

北京老干部

总第833期 上半月版
北京支部生活 2017.9

从“旧城”到“老城”：北京一字之变意味深长 P4

凝聚起 2000 万老干部强大正能量 P8

中组部老干部局在北京调研督查 P11

给梦想与歌声插上飞翔的翅膀 P34



ISSN 1002-7998



09 >





北京永定河文化研究会

北京永定河文化研究会成立于2005年11月，是由门头沟区委区政府倡导，由区内外多家单位和个人联合发起成立，其成员以区属离退休干部为主，是经社团管理部门核准登记的社会团体。

研究会的主要工作是开展流域考察、文化采风，挖掘、收集、整理永定河文化，提高永定河文化在北京历史文化中的价值和定位；开展学术交流、资料出版、举办展览等活动，宣传推介永定河文化；推动永定河文化研究成果的转化，服务区域经济和社会发展。

研究会成员积极开展永定河文化研究，深入实际，走访调研，认真考证，成果丰富，先后出版了《散落京西山区的古村落》《门头沟民俗实用研究》《中国民俗文化志·北京·门头沟区卷》《斋堂川》《门头沟村落文化志》等图书。2010年编辑出版《古村落》杂志，扩大了北京古村落研究的影响力和全国古村落的交流。

北京永定河文化研究会卓有成效的文化研究，促进了门头沟区的精神文明建设和经济发展，也展示了离退休干部积极参与文化建设的责任与担当。

1. 研究会召开永定河文化带论坛
2. 研究会临时党支部带领老党员开展革命传统教育
3. 研究会积极开展古村镇保护学术交流
4. 老同志参与《再寻北京母亲河》电视访谈
5. 研究会编辑出版的《古村落》杂志



继续谱写中国特色社会主义新篇章

——深入学习贯彻习近平总书记“7·26”重要讲话精神

弘之

“中国特色社会主义是改革开放以来党的全部理论和实践的主题，全党必须高举中国特色社会主义伟大旗帜，牢固树立中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，确保党和国家事业始终沿着正确方向胜利前进。”习近平总书记在省部级主要领导干部专题研讨班上的重要讲话深刻阐述了新的历史条件下坚持和发展中国特色社会主义的一系列重大理论和实践问题，是我们党在新的历史起点上不忘初心、继续前进的行动指南，充分体现了我们党准确把握时代大势、始终高举中国特色社会主义伟大旗帜的坚定信念和强大定力。全市离退休干部党组织在深入学习贯彻习近平总书记重要讲话中，要牢牢把握中国特色社会主义这个主题。

道路引领方向，道路决定命运。党的十八大以来，在新中国成立特别是改革开放以来我国发展取得的重大成就基础上，党和国家事业发生历史性变革，取得了彪炳史册的巨大成就，解决了许多长期想解决而没有解决的难题，办成了许多过去想办而没办成的大事。中国特色社会主义拓展了发展中国家走向现代化的途径，为解决人类问题贡献了中国智慧、提供了中国方案。我们这一代共产党人的历史使命，就是要在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，矢志不渝地将中国特色社会主义事业进行到底。

即将召开的党的十九大，是在全面建成小康社会决胜阶段、中国特色社会主义发展关键时期召开的一次十分重要的大会。越是在这样的关键节点，我们越需要认清我国发展站到了新的历史起点上、中国特色社会主义进入了新的发展阶段的大势，我们越需要高举中国特色社会主义伟大旗帜。北京作为首都，在道路和方向问题上绝不能有一丝一毫的偏差。作为北京的离退休党员干部在关乎旗帜、关乎道路的原则性问题上，在大是大非面前，更要立场坚定、态度鲜明。

坚持和发展中国特色社会主义是一篇大文章。让我们切实把学习贯彻习近平总书记重要讲话作为一项重要政治任务抓紧抓好，紧密联系实际，学深悟透，切实把思想和行动统一到习近平总书记“7·26”重要讲话精神上来。北京老干部要一如既往地发挥自身优势，带头维护核心、服从核心、爱戴核心、向核心看齐，坚决维护以习近平同志为核心的党中央权威和集中统一领导，与全市人民一道以新的精神状态和奋斗姿态继续谱写中国特色社会主义的新篇章，努力建设国际一流的和谐宜居之都，以优异成绩迎接党的十九大胜利召开。■



主管：
中共北京市委组织部
中共北京市委宣传部
北京市老干部局

主办：
中共北京市委《支部生活》
杂志社

2017 年第 9 期（上）
总第 833 期 9 月 1 日出版
www.sddj.com.cn

编委会：

主任：杜飞进 魏小东
副主任：蔡淑敏 王 梅
委员：刘向东 宋永健 刘 冰 谢湘平
邓春富 龙 安 罗广玉 胡文琦
王华春 王瑞朗 王林清 栗晋春
陈 龙 刁满奎 周启柏 王德洪
张吉云 马永辉 林育栋

编辑出版：

中共北京市委《支部生活》杂志社

社 长：王 梅
总 编 辑：邓春富
副 社 长：龙 安 罗广玉
编辑部主任：林育栋
编 辑：李 爽 李 玲 邢 军
美术编辑：初 林

编辑部电话：（010）62256727 64484827
发行部电话：（010）62278991 62278610
编辑部地址：北京西城区如意里甲一号（100035）
投稿邮箱邮箱：bjlgb2009@126.com
生活待遇（离休）咨询电话：（010）64484891
政治待遇咨询电话：（010）64484831

本期定价：8.00 元

发 行：北京支部生活杂志社广告发行部
邮发代号：2-5028

发行范围：公开发行

国际标准刊号：ISSN 1002-7998

国内统一刊号：CN 11-5204/D

常年法律顾问：北京市康达律师事务所 杨卫平

法律顾问电话：（010）65527227 转

印刷：北京盛通印刷股份有限公司

如遇投递问题请致电：11185-5-2



“北京老干部”微信公众号



“北京支部生活”微信公众号

目录

卷首语

- 1 继续谱写中国特色社会主义新篇章
——深入学习贯彻习近平总书记“7·26”重要
讲话精神 弘 之

学习宣传落实市第十二次党代会精神

- 4 从“旧城”到“老城”：北京一字之变意味深长
李 斌 孔祥鑫
- 6 把思想和行动统一到中央和市委的要求上来
——丰台区委老干部局认真组织市党代会精神的
学习贯彻 马 悦

砥砺奋进的五年

- 8 凝聚起 2000 万老干部强大正能量 孟祥夫

特别关注

- 11 积极推进两办《意见》的贯彻落实
中组部老干部局在北京调研督查

“两学一做”常态化制度化

- 14 北京工业大学机关离退休党员
扎实开展学习 注重作用发挥 程晓琦
- 16 全市老干部系统多种形式学习贯彻习近平总书记在
省部级主要领导干部专题研讨班上的重要讲话精神
- 17 我的心还在路上…… 刘梦昆

信息速览

- 18 中国：对美启动对华三〇一调查强烈不满
（外 18 则）

传播正能量

22	离退休干部“寄语十九大”征文选登	
24	砥砺奋进结硕果 坚定信心筑梦想 ——北京市离退休干部开展“畅谈十八大以来 变化”活动综述	胡 晶
28	说变化 颂党恩 心向党	李中生
29	做践行“红墙意识”的“西城大妈”	杨瑞珠

支部建设

30	践行医者誓言 守护新的生命	朝 阳
32	老同志 新党员 ——耄耋老人于善智入党记	木 东

榜样

34	给梦想与歌声插上飞翔的翅膀 ——记通州区老干部大学校长、老干部艺术团 团长张文霞	邢 军
37	夫妻同乐抗病魔 热心公益传美德 ——记退休干部任与鸿夫妇的阳光心态和 公益之举	铃 铛

往事追忆

40	宁武：工地生活锻炼了我	于小英
42	真情难忘	戴道明

多彩生活

44	退休后圆了我的绘画梦	张永宽
46	务农读书两相宜	郑维忠

老干部大学建设

48	潮起当破浪 风正好扬帆 北京积极推进老干部（老年）大学建设跨越发展	
----	--------------------------------------	--

作品展示

52	喜迎党的十九大胜利召开 市公安局离退休干部书画摄影作品选登	
----	----------------------------------	--

闲庭随笔

56	龙井寺·品龙井	韩春鸣
57	说“老”	曹振宇
58	精神好 永不老 ——我的“不老歌”三字经	王懋彝

养老服务

60	《北京市推进家庭医生签约服务实施意见》 解读	
----	---------------------------	--

休闲驿站

62	语丝（外7则）	
----	---------	--

封面说明

海淀老龄大学成立于1984年，是北京的第一所老年大学。30多年来，学校坚持“老有所学，书画育人，德才兼备，永葆青春”的办学宗旨和“传承、创新、修身、和谐”的校训，从创办初期综合型的办学模式，发展至今成为以中国书画艺术教学为特色的老年书画专科大学。2009年被评为“全国先进老年大学”，2016年被评为“全国示范老年大学”。目前学校共开设书法、国画、油画、篆刻、诗文、摄影、计算机等九个科目，109个教学班。封面为海淀老龄大学油画班教师邢山为学员讲解示范油画技法。

从“旧城”到“老城”： 北京一字之变意味深长

文 | 李斌 孔祥鑫

《北京城市总体规划（2016年—2030年）（送审稿）》指出，要推进实施老城重组，优化调整行政区划，强化政治活动、文化交流、国际交往和科技创新等服务功能。

这份引领北京未来15年发展的“总规”中，提及多年的“旧城”不见踪影，取而代之的是“老城”。

从“旧”到“老”，一字之变，意味着什么？有关“老城”的话题，再次进入人们视野，引起广泛关注。

从“旧”到“老”： “是对城市历史积淀的尊重”

