诚挚的感谢！接着，黄震华传达了习近平总书记对关心下一代工作的重要指示和顾秀莲的重要

关 工 委 工 作

讲话精神，说明了关工委组织的性质、指导思想、工作方针和工作任务。他指出，社会实践是大学生学习知识、认识社会的一种重要方式，更是培养社会责任感和公益精神的途径。他简要总结了自 2013 年来，我校和张三营中学结对活动的历史，强调大学生志愿者们一方面大手拉小手，和中学生们建立了深厚的友谊，在励志教育和英语学习等方面对中学生起到了引领作用。与此同时，大学生们也加深了对国情的了解，增长了才干，取得了双赢的效果，而且一年一年地传承下来。即便是在三年新冠疫情期间，双方共同组织的夏令营活动坚持以线上方式继续举行，通过共同努力，取得了预期的成果。黄震华最后希望，今后双方要共同努力，将我校大学生社会实践基地打造成新的工作品牌，开拓出更富有创新精神活动形式，吸引两校更多的学生参加，为“立德树人”和乡村振兴做出新的贡献。

白云生在致辞中高度赞扬我校关工委在乡村中学设立大学生社会实践基地，他认为这是加强学生社会实践教育和参与乡村振兴的有力举措。他高度评价我校开展教育扶贫 10 年来所做的努力。他认为，从开展捐赠军服到捐赠教学物资，从开设学生“励志夏令营”到英语教师免费培训，再从拓展“线上二三课堂”到设立“爱心阅览室”，

这些物质扶贫、智力扶贫和精神扶贫的举措，彰显了“立德树人”的宗旨，是对张三营中学开展“培根铸魂”工作的推动。他希望隆化县教体局党委认真学习贯彻习近平总书记对关心下一代工作的系列重要指示，高度重视关工委组织的“全覆盖”，积极支持张三营中学和贸大关工委共同办好“大学生社会实践基地”。

陈合的致辞选用了四个词语，一是祝贺张三营中学关工委和经贸大学关工委“大学生社会实践基地”同时挂牌成立；二是感谢经贸大学 10 年来对张三营中学开展扶贫支教所做的努力和承德市教育关工委的有力支持；三是敬佩对外经贸大学关工委的“五老”和大学生代表奉献“真情关爱”的情怀；四是传承好市教育局关工委交给的工作“接力棒”，努力实现关工委组织在全县教育系统全覆盖，积极关心、支持张三营中学和经贸大学关工委办好“大学生社会实践基地”。

仪式后，出席活动的领导和嘉宾共同参观了张三营中学与对外经贸大学关工委“结对共建”成果图片展。

对外经济贸易大学关工委

2023.7.6

李占海：五十载初心如磐

——我校“光荣在党 50 年”荣誉证书颁发大会上的发言

在我们庆祝中国共产党成立 102 周年大喜的日子里，党组织向我们 17 位老党员领发光荣入党 50 周年的证书和证章。我们感到非常的荣幸，这是党对我们 50 多年来政治表现的认可和肯定，也是对我们的鼓励和鞭策！

能够作为伟大、光荣、正确的中国共产党的老党员，我感到非常骄傲和自豪。我于 1970 年参军入伍，1972 年光荣加入中国共产党。在部队服役了 17 年后，1987 年退伍转业来到对外经济贸易大学，先后在学校 6 个部门工作，从一名学生辅导员成长为一名中层干部，2013 年退休。我们在党的关怀、培养、教育下成长进步，在党的领导下进行工作，亲身经历和见证我们党领导全国人民实现了中华民族从富起来到强起来的伟大历史性飞跃，创造一个又一个奇迹，得到最广大人民群众支持拥护。只有中国共产党才能解救中国，领导中国，发展中国，只有在中国共产党的领导下才能实现伟大民族复兴的中国梦！这是我们永远不变的坚定信念！

如今我们退休了，学校各级党组织始终如一的关怀着退休老同志。学校花了大量的人力物力财力为退休同志办实事，送温暖。老年大学使我们这些退休的老同志老有所学，老有所养，老有所乐，使我们时时处

