

工作资料妥善保存

# 东大老干部信息

2016年第3期（总第64期）

主办：东南大学党委老干部处网址：<http://lgbc.seu.edu.cn> 2016年10月30日

---

- **工作简讯** 东南大学党委副书记任利剑为党员们上党课  
离休老干部王华堂、张忠民夫妇向盐城灾区捐款 5000 元  
东南大学离休干部党委庆祝建党 95 周年  
东南大学离休干部党委召开党委扩大会议  
江苏省交通厅离退休工作处来我处交流工作  
哈尔滨工业大学离退休处来我处调研工作  
东南大学党委副书记任利剑国庆前夕慰问离退休老同志  
老干部处领导和工作人员到上海敬老院看望异地养老的老干部  
东南大学举办“老人节”祝寿会  
东南大学举办“红军长征胜利 80 周年”书画作品展  
东南大学离休干部党委学习十八届六中全会公报
- **关工委** 东南大学举办“做好心理准备迎接大学生生活”专题讲座  
东南大学医学院退休教师伍福乐与夫人周大华共同捐款  
10 万元设立助学金  
离休老干部朱斐第三次向学校捐款十万元用于资助贫困  
学子
- **诗林漫步** 长征颂  
中秋“打油诗”四首
- **生命园地** 秋冬季老人饮食的七大原则
- **广而告之** 老干部处建立公众微信号

## 东南大学党委副书记任利剑为党员们上党课



任利剑副书记为党员们上党课

6月15日上午,东南大学党委副书记、纪委书记任利剑主讲的“两学一做”学习教育专题党课在九龙湖校区120会议室举办,老干部处、纪委、审计处、工会党支部的所有党员们共同参加了学习。

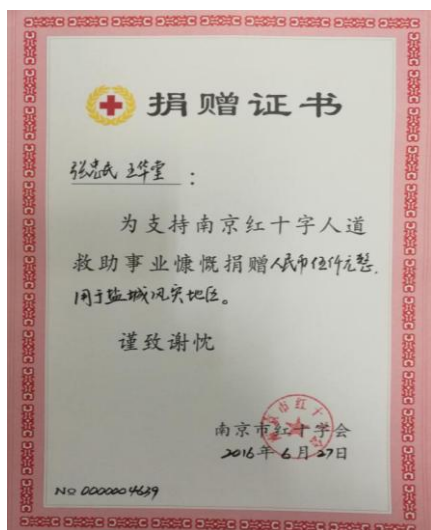
任利剑副书记从“两学一做”怎样学习入手,由浅入深地讲了党中央当前开展此项活动的伟大意义和历史背景。他指出,我国当前正处于全面深化改革的关键时期,是中国共产党把马列主义的理论与中国的具体情况相结合,是马列主义中国化的具体体现。坚持马列主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”思

想和科学发展观和习近平同志系列讲话精神,是马列主义中国化的具体伟大成果。党员干部强化宗旨意识、守规矩意识、执政意识,就是要严格遵守党的政治纪律和政治规矩。“两学一做”活动是继党的群众路线教育实践活动、“三严三实”专题教育活动、深化党内教育的又一重要实践,也是面向全体党员从集中教育活动向经常性教育的延伸的重要举措,“两学一做”就是落实党员的理论武装,因为理论的成熟是政治上的成熟的前提和基础,任书记的专题党课使参加学习各部门的党员受到一次深刻思想上的教育,使大家对当前我国、我们党所处的历史阶段有了清醒的认识,对搞好自己的工作有了明确的目标。

审计处、老干部处、纪委、工会的领导相继发言,结合所在部门的具体工作,就“两学一做”学习活动的开展向大家交流了学习经验和体会。通过本次学习,与会的所有党员提高了思想认识和理论水平,对今后深入开展“两学一做”活动有了更为清晰的认识和目标。

## 离休老干部王华堂、张忠民夫妇

### 向盐城灾区捐款 5000 元



6 月 27 日，离休老干部王华堂、张忠民夫妇向南京市红十字会捐款 5000 元，用于遭受龙卷风袭击的盐城受灾地区的灾后重建工作。6 月 23 日下午，盐城市阜宁、射阳等地遭遇特大暴雨、龙卷风、冰雹天气灾害，给当地人民群众生命财产造成重大损失。为帮助受灾地区群众渡过难关，王华堂、张宗民夫妇热情伸出援助之手，主动向灾区捐款 5000 元，体现了中华民族“一方有难，八方支援”的宝贵精神。