北京是一座有着3000多年建城史、860多年建都史的千年古都，一座保有古都风貌的现代化大城市。然而毋庸讳言，数十年来，北京在获得巨大发展的同时，一些古建筑被拆、胡同消失，古城风貌受到威胁和破坏。

以往一说“旧城”，就想起大规模“旧城改造”。首都经贸大学教授赵秀池表示，几十年的“旧城改造”虽然救急救危，但保护与发展的冲突如影随形。

13年前，《北京城市总体规划（2004年—2020年）》提出：进一步扩大旧城历史文化保



前门三里河成为新景观

护区的范围。

“多点一城、老城重组”“推进实施老城重组”“推进老城区平房院落修缮改造、棚户区改造和环境整治”“推动老城直管公房管理体制变革”……从两年前中央财经领导小组第9次会议审议研究京津冀协同发展规划纲要，到2016年相继公布的《北京市国民经济和社会发展的第十三个五年规划纲要》和《北京市“十三五”时期加强全国文化中心建设规划》，“老城”理念，逐渐进入中央和首都决策者的视野。

今年5月，《北京城市总体规划（2016年—2030年）（送审稿）》，明确“老城”提法。

“从字面上讲，‘老’比‘旧’更有历史感。家有一老如有一宝，‘老’字代表的是认识程度的提高。说‘老城’，是对城市历史积淀的尊重，是一种价值的认可和体现。”中国城市

规划设计研究院副院长王凯说。

“老城肩负北京历史文化保护与发展的职责和使命。”北京国际城市发展研究院院长连玉明说，在新版北京城市总体规划中，用“老城”替代“旧城”，反映了首都在城市规划理念、发展战略和发展模式上的转变。

从理念到行动： “让历史、文化进入百姓生活”

老城重组，不是回到过去。

著名建筑学家、清华大学教授吴良镛曾多次呼吁：“我们放眼世界，首先要认识到把北京历史文化名城保护好、整治好、发展好，是最有现实意义的，是中国最大的甚至是无与伦比的‘中华文化枢纽工程’。这项工程不是旧有历史建筑的恢复，而是环境的再设计。”

大栅栏地区保留了上百条拥有数百年历史的胡同，堪称北京胡同“活化石”。近来，胡同深处出现了一处小巧精致、曲径通幽的微公园——由一处菜市场改建的百花园。

“这处百花园和周边的平房民居融为一体，遛弯儿的居民像逛自家后花园一样自在舒坦。”不再为“管了好、好了乱、乱了再管”所困惑的大栅栏城管执法队队长王利峰说。

留白建绿、拆违还绿，充分挖掘城市边角地、闲置地，将休闲空间建设与景观打造、文化传承结合……如今，北京西城区已在繁华街巷里建起了15个鲜花似锦、充满历史文化气息的微公园，成为市民休闲好去处。

“过去平房区没有公园，现在需要提供城市公共空间，让能绿的地方绿起来，让历史、文化进入百姓生活。”北京市西城区区长王少峰说。

进入2017年以来，伴随北京“疏解整治促提升”专项行动集中开展、治违力度空前加大。

“大规模治违和背街小巷整治，也是为了恢复北京老城风貌，促进老城功能和环境提升。”赵秀池认为。

从“老城重组”到“一体两翼”： 北京将“既古老又年轻”

纵览全球，老城的保护和利用，一直是道世界性难题。

“北京也是历史悠久的首都城市，如何在城市发展中保护和改造好旧城区，巴黎的经验和教训值得借鉴。”经过大量比较研究，国务院发展研究中心“典型首都城市治理研究”课题组建议，北京加大对旧城改造和保护的补贴，为历史街区提供“保护网”，同时建设几个规模较大、功能全面的新城，提高城市管理水平，注重精细化管理。

“北京推动‘老城重组’的战略意义，还在于与城市副中心、雄安新区共同形成‘一体两翼’的首都空间战略布局，进而推动京津冀协同发展和以首都为核心的世界级城市群建设。”连玉明说，“老城更加注重城市功能优化与空间重构。”

专家提醒，老城重组过程中，更要注意传统格局的维护、传统风貌的修复、传统文化的复兴。

从地处东城的安乐禅林、江西丰城会馆等11处文物，到地处西城的浏阳会馆、沈本山故居等15项直管公房类文物腾退项目，2017年北京东城区、西城区都制定了文物腾退的“小目标”，老城内一张张文化名片有望被“擦亮”。

“推动老城重组的初衷，是要从根本上解决北京城市发展中的深层次问题，服务首都‘四个中心’城市战略定位和国际一流和谐宜居之都建设。”连玉明建议，优化调整东、西城行政区划，推动东、西城内部功能重组，加强历史文化名城和古都风貌整体保护。

他说，作为首都承载政治、文化和国际交往中心功能的核心区域，老城应强化区域公共服务，提升社会治理能力，成为落实“四个中心”

定位、疏解非首都功能、建成国际一流的和谐宜居之都示范区。

“随着首都卫星城功能完善，以及京津冀城市群的形成，北京老城的保护与发展将获得更大空间，迎来更佳机遇。”展望未来，赵秀池信心满满，“未来的北京将既古老又年轻，既保留了千年历史古韵，又有现代化的高楼大厦和市政设施，既宜居又宜业。”■

（转自新华社电）

把思想和行动统一到中央和市委的要求上来

——丰台区委老干部局认真组织市党代会精神的学习贯彻

文 | 马悦

北京市第十二次党代会召开后，丰台区委老干部局坚持把学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神和治国理政新理念新思想新战略，以及市第十二次党代会精神作为当前重要的学习内容。在局领导班子的带领下，引导全局党员干部在思想上牢固树立“四个意识”，在政治上主动提高站位，在工作中秉持服务意识，在行动中认真落实党代会精神。

组织开展多种形式的学习

为抓好“两贯彻一落实”任务，深入推进“两学一做”学习教育常态化制度化，区委老干部局对市第十二次党代会精神组织了多种形式的学习。

领导带头集体学。机关党支部组织全局党员干部集体学习了《中国共产党北京市第十二

次代表大会关于中共北京市第十一届委员会报告的决议》。结合实际工作，局领导班子提出，要认真领会《决议》精神，提高“四个意识”，努力营造活跃的学习氛围、浓厚的正能量氛围、勇于担当的工作氛围。随后，机关党支部组织开展了推进“两学一做”学习教育常态化制度化党课交流会。局长朱运昌以《牢固树立“四个意识”，用心用情做好老干部工作》为主题，与全体党员进行学习交流，并提出做“三个表率”的具体要求，即：做心中有党的表率、知行合一的表率、担当有为的表率。

利用平台在线学。按照区委组织部要求，区委老干部局组织全体干部参加北京干部在线教育，在线学习《北京市第十二次党代会精神解读》专题辅导课程。要求在自学的基础上撰写心得体会，组织专题交流研讨会，进一步全面领会、准确把握党代会精神，把思想和行动

统一到中央和市委的部署要求上来。

榜样力量带动学。为营造学习氛围，区委老干部局在宣传栏内分别布置了“深入学习贯彻中国共产党北京市第十二次代表大会精神”和“认真学习领会习近平总书记重要指示精神 大力学习弘扬廖俊波同志先进典型事迹”为主题的宣传内容，用新时期优秀党员的榜样力量引领工作实践，进一步扩大了党代会精神的宣传力度。与此同时，还组织老干部理论学习中心组的老同志进行了专题学习和研讨，以带动离退休干部党支部的学习。

把“两贯彻一落实”体现在日常工作中

为把学习落实党代会精神与做好老干部工作结合起来，将党代会精神转化为内在动力，创造性地完成好各项工作任务，区委老干部局加强了联系离退休干部制度落实情况的监督和检查，开展了“七一”走访慰问工作，并在“两贯彻一落实”的指导下制订了下半年工作计划。

加强联系老干部制度的落实与检查。区委老干部局建立了《工作人员联系离退休干部工作暂行办法》，明确每名工作人员联系5-9名离退休干部，实现联系区属离退休干部的全覆盖。工作人员通过入户看望和电话联系等方式关注老同志情况，并向他们宣传市党代会精神。检查情况显示，联系离退休干部工作正有序展开。“七一”前夕，局领导班子成员还分别带领入户慰问了20位参加革命工作较早以及重病、生活困难的离退休干部。在详细了解他们的生活状况和身体情况，送上精神慰藉和物质帮助的同时，也把市党代会精神传达给他们。

结合实际制订下半年工作计划。每位工作人员在认真领会党代会精神的基础上，立足自



丰台区委老干部局组织机关干部学习市党代会精神

身岗位，认真总结上半年工作完成情况，结合工作实际，查找不足，制订下半年工作计划。局里要求把学习贯彻党代会精神列为下半年的工作重点。

强化“四个意识”，做好老干部工作

为深入贯彻党代会精神，加强从严治党，加强党内政治生活，区委老干部局在7月底召开了领导班子民主生活会，大家直面问题，通过批评与自我批评，总结工作，进一步提高了对市党代会精神的认识，强化了“四个意识”特别是核心意识和看齐意识。同时，局领导班子和党支部要求每位党员和机关干部紧密结合当前老干部工作，将工作落细落小，从政治上生活上关心老干部，为老干部多办实事。

通过学习，全局党员干部表示，在市党代会精神的指导下，拧紧干事的发条，以饱满的热情投入到老干部工作中，以实际行动迎接党的十九大的胜利召开。■

（作者单位：丰台区委老干部局）

（本栏责任编辑：林育栋）

凝聚起 2000 万老干部强大正能量

文 | 孟祥夫

“莫道桑榆晚，为霞尚满天。”老干部是党执政兴国的重要资源，是推进中国特色社会主义伟大事业的重要力量。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视老干部工作，先后召开全国离退休干部和老干部工作两个“双先”表彰大会，印发《关于进一步加强和改进离退休干部工作的意见》，明确提出要牢牢把握为党和人民事业增添正能量的价值取向，充分体现离退休干部特点和优势，更好服务党和国家工作大局，激励广大老同志为党和人民的事业增添正能量。