处感受到党的温暖党的关怀。我本人就是受益者，我参加了老年大学书法班的学习，几年的学习使我在生活中多了一种爱好和乐趣，书写技巧方面有了一定提高，2022 年在北京教育系统老同志线上书画作品展中还获了三等奖。从我个人的人生经历来讲我深深感受到：只有中国共产党才能使国家强盛，人民幸福！

102 年征程浩荡，50 载初心如磐。今天，我们被授予纪念章，这既是荣誉，更是责任、担当。我们虽然退休，但我们要做到退休不退色，离岗不离党。目前，我们有很多老同志依然在关心下一代、老少支部共建、教学督导等不同岗位发光发热，为学校立德树人中心工作贡献力量。还有的老师积极活跃在教学科研一线、有的参与教育部银龄行动支援西部教育、有的踊跃报名所在社区志愿工作，践行着作为一名共产党人的使命。在有生之年，我们将继续紧密围绕在党中央周围，高举中国特色社会主义伟大旗帜，带头弘扬正能量，时刻铭记光荣历史、坚定理想信念，不忘初心、牢记使命，用我们自己微薄的力量为党增光、为党旗添彩，用我们一生的追求和努力兑现我们在党旗下的那份庄严承诺！

（文 李占海）

董中颖：在离退休处 2023 年“两优一先”表彰大会上的发言

各位领导、全体老师们：大家上午好！

首先感谢离退休处分党委，再一次将我们天通苑党支部评为 2023 年优秀党支部。

其实与在座的各个退休支部相比，我们距离优秀二字还相差得很远，评为优秀，是组织对我们支部工作的又一次鼓励。天通苑党支部的全体党员会更加努力地在分党委的指挥下完成各项工作。

下面我就把支部工作中的几点体会向大家汇报一下：

一、做好一个退休党支部工作，首先一点是支委班子的齐心合力。

自天通苑党支部成立之时，段桂良老师任第一届支部书记，就给天通苑党支部打下了良好的基础。这十几年来，段老师一直以他自己的实际行动，默默地支持支部的工作。在这里，我对老书记表示深深的感谢。

天通苑党支部支委会，无论是以前的老支委还是新改选的支委，在商讨有关支部活动时都是召开“支委会扩大会议”，让更多的党员同志们参加，能听到更多老同志们的心声，这对开展支部工作有很大的帮助，我们都能够做到心往一处想、劲儿往一处使，大家集思广益，把支部的每次活动都进行的非常圆满成功。

2022 年 8 月，离退休处布置各退休支部委员要进行改选工作。经过我的摸底，大家有一个共同愿望，能否把更年轻的党员同志选拔到支委会工作。经过党员们的提议，李凤民老师、谭晓燕老师被提名为支委候选人，经过全体党员大会全体通过，天通苑党支部新的支委会选举成功。年轻的支委们有干劲，有想法。在落实分党委 2023 年工作计划时，支委会又一次召开了扩大会议，专题研讨了支部 2023 年度工作计划，党支部将继续认真学习贯彻党的二十大和全国两会精神开展好主题党日活动。会上还认真学习了北京市“六好支部”的创建工作，并就将如何将支部活动的组织开展与组织“六好支部”创建结合起来进行了热烈讨论。大家一致认为，本支部有良好的基础，党员们各有优势和特长，有条件开展丰富多彩的组织活动，因而对创建“六好支部”充满信心。今年主题党日活动中，两位新当选的委员发挥了重要作用，李凤民老师的提议被采纳，他积极与马栏村有关方面联系，活动落实非常到位。

通过这次“走进马栏村”主题党日活动，支部党员们更深刻地体会到今天的幸福生活是无数革命先烈用生命和鲜血换来的，更增强了不忘初心、牢记使命的责任感。参

加活动的党员们认为这是一次生动的党日活动，凝聚人心，激发热情，使支部党员保持朝气蓬勃、健康向上的精神面貌。支委宣传委员谭晓燕老师对这次活动进行了生动的报道。

在这里我非常感谢天通苑党支部新上任的两位六零后党员，有他们加入支委会工作，相信支部工作会更上一层楼。

二、天通苑党支部党员的骨干力量在支部工作开展中起着决定性的作用。

支部无论搞什么活动，都有他们的身影。在支部群里，有来自最基层的工人党员代表，在她们的身上我看到了党员称号的先进性，不忘初心，牢记使命，退休不褪色在她们身上以实际行动得到了体现。

