

工作资料妥善保存

东大老干部信息

2012年第4期（总第49期）

主办：东南大学党委老干部处 网址：<http://lgbc.seu.edu.cn> 2012年12月28日

- **工作简讯** 东南大学举行学习传达党的十八大精神报告会
江苏省建立“离退休干部之家”网上服务平台
建筑学院王建国教授向我校关心下一代工作委员会捐款十万元
东南大学老干部处与中央门街道青石村社区的共建点被评为“江苏省利用社区资源为离退休干部服务工作省级示范点”
东南大学关工委工作已常态化开展
大手牵小手 共话十八大
情系夕阳红 温暖老人心
广泛征求意见 不断改进工作
东南大学离休干部党委举办十八大精神学习座谈会
引领社区文化 翰墨共贺新春
- **文苑漫步** 诗两首
故乡寿县行
- **生命园地** 老人如何科学过冬

东南大学举行学习传达党的 十八大精神报告会

11月21日下午,东南大学在四牌楼校区大礼堂举行学习传达党的十八大精神报告会。十八大代表、校党委书记郭广银作题为《学习贯彻党的十八大精神,为早日建成国际知名高水平研究型大学而奋斗》的报告。在校的校领导、党委常委、校长助理,党委委员、纪委委员,全校中层以上干部,校机关副科级以上干部,离退休老同志代表,教师党支部书记,民主党派、侨联代表,教师代表、学生代表等一千三百余人听取了报告。报告会同时向无锡分校、苏州研究院直播。报告会由校党委副书记兼纪委书记刘京南主持。



报告会上,郭广银书记围绕学习、领会、贯彻落实十八大精神的主题,从大会的主要情况、十八大报告的形成过程和主要内容,党章的修改情况,中央纪委工作报告的主要内容以及我校如何学习好领会好贯彻好十八大精神等方面的

内容作了生动详实、全面深刻的报告。

郭广银在报告中强调,十八大报告充满改革和创新精神,字里行间传递出诸多改革的新气息新气象。报告中,她对十八大报告的创新之处作了详细和深刻地解读。

郭广银指出,党的十八大报告,强调总结十年的奋斗历程,最重要的就是我们围绕坚持和发展中国特色社会主义提出了一系列新思想、新观点、新论断,形成和贯彻了科学发展观,对新形势下实现什么样的发展、怎样发展等重大问题作出了科学回答,开辟了当代中国马克思主义发展新

境界。科学发展观与马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想一道被列为党的指导思想和行动指南。

郭广银指出，十八大报告提出了“三次成功接力”即第一代中央领导集体，成功实现中国最深刻最伟大社会变革；第二代中央领导集体，成功开创中国特色社会主义；第三代中央领导集体，成功把中国特色社会主义推向21世纪；新世纪新阶段党中央，成功在新历史起点坚持和发展了中国特色社会主义。报告还强调了“两个不走”，即“不走封闭僵化的老路；不走改旗易帜的邪路”，系统论述了中国特色社会主义内涵和中国特色社会主义道路、中国特色社会主义理论体系以及中国特色社会主义制度三者之间的关系。

郭广银指出，报告提出的“双百”建设目标即“建党一百年时全面建成小康社会，建国一百年时建成社会主义现代化国家”鼓舞斗志、振奋精神。



报告提出的经济持续健康发展，实现国内生产总值和城乡居民人均收入比2010年翻一番，目标宏伟、任务艰巨。

郭广银指出，十八大报告对我国经济建设、政治建设、文化建设、社会建设、生态文明建设和党的建设作出了全面部署，明确了中国特色社会主义事业“五位一体”的总体布局。报告把生态文明建设放在了突出地位，提出了“三个留下”即给自然留下更多修复空间，给农业留下更多良田，给子孙后代留下天蓝、地绿、水净的美好家园，努力建设“美丽中国”，实现中华民族永续发展的目标。

在论述十八大报告关于文化强国建设的内容时，郭书记指出，报告从加强社会主义核心价值体系建设、全面提高公民道德素质、丰富人民精神文化生活、增强文化整体实力和竞争力四个方面进行了工作部署。报告提出的“三个倡导”即倡导富强、民主、文明、和谐，倡导自由、平等、公正、法治，倡导爱国、敬业、诚信、友善，积极培育践行社会主义核心价值观，是我国核心价值体系建设的重大成果。