近年来，全国老干部工作系统认真贯彻落实党中央要求，组织老同志持续深入开展以“展示阳光心态、体验美好生活、畅谈发展变化”为主要内容的正能量活动，讲好中国故事，弘扬中国精神，为党和人民事业增添正能量，推动形成了广大老干部爱党护党、围绕中心服务大局的良好局面，带动了整个老干部工作的统筹协调发展。



**围绕活动内容，精心设计
活动载体，组织引导老同志积极
增添正能量**

2015 年 12 月的一天，正值隆冬，山东省地矿局老干部活动室却暖意融融。30 多位老同志在“纵比知足、横比知福”主题活动中，

边观看从各家收集来的老照片、老票据、老物件展览，边分享实物背后的故事，畅谈心声、发表感言。

离退休干部党支部书记王彦博指着泛黄的相片、皱褶的票据深有感触地说：“我们赶上了好时代，与当年那个凭票购物的时代相比真是幸福，我们要知足、知福、感恩。”

近几年，这样热烈的场景在各地离退休干部党支部活动中比比皆是。

改革开放 30 多年来，老干部工作赢得了各方面认可。然而随着形势变化，需要以新的视角全面认识老干部工作，重新找到新形势下老干部工作围绕中心、服务大局的结合点。为此，按照党中央要求，中组部在离退休干部中开展了为党和人民事业增添正能量活动，得到各级老干部工作部门的快速响应，也得到了老同志的广泛认同和大力支持。

老同志们展示阳光心态，青山不老，夕阳更红。辽宁、湖南、四川等地分别开展“家人·家事·家风·家训”“谈家风、传作风、赞新风”“晒家风、正作风、淳民风”等活动；中央办公厅开展“增添正能量、喜迎十九大”主题系列活动，国务院办公厅开展“忆光荣传统，讲精彩人生，说中南海故事”活动，中国兵器工业集团开展“弘扬兵工精神、传承兵器文化”主题实践活动等。这些活动有的注重引导老同志全面客观地看待国家的发展变化，辩证地分析党

内和社会风气，正确理解周围的人和事，以阳光的心态感染人鼓舞人；有的注重引导老同志大力弘扬党的光荣传统和革命文化、弘扬中华民族的传统美德，影响带动党员干部和年轻一代向上向善，自觉践行社会主义核心价值观。

老同志们体验美好生活，活在当下，展现自我。陕西组织老同志开展“知恩、知足、知福”活动，西藏自治区组织开展“展示新风采、共话新西藏、发挥正能量”系列活动，天津、海南、甘肃等地运用网站、QQ群、微信、微博组织老同志在网络阵地上积极发声。这些活动引导广大老同志从历史的视角和国内外的对比中，充分认识我国经济社会发展取得的巨大成就，增强自豪感、获得感、幸福感，以感恩的心态影响带动周围的人感受今天幸福生活的来之不易、党的十八大以来巨大变化的来之不易，增强大家对党和国家的热爱，坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，更加坚决拥护以习近平同志为核心的党中央的坚强领导。

老同志们畅谈发展变化，喜看成就，点赞喝彩。浙江开展“助力G20，增添正能量”“讲好杭州故事”活动，河南开展“不忘初心葆本色，中原出彩我点赞”活动，湖南开展“我看湖南新变化·正能量系列讲谈”活动等，为改革发展取得的显著成就点赞喝彩。特别是今年以来，各地各部门按照中央统一部署，扎实开展“畅谈十八大以来变化、展望十九大胜利召开”活动和“建言十九大”调研活动，组织老同志

点赞中央重大决策部署和改革举措，点赞重拳反腐、“一带一路”、脱贫攻坚等重大成就，点赞本地本部门经得起历史检验的大事要事，建言未来发展的美好愿景，谈出了精气神，唱响了主旋律，激发了正能量。



突出活动特色做法，积极反映老同志的心声，组织引导老同志大力释放正能量

“我看这一年”“我看反腐败”“我看十八大以来的变化”“我看从严治党新气象”……每年突出一个主题，连续5年开展系列调研活动的特色做法，给老同志搭建了说说心里话的好平台。特别是2014年11月26日，习近平总书记在会见全国离退休干部“双先”代表和老干部工作部门主要负责同志时，对组织老同志开展“我看这一年”“我看党的建设”调研活动给予充分肯定。



密云区沿湖社区老同志开展主题党日活动

注重精心设计调研主题，使每一个主题既能聚焦党中央的关注点，又能契合老同志的兴奋点，还能回应社会各界的关切点。不少老同志说，开展“我看”系列调研活动，主题设计得好，时机把握得好。

注重深入开展调研活动，认真制定调研方案，精心选择调研单位、调研对象，采取个别访谈、座谈交流、实地走访、配合调研等多种形式深入开展调研。5年间，参加“我看”系列调研活动的老同志达上百万人。

5年来，每一份调研报告都得到了中央领导同志的肯定，有的在人民日报等媒体发表后，短短3天里，文章网络点击量达到280多万人次、网友评论上万人次，凝聚起强大的正能量。许多老同志带着感情、带着责任、带着担当，踊跃表达对以习近平同志为核心的党中央的坚决拥护，高度评价党的十八大以来各方面发生的显著变化，真诚提出推进改革发展稳定的意见建议。他们的中肯建议为有关部门提供了决策参考，“我看”系列调研活动也逐渐成为发挥老同志正能量的响亮品牌。



保证活动有效推进，坚持不懈抓认识、抓指导、抓督查，最广泛地汇聚广大老同志正能量

2016年6月，中国社会科学院的老同志们顶着炎炎烈日，按时参加各研究所组织召开“畅谈十八大以来的变化”主题座谈会。荣誉学部委员、近代史研究所研究员蔡美彪年近90岁高龄，依然坚持参加活动并畅谈感受。

开展为党和人民事业增添正能量活动是老干部工作的一项创新性任务。活动初期，有

关方面多次举办开展正能量活动报告会，应邀到省区市和中央单位作宣讲辅导讲座120多次，有效提高了各级领导和老干部工作系统对活动的认识，为活动开展打下了坚实的思想基础。

活动全面铺开后，反复抓指导、抓督查，确保活动沿着正确的轨道推进。针对有的地方和单位活动内容不够聚焦，活动组织不够务实、措施不够得力等问题，先后三次召开全国性的正能量活动推进会、七次省区市和中央单位正能量活动片会，累计开展10多轮直接和间接督查，基本覆盖了全国各地各部门各单位。

坚持把督查指导融入老干部工作每一次会议、每一次培训、每一次调研，对各地各单位开展活动中不同阶段不同环节出现的问题，及时指出、督促解决。

一级抓一级，层层抓落实。吉林、山东、广东、青海等地主要领导对开展正能量活动作出批示、提出要求。北京、浙江、安徽、湖北、广西等地党委组织部长积极靠前指导，审定活动的指导意见或实施方案。各级老干部工作部门通过召开专题务虚会、举办专题培训班、组织理论研讨等多种形式，进一步理清开展活动的思路。

许多老干部工作者表示，随着为党和人民事业增添正能量活动在全国范围内铺开叫响，全国2000万名离退休老同志的强大正能量正在凝聚起来、释放出来、传递开来，成为统筹推进“五位一体”整体布局、协调推进“四个全面”战略布局、实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴中国梦的重要力量。■

（转自《人民日报》）

（本栏责任编辑：林育栋）

积极推进两办《意见》的贯彻落实

中组部老干部局在北京调研督查



中组部老干部局督查组到顺义区石园东苑社区查看离退休干部党组织建设情况

7月25日至26日，中央组织部老干部局副局长赵庆一行，来我市调研督查中办国办《关于进一步加强和改进离退休干部工作的意见》贯彻落实情况。市委常委、组织部部长魏小东作出批示、提出明确要求，市委组织部副部长、市老干部局局长蔡淑敏等陪同调研督查。

调研督查期间，督查组分别召开座谈会，听取部分单位老干部工作情况汇报和部分老同志的意见建议。市水务局、市公安局、市委教育工委、北京汽车集团、朝阳区委老干部局、延庆区委老干部局等单位的老干部工作部门负责人同志，以及东城区东花市街道、房山区拱辰街道北关东路社区的同志，重点围绕离退休干部基层党组织建设、牢固树立为党和人民事业增添正能量的价值取向、深入推进“畅谈十八大以来变化、展望十九大胜利召开”“建言十九大”活动等有关情况作了详细介绍，总结了经验，分析了问题，提出了下一步工作打算。来自市老干部局、市高级人民法院、北京八中、东城区委宣传部、朝阳区垡头街道、朝阳

区西坝河西里社区、石景山区政协、怀柔区教育党校等单位的老同志，围绕基层党建工作、支部书记履职情况、两办《意见》在本地区本单位的贯彻落实和发挥正能量情况，畅谈了经验体会，提出了意见建议。督查组还通过了解情况、查阅文件资料，听取了顺义区学习贯彻两办《意见》、离退休干部基层党组织建设创新成果汇报，实地调研石园东苑社区离退休干部党建及正能量活动情况；赴海淀区北太平庄街道办事处和丰台区太平桥街道精图社