其次，天通苑党支部还有两个鲜明的特点，那就是退下来的中层干部比较多，达

到7人，还有退役军人也比较多，达到13人。这些老领导及退役军人，都有着丰富的工作经验和良好的素质，他们以自己的实际行动参加支部各项活动，保证了支部活动高水平的开展。

天通苑党支部就是这样一个群体，大家心往一处想，劲儿往一处使，才使支部工作才能蒸蒸日上，有声有色。

我作为支部书记，除了感谢支部全体老党员们一如既往的支持，只能更加努力地做好自己的工作。我待人热情，不怕麻烦，关心支部每一位老同志，我的行动也赢得了老同志们的信任。今后，我要继续做好带头人，与支委一道，带领支部党员学习和落实二十大精神，继续发挥余热，做到退休不褪色，离岗不离党，为国家和学校的发展贡献力量。
(文 董中颖)

王晓川：在支部迎接党 102 年诞辰会上的发言

各位尊敬的领导和党员同志们：

大家上午好。在迎接和庆祝党诞生 102 周年之际，我作为被推选的我们汇新楼支部的优秀党员，心情非常激动，感谢支部同志们和组织的信任，也深感自己各方面的不

足，在此，我只有把同志们的信任作为我今后继续努力的动力和改正自己不足的鞭策，来回报大家。

我们汇新楼支部，在支部书记、支部委员会和全体党员同志们的努力下，党建工

作开展的紧张有序，丰富多彩。支部组织对新时期党的方针政策进行专题学习，组织和学生党员共建交流的读懂中国的活动，组织参观党史遗迹和红色题材的观影活动，还有其他各种活动，我都尽量积极参加活动，并且积极和大家交流体会。在学习和活动中，我深受感染，加强了对党的初心使命的理解和坚守的信念。我也积极参与汇新楼楼委会的工作，积极出谋献策和做一些实际的服务工作，为本楼居民的宜居和和谐的邻里环境尽我微薄之力。

我也从汇新楼支部的各位老党员同志们的身上学到了很多优秀党员的好品质，他们是我身边好党员的学习榜样。他们始终秉

承党为人民奋斗和服务的初心，严于律己，热心为社会和学校及我们家属楼奉献和服务。向他们学习，我也决心在今后的工作和生活中，继续认真学习和领会党的新时期的奋斗纲领，更加严格地要求自己，继续更好地发挥自己的余热，多为社会和我们汇新楼做些实实在在的事情。

我们的党率领人民进行革命和建设已经走过辉煌的百年历程，新的百年征程已经开启，让我们牢记入党誓词，继续团结奋斗，继续为人民的事业奉献我们的余生。

谢谢大家。

王晓川

2023年6月30日

老教工诗歌学会成功举办首次线下活动

2023年5月10日下午，老教工诗歌学会在科研楼举办了首次线下活动，共计16位老师参加。活动有两大部分：“老教工诗歌学会成立暨首场讲座”、参观校史博物馆和对外经贸博物馆。

活动伊始，学会会长贾怀勤教授讲话，他不仅明确了本次活动的具体安排还通报了学会进一步的活动设想。主持会议的学会副会长丁崇文老师接着介绍了讲座主讲赵化老师丰富的学术背景和诗歌实践。这使在

场的老师们都充满了期待。

赵老师的中国诗词知识讲座侧重三个方面：概论、基本概念和诗律写作知识。

从大家比较熟悉的素材入手，赵老师展示了何为诗歌，以及诗歌的抒情性，形象性和音乐性。兴之所至，赵老师带着全场吟唱，感受诗经的音韵。中国诗歌的感染力在会场激荡。诗词声韵的入声是个学习难点。赵老师与大家互动，引导南方籍的老师们提供了多个具体案例，听众颇有茅塞顿开之