在解读十八大报告中关于党的建设科学化等内容时，郭广银指出，十八大报告特别强调了建设学

习型服务型创新型党组织和加强党的纪律建设。

报告会上，郭广银还对党章修改的6个方面15条内容以及中央纪委工作报告的主要内容作了详细介绍。

郭广银指出，党的十八大是我国进入全面建成小康社会决定性阶段召开的一次十分重要的大会，对我们党团结带领全国各族人民坚定不移沿着中国特色社会主义道路前进，为全面建成小康社会、开拓中国特色社会主义更为广阔的发展前景而奋斗具有十分重大的意义。郭书记还指出，学习宣传贯彻十八大精神，是我校当前和今后一个时期的首要政治任务。她要求，全校各级党组织要加强领导，精心组织，周密安排，把学习贯彻落实十八大精神不断引向深入。

一是切实提高思想认识。郭书记指出，十八大报告对全面建成小康社会和全面深化改革开放提出了新目标、新要求和新部署，为党和国家事业进一步发展指明了方向。党的十八大和十八届一中全会选举产生了以习近平同志为总书记的中央领导机构。我们一定要更加紧密地团结在以习近平同志为总书记的党中央周围，在思想上、政治上、行动上与党中央保持高度一致。

二是形式多样组织学习。郭广银书记指出，我校要按照中央部署和教育部党组要求，通过师生座谈会、培训班、辅导报告和讲座，校院（系）两级党校培训、党组织生活、党课等形式，组织广大党员师生员工原原本本学习十八大报告和党章。中层以上领导干部要带头学习，做到先学一步、学深一步。校、院（系）两级理论学习中心组要把学习党的十八大精神作为中心内容，制订系统学习培训计划，列出专题进行研讨，力求学深学透、融会贯通。哲学社会科学及思想理论课教师要加强理论和实践问题的研究，推出一系列有质量、有水平的研究成果，将十八大精神及时转化为思想政治教育和课堂教学的重要内容，推进十八大精神进教材、进课堂、进学生头脑的工作。工会和共青团要充分发挥各自优势，开展丰富多彩、各具特色、富有成效的学习教育活动。

三是着力提高学习成效。郭广银指出，十八大报告明确提出要努力办好人民满意的教育。我们要紧密结合学校改革发展实际，认真学习贯彻这些新部署、新要求、新任务，在学校改革发展稳定的各方面提出具体可行管用的新理念、新措施、新方法。一要坚持改革创新，实现学校整体发展水平的大幅跃升。教育体制改革是提升高等教育质量的重要突破口，抓住新一轮发展机遇，借鉴中外优秀办学经验，加快实施学校“十二五”改革和发展规划纲要，推进学校人事、科研、社会服务和文化建设等各方面改革，努力探索和加快构建中国特色现代大学制度，开创高等教育科学发展的新境界，在2020年左右建成国际知名高水平研究型大学。二要坚持育人为本，实现人才培养质量的显著提升。要贯彻报告提高教育质量的要求，进一步深化素质教育，按照卓越化、国际化、研究型的“两化一型”人才培养理念，建立和完善国际育人、实践育人、创业育人体系，推动在校学生出国留学和海外学生来华留学人数双倍增，大力培养学生创新精神、实践能力和跨文化工作能力，增强学生国际竞争能力，为全面建成小康社会培养更多高素质人才。三要坚持创新驱动，实现科学研究和服务社会能力快速增强。要按照报告要求，全面参加国家知识创新体系建设，积极参与以产学研合作为载体的技术创新体系建设，尤其是要加快建设一系列协同创新中心，产出重大成果，成为高校服务创新驱动战略的先行军。四要坚持立德树人，努力打造社会主义核心价值体系建设高地。要在师生员工中广泛开展社会主义核心价值观教育，进一步发挥党的政治优势，以提高党的科学化水平为方向，坚持以师德师风建设为引领，着力增强广大教师教书育人的光荣感使命感责任感；以党建统领大学生思想教育，扎实推进大学生党员素质提升工程，有效发挥党员在践行社会主义核心价值观方面的表率作用，全面增强师生的价值意识和社会责任意识，担负起全面建成小康社会、建设社会主义现代化强国的历史使命。五要坚持从严治党，为高水平大学建设提供坚强保证。要着眼应对“四个考验”、防止“四个危险”，始终坚持解放思想、改革创新，始终坚持党要管党、从严治党，全面加强党的思想建设、组织建设、作风建设、反腐倡廉建设、制度建设，建设学习型、服务型、创新型党组织，着力增强自我净化、自我完善、自我革新、自我提高能力，不断提升学校各级党组织创造力凝聚力战斗力，为早日建成国际知名高水平研究型大学乃至世界一流大学提供坚强政治保证。

此外，郭广银书记还强调，十八大报告和习近平总书记在中央政治局常委在记者见面会的讲话，特别突出民生和强调党的服务宗旨。她指出，要坚持以人为本，不断加强校园民生，深入推进和谐校园建设，为师生全面发展创造有利条件。