区列席离退休干部党支部组织活动等，详细了解各有关单位在贯彻落实两办《意见》中的实际情况和具体措施。

督查组对北京市贯彻落实两办《意见》工作给予了高度评价和充分肯定。一是领导高度重视。中央政治局委员、市委原书记郭金龙经常听取老干部工作情况汇报，亲自出席全市老干部工作会并讲话。市委书记蔡奇到任后几次走访慰问老同志，对北京市《实施意见》（审议稿）提出重要修改意见，在北京市第十二次党代会上明确要求，全面做好离退休干部工作，从政治上和生活上关心老干部，发挥老干部的独特优势和积极作用。各级组织部门、老干部工作部门上下动员，学习深入、认识深刻，行动迅速、措施有力，许多单位都出台了贯彻落实的具体措施和任务分工，使两办《意见》落地见效。二是老干部工作党建特色更加鲜明。努力探索适合老同志实际的社区党建、社团党建、大学党建新模式，不断完善三级老干部党校（老党员课堂）教育培训体系；在朝阳、房山、顺义、延庆四个区进行试点，积极探索成立离



中组部老干部局副局长赵庆（左）向海淀区北太平庄街道办事处离退休干部党支部赠送学习材料

退休干部党工委，为新形势下离退休干部基层党组织建设积累宝贵经验。三是增添正能量的价值取向普遍树立。广大老同志传承红色基因、弘扬红色家风、助力首都建设，创造了不少成功经验，涌现出许多先进典型；老党员先锋队、老干部宣讲团、非公党建指导员和互联网党建指导员队伍不断发展壮大，成为北京老干部的闪亮“名片”，受到社会各界的广泛好评；“畅谈”“建言”摆上工作中心位置，活动开展得有声有色，深入了解、及时反映了老同志的意见心声。四是发挥媒体优势，老干部工作影响力进一步增强。“为党和人民事业增添正能量”“不忘初心，继续前行”两部公益广告亮相北京电视台等媒体，集中反映了全市离退休干部皓首丹心、老有所为的精神风貌与理想追求；“北京老干部”“首都老公安”“朝阳老干部之家”微信公众号在全国机关事业单位老干部微信公众号影响力排行榜上名列前茅，北京人民广播电台“老干部之声”开播，全面反映16个区最新工作动态的“北京老干部微信矩阵”上线等，营造了良好的舆论氛围。五是老

同志高度赞扬、充分肯定。与会老同志普遍认为，北京在学习宣传、贯彻落实两办《意见》中，做了大量扎实有效的工作，在基层党组织建设、学习活动阵地建设上取得了明显成效，尤其是在正能量活动开展上，引导老同志把作用向最能发挥自身优势、最能服务首都工作大局的领域聚焦，立足北京实际、围绕社会关注点、瞄准老同志兴奋点、发掘示范闪光点，充分凝聚和释放了全市老同志中蕴藏的巨大正能量。各项工作的扎实推进，使广大老同志焕发了荣誉感、增强了归属感、充满了幸福感。

督查组强调，北京市各级老干部工作部门要层层传导压力、压实责任，把督促检查作为抓落实、见成效的重要方法，发挥督查工作“风向标”“点评台”“推进剂”“钉钉子”的作用，切实抓好两办《意见》和市委《实施意见》的贯彻落实。要深化认识抓落实，突出重点抓落实，强化督查抓落实，主动担当抓落实。特别是要充分认识到，制定实施两办《意见》是认真贯彻落实习近平总书记对老干部工作重要指示的重大举措，是深化党的建设制度改革的

组成部分，是推动增添正能量活动深入开展的有效抓手，是稳妥推进老干部工作转型发展的基本遵循。在贯彻落实两办《意见》和市委《实施意见》过程中，要自觉提高政治站位，坚持用习近平总书记重要指示精神统一思想和行动；要主动强化政治引导，进一步加强离退休干部思想政治建设和党组织建设，开展好正能量活动；要积极担当政治责任，聚焦主责主业、整合各类资源，为老同志安享晚年办实事、做好事、解难事，更好地发挥老同志的政治优势和积极作用；要着力弘扬政治文化，“利用好红色资源、发扬好红色传统、传承好红色基因”，进一步提升广大老同志为党和人民事业增添正能量的文化自觉和行动自觉，进一步唤起广大老干部工作者的政治荣誉感、历史使命感、工作责任感，更加用心用情、更加敬爱致恭地做好本职工作，在平凡的岗位上作出不平凡的业绩。

市老干部局及各区各单位参与调研督查的同志表示，一定要借这次督促检查的东风，发扬成绩、补齐短板，按照两办《意见》和市委

《实施意见》的要求抓好贯彻落实，把党中央对广大老同志的尊重爱护关怀送到他们心坎上，把离退休干部队伍所蕴藏的强大正能量凝聚起来、释放出来、传递开来，以助力党和人民事业发展的实际行动，迎接党的十九大胜利召开。■

（市老干部局宣传处供稿）

（本栏责任编辑：林育栋）



中组部老干部局督查组列席丰台区太平桥街道精图社区离退休干部党支部组织活动

北京工业大学机关离退休党员

扎实开展学习 注重作用发挥

文 | 程晓琦

按照学校党委和离退休工作处关于开展“两学一做”学习教育的要求，我们机关离退休第九党支部认真领会文件精神，结合支部党员思想和生活实际，以务实、灵活、有效的方式开展学习教育，努力使学习教育的内容入脑、入心，发挥离退休党员的政治优势、经验优势和威望优势，积极凝聚和释放正能量。我们的具体做法是：

一是深刻领会“两学一做”学习教育的重要意义，准确把握学习教育的内涵要求。我们支部共有20名党员，年龄最大者已是84岁，还有几位党员身体不好，且大多数党员住家比较分散，参加集体活动有一定困难。结合支部党员的实际，我们充分发挥支部微信圈的优势开展学习教育。学校党委、离退休工作处召开“两学一做”学习教育动员会后，我们立即通过微信及时传达关于学习教育的文件精神，并提出支部的具体安排和要求。要求党员自学《中国共产党章程》《关于新形势下党内政治生活的若干准则》《中国共产党党内监督条例》和习近平总书记系列重要讲话，深刻领会，努力做到政治坚定、思想常新，牢记党员身份。

二是多种形式加强党员的学习教育。为了引导党员认真理解把握学习教育的精神和



离退休干部党支部与学生党支部联合举办“追忆峥嵘岁月，传递红色火炬”——“两学一做”党支部共建活动

要求，王德珍和王雅珍两位老师用微信形式，推送了图文并茂的学习教育辅导，如讲解为什么要开展“两学一做”学习教育，学什么、怎么做，做什么、怎么做；开展学习教育的要求、目的和方法等，为党员提供了丰富生动的学习资料，促进了“两学一做”学习教育的开展。针对社会上传播不良信息的情况，支部通过微信及时宣传引导提要求，引导党员以积极的心态、历史的眼光正确看待历史、客观分析党风和社会风气，做心态阳光的长者；不信谣、不传谣，为社会和家庭增添正能量。积极组织动员党员参加“纪念建党95周年和长征胜利80周年暨‘两学一做’学习教育征文活动”；参加学校开展的为困难党员捐款的活动等，践行党员先锋模范作用，努力做到退休不褪色。

三是发挥作用，不断为党和学校事业发展增添正能量。我们支部党员中，退休前大多



党支部共建活动后老党员和学生党员合影

担任过领导职务，党龄长，政治素质、人文修养较高。支部中还有一些老同志在学校多个涉老组织中担任一定的工作职务，积极参加学校的相关工作。李荣发老师是学校关心下一代工作委员成员，王德珍老师是学校组织部特邀党建组织员，王德珍和王雅珍老师分别是学校机关退休党委成员以及机关老教协会会长和副会长，还有许多老师积极参加学校的招生咨询、退休教师社团活动等，大家都在以不同的方式积极为学校事业的发展发挥作用。在纪念中国共产党成立 95 周年之际，我们支部与人文社会科学学院社会工作研究生党支部联合举办了“追忆峥嵘岁月，传递红色火炬”——“两学一做”党支部共建活动，支部的老党员与学生党员进行交流，一方面通过老党员回忆自己的工作和人生历程，讲述入党经历和党史故事，激发青年党员思考在不同阶段下党员的责任与使命；另一方面，也借此活动建立起新老党员之间的联系，互相促进。通过对“两学一做”学习教育的共同学习与主题讨论，加深党员对党规、党章的认识，对习近平总书记系列重要讲话精神的学习和理解。

四是坚持开展学习教育，做合格党员。

虽然我们已离开工作岗位，但是作为一名党员，我们还应坚定理想信念，讲党性重品行。退休后，我们又开启了人生的新阶段，我们要在新的舞台上继续展示党员风采，做合格党员。中央有关离退休干部工作的文件中强调，离退休党员要积极践行社会主义核心价值观，弘扬中华民族传统美德，传递向上向善的精神力量。退休干部党支部要带领老党员影响和带动周围群众坚定不移跟党走，共同释放正能量；以积极的心态、历史的眼光、辩证的思维，正确看待国家的发展变化，客观分析党风政风和社会风气，正确理解周围的人和事，做心态阳光的模范长辈；通过传承党的优良作风、弘扬优秀传统文化、培育和传承优良家风、关心教育青少年、开展法治宣传、化解矛盾纠纷、参与社区建设等方式传播正能量。用积极的声音影响社会舆论，维护党和政府形象。

我们支部的“两学一做”学习教育在学校党委和离休与机关退休干部党委的指导下有序推进，下一步我们将在学习的基础上开展深入地交流，把好做法转化为制度化常态化的教育和要求。■