## 东南大学离休干部党委庆祝建党 95 周年

7 月 20 日，东南大学离休干部党委举行党委扩大会，庆祝中国共产党建党 95 周年。十余名党员冒着高温来到东南大学老干部活动室，参加了学习活动。

离休干部党委书记钱炳昌同志带领党员同志们认真学习了党章和习近平总

书记在中国共产党建党 95 周年庆祝大会上发表的讲话，他作为东南大学第 14 次党代会的党代表，和另外两名党代表梁重言、张楠同志分别向与会的党员同志们传达了东南大学第 14 次党代会的盛况和主要精神。



离休干部党委在进行学习庆祝活动

## 东南大学离休干部党委

### 召开党委扩大会议

2016年8月26日，东南大学离休干部党委召开了党委扩大会议，出席者为党委委员和各支部书记。

会议选举了参加教工委党代会代表和出席省党代会的代表人选。老干部处处长张俊琴就我校贯彻中共中央办公厅、国务院办公厅印发的中办发[2016]3号文件精神所制定的《东南大学关于进一步加强和改进离退休干部工作的意见》的征求意见稿听取了离休老同志的意见和建议，离休干部党委副书记张楠传达

了近日召开的东南大学基层党委书记会议精神。

离休干部党委书记钱炳昌围绕离休干部党委党建工作布置了下半年的离休干部党委的任务主要为学习贯彻学校的两个文件（学校和党委对下半年工作的补充意见），以支部为单位贯彻学习和传达学校14届党代会精神，继续开展“两学一做”工作，展示阳光心态，体验美好生活，畅谈发展变化，为和谐校园添砖加瓦，为党的事业增添正能量。

（东南大学离休干部党委）

## 江苏省交通厅离退休工作处来我处交流工作

9月12日，江苏省交通厅离退休工作处朱新龙处长一行五人来我处进行工作交流。朱处长介绍了交通厅离退休工作开展的情况，张俊琴处长和熊圆圆老师介绍了东南大学老干部处利用社区资源为老干部服务，以及与社区开展的“一方隶属，多方共建”工作。双方还就离退休干部如何为党的事业增添正能量和如何开展“两学一做”活动进行了交流探讨



交通厅离退休工作处来我处交流工作

## 哈尔滨工业大学离退休处来我处调研工作

9月20日,哈尔滨工业大学离退休工作处调研组在南京理工大学离退休工作处处长臧强等陪同下来我处进行工作交流。哈工大老科协会长谭铭文、副会长董书民介绍了老科协成立26年来所开展的工作,哈工大医院副院长杨晓明介绍了离退休人员的医疗保健工作,离退休处退休科科长彭英丽介绍了退休工作开展的情况。东南大学老干部处处长张俊琴总体介绍了我校离退休工作的格局、工作开展情况以及关工委工作,离休党委书记钱炳昌介绍了老同志为党和人民的事业增添正能量的工作以及退协的工作,熊圆圆老师介绍了老干部处利用社区资源为老干部服务,以及与社区开展的“一方隶属,多方共建”工作。三方认为在人口老龄化日趋严峻,社会保

障机制尚未健全的现阶段要拓宽思路,广泛利用各方资源积极探索离退休人员的养老问题,在老有所养、老有所医的基础上充分调动离退休人员的积极性和参与意识,为党和人民的事业增添正能量。

会后,参会人员参观了吴健雄纪念馆,并在大礼堂前合影留念。



参会人员在大礼堂前合影

## 东南大学党委副书记任利剑国庆前夕 慰问离退休老同志

国庆前夕,东南大学校党委副书记任利剑看望了离休老干部和退休校领导,党委老干部处处长张俊琴等陪同,并带领东南大学六朝松志愿者践行老干部处

送学习、送温暖、送服务的“三送”活动,亲自将大米和油送到老同志家中。

在百岁抗战老兵贺立德老师家中,任利剑副书记代表学校党政领导向他提

前致以节日的问候，并关切地询问他的生活起居和健康状况，叮嘱他保重身体，颐养天年。在退休校领导杨树林家中，任利剑副书记通报了学校近期的情况，真诚的感谢老校领导对学校发展的关心，并祝福他身体健康，安享晚年。