感。参会的老师都是诗歌爱好者，在赵老师讲到诗律写作知识时更加投入。跟着老师，大家对着一篇篇古今诗词时而识韵律，时而辨平仄，乐此不疲。不知不觉中将近2个小时过去。讲座在大家热情参与的兴奋氛围中结束。当看到赵老师倾心讲解时头上渗出的滴滴汗水，老同志们感动又心疼。

多亏博物馆老师的特别安排和加班，讲座后与会老师还参观了校史博物馆和对外经贸博物馆。两馆的布局很用心，很多珍贵展品十分震撼。大家兴致盎然，或回忆往事，或驻足细品。只是考虑到时间渐晚和博物馆老师的辛苦，老同志们才恋恋不舍地离开。

活动后与会老师反馈热烈。大家盛赞诗会讲座好，收获真不小。会员们感谢赵老师为我们深入浅出生动地讲解，无私奉献，师授解惑，受益良多。本次讲座让我们感受

到中华诗韵长，格律闪金光。更有老师试用绝句总结：“抒情诗句形象语，内心独白有韵律，字里行间灵魂在，词有乐感豪情曲。”两馆参观后老师们深情地表示退休多年后，看到学校的发展和变化很欣慰。

春夏之交的这个暖阳下午，成立不久的老教工诗歌学会成功举办了首次活动。我们真诚感谢博学多才的赵化老师，感谢离退休处和相关部门的大力支持。

虽然诗会成立不久，但是正如一位诗会会员所写：诗会园地虽然小，怀志抒情万里天。我们同贾怀勤会长有着共同的期待：“课效当有盼，会当众作来。”

（特别感谢石玉润老师收集的讲座幻灯片大全，感谢林建成老师全程专业摄像。）

（文 丁崇文）

老年大学在酷暑炎热的夏天举办工笔画展

外经贸老年大学工笔画学习班的各位学员画友经过两年多来的学习，小有收获。这要得益于教授我们工笔画学习的大画家李万光老师的细心讲解和耐心辅导。

李老师对于我们老年人的教学有着很丰富的经验，也非常理解我们这个年龄段的

人学习的难度，所以从白描到染色，从素描到三维立体，有传统又有创新，李老师寓教于乐的教学方法，深得大家喜爱。各位学员都孜孜以求，如饥似渴，非常喜爱听李老师的讲课。

我们学习的这段时间，正好遇上新冠

疫情，但是这并没有影响到我们的学习，因为李老师和老年大学的领导们，为我们带来了非常便利的网络教学授课。这个新方式，让我们足不出户，就能学习到新的知识和技能。使我们这些工笔画小白同学通过学习懂得了工笔即细节描写，用细腻的笔触对重点描写对象作精细地刻画和描绘，使读者有清晰、深刻的感官印象，通过一幅幅画作，把

大千世界的美好展现出来，把我们的老年生活变得丰富多彩。

在此，我们全体工笔画班学员感谢老年大学的领导和李万光老师，我们在日后的学习中，会更加努力学习。让我们和李老师一起，使我们的老年生活变得越来越有滋有味，像我们的画作一样美丽芬芳。

（文 工笔画班 郗羽）

“七一”交响音乐会观看随笔

党史馆内弦管鸣，
激情交响庆党生。
雪山壮歌窑洞暖，
田野飘香炉火红。
烽烟滚滚英雄吼，
会聚古田重启程。
家乡美景夸不尽，
再唱山歌给党听。
民歌新编长江赞，
头尾中游民族风。