（作者系北京工业大学退休干部）

全市老干部系统多种形式学习贯彻习近平总书记在省部级主要领导干部专题研讨班上的重要讲话精神

不断加强离退休干部的组织建设和思想引领

7月31日，市委宣传部离退休干部处党支部围绕习近平总书记“7·26”重要讲话开展了专题党课学习。在集中学习前，支部成员对讲话原文进行了自学，并认真阅读《人民日报》刊登的系列评论文章。在座谈中大家说道，习近平总书记“7·26”重要讲话立意高远、总揽全局，主题鲜明、内容丰富，提出了一系列新的重要思想、重要观点、重大判断、重大举措，具有很强的思想性、战略性、前瞻性、指导性，为党的十九大胜利召开奠定了重要的政治基础、思想基础、理论基础。结合我们的工作，对宣传思想文化战线来说，

既要抓好自身对讲话精神的学习宣传贯彻，还要推动全市宣传系统干部学习宣传贯彻好习近平总书记重要讲话精神。

在交流研讨中，大家结合市十二次党代会的部署和蔡奇同志到市委宣传部调研时提出的要求，对进一步做好宣传系统离退休干部工作进行了探讨。大家表示，要在习近平总书记系列重要讲话精神的指引下，认真贯彻落实中办3号文件和市委2号文件精神，不断加强离退休干部的组织建设和思想引领，切实把思想和行动统一到中央和市委的要求上来，积极为党和人民的事业发挥正能量。

把习近平总书记“7·26”重要讲话精神学习好宣传好

8月4日，丰台区老干部理论学习组召开学习习近平总书记在省部级主要领导干部专题研讨班上的重要讲话精神座谈会。

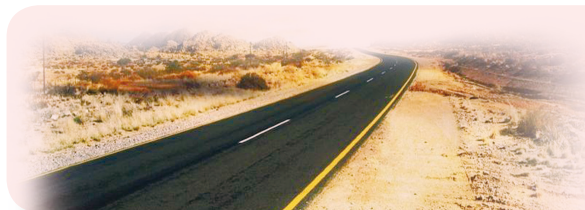
会议由老干部理论学习组组长陈日先主持。与会老同志一致认为，习近平总书记的重要讲话是我们党在新的历史起点上不忘初心，继续前进的行动纲领。老同志郭俊彦结合习近平总书记讲话中提到“近代以来久经磨难的中华民族实现了从站起来、富起来到强起来的历史性飞跃”，谈了自己的感受。他说，从



老同志在座谈会上畅谈对学习习近平总书记重要讲话精神的理解和认识

1921年建党到1949年新中国成立,从改革开放到十八大以来,以及“两个一百年”奋斗目标的提出,可以看到,中华民族从站起来、富起来到强起来的历史进程是艰难曲折的,是在探索开拓中走来。离退休干部是中华民族站

起来的参与者受益者,富起来的亲历者,是中华民族强起来的见证者。今天,我们还要为党和人民的事业作出新贡献。要利用老同志的优势,发挥正能量,带领党员和群众把习近平总书记的重要讲话精神学习好宣传好。■



我的心还在路上……

文 | 刘梦昆

坚定共产主义理想和走中国特色社会主义道路的信念,是当代每个共产党员的初心,更需要我们不懈地追求与践行。

作为一名共产党员,无论从事何种工作,都必须在中国特色的社会主义的道路上,在中华民族伟大复兴的路上,勇往直前,永不停歇。我一直践行着入党誓言,走在不忘初心的路上。在职的时候自不必说,就是到“二线”和退休以后,也没有停下脚步。

1988年,我从县法制办的岗位转到县纪委当了调研员。有人认为调研员是个虚职,可以悠闲了。我却认为,尽管没有实职,但还有工作职责,还有共产党员的责任。为此,我依旧吃住在机关,按时上下班,做好担负的任务,坚持工作常态化。此间,我通过调研撰写了《清正廉洁的人民检察官》《先锋与后盾》《密云水库的移民安置》《心里装着全局,努力当好党的卫士》《高尚的风格,无私的奉献》等20多篇文章,有的被市纪委采用,有的在《北京日报》《是与非》《密云大地》等报刊上发表。

退休不是终点站。我一直在说,退休有日,为党工作,为人民服务没有止境。离开机关,走向社会,同样可以有所作为。1994年我退

休了,先后在县委机关传达室和保险公司工作了6年。2001年,东菜园小区居委会刚刚成立,党的组织尚不健全,居委会让我协助开展支部工作,我欣然允诺,推动了组织发展和党员教育等工作。我的故乡东田各庄过去有每年元宵节举办“九曲黄河阵”灯会的传统,“文革”后这个灯会销声匿迹了近30年。受该村党支部委托,从1996年至2008年,我协助灯会筹集资金、组织演员、备办行头和装具。2002年,集九曲黄河阵、戏剧、花会为一体的灯会重新恢复了起来。特别是2006年,我利用半年时间,撰写九曲黄河阵材料,经逐级申报,2008年被列为国家级非物质文化遗产名录。2007年,应怀柔区政协之约,我参与《水利丰碑 青史长存》一书的撰稿工作,与李荣华同志一起,采写了《意气风发战龙山》的纪念文章,记录了密云人民当年为修建怀柔水库所表现出来的家国情怀。

如今我年事已高,虽然不能做更多实际工作了,但我依然关注着国家的发展与密云的建设,尽己所能发挥作用。我的心还在路上。■

(作者系密云区退休干部)

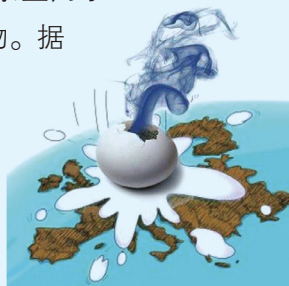
(本栏责任编辑:李爽)

中国：对美启动对华三〇一调查强烈不满

针对美国贸易代表对华启动 301 调查一事，商务部新闻发言人发表谈话称，美方做法无视世贸组织规则，是不负责任的，中方对这种单边主义、保护主义的做法表示强烈不满。美国时间 8 月 18 日，美国贸易代表依据《1974 年贸易法》宣布对华启动 301 调查。该新闻发言人指出，美方对华发起 301 调查，对外发出错误信号，必将遭到包括美国产业界在内的国际社会的坚决反对。中方将密切关注调查的进展，并将采取所有适当措施，坚决捍卫中方合法权益。

荷兰“毒鸡蛋”风波影响欧洲食品安全

近期，欧洲多个国家被食品安全问题所困扰。法国、德国、比利时、瑞士及瑞典分别发现来自荷兰的污染鸡蛋。据报道，鸡蛋污染源为一种叫作“芬普尼”的杀虫活性剂，常被兽医用来祛除宠物或动物身上的寄生虫。世界卫生组织定义芬普尼对人类具有“中等毒性”，严格禁止用于供人类食品消费的养殖动物。据欧洲食品管理机构调查，有 100 多家荷兰蛋鸡养殖场受到牵连，这些养殖场中的普芬尼使用量已严重超标。



受“萨德”拖累，乐天免税店出现赤字

韩国免税店行业排名第一的乐天免税店在今年第二季度出现赤字。这是乐天免税店在继 2003 年 SARS（严重急性呼吸综合征）过后，时隔 14 年首次出现赤字。该国业内人士担忧，“萨德”带来的经营困境将长期持续下去。免税店有关人士说，销售额减少令乐天免税店遭受了创立以来史无前例的打击。资料显示，韩国免税店行业八成的销售额都依赖于中国游客。今年上半年中国游客与去年相比减少了 41%。若“萨德”风波长期持续下去，韩国免税店将面临束手无策的局面。

日媒播纪录片揭露731部队暴行

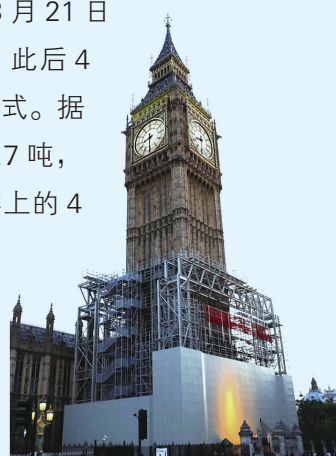
在“8.15”日本投降日到来之际，日本广播协会电视台播放了纪录片《731部队的真相》，通过史料和亲历者供述，以铁证揭露了侵华日军战争罪行，在日本社会引发广泛关注。节目组找到了保存在俄罗斯的数百份资料以及对二战期间研制并使用细菌武器的日本战犯进行审判的录音记录。

纪录片播出后，在日本社会引起很大反响。残酷的真相刺痛了日本右翼势力的神经，他们极力否认历史真相。但与此同时，更多的日本人开始对加害历史进行反思。



英国伦敦“大本钟”将静音

英国伦敦地标性建筑“大本钟”进行大修，于 8 月 21 日正午最后一次报时，此后 4 年时间将处于静音模式。据介绍，大本钟重 13.7 吨，每逢整点报时，钟楼上的 4 个小钟则每 15 分钟报时一次。157 年来，大本钟几乎从未中断报时。右图为“大本钟”。



俄罗斯还清原苏联最后一笔外债

俄罗斯财政部8月21日发布消息称，俄罗斯于8月8日偿付了对波斯尼亚和黑塞哥维那1.252亿美元的原苏联遗留外债。至此，俄罗斯已经还清所有原苏联遗留外债。俄偿还波黑债务是根据原苏联与前南斯拉夫间的债务关系。俄罗斯已于2011年至2016年还清其他前南斯拉夫解体而建立的克罗地亚、塞尔维亚、黑山、斯洛文尼亚和马其顿等国家的相关债务。根据相关方面协商，俄罗斯继承原苏联债务的61.34%，剩余部分由其他14个原加盟共和国承担。

我国社保卡普及率达73.9%

截至7月末，我国社保卡持卡人数达10.22亿，普及率达73.9%。社保卡应用范



围已延伸到100多个公共服务领域。人社部负责人介绍，医保全国联网和跨省异地就医直接结算已取得突破性进展。400个地区均已开通联网，5600家定点医疗机构已入网，群众“跑腿、垫资”的现象正逐步消除。目前社保卡已覆盖全国73.9%的人口，向国家“十三五”规划“覆盖90%人口”的目标又迈进了坚实的一步。