报告会结束后，刘京南副书记代表学校党委指出，全校师生员工要按照郭书记在报告中的要求和部署，从三个方面深入学习领会、贯彻落实十八大精神：一是学校各级党组织要深刻领会学习贯彻十八大精神的重要意义，开展丰富多彩的十八大精神学习和实践活动，把十八大精神传达到基层、传达到党员师生个人，让十八大精神入脑、入心；二是各院（系）和职能部门要坚持以邓小平理论、“三个代表”和科学发展观重要思想为指导，全面贯彻党的教育方针，坚持育人为本、德育为先，不断提升教育教学管理水平、提升校园文化建设水平；三是广大党员师生要结合个人工作学习实际，从整体上把握十八大报告的基本精神，悉心领会报告所提出的重要思想观点、目标和任务，做到自觉履行职责，自觉把十八大精神与教育实践结合，把理论学习与实际工作结合，为教育事业的发展和社会主义和谐社会的构建贡献力量。

江苏省建立并启用“离退休干部之家”网上服务平台

2012年6月，江苏省正式启用了“离退休干部之家”网上服务平台。该平台是省委老干部局探索加强离退休干部服务管理的新思路新举措，为离退休干部安度晚年、发挥作用创造了更好的环境和条件。

江苏省“离退休干部之家”网上服务平台目前共设有六大版块。

一、在线交流版块。覆盖全省13个省辖市和省直单位，通过建立群组 and 点对点交流的方式将全省广大离退休老同志和老干部工作者通过互联网集结在一起，为全省广大老同志打造了及时便捷的交流平台。

二、在线学习版块。设有电子书刊、视频点播、远程教育三大栏

目，为全省广大老同志提供了大量适时的多媒体学习资料，为老同志及时了解时事政治、经济热点、医疗保健等开启了一扇知识的窗口。

三、在线咨询版块。以健康咨询的在线服务为主，老同志可随时在线留言，线上工作人员将及时联系有关专家给予答疑解惑，为老同志的身心健康保驾护航。

四、在线娱乐版块。开设了麻将、象棋、围棋、桥牌、扑克、斯诺克等众多老同志喜爱的游戏项目，为离退休老同志群体架构了一个高互动性的娱乐与交友平台。

五、在线服务版块。包涵家政信息、生活讯息与健康资讯三大信息支持，使老同志足不出户即可了解最实用的家政信息，最新的生活讯息与最贴心的健康资讯。

六、扩展功能板块。分为网上调查、网上评议和老干部智库三大功能。

目前，我校部分老同志已经使用了该平台，反响良好。请有意愿和能力发挥作用的老同志与老干部处联系，在老干部智库信息库中录入自己的专长和相关信息供查询，为我省实现“两个率先”作出新贡献。

建筑学院王建国教授向我校关心下一代工作委员会捐款十万元

近日，我校建筑学院院长王建国教授荣获“宝钢优秀教师特等奖”。他将奖金十万元悉数捐出，用于支持我校关心下一代工作。

王建国教授长期专注于教学，始终以“传道授业解惑”为己任，在教学岗位上言传身教，寓德于教，

同时积极投身教学改革与建设，成果卓著，为建筑教育的发展做出了重要贡献。王建国教授情牵教育，心系学生，多次资助学生。获得荣誉后，他将奖金全部捐出，再次体现了他对东大学子们的关爱和对教育事业的挚爱。



东南大学老干部处与中央门街道青石村社区的共建点被评为“江苏省利用社区资源为离退休干部服务工作省级示范点”

针对我校离休老同志的分布特点，东南大学老干部处积极探索以家庭养老为主体，学校养老为辅助，社区养老为依托的新型养老模式。

为了加强与社区的联系，老干部处分别到老同志聚居的兰园街道东大社区、中央门街道青石村社区、劝业村社区、紫竹林社区、将军庙社区多次走访，充分利用社区资源为老同志提供各类服务。如依托居家养老服务中心，为老同志提供生活照料服务；利用社区文化活动场所，为老同志提供精神慰藉服务。他们还与社区搭建各类平台，为离休干部就近发挥作用创造条件。

目前，东南大学老干部处已与四个社区签署了结对共建协议，其中与中央门街道青石村社区的共建点被评为“江苏省利用社区资源为离退休干部服务工作省级示范点”。

东南大学关工委工作已常态化开展

在东南大学关工委主任刘波同志以及常务副主任吴介一同志的领导下，东南大学关工委工作已经常态化开展。目前，各个院系的二级关工委组织已经建立健全起来（下附二级关工委名单）。为了便于我校二级关工委工作的顺利