任利剑副书记慰问 102 岁老干部贺立德

## 老干部处领导和工作人员到上海敬老院 看望异地养老的老干部

9月23日，党委老干部处张俊琴处长携相关工作人员前往上海银康老年公寓，看望住在那里的离休干部狄正老师。狄正老师是抗战时期的老兵，因投靠女儿长期居住在上海银康老年公寓，张俊琴处长将一袋大米和一桶油送到他，向他转达了学校党政领导的关怀与问候，老人家的喜悦之情溢于言表。因狄正老师前几年手术后不能用言语表达，狄正老师的老伴代表狄正老师向张俊琴处长的到来表示由衷的欢迎与衷心的感谢，临别之际，执意坐着轮椅送到电梯口。



张俊琴处长和老干部合影

# 东南大学举办“老人节”祝寿会

为庆祝江苏省第二十九个敬老日和东南大学第二十九届老人节,10月9日下午,东南大学在四牌楼校区大礼堂隆重举办了老人节祝寿庆祝会。校党委书记易红、校长张广军、党委常务副书记刘波,党委办公室、校长办公室、党委组织部、党委宣传部、人事处、党委老干部处等职能部门的负责同志等齐聚一堂,共同欢庆老同志们的节日。大会由校党委常务副书记刘波主持。

校长张广军院士代表学校讲话,对现场 1495 位年满 70 周岁、75 周岁及 80 周岁以上的老寿星,以及全校 4000 多位离退休老同志致以节日祝愿,并对他们多年来为学校发展所作的卓越贡献致以崇高敬意和诚挚感谢。张校长说,离退休老同志是党和人民教育事业的功臣,也是东大的宝贵财富,更是“止于至善”精神的书写者和践行者。张校长向老同志介绍了学校近一年来在人才培养、学科建设、师资队伍



老人节祝寿会现场

建设、教学科研等方面取得的重要进展和下一步的发展思路,并代表学校提出了三点希望,一是希望全体老同志身体健康、老有所乐,健康长寿;二是希望老同志在身心健康的前提下,继续为学校事业增添新能量、做出新贡献;三是希望有关职能部门创新机制、整合资源,为老同志提供更贴心、更精准的关爱服务。最后,张校长说,要在全校范围内营造尊敬和学习优秀老干部、老专家、老同志的良好氛围,弘扬中华民族敬老、爱老、助老的传统美德,沿着老一辈东大人铺就的“至善”之道,勇担使命、凝神聚力、奋发有为,为早日实现共同的“东大梦”而努力奋斗。

电气工程学院退休教授龚乐年同志作为老同志代表发言。他说,长期以来学校党政和各职能部门倾心关怀老同志,千方百计为离退休老同志的晚年生活创造良好条件,形成了富有东大特色的老年退休文化。对此,代表全校离退休老同志衷心感谢学校的关心,祝愿学校事业发展、蓬勃兴旺!

祝寿庆祝会前,学校为每位老寿星拍摄了寿星照,并发放了慰问金。祝寿会上,大学生艺术团的同学为老寿星献上了精彩的演出,赢得了全体老同志们的热烈掌声,大会自始至终沉浸在欢乐祥和的气氛中。

# 东南大学举办“红军长征胜利 80 周年”

## 书画作品展

2016 年 10 月 27 日，东南大学在四牌楼校区校友会堂举办“红军长征胜利 80 周年暨书画进校园进家庭”书画交流活动的开幕式。本次活动由东南大学老干部处、东南大学关心下一代委员会以及东南大学离退休协会共同主办，江苏省老年书画研究会东南分会书画研究会承办，江苏省书画研究会和现代家庭报协办。东南大学党委副书记任利剑，江苏省老年书画研究会会长（原省民政厅厅长）张秉铎、东南大学离休干部党委书记钱炳昌、江苏省老干部书画研究会东南分会会长赵瑞林、东南大学离退休协会理事长龚乐年以及离退休老同志、校内外书画爱好者、在校大学生参加了开幕式，开幕式由东南大学党委老干部处处长张俊琴主持。

本次活动用老同志的书画作品传递正能量，关心下一代，目的就是铭记历史、开创未来、传承文化、激励青年、振兴中华。东南大学党委副书记任利剑在致辞中盛赞各位书画家的艺术造诣和拳拳爱国之心，并指出文化是一所学校的灵魂和生生不息的动力，书画作品凝聚了中华传统文化的精髓，书画进校园、进家庭活动旨在显东大文化之韵、铸东大精神之魂、立东大发展之跟、强东大