关注
中国

四部门开展专项整治，查处传销组织传销骨干

工商总局、教育部、公安部、人力资源和社会保障部四部门联合印发《关于开展以“招聘、介绍工作”为名从事传销活动专项整治工作的通知》，决定自8月15日至11月15日开展为期三个月的传销活动专项整治行动，严厉打击、依法取缔传销组织。此次专项整治行动加强对传销重点区域的排查清理，对聚集型传销易发、多发区域，全面反复清查，完善防控、遏制措施，坚决查处一批传销组织和传销骨干。同时加强对人民群众的宣传教育，提升民众对传销活动的防范意识。

“复兴号”在京沪高铁率先实现350公里时速运营

全国铁路将于9月21日实施新的列车运行图，在部分线路增开客货列车。届时，“复兴号”动车组将在京沪高铁率先实现350公里时速运营，我国成为世界上高铁商业运营速度最高的国家。“复兴号”是按照时速350公里运营研发制造的中国标准动车组，集成了大量现代高新技术，其安全性、经济性、舒适性以及节能环保等性能有较大提升。右图为“复兴号”高铁动车。

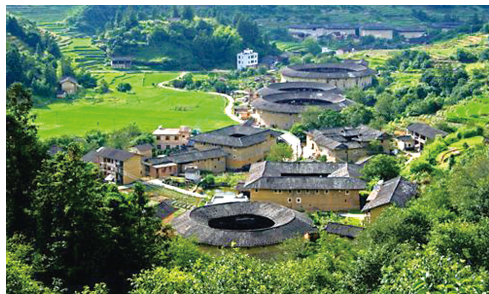


▶ 我国农产品连续5年合格率稳定在96%以上

农业部农产品质量安全监管局负责人介绍，近年来我国农产品质量安全保持平稳向好的发展态势，已连续5年监测合格率稳定在96%以上，今年上半年合格率达到97.6%。目前农业部已制定农兽药残留限量标准6000多项、农业行业标准5000余项，农产品质量安全基本实现有标可依。

▶ 我国形成世界上规模最大的农耕文明保护群

住房和城乡建设部相关负责人在近日举行的传统村落保护发展国际大会新闻发布会上说，经过四次全国性调查认定，我国已将4153个有重要保护价值的村落列入中国传统村落名录，形成了世界上规模最大的农耕文明保护群，



对传统村落实施整体活态的保护理念与方法走在世界前列。左图为福建永定土楼群。

▶ 尚无欧洲鸡蛋进入中国内地市场

8月17日，农业部举行以“推进质量兴农，确保农产品消费安全”为主题的新闻发布会，农业部农产品质量安全监管局副局长金忠发在回答关于欧洲“毒鸡蛋”事件的提问时指出，据质检总局的介绍，欧洲目前没有任何一个国家的鸡蛋产品获得中国政府的进口准入，也就是说没有欧洲的鸡蛋进入中国内地市场。针对欧洲发现的情况，我们将加强农业投入品管理，加强生产行为的督导检查，从生产源头确保农产品质量安全。

▶ 鼓浪屿正式列入世界遗产名录

中国福建省鼓浪屿在波兰克拉科夫举行的第41届联合国教科文组织世界遗产委员会会议（世界遗产大会）上获准列入世界文化遗产名录。国际古迹遗址理事会认为，鼓浪屿展现了在亚洲全球化早期多种价值观的碰撞、互动和融合，其建筑特色与风格体现了中国、东南亚及欧洲在建筑、传统和文化价值观上的交融，是一种全新的建筑风格——厦门装饰风格。

关注 北京

▶ 北京集中优势资源支持雄安新区

北海幼儿园、史家小学、北京四中、宣武医院等将在雄安新区布局落地。“从雄安最迫切的需求入手，北京将集中优势资源支持雄安新区开局起势。”8月17日，北京市委市政府负责同志率北京市代表团一行，赴河北雄安新区和保定市交流考察。北京市政府与河北省政府签署了《关于共同推进河北雄安新区规划建设战略合作协议》。

合作协议有三大重点：突出全方位合作，从建立健全对接协调工作机制，到科技创新、交通、生态、产业、公共服务、规划、干部人才交流等领域，进行全面、深度合作；教育、医疗和创新资源，是北京最核心的优势资源，北京将推动优质教育、医疗卫生等公共服务资源向这里布局发展；在重点领域推进实施一批有共识、看得准、能见效的合作项目，努力形成雄安新区与北京城市副中心“两翼”齐飞的格局。北京将支持在雄安新区设立中关村科技园。

北京市新一轮服务业扩大开放措施已启动

2015年5月5日，国务院批复同意北京市开展服务业扩大开放综合试点，北京市成为全国首个服务业扩大开放综合试点城市。两年多以来，首轮141项试点任务已完成九成，形成了一批有代表性的开放创新举措。近期，国务院再次批复《深化改革推进北京市服务业扩大开放综合试点工作方案》，推出新一轮85项服务业扩大开放措施，北京市服务业扩大开放综合试点进入了打造“升级版”的全新阶段。

别信，养老助残卡存现金能领高额补贴的传言

近日，一些老年人收到不法分子发送的诈骗短信，声称往养老助残卡里存入50元、100元不等的现金，开通手机银行、网上银行、短信提醒等业务，届时将会收到有关项目发放的高额补贴。对此，银行方面特意贴出风险告示，提醒老年人激活金融功能后务必管理好卡片和密码，避免卷入非法集资等诈骗案件。如果日常只是用于坐公交、逛公园，可以暂不激活金融功能。



“移动医疗箱”进东城社区

首批便携式“移动医疗箱”走进了北京社区，在东城所有社区卫生中心和38个社区卫生服务站应用，这将可以服务7万名慢性病患者和老年人。便携式“移动医疗箱”内有便携式心电仪、人体脂肪测量仪、血压计、血糖测试仪、脉搏血氧仪，以及无线数据传输网关等，可以测量十余项健康指标，并实时通过数字传输专线自动上传至“社区卫生服务移动医疗云服务平台”，与社区卫生服务信息系统中的居民个人健康档案同步。“移动医疗箱”的使用，将大幅提升社区医护工作效率。



全市摸底调查老旧小区 推动综合整治

近日，北京市住建委印发《关于组织开展老旧小区摸底调查的通知》。根据通知内容，为做好未来三年老旧小区综合整治工作，本市将对各区老旧小区进行摸底调查。摸底调查的内容将成未来老旧小区综合整治的主要依据，并建立全市老旧小区基础数据信息库。9月初，各区将组织开展此项工作，对有房屋管理单位的小区，督促房屋管理单位自查；对无房屋管理单位的小区，也将协调街道办事处（居委会）组织现场调查。此后，各区、全市都将进行汇总。

北京计划六环外新建长途客运站 木樨园客运站年内关停

据市交通委运输局介绍，继丽泽长途客运站疏解搬迁后，木樨园长途客运站也将于今年年内关停。未来，除2019年建成的北苑北综合客运枢纽外，北京市东南、西南、南部将建新的大型综合客运枢纽，建设位置预计均在六环外。

市交通委运输局有关人员介绍，目前，北京市还有9个省际长途客运站。六里桥、四惠、永定门、首都机场的客运站不在疏解范围之内，其他客运站已经都纳入疏解范围。■

（据新华社电、《人民日报》、《北京日报》）

（本栏责任编辑：李玲）

离退休干部“寄语十九大”征文选登

把“四个意识”落实在行动上

文 | 张克勤

党的十九大即将召开，我们热烈地期盼。作为西城区的居民，我们要有“红墙意识”，要把“四个意识”落实在行动上，坚决维护党中央的权威，维护习近平总书记的核心地位。习近平总书记作为党中央的核心，是党和人民的选择，代表着全国各族人民的根本利益。

当前，我们还有一项重要任务，就是要认真学习贯彻北京市第十二次党代会精神，提高政治站位，做好北京工作。作为离退休干部，我们要发挥好老同志的作用，为党争光彩，增添正能量，以实际行动迎接党的十九大胜利召开。

（作者系西城区退休干部）

在党的领导下续写新的辉煌

文 | 武光

我退休多年，这些年相继参加了延庆区多部史志的编写。而这些史料的来源，除了走访得到，大多是来源于区档案局的各类档案，我也成了这里的常客。在浩瀚的文字记载中，我搜寻着所需资料，看到党领导人民奋斗的艰苦岁月和辉煌历史，心灵也一次次地受到震撼。档案作为承载历史的宝库，有其厚重的沉淀，翻阅档案就是翻阅历史。它让我们在新时期不忘初心，传承党的优良传统和艰苦奋斗精神，在党的领导下续写新的辉煌。

（作者系延庆区退休干部）

企盼盛会展宏图

文 | 姜文明

入党七旬心如初，幸逢圆梦复兴路。
从严治党强筋骨，反腐倡廉新风树。
改革创新谋发展，丝路精神耀全球。
企盼盛会展宏图，拥戴核心齐迈步。

（作者系北京市旅游委离退休干部）

颂昨唱今迎大会

文 | 韩晓岗

十八大后幸事多，花红柳绿一朵朵，
中央领航掌好舵，“打虎拍蝇”显战果。
十八大后好事多，大众创业经济活，
万众创新棋子挪，九州之域红似火。
十八大后喜事多，抗战阅兵军威阔，
量子卫星展硕果，冬奥盛火京城落。
十八大后新事多，“两学一做”定盘砣，
“四个全面”擂战鼓，“一带一路”群龙过。
百姓期盼十九大，经济发展平稳顺，
努力实现中国梦，万众一心向前奔。
党员期盼十九大，凝心聚力宏图展，
不忘初心领万众，风清气面迎朝霞。
友宾期盼十九大，戮力同心谱新篇，
丝绸之路舞新曲，两翼绽放五彩花。
家人期盼十九大，深情寄语肺腑话，
小家似镜映国态，邀杯祝福强国家。