开展，东大关工委印制了关工委《文件汇编》以及江苏省教育系统关工委第十二期骨干培训班上江苏省教育系统关工委主任葛高林同志《抓巩固、促提高、把关工委常态化建设引向深入》的报告，分别送至二级关工委。

东南大学二级关工委名单

院系名称	主任	副主任	成员	秘书
建筑学院	陆卓谋	李向锋 钱祖仁	黎志涛、李芳芳、张军、 卫兆骥、高晶、陈焯	张 琰
机械工程学院	张立武	张志胜 谢锡俊	徐志芳、冒明山、季馨、 张书明	汤 蓓
能源与环境学院	朱小良	司风琪 陆怡生	尚利、黄正华、陆剑敏、 茅佩、钱怡君	唐慕萱
信息科学与工程学院	李久贤	孙 威 张 欣	贾宁、王婧菲、顾青瑶、 施庆福、王立玉	华蓉蓉
土木工程学院	张 星	陈 镭 龚建民	陈振和、韩苏闽、王玉玲、 张华、马慧	陈 韵
电子科学与工程学院	施建宁	倪明生 宋晓燕	刘鹏、邱峰、陈大金、吴 志林、周健、蒋明霞	王秋霞
数学系	李 涛	曹海燕 罗庆来	宋柏生、严昌强、张福保、	袁煜昶
自动化学院	袁晓辉	金立左 高明顺	叶 桦、许倩茹、陈益民、 贾 林、徐以荣、曾桃生、 蒋 珉、魏海坤	许倩茹
计算机科学与工程学院	金远平	王 滢 贾瑞萍	刘亚军、王萃寒、宋美娜、 张文青	赵永美
物理系	王勇刚	裴 锋 殷 实	叶善专、万光辉、堵国安、 吕健民、翟亚、王玲艳	杨 越
生命科学与医学工程学院	顾 宁	曹忠才 程 斌	张来喜、高庆华、顾本立、 徐锋、谭逸斌	陈凯媛
材料科学与工程学院	封卫东	孙扬善 李 磊	苏兴武、刘传博、李军、 丁静娴	杨 吉
人文学院	孟怀义	王 兵 何 熠 闵 卓	韩锐、范晖、彭丽、王小 玲、倪惜芳	蔡小萍
经济管理学院	陈良华	陈为宇 祝 虹	甘 霏、赵志远、杨菊芳、 林 琼、周 宇、	王 云
电气工程学院	冯建明	杨 蕙 魏维柱	付小鸥、江潼君、吴杰、 曹奕、缪江、楼璋达	殷 纓
外国语学院	孙莉玲	刘思明 汤顶华 翟永康	马赞椿、顾岳迁、徐思雄、 李晶、尉思懿	葛培玲
体育系	王 强	徐南强 李宗堂	胡文彭、周晓明、丁亮、	程 冰
化学化工学院	肖 健	邱佳川 乔冠儒	周建成、王国力、雷立旭、 诸海滨、骆培成、陆 娟	戚 戎

院系名称	主任	副主任	成员	秘书
交通学院	秦霞	陈怡相 卫相卫	沈溶、单良、罗磊、 马磊、陈燕然	张贤明
仪器科学与工程学院	王军	张豪裕 严振祥	朱青、郭向阳、李坤宁、 黄惟一、丁小丽、史红叶	王蓉
艺术学院	王和平	崔天剑	马民华、王颖、李花	魏彬
法学院	孟红	高歌 宋涛	张赞宁、张宁、生沛文	丛宾
医学院	滕皋军	张俊琴 刘岐山	孙子林、刘汉义、冷永成、 李新荣、罗萍、杨德志、 胡向阳、黄涛、曾水林	石然
公共卫生学院	蒋羽飞	邱振清 龚建新	李玉宇、张文举、栗建民、 张婷、陈启光	孔房祥
吴健雄学院	李爱群	钟辉 苏玲琍	况迎辉、纪静	苏玲琍

大手牵小手 共话十八大

在十八大胜利召开的喜庆日子里，党委老干部处、离休干部党委、土木学院研究生党支部的学生党员相聚在一起，开展了系列“大手牵小手 共话十八大”的座谈活动。

座谈以认真学习十八大精神为主题，老干部们讲述革命经历，从抗日战争到抗美援朝，从建国初期到改革开放的今天；同学们提出他们在生活、学习、就业、理想、信念上的疑惑以及对社会热点问题的看法。老干部陈力行讲述她在日本侵华期间亲眼目睹日本军国主义者所犯下的滔天罪行以及她如何在党的指引下走上革命道路