康定龙船茉莉花，
幸福连片乐三农。
黄河怒涛振国威，
健儿大刀敌胆惊。
河东河西高粱熟，
和声乐奏东方红。
旗帜引领新时代，
脚步铿锵奔复兴。

（文 贾怀勤）

访“永定河诗社”诗三首

2023年5月27日，贸大老教工诗歌学社和惠园诗社代表贾怀勤、王晓川和丁崇文

应邀参加了大兴区北臧村镇“永定河诗社”成立3周年活动，向对方献贺联并赠送诗集。

永定河诗社的成员都是农民和基层干部。他们在庆祝会上朗诵了自己创作的诗词，还在午餐会上演唱了京剧、评剧（旧称落子）和河北梆子唱段。

这次参访为此后双方进一步交流打下了基础。

3 位代表回来后纷纷赋诗，写出此行的感受。

永定河诗社社庆有记

喜雨逢吉日，
访学百里行。
乡贤勤导引，
民众贵激情。
佳句鸣臧里，
美辞溢镇厅。
更飧围桌客，
曲亢落梆京。

（贾怀勤 2023.5.27）

访北臧诗乡赋和贾师

久计寻乡日，

飞轮冒雨行。
新村呈盛景，
古镇展风情。
诵赋赞盈场，
高歌彩满厅。
践归频敬酒，
乐此不思京。

（王晓川 2023.5.28）

永定河诗社初访和贾师

南下寻诗日，
北臧披雨行。
永定集雅趣，
幽台汇诗情。
吟诵漫会场，
曲腔绕梁厅。
文化托绿野，
诗乡美燕京。

（丁崇文 2023.5.28）

火红中国年

（在石顺义、郁钧剑词，刘青曲的《家和万事兴》基础上填新词）

千百年传下来年俗文化，
喜庆过大年，过大年。

送灶扫房宅，备肉蒸糕点。
丰丰盛盛年夜饭，四世同堂围桌前。

老百姓（哪）就兴这个例，
喜庆过大年，过大年。
中国人（哪）就兴这个例，
守岁庆团圆，庆团圆。

千百年传下来年俗文化，
喜庆过大年，过大年。

走会闹社火，大头扭得欢。
高跷中幡跑旱船，男女老少笑开颜。
老百姓（哪）爱看秧歌会，
喜庆太平年，太平年。
中国人民走进新时代，
红红火火过大年，过大年。
火红中国年！

（文 贾怀勤）

住燕园养老有感

八十六七进燕园
夕阳路上景色添
老夫老妻共进退
食堂享受日三餐

燕园环境美如仙
散步溜达很悠闲
身清气爽心情好
快快乐乐度余年

（文 维炎 和英）

诗二首

我的插队生活回忆

《十六字令 十六首 干》

干，锄头铁铤扛在肩，再教育，回乡去耕田
干，大田菜园活干全，肯吃苦，锻炼钢铁肩
干，高级劳力已展现，担西瓜，一气地头边

干，牵马拉墒去犁田，两脚泥，浑身上下汗
干，棉花种植一大片，蹲跪站，收拾着实难
干，参加电工培训班，显奇迹，女子爬电杆

干，电工技术不简单，勤练功，电机能已缠
干，夏季值班扬水站，夜浇地，白天低压电
干，磨面粉碎热心干，乐助人，帮忙送社员
干，场院机器十几件，责任重，全部一人管
干，早八点至晚八点，婆抱娃，喂奶在田间

干，当上植物保护员，洒毒土，学生挎小篮
干，大队搞起试验田，讲科学，粮食大丰产
干，兴修水利大会战，白菜汤，窝头拌午餐
干，水利是农业命脉，红漆写，水闸展史
干，知青会上做讲演，重实践，夸咱好青年

(文 田耕)

为田姐十六字令呼

字令十六阙十三，
忆旧大作动心弦。
田耕练就耕田技，
学电悟出电学专。

甘作尖兵修水利，
欣为植保挎药篮。
吃尽农人千般苦，
长成拔萃好青年。

(文 贾怀勤)

来校四十八年短回忆

《十六字令 十六首 干》

干，难忘一九七五年，返城了，分配到贸院
干，参加新工培训班，服安排，当上炊事员
干，红白两案一通练，学技术，早晚常加班
干，炒菜抡起大铁铲，放佐料，出锅味美鲜
干，机器和面我使碱，量合适，馒头大而暄
干，缸盆里和玉米面，捏窝头，下眼上顶尖
干，小菜调剂不简单，多口味，学生都称赞
干，绞肉机旁保安全，巧放肉，出来好肉馅
干，厨下烧火也要练，喊大火，立码把煤添