（作者系北京建工安装集团退休干部）

坚守信念志不移 ——献给党的十九大

文 | 陈希敏

上海南湖，红日初升；
井冈南昌，子弟兵兴；
遵义延安，胜利长征；
延河滚滚，天下归心；
柏坡北平，赶考新程；
北京秋天，开国大典；
革故鼎新，建设勃兴；
春天故事，改革潮涌；
军博观展，倡言复兴；
四个全面，总揽顶层；
四个自信，擎旗前行；
盛会将启，举国欢庆；
两个百年，复兴圆梦。

（作者系大兴区退休干部）

创造更加美好的明天

文 | 谷建民

党的十八大召开后，我们国家又发生了许多新的变化。今天，我把这些新变化比拟成微信中的红包，即：党的十八大以来，我们国家获得了若干“红包”。

第一个红包是：治国理政的新理念新思想新战略

第二个红包是：经济建设稳中求进

第三个红包是：国防外交成绩突显

第四个红包是：文化建设繁荣发展

第五个红包是：民生建设有幸福感

第六个红包是：反腐倡廉成绩斐然

……

我的比喻可能不太准确，但这是我实实在在感受到的好事喜事新成就。建言十九大，我想说句心里话：希望经济运行平稳健康，让老百姓的幸福感再提高；党的建设更加扎实开展，带领人民创造更加美好的明天。

（作者系东城区退休干部）

祖国强大民心聚

文 | 杜春生

（一）

核心睿智虑高远，赤县复兴梦日圆。
特色旗帜更灿烂，中华奇迹誉满天。

（二）

打虎拍蝇剑高悬，为民宗旨步伐坚。
党政廉洁人民赞，改革创新勇争先。

（三）

睦邻友好世界村，协作发展共承担。
合作建好丝网路，引领全球齐发展。

（作者系昌平区退休干部）

迈向新的征程与辽阔

文 | 王永麟

如果把生命比作一条河， 全世界都仰望崛起的中国。

我从最初的一滴清澈，

汇入大海的波澜壮阔。

如果把生命比作一首歌，

我从最初的一个音符，

唱出生活的累累硕果。

生命在风风雨雨中度过，

有峥嵘也有蹉跎，

人生就是这样镌刻。

不要说往事如烟云飘散，

我们的事业越发红红火火，

看啊，

航母下水、大飞机升空……

高精尖的项目一个个突破。

“中国制造”转向“中国创造”，

“一带一路”我们的朋友多多。

党的十九大即将召开，

指引我们团结奋进，

迈向新的征程与辽阔！■

（作者系首都儿科研究所退休干部）

砥砺奋进结硕果 坚定信心筑梦想

——北京市离退休干部开展“畅谈十八大以来变化”活动综述

文 | 胡晶

党的十九大召开前夕，我市在各级各领域离退休干部中广泛开展“畅谈十八大以来变化，展望十九大胜利召开”活动，组织各类座谈、访谈、征文、艺术作品征集等活动300余场，广大老同志满怀热忱积极参与，对十八大以来国家各领域发生的变化赞叹不已，对十九大后的辉煌前景充满期待。老同志们一致认为，党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高瞻远瞩、行稳致远，坚定不移地坚持和发展中国特色社会主义，全面深化改革，坚持从严治党，重拳惩治腐败，以非凡的勇气和智慧，带领全国人民攻坚克难，取得了一个又一个举世瞩目的伟大成就，各项事业蓬勃发展，人民福祉年年提升。大家坚信，我们伟大的祖国正持续不断地从胜利走向新的胜利。

十八大以来，以习近平同志为核心的党中央绘就中国发展新蓝图，全面依法治国，大力推进理论创新和实践创新，我们比任何时期都更接近中华民族伟大复兴的“中国梦”。首都师范大学原信息工程学院副教授李永刚谈道，党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央毫不动摇地坚持和发展中国特色社会主义，勇于实践、善于创新，进一步深化了对共产党执政规律、社会主义建设规律、人类社会发展规律的认识，形成了一系列治国理政新理念新思想新战略。党中



央积极推进“四个全面”战略布局，抓住了改革发展稳定的关键，确立了新形势下党和国家各项工作的顶层设计，为中国道路中国实践指明了方向，充分体现了当代共产党人的全局视野和战略眼光。首都师范大学原校长杨学礼认为，五年来，我们在政治、经济、文化、教育、外交、军事等各领域取得了可喜可贺的成绩，党和群众的联系更加紧密，党的执政地位进一步加强，广大人民对实现“两个一百年”的奋斗目标充满信心和期待。市财政局退休干部徐承法用九个短语概括了新一届党中央落实“四个全面”所采取的重要举措，即“坚定特色路、严厉治作风、重拳反腐败、力推新改革、大力促民生、共筑中国梦、法治理国政、从严治军警、建设和平路”。市委农工委原副巡视员王振业对五年来党带领各族人民取得的成就也充满赞叹，挥毫写就“瞩望中南海，朝阳灿九天。长城钢铁铸，砥柱泰山坚。践行中国梦，续写廉政篇。不忘初心志，大步永向前”的铿锵诗句。

十八大以来，以习近平同志为核心的党中央牢固树立管党治党的坚定信念，全面从严治党，重拳打击腐败，党风政风为之一新，党心民心为之一振。老同志们纷纷表示，党的十八大以来，党中央把全面从严治党的新内涵、新要求贯彻落实到管党治党的各个方面，坚持以“零容忍”态度惩治腐败，坚持“老虎”“苍蝇”一起打，在净化政治生态上收到显著成效，确保了党始终是中国特色社会主义事业最坚强的领导核心。丰台区委党校原副校长武启祥在《魔高一尺 道高一丈——十八大以来反腐感言》一文中写道，十八大以来中国共产党的反腐倡廉工作之所以能取得骄人的成绩，一是党中央的榜样示范、以上率下，

为推进反腐斗争提供巨大动力源泉；二是建立健全卓有成效的反腐机制，营造积极健康的政治生态；三是加大腐败惩治力度，形成全社会参与反腐的大气候大气场。市委宣传部原副巡视员张伯华认为，党的十八大以来，连续开展党的群众路线教育实践活动、“三严三实”专题教育、“两学一做”学习教育，促进了党员内心世界的净化，为集中整治党风、严厉惩治腐败、净化党内政治生态奠定了坚实基础。首都师范大学原政法学院副教授李恩慈谈道，国家监察体制的改革、巡视制度的实施等，说明我们党对权力的制约和监督已经日渐法律化和制度化，我们老同志对党要管党、从严治党充满信心。大兴区清源街道退休干部李玉涛认为，党中央惩治腐败敢于动真碰硬、突破禁区，彰显了非凡的治党决心与气魄，效果之好、影响之大超出预期，党的威信空前提高。从中央到基层，正气上升、浊气下降，谁都能感受到党风正在好转，也带动了社会正气的上扬，深得民心民意。

十八大以来，以习近平同志为核心的党中央勇担强国富民使命，全面深化改革，共享发展成果，人民群众有了更多的获得感和幸福感。老同志们普遍认为，十八大以来，党中央把谋求人民群众福祉作为工作的出发点和落脚点，全面深化改革，敢于“深水作业”，一步步稳扎稳打，有效地激发了社会发展的活力；花大气力解决与人民群众生活密切相关的医疗、就业、社保、教育、公共安全、社会公平等问题，不断提高人民群众的生活水平和生活质量，让人民群众分享更多改革成果，人民群众的幸福感不断提升。老同志张秀芳说，党和国家敢于向顽瘴痼疾开刀，敢于触及深层次利益关系和矛盾，敢于冲破思想观念的束缚，

敢于破除利益固化的藩篱，清除妨碍社会生产力发展的一切障碍，将改革向纵深推进，取得了许多实质性成果。老同志吴俊岭说，党中央、国务院团结带领全国各族人民，牢固树立和贯彻落实创新、协调、绿色、开放、共享的发展理念，积极适应经济发展新常态，坚持稳增长、调结构、惠民生、防风险，倡导大众创业、万众创新，经济保持了中高速增长、迈向了中高端水平，改革开放不断深化，民生事业持续进步，经济社会发展迈上新台阶。大兴区商务委退休干部陈卫国认为，十八大以来，大病保障制度不断完善，医疗保障水平不断提升，对医疗机构的监督指导不断加强，让广大患者切实感受到了医保政策的惠民和便利。90多岁的老同志周庆富在日记里写道，全国高速公路加快建设，河北村村通公路，老家蓟县乡亲们说，有年轻人的家庭几乎家家都有汽车，新农村正发生着新变化。市体育局退休干部夏印发讲道，在党的领导下，五年来，我国在国际赛场成绩斐然，竞技体育人才辈出，全民健身蓬勃发展，体育赛事精彩纷呈，体育产业稳步推进。特别是2022年我们又将迎来北京冬奥会和冬残奥会，想想就觉得特别激动和自豪。

十八大以来，以习近平同志为核心的党中央准确把握中国与世界关系的战略走向，构建新型大国关系，我国的国际地位和国际影响力得到显著提升。老同志毛光成说，十八大以来，以习近平同志为核心的党中央，统筹国内国际两个大局、统筹发展安全两件大事，坚持独立自主的和平外交方针，坚定不移走和平发展道路，坚定不移维护世界和平、促进共同发展，推动构建以合作共赢为核心的新型国际关系，打造人类命运共同体，大力推进外交理论和实践创新，开启了中国特色大国外交新