崛起之基。希望有更多的年轻学子从这些书画作品中汲取到充足的养分，把红军长征的精神发扬光大，以饱满的激情走上新的长征。江苏省老年书画研究会会长张秉铎、江苏省老干部书画研究会东南分会会长赵瑞林、东南大学离退休协会理事长龚乐年也分别发表讲话，对开幕式表示庆贺。开幕上还举办了作品捐赠仪式以及抽奖活动，整个活动现场



任利剑副书记在开幕式上致辞

洋溢着欢乐祥和的气氛。

据悉，本届书画展汇集我省及我校知名书画家近百幅书画作品，以不同形式、从不同角度讴歌了红军长征胜利的精神，表达了书画家们对党、对国家、对人民的热爱之情。书画展将在校友会堂一楼老干部处活动大厅展出至 11 月 4 日。



# 东南大学离休干部党委学习十八届六中全会公报



离休干部党委在进行学习

10月28日上午，东南大学离休干部党委的十余名离休老干部冒雨来到老干部活动室学习中国共产党十八届六中全会公报。老同志纷纷表示党的十八届六中全会公报精神思想深刻、内涵丰富、振奋人心。十八届六中全会提出的“一个国家、一个政党，领导核心至关重要”，

进一步明确了以习近平同志为核心的党中央在协调推进“四个全面”战略布局中的领导核心作用，不仅表明了以习近平同志为核心的党中央推进全面从严治党的战略指引，也体现了党团结带领全国人民不断开创中国特色社会主义伟大事业新局面的坚强决心。他们纷纷表示要更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，深入学习贯彻党的十八届六中全会精神，牢固树立政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识，坚定不移维护党中央权威和党中央集中统一领导，在学校建设“双一流”的过程中积极建言献策，在迈向伟大复兴中国梦的新长征路上不断前进。

东南大学离休干部党委

## ● 关工委

## 东南大学举办“做好心理准备，迎接大学生活”的专题讲座

9月6日，2016级新生入学适应性心理讲座在九龙湖校区体育馆举行。东

南大学心理健康教育中心郭晋林教授为全体本科新生做了题为“做好心理准备，

迎接大学生活”的专题讲座。郭晋林教授从正确认识自我、养成良好习惯、规划人生目标等几个方面对新生们进行了指导，从学术角度阐述了做好心理准备对大学生活的重要影响，并用日常生活中的案例形象阐释了如何做好心理准备。

据悉，学校从新生入学开始，连续举办“本科新生入学教育”系列讲座。包括“航天讲座”、“心理健康讲座”、“将军讲座”和“思想政治讲座”等，旨在让新生接受全方位、多角度的入学教育体验，更快地融入集体，更好地适应大学生活。

## 东南大学医学院退休教师伍福乐与夫人周大华共同捐款 10 万元设立助学金

重阳节期间，现年 92 岁的我校校友、退休老教师伍福乐，与其夫人、现年 88 岁的周大华老人共同捐款 10 万元，在我校设立伍福乐周大华助学金，为母校教育事业的发展贡献一片爱心。



伍福乐夫妇向学校捐款 10 万元

10 月 10 日，在江苏省老年公寓举行了伍福乐周大华助学金签约仪式，我校周佑勇副校长偕同教育基金会负责人李爽、校关工委秘书长张俊琴，常务副秘书长张楠，医学院关工委副主任刘岐山，程斌以及相关人士参加了仪式。周

佑勇副校长致辞，对两位平均年龄高达 90 岁的校友伉俪，一辈子仁心济世、救死扶伤，虽退休多年、仍心系学校贫困学生的学习与生活，捐赠设立助学金的善举，所体现的高尚品质表示深深的感动、诚挚的感谢和崇高的敬意。

伍福乐老先生现年 92 岁，1944 年进入中央大学医学院学习，1951 年毕业后就职于华东军区总医院，1958 年后在原南京铁道医学院（现东南大学附属中大医院）行医教学至退休，培养了包括中山医院院长樊嘉、四川省卫计委主任沈骥等一大批优秀的外科专家。其夫人周大华校友现年 88 岁，从事护士、心电图技师工作近四十年，1987 年退休于原南京铁道医学院（现东南大学附属中大医院）。周老师自己身体并不大好，每周要血透两次，也是花费颇多的。老人们在情况下的捐赠，更令人感动！