的经历；老干部梁重言讲述了建国前知识分子对社会主义社会基本形态的初步认知，以及当今中国特



老干部和大学生共话十八大

色的社会主义祖国繁荣昌盛、人民安居乐业、各行各业人们的喜悦之情；老干部钱炳昌讲述了抗美

援朝期间一场著名的反美帝国主义“绞杀战”以及在物资匮乏的年代他为东南大学学生积极筹措后勤物资的经过；老干部商宣球讲到我国位居世界第二的 GDP 是以高污染、高消耗为代价的，应在高精尖技术的发展以及生态保护上多下功夫；老干部钮绳武针对学生提出的腐败现象，指出入党要有正确的动机，党员干部只有确立了全心全意为人民服务的宗旨和崇高理想，才能使自己的私心尽量的缩小，做到真正的廉洁。

老干部们一致认为党的十八大是我党的一次重大会议，在我党

的历史上具有里程碑的意义。他们殷切期望大学生要在十八大精神的感召下，树立远大的理想和目标，把人生价值的实现与祖国和人民的需要相结合，为全面建成小康社会尽一份力量。学生们纷纷表示参加座谈受益匪浅，解除了原有的一些疑惑，对党有了更加深入的认识，对十八的精神也有了深刻的领悟，他们将不辜负老一代的重托，努力学习，顽强拼搏，为东大和祖国更美好的明天而奋斗！

（党委老干部处 芦颖）

情系夕阳红 温暖老人心

——老干部处组织大学生志愿者看望独居老干部

近日，东南大学老干部处与大学生志愿者开展了系列“情暖空巢”——关爱独居老同志的活动。



志愿者来到老同志家中

11月8日，志愿服务部的两名志愿者和研究生记者团的两名同学来到田真老师家。田真老师家的客厅有一面非常醒目的照片墙，那是子女在她80岁寿辰时送给她的一份特殊礼物：红色背景板上按照时间顺序排列着田真老师从18岁考上助产士到80岁各个年龄阶段的照片。照片上的田真老师虽然穿着不同衣服，留着不同的发

式，但是她的脸上总是带着甜美、幸福的笑容，如同她对人生的态度——积极乐观。她热情地拉着同学们的手，给他们讲述她刚走上革命队伍时的事情：在一次夜行军中，她不慎掉进了一个枯井中，时至今日，她依然责怪自己当初“笨”。在被战友们拉上来后，脚扭伤了，疼痛难忍，同样年轻的战友帮她背背包，搀扶她继续前进，让她感受到无比珍贵的战友间的情谊。她用她的人生经历告诉同学们，人生的道路肯定不会一帆风顺，遇到困难，千万不要躲避，要迎着困难上，相信党，相信集体的力量，肯定能够克服前进途中的一切困难。酷爱戏曲的田真老师还和志愿者中一位曾与著名京剧表演艺术家黄孝慈同台演出过的大学生戏曲爱好者，一起演唱了京剧《四郎探母》，田真老师唱杨四郎杨延辉，学生扮公主，一个女老生，一个男花旦，他们的演唱字正腔圆、韵味十足，令观者拍手称快！田真老师发自内心地说：“好久没有这么开心过了！”



志愿者来到老年公寓

11月17日下午，志愿服务部的志愿者和生医学院12级硕士3班党支部的党员们来到玄武区老年公寓看望蒋蕴珠老师和束素娟老师。两位老师都是解放前加入中国共产党的老党员，有着丰富的阅历，对党史非常精通，离休前都曾在东南大学做过学生工作，见到同学们格外亲切，而同学们对两位老前辈也是一见如故。他们非常轻松自如地交谈着，谈到刚刚闭幕的十八大，束素娟老师猛然发问：“你们谁知道两个一百年是什么？”同学们先是一愣，接着就很流利地回答出这个问题，束老师和蒋老师脸上都露出了满意的笑容。紧接着，同学们拿出登载十八大内容的报纸，他们共同学习了习近平总书记的讲话。80多岁的老人和80后出生的大学生边读边讨论，其乐融融。一位来自四川的党员同学也讲述了他的不凡的入党经历：2008年汶川大地震时他正在读高三，学校坍塌之后，他和许多同学组成志愿者去救助在地震中受灾的群众，因为表现突出被学校推荐本人申请加入共产党。他说，地震后的景象惨不忍睹，很多人失去了活下去的信心，就在那时候，温家宝总理带着党和政府的温暖来到了灾区，而且就来到了