干，喂猪来把泔水担，猪抢食，污物满身溅
干，过节改善伙食难，要杀生，肥猪把身献
干，每周花样多变换，为学生，成长体康健
干，午休跟车去粮店，显身手，重力扛米面
干，外出学习肯钻研，好成绩，锻炼成骨干
干，培养当上保管员，责任重，帐物两齐全
干，会计干了两三年，帐目清，多少不差钱

(文 田耕)

对外经贸大学参加 2023 年第 28 届 北京高校教职工网球比赛

8 月 27 日（星期日），我们代表对外经贸大学前往北京交通大学参加第 28 届北京市高校教职工网球赛。

这是一次北京高校的网球盛会，有来自近三十所高校的二百多名选手参加了比赛。比赛分别在北京交通大学体育馆主赛场和清华大学网球馆分赛场进行。此次比赛只设双打项目，男子按年龄分为六个组，女子按年龄分为三个组，我们对外经贸大学参加了两个组的比赛，分别为：65 岁 + 组王关富与邱广来和 70 岁 + 组王甲廷与段伟钢（外请）。

这是我们对外经贸大学首次参赛，真是不去不知道，一去吓一跳！高手如云、强者如林啊！北京市各高校的选手都十分厉害：年轻的生龙活虎、活力四射、大力扣杀、势在必得；年长的老当益壮、步伐矫健、控球精准、举棋若定。

我们则是初来乍到，就是抱着学习的态度而来的，重在参与。我们这次分别与不同的高校选手交了手、过了招，其中有北大、中央党校、北交大、北联大、北科大、北化工等。所有运动员竞赛场上都精神抖擞，热情高涨，奋力拼搏，互相切磋球技、彼此增

进友情，充分展现出了北京高校教职工优良的精神风貌。

“网球运动是一项集体能、技术和智力于一身的综合性运动，在锻炼中既可增强体质、提高控制力与应变能力，还能养成良好的团队合作精神，在运动中收获健康、快乐和友谊。网球还是一项能让人释放压力、充满活力和享受快乐的运动。

通过这次比赛，我们有许多收获与感悟：首先，我们都是已有二十余年球龄的网球爱好者了，网球已经融入了我们的生活，成为不可或缺的一部分，参加这次比赛使我们心情愉悦，收获了满满的快乐；其次，我们与各高校选手共同切磋了球技，在竞赛中了解了对手，从他们身上学到了很多，同时也认识到其他高校的诸多优势，包括球技、组织和领导等各个方面，充分意识到我们自己的短板，有了明确的努力方向；最后，也是最重要的，我们结识了来自北京各高校的众多球友，大家因为共同的爱好走到一起，建立了广泛的联系，通过网球架起了友情的桥梁，为未来进行更多的交往打下了坚实的基础。



离退休处活动掠影



徐文兵处长参加北京高校离退休
工作部门负责人培训班



十三次党代会报告征求意见会



消防检查



北邮、中石油来我校调研



组织老同志参加北京市
老干部局举办的学习二十大精神
首场宣讲报告会



春游野生动物园



党建引领 群星荟萃



文君副书记在离退休人员“两优一先”
“七一”表彰大会上讲话



离退休党委举行我校十三次党代会代表选举



离退休人员“两优一先”“七一”表彰大会隆重召开

主题教育 为党庆生



送“学”上门聚党心

主题教育走进敬老院



惠新里第一党支部与共建学生
支部活动



惠新里第二党支部与共建学生
支部活动



惠新里第三党支部召开
民主评议党员会



汇新楼召开庆“七一”大会



天通苑党支部开展主题教育实践活动

老年社团活动掠影



钢琴班



合唱班



工笔画班



惠园诗社



健身操班



京剧协会



手工协会



书法班



舞蹈班



形体班



英语班

退休党员代表参加我校“七一”表彰大会

2023年6月29日，退休党员参加对外经济贸易大学“七一”表彰大会。

李占海老师代表“光荣在党五十年”老党员上台发言。





(临) 果熟来禽图

作者：蔡蔚