东南大学医学院关工委

# 东南大学离休老干部朱斐第三次向学校捐款

## 十万元用于资助贫困学子

10月12日，东南大学离休老干部朱斐老先生的儿子专程来到基金会，转交了其父亲捐赠的十万元捐赠款项，这是朱老先生所捐赠的第三笔十万元了。



朱斐老师与张俊琴处长合影

朱斐老先生今年89周岁，1946年他踏入南京工学院（东南大学前身）学习，1952年留校工作，曾任校机械系第一届总支书记，于1983年任东南大学图书馆馆长等职。1988年朱斐老先生离休后，作为东南大学校史专家，他着手主编了《东南大学校史》，在此期间他翻阅了40余年的旧报纸、几百本书、千卷档案，抄写了80万字，整理出40万字的珍贵文稿，为整理校史倾注了大量的精力和汗水。

朱斐老先生的家极其简朴，老旧的家具已经有50多年的历史，床脚是用几块青砖垫起的，床头的木头开裂了，就用宽透明胶带包上，家具上的油漆也早已斑驳。朱老先生的夫人孙绎女士患病已卧床七年，需要雇人全天候照顾，他本人也因病多次住院治疗。朱老先生的生活极其简朴，他把省吃俭用的积蓄一次次捐给学校。2014年，朱斐老先生在接受东南大学研究生记者团采访时说，1952年他在南京工学院机械系当总支书记，对此工作岗位感情深厚，至今也还熟记当时在机械系的100多名教师以及发展的党员和党干。现在，随着高等教育大规模的扩招，国家难以承担过大的压力，上大学开始收取学费，这样，很多从农村贫困家庭出来的学生生活很困难。他有点积蓄后，就想能为国家的教育事业做点事，帮助国家和学校培养好学生，解决一部分优秀贫困学生的后顾之忧。“对于帮助学生的事，我的家人是非常赞同的，我的女儿说她为我做的事感到骄傲。”

对于今天这次善举，朱斐老先生反复说：“不要任何宣传，也不用来看我的，你们工作都很忙。”“我在东大工作生活一辈子了，对这里有一份感情！”正是这

份对东南大学的无比真挚、无比深沉的赤子情怀，让朱斐老先生将自己的一生都贡献给了东大，从求学到工作，从任职到离休，再到最后将自己的积蓄捐赠出来，关心下一代，解决贫困学子的困难。朱斐老先生留给人们太多感动。2002年，东南大学百年校庆，朱斐老先生和他的夫人曾每人捐出1000元，资助学校研究生宿舍“群英楼”的建设。

2006年，东南大学机械系90周年系庆之际捐出10万元设立了“朱斐-孙绎奖学金”，2014年再次捐出10万元，2016年第三次捐出10万元。离休老干部朱斐老师用他的善举，诠释老同志对人才培养的关心，对下一代成才的助力，对关心下一代工作的支持！

东南大学关工委



## ● 诗林漫步

# 长 征 颂

离休老干部 钮绳武

八十年前事 历历铭于心  
强敌已压境 被迫去长征  
撤离根据地 告别众乡亲  
山川阻于前 背后有追兵  
恶战湘江水 大渡出奇兵  
雪山难阻隔 草地我敢行  
历尽千般苦 陕北扎下根

赤心为抗日 至诚动苍生  
大义昭天下 统一战线成  
浴血经八载 驱除鬼子兵  
三年解放战 祖国面貌新  
建国67载 屹立世界村  
庆祝胜利日 不可忘初心  
紧跟党中央 迈步新征程

# 中秋“打油诗”四首

离休老干部 钮绳武

## 一、中秋遇雨

切盼中秋月光明 秋雨秋风乱人心  
只怨天公不作美 蜗居独坐学老僧

## 二、咏网友发来视频

一轮红月升起来 似幻似真费疑猜  
点赞摄者技艺高 巧把美景留下来

## 三、与网友论平仄声

四声平仄束缚人 宽放声韵学古音  
何妨旧瓶装新酒 顺口溜可传后生

## 四、写残奥会

何惧身残志更坚 要怀绝技须苦练  
顽强拚搏显身手 残奥健儿载誉还

### ● 生命园地

## 秋冬季老人饮食的七大原则

秋冬季节已经到来,天气渐渐寒冷,合理地调整饮食,保证人体必需营养素的充足,对提高老人的耐寒能力和免疫功能,使之安全、顺利地越冬,是十分必要的。秋冬季老人饮食有以下七大原则:

### 1、低脂肪

油吃多了有害身体。高脂饮食,特别是高动物性脂肪的饮食,与发生心血

管疾病、胆囊炎、胰腺炎的关系密切。一般人平均每天动物食品摄食量达到150克时,就应控制食油量在20克左右为宜。老年人活动减少,消耗的脂肪也少,更宜少吃,特别是动物性脂肪。如果饮食是以素菜为主,可适量增加一点脂肪。

### 2、低糖

老年人常食高糖食品，弊大于利。因为老年人消耗的能量不多，血糖调节功能逐渐减弱，经常吃甜食和糖果，容易造成龋齿，引起缺钙，身体易发胖，还易患糖尿病、高血压、心血管等疾病。

### 3、低盐

盐是人体内氯和钠的主要来源。但常吃过咸的食物，会使体内水分滞留、心脏排血量增加，易引起肾病和高血压。如果你想保证老年人的健康，那么我们上面介绍的这些三低原则就是我们应该注意的，只有这样我们才能更好的帮助老人，但是也要注意老人的饮食的合理性。

### 4、尽可能吃滋阴润燥的食品

比如梨，具有滋阴润燥的作用。对于中老年胃寒的人群，吃梨有两个方法，第一，冰糖梨，也就是把梨洗干净，中间清干净里边放三到五块冰糖，放到锅里蒸熟，它具有滋阴、润燥的作用，可以去除秋冬带来的不舒服。冬季皮肤变薄，皮脂腺分泌的物质减少，所以皮肤发干、发痒，吃冰糖梨可以改善。第二，花椒梨，有些朋友冬季很容易咳嗽，把梨从中间切开，把一些花椒粒撒在梨上，放到蒸锅里，水开了以后再蒸十分

钟，这时候把花椒去掉吃梨。连吃一周左右，你的咳嗽会得到治疗，甚至还会痊愈。所以说冬季吃的水果第一是梨。

### 5、少瓜多果

尤其西瓜、黄瓜，因为它们偏凉性。吃瓜比较多就容易出现腹泻，吃水果，除了吃梨以外，苹果也是非常健康的水果，它是平性的。从中医认为食品分为热性、温性、凉性、寒性、平性，要根据不同节气、不同的年龄段要吃不同性质的水果。秋天开始天气已经开始慢慢变冷了，中老年朋友容易出现胃寒，所以要少吃瓜类，多吃些苹果。

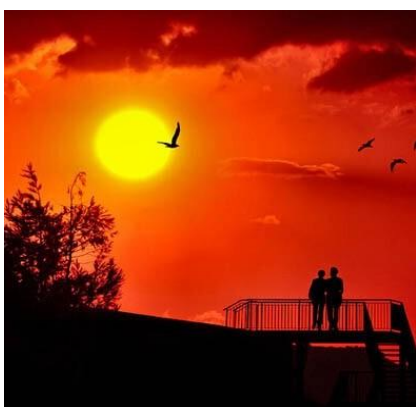
### 6、多吃蜂蜜少吃姜

冬、秋两季要多蜜少姜。蜂蜜一方面给人们带来能量，另外它有大量的微量元素，像铁、钙、锡、锰等等。每天临睡前半个小时到一个小时，喝一杯蜂蜜酸奶（糖尿病要减半），有助于睡眠，蜂蜜补充微量元素，补充维生素。另外蜂蜜还能缓解便秘，第二天我们会感觉我们便秘一扫而光。相对蜂蜜而言，姜要少吃些，避免发汗伤害津液，保存体力。



## 老干部处建立公众微信号

为利用新媒体技术加强老干部工作的宣传，展示阳光心态，体验美好生活，畅谈发展变化，老干部处建立了公众微信号“东南大学老干部处”，欢迎大家关注并对我们的工作进行指导。



这是头像



这是二维码

### 关注方法：

- 1.手机直接扫描上方二维码添加。
- 2.添加朋友-公众号-输入“laoganbuchu”进行搜索添加。