他们的那个镇，当时他们感觉整个天空都亮堂了，人们说：“有总理和我们在一起，我们就充满了信心。”束素娟老师和蒋蕴珠老师还分别讲述了她们参加革命及加入中国共产党的经历，她们语重心长地对同学们说，每位党员都要不断的学习，充实自己、完善自己，以马克思理论武装自己，积极投身到中华民族伟大复兴的事业中去。同学们还为两位老师表演了豫剧《花木兰》片段，又向两位老师赠送了一条围巾，祝福她们身体健康、幸福长寿！

江苏省广播电视总台《晚霞》栏目组得知了我校“情暖空巢”活动的消息后，对这个活动进行了跟踪报道，并在电视上播出，产生了很好的社会效应。

广泛征求意见 不断改进工作

——老干部处向离退休党员干部征求意见

12月3日，老干部处全体工作人员和离休干部党委、丁家桥校区离休干部党委的十余名离退休党员干部在丁家桥校区老干部活动室进行了工作情况交流沟通会。



老干部处在倾听老同志的心声

会上，老干部处的领导和同志们广泛听取了老同志们对政治待遇、生活待遇、住房、医疗等方面的意见和建议，对现场可以解答的问题，做了详细的解答和解释；对老干部处已经在着手处理中的问题，通报了进展情况；对一时半会儿难有定论的问题，

一一详细做了记录。

老同志离会后，时间已近十一点半，老干部处全体人员没有散会，而是针对老同志提出的问题进行了热烈的讨论。大家一致认为，老干部是党和政府的宝贵财富，做好老干部工作意义重大。处领导针对老同志提出的有关问题进行了部署和分工，大家都表示要尽我们的力量来为老同志排忧解难。

解难，努力让我们的老同志能做到“老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所乐、老有所为”。

在学校党政的大力支持下，目前，离休干部遗属年底慰问金标准的调整工作已经得到落实，其他相关工作都在协调争取之中。

东南大学离休干部党委举办 十八大精神学习座谈会

2012年12月11日下午，东南大学离休干部党委的十余名老同志在进香河校区老干部活动室举办了十八大精神学习座谈会。

会上，离休干部党委副书记张楠向老同志通报了学校近期发生的大事、要事，离休干部党委书记钱炳昌传达了他听取江苏省十八大精神宣讲团所作报告的有关内容，着重阐述了十八大报告中若干新思想、新观念。围绕十八大精神的学习，老同志展开了讨论，大家一致认为十八大明确了科学发展观的定位，以“民”字立党心，用“两个继续”指明十八大发展方向，在发展中不忘重视环境和生态，以促进社会和谐和提高人民群

众生活水平为目标，是在关键时刻召开的一次关键的会议，是继往开来的一次会议。老同志们坚信新一届中央领导班子必将带领全党、



老同志学习十八大

全军、全国各族人民克服前进途中的一切困难，把我国全面建成小康社会，人民幸福美好的生活就在明天。

引领社区文化 翰墨共贺新春

——老干部处联合苜蓿园社区举办老同志迎新书画展



老同志参加苜蓿园社区书画展

12月17日上午，东南大学党委老干部处组织我校老年大学书画班的师生们赴苜蓿园社区居委会参加了迎新书画联展。此次书画展由东南大学老干部处和南京天后宫书画院、东南大学社区居委会、钟山老年书画研究会等单位联合举办，苜蓿园社区居委会承办，老干部处处长许映秋出席开幕式并致词。

此次书画展参展作品达百余幅，涉及山水、人物、花鸟及各类书法，参展的书画家、书画爱好者们，皆是引领校园文化及社区文化创作、热心社区文化活动的佼佼者。他们把对生活的感悟、对自然的热爱、对祖国和人民的情感凝于笔端，天马行空、恣意挥洒，一幅幅作品或雄浑、或洒脱、或灵动、或清雅，显示出很高的艺术造诣。前来观赏的人们欣赏着一幅幅佳作，赞不绝口。

最吸引人的当属数名书画家的现场书画表演。南京金陵十姐妹之一的姚鸣凤现场画了一幅山水图、江苏省书画研究会东南分会会长赵瑞林书写的“人到无求品自高、事到知足心常乐”和“钟灵毓秀”遒劲有力；朱宏仪老师虽为女子，但她写的“松柏气节”四个字俊朗不失大气；陈永棣老师以潇洒飘逸的草书书写了他的即兴之作“秋日登高处，神州分外娇；任凭风浪起，稳坐钓鱼岛”；江苏省美术家协会会员、书画班老师刘浪在短短一刻钟内绘就了一幅写意花鸟画“山谷幽香”，清秀而洒脱，似有幽香从纸面渗透出来，博得众人的喝彩。

参加本次迎新书画联展开幕式的老同志纷纷表示，大学、社区、书画院联合举办画展交流了书画技艺，开阔了艺术视野，增加了社区与校园之间的联系，对精神文明建设起到良好的推动作用，是一种有益的尝试。

诗两首

江城子

看央视“边疆行、沿海行、北纬
30度行”有感

餐风饮露行海疆，探奥秘，发奇想。
北纬卅度，令人心向往。
镜头抓拍自然景，意浓浓，情流淌。
祖国疆海万里长，景绮丽，山河壮。
风土人情，犹如百花放。
多姿多采韵味浓，留心底。永难忘。

西江月

为“神九、蛟龙”喝采

蛟龙深海探宝，神九天宫相见。
入海上天国威显，喜讯神州传遍。
强大精英团队，更有英雄乘员，
奋勇再把高峰攀，科学前程灿灿。

离休干部 钮绳武

故乡寿县行

离休干部 钮绳武

从报刊上看到家乡安徽寿县古城墙已和凤阳县明中都皇城联合申报世界遗产的消息，欣喜之余萌发了故乡行的念头。恰值儿子、儿媳从国外归来探亲，遂于2012年5月2日携了儿子、儿媳，带着女儿，拉着老弟，踏上回乡之旅。当日8时15分在汽车南站坐上公交大巴，一路畅行，三个半小时即抵寿县城南关。换乘小车进城后入住东大街寿县宾馆。下午即请一名乡亲做向导，访问了旧居，造访了建于明朝时的清真寺、时公祠，登上南面的城墙，参观了南门上气势

恢宏的城楼和楼内的旧文物陈列馆，晚上复登东南面的城楼，饱览了寿县城内外的夜景并造访了东城门。第二天上午，参观了建于唐朝的佛寺---报恩寺，出北门游览了城北面的八公山风景区、珍珠泉、淮南王刘安墓等景点。下午参现了位于城西的黉学（孔庙）、寿县楚文化博物馆和正在修建的西门城楼。两天的参现游览，紧张、充实、疲劳而又快乐着。儿女们说：这次短暂而有意义之旅，收获不小，不虚此行。

寿县建城已有 2700 年的历史。

始为周朝蔡侯的封地，公元前 430 年蔡为楚灭后楚曾建都于此。古时曾称寿春、寿阳、寿州，民国年间改县后始称寿县。它位于淮河的南岸背依八公山，东有淝水，枕山带水，地势险要，为历朝州府重镇，是古时越淮河下长江兵家必争之地。南北朝时期著名的以少胜多、以弱胜强的“淝水之战”即发生于此。公元 383 年，位于北方的前秦王苻坚，领着 87 万大军南下侵犯东晋。他自恃兵多将广骄横地称：投下的马鞭就可以阻断长江的流水。可是骄兵必败，在淝水之滨，被谢玄、谢石叔侄指挥的 8 万精兵打得丢盔弃甲一败涂地。当他逃至寿春城内，登上城头北望八公山肘，只见山上草木森森，鸦鸣雀噪，疑有东晋的伏兵，遂连夜带着残兵败将逃回北方。“风声鹤唳，草木皆兵”的成语，就缘于这个故事。而八公山山名的由来，是汉淮南王刘安为寻长生之药，曾邀约了 8 位术士集中在寿春城北面的山内练丹药，八公山因此得名。据说，长生之药没练成，却无心植柳制成了流传后世的八公山豆腐。

寿县古城墙周长为 7.417 公里，设有东西南北四门，至今城垣完整，虽历经战乱而能保存有赖于寿县

城所处的地势。寿县枕山带水地势抵洼，只要淮河一发大水，寿县即被大水包围，届时四门就得封闭，而城墙就成了防洪的大堤。城外西面有一片洼地荒滩，旧称城西湖，就是一蓄洪区。1931 年淮河发大洪水，寿县城被洪水围困了近一个月，城内粮草用品都靠小船运来。老人们说：大水围城时，从八公山向下望，寿县城就像一个洗澡盆漂浮在水面上。坐在城墙头的雉堞上可以洗脚。1991 年的淮河大水，寿县城的四个门也封闭了半个月。而今淮河得以治理，1931 年的大洪水已成历史。1991 年后寿县古城墙得到彻底的修整，城头的雉堞全部修整一新，城墙里侧的护坡经修整后全部铺上草皮，城头两米多宽的人行道铺上了条石块，四个门头上的门楼也重现了当年的恢宏气势，寿县古城已是旧貌呈新颜了！

随着淮河水患治理的成功，寿县城四周也发生了很大变化。城南的南关镇已发展成大于老城区的新区，高楼林立，道路宽阔，商贸繁荣；城西湖已是农场，成为寿县的粮仓；城内东西南北十字形大街均已拓宽，旧有的街巷如过驿巷、箭道巷、留犊祠巷、楼巷等经修整而保留，一些有价值的旧民居，正为修复而规划中；城北通向八公山的旧漫水石板路已改建成长约

1500米宽为4车道的长桥；通向风台县城的淮河大桥早已修通，从寿县驱车半小时即可抵达风台。寿县将以城内的孔庙、报恩佛寺、清真寺、时公祠、楚文化博物馆、咸丰/同治两朝宰辅孙家鼐后辈留下

的旧民居等历史文化底蕴深厚的遗存，联合八公山风景区的自然风光，再加上八公山豆腐宴、大救驾、饺子锅贴、酸辣汤等特色小吃，成为集历史文化名城和自然风光为一体的旅游胜地。

●生命园地

老人如何科学过冬

冬季天气寒冷、气候干燥，给老年人的生理、心理带来诸多不良影响，稍不注意便会引起旧病复发或诱发新病，特别是一些呼吸道疾病（如，慢性支气管炎、肺气肿、支气管哮喘等）都很容易在冬季里发生，而且，由于在冬季老年人抗病能力降低而易患感冒、流感等疾病，一旦患了感冒又会并发肺炎，还可诱发心绞痛、心肌梗塞等。因此，许多老年人害怕过冬天，一到冬季老人们心理上常常会增加很多心理负担。其实，冬季并不可怕，只要老年人注意适应冬令气候特点，顺其自然，重视自我保健，就能平平安安地度过冬天。

老人科学过冬，应当做到以下几点：

一、注意防寒保暖：冬季气温较低，为了抵御寒冷，人们的机体调节功能会发生显著变化，比如皮下脂肪增多、毛细血管收缩、汗液分泌减少，组织代谢加强等。而老年人由于主要脏器逐步老化且功能减退，皮肤松弛、皮下脂肪减少，机体代谢功能降低，适应性和抵抗力变弱，抗寒及抗病能力都明显地低于青年人。因此，当寒潮或强冷空气袭来之时，老年人中高血压、中风的发病率会明显增高，心血管疾病患者也容易出现心绞痛、心梗、心力衰竭等。严寒还是伤风感冒、支气管炎，冠心病、肺气肿、哮喘的重要诱因。此外，当机体受到寒冷刺激之后，容易发生手足开裂、冻疮或皮肤瘙痒等。所以，老

年人必须随时注意防寒保暖，要随天气的变化及时增添衣裤，避免着凉，防止感冒。

二、重视饮食调理：冬季，老年人的日常膳食应以“温”、“补”为主，宜吃一些高热量、高蛋白的食品，合理安排一日三餐，做到稀干搭配、荤素夹杂，以增加营养、增强御寒能力。要避免或少吃凉食、刺激性食物和一些油性大、不易消化的食物。

三、讲究心理卫生：临床实践多次证明，许多疾病的发生、发展和恶化，与人的心理状态息息相关。而冬季则是自然界阴盛阳衰之季。所以老年人应该避免忧郁、焦虑、紧张等不良因素的刺激，经常保持情绪乐观、精神愉快，科学安排生活，注意劳逸结合，防止过度疲劳，使意志安宁、心境恬静。另外，要保证有充足的睡眠。一般老年人应保持8 - 10小时的睡眠时间并应午睡，睡觉前不宜过于兴奋。

四、改善居室环境：冬季，人们为了御寒而将门、窗紧闭起来，再加上取暖设施的使用，致使室内的空气干燥、污浊，容易引起呼吸道疾病。因此，在控制室内温度的同时，应注意保持室内整洁、空气流通和湿度调节。

五、注意取暖适度：正确的冬季取暖方法是：室内温度保持在18 - 25度，局部取暖不要超过10分钟。

六、适当进行体育锻炼：冬季，老人应在力所能及的情况下坚持每天锻炼，这对增强体质、防病保健大有裨益。

七、不宜洗浴过勤：冬季老人以5~6天洗浴一次为佳，且水不宜太热，洗后最好喝一杯热开水。

八、切忌烟酒嗜好：冬季房门紧闭，烟雾不宜外散，吸烟对人体十分有害，如若长期烟雾蓄积对人体影响更大；由于冬季室内外温差较大，酒后体虚易使外寒之邪乘机而入，寒热错杂，极易给心、肺、脑造成损害。

九、避免外出时间过长：由于冬季是呼吸道传染病的好发季节，而老年人的机体免疫功能低下，抗病能力差，很容易染上传染病。

十、有病早治：老人在冬季如稍有不适如：食欲不佳、发热、咳嗽、胸痛、心悸、气短、疲乏无力等，应及时去找医生诊治，以免延误治疗，造成病情加重。