征程。市粮食局退休干部吴劭兰说，2013年，习近平总书记在访问中亚和东南亚时，提出建设丝绸之路经济带和21世纪海上丝绸之路的倡议。现在我国已与30多个国家签署了共建“一带一路”合作协议，同20个国家签署产能合作协议，同沿线17个国家共同建成了46个境外合作区，成绩斐然。很多老同志表示，在“一带一路”沿途国家旅游时，深刻感受到中国人受到世界人民的欢迎和尊重，我们国家的朋友圈越来越大，国际影响力不断提高，大家都为祖国的发展感到振奋和自豪。中交水运规划设计院退休干部黄子正赋诗讴歌“一带一路”：丝路畅全球，更上层楼。天高海阔任遨游，南辕北辙齐并轨，风雨同舟。重彩绘鸿猷，广结朋俦。旗开得胜万邦讴，大纛高扬中国造，崛起神州。

十八大以来，以习近平同志为核心的党中央深刻把握城市发展规律，全面实施京津冀协同发展战略，重大项目齐头并进，城市越来越和谐宜居。延庆区人大原副主任张文宗说，推动京津冀协同发展，优化提升首都核心功能，走出一条中国特色解决“大城市病”的路子，是党中央、国务院在新的历史条件下作出的重大战略决策部署，对于协调推进“四个全面”战略布局、实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦，具有重大现实意义和深远历史影响。丰台区紫芳园社区退休干部施更生撰文写道，北京市站在京津冀协同发展的高度，出台了《关于贯彻落实〈京津冀协同发展规划纲要〉的实施意见》，明确了非首都功能疏解的时间表、路线图和工作任务，高起点规划、高水平建设北京城市副中心，表明了北京市贯彻习近平总书记两次视察北京工作的重要指示精神，向社会释放

了疏解信号，通过市委市政府率先启动搬迁，引导公共服务及其他产业功能向城市副中心疏解，充分体现了“四个意识”。通州区离退休干部们表示，自从通州区被定位为北京城市副中心以来，通州区的城市面貌日新月异，变化非凡，尤其是运河两岸，蓝绿交织，水城共融，邻水相依的大运河森林公园，成为城市副中心一张闪亮的名片。中心城区的老同志们也反映，在疏解非首都功能的同时，有关部门积极推进拆违建、补墙洞、治脏乱，十几年的环境痼疾得以铲除，非法侵占的公共空间得以释放，建起了便民、惠民设施，胡同里有了小微绿地，小区里有了公益书屋，城市规划更合理，土地利用更高效，群众的生活更有品位了。

十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视老干部工作，“两会”奠定转型发展基石，《意见》指明发展路径，老干部工作迎来了又一个春天。全国先进离退休干部、原昌平区昌平镇党委副书记、离休干部闫颖说，党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把老干部工作摆到了重要位置，对老干部的关怀、对老干部工作的重视达到了一个新的历史高度。2014年全国离退休干部“双先”表彰大会召开，习近平总书记亲切会见与会老同志并发表热情洋溢的讲话，会议的规格之高、内容之丰前所未有。习近平总书记称广大离退休干部“是党执政兴国的重要资源，是推进中国特色社会主义事业的重要力量”，给老干部们以巨大的信心和鼓舞。市委宣传部原常务副部长何卓新认为，老同志退休以后，有时思想也会有波动。



昌平区离退休干部召开喜迎十九大座谈会

随着退休干部数量迅速增长，把握老干部思想脉搏、开展有针对性的思想工作也越来越迫切。新形势下要加强老干部的思想政治建设和党组织建设，不能放松管理。东城区和平里街道离退休干部党支部书记郝崇利谈道，近年来，各级党委政府认真贯彻落实离退休干部“双先”表彰大会精神和中办发3号文件精神，调整了离休干部的护理费标准，老干部看病基本上做到“实报实销”，经济负担大大减轻。而且随着“四就近”工作的深入开展，老同志受到社区的关心与照顾越来越多，我们也要抓住时机，争取一切机会和条件，为党和人民的事业增添正能量。北京日报社《京郊日报》原总编辑王永华表示，退休以后，连续多年参加市老干部局和市委宣传部主办的老干部党校培训，内容丰富多彩，每年都有变化，通过参加学习和座谈讨论，收获很大。今后要继续发挥老同志的优势作用，为社会再做一些力所能及的新贡献。■

（作者单位：市老干部局调研处）

说变化 颂党恩 心向党

文 | 李中生

畅谈党的十八大以来发展变化，迎接党的十九大胜利召开，我想谈谈个人的感受。

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央在治国理政方面，先后作出一系列重大战略决策部署，提出了实现中华民族伟大复兴的中国梦、“五位一体”总体布局、“四个全面”战略布局、“一带一路”倡议等等，这些都是百年大计，不仅是在书写繁荣昌盛的今天，还要书写富强美好的明天。实践证明，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，我们国家开创了各项事业的新局面，在国内外产生了深远影响。

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央，把从严治党这个关系党的前途命运的大事紧握在手，始终把政治建设放在首位。从整顿干部作风问题入手，开展了群众路线、“三严三实”教育，接着在广大党员干部中开展“两学一做”学习教育，坚定不移地推进反腐倡廉，不断完善党规党纪。经过一系列卓有成效的党建工作和思想教育活动，使广大党员干部受到深刻的党性和理想信念教育，从而提高了广大党员干部的思想政治素质，特别是对从严治党有了更深刻的认识。同时，在加强党的建设方面，强化了党的先进性，增强了党的战斗力，党组织战斗堡垒作用和党员先锋模范作用得到突显，有利地促进了各方面的工作。

党的十八大以来，习近平总书记对老干部工作多次作出重要指示，这是对离退休干部的关怀、重视，更是鼓励。作为一名老党员、老



李中生近照

干部，我们深知肩负的责任。我们要精心维护习近平总书记的核心地位，牢固树立“四个意识”、坚定“四个自信”，做到爱党、护党、为党，在思想上行动上同党中央保持高度一致。

我参加革命工作后，几十年来在党的培养教育下，光荣地加入了共产党，成为一名党的干部。我深感自己为党作出的贡献甚少。离休后，我又得到市委市政府和市老干部局的关怀，过着幸福的晚年生活。我深知，没有共产党就不会有我的今天。我一定不忘初心，一心跟党走。党的十九大就要召开了，这是全党全国各族人民政治生活中的一件大事。我坚信，在以习近平同志为核心的党中央领导下，党的十九大一定能够开成一个振奋人心、催人奋进、团结胜利的大会，必将更好地指引全党全国人民为实现“两个一百年”奋斗目标奋勇前进。■

（作者系市老干部局离休干部）

做践行“红墙意识”的“西城大妈”

文 | 杨瑞珠

我叫杨瑞珠，今年64岁，是西城区牛街西里一区的居民。每个月的逢十，您都会在我们社区，看到我身着红色的志愿者服装，戴着红袖标，在履行治安志愿者的职责。我自觉践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务理念，在社区奉献着爱心、热心、真心。

我是一区10组治安志愿者组长，也是具有“红墙意识”的“西城大妈”。每到值班的时间都会准时到岗巡逻，认真观察社区周围的情况，关注身边的大事小情，从不掉以轻心，做到了一丝不苟。我和志愿者们用奉献精神换来了社区的一方平安。

我不仅是社区治安巡逻志愿者，还兼任托管班的服务志愿者、环境卫生志愿者、巾帼建功志愿者、牛街图书馆志愿者等。我是通过诸多方面的志愿服务工作找到了退休后的新定位。从18年前搬到牛街居住开始，我认真做好党员“一助一”工作，多年如一日，主动帮助邻居家的回族独居老人。老人喜欢看书读报，我就主动给其送去《老人世界》《快乐老人报》等报刊。老人家里用电要插卡、天然气表更换电池、电视机排除故障等琐事，我和爱人都“承包”了。多年来，我用实际行动赢得社区居民的好评。

我有一双警惕的眼睛，在社区内发现可疑人员，我跟踪查问，及时到居委会汇报，确保社区平安。我怀着一颗朴素、善良的心，尽量为邻居们多做点事。左邻右舍出国探亲或外出旅游，都会信任地把家中的报箱钥匙交给我，请我帮忙收报纸和信件。无论谁家需求，我



都会伸手相助。为丰富邻居的文化生活，平时有免费演出的信息，我会不辞辛苦地到文化馆排队领票，然后逐家为邻居们送去各种演出门票。我们组里的志愿者住院手术，我带领组里的姐妹们一同到医院探望。邻居家孩子住院手术，我也会带上保健品前去看望。我在用行动彰显着党员的作用，弘扬雷锋精神，在社区营造真善美的氛围。

我是社区党委委员，是社区巡逻志愿者骨干，在一些工作中就必须走在前边。每当除夕夜，家家户户团聚快乐的时候，我都会主动到小区门前、楼房前后，仔细地检查，确保除夕和春节期间燃放烟花爆竹的安全。我没有惊天动地的事迹，但要求自己时时处处表现出一个党员的作用、一位“西城大妈”的责任意识。

今年全国“两会”期间天气不太好，但我们坚持值班巡逻，路上的行人冲我们伸出大拇指点赞！“虽然风大、天气寒冷，但是看到‘两会’上有关惠民的好消息，我们就高兴，有干劲。”这是我真实的感受。在牛街，许多老同志都像我一样，努力成为平安北京的排头兵。我们用行动诠释着“红墙意识”。■

（作者系西城区退休干部）

（本栏责任编辑：邢军）

践行医者誓言 守护新的生命

文 | 朝阳

我是北京妇产医院的退休干部。在这里，向大家介绍一下我们医院的老同志继续发挥作用的情况。

我们医院现有离退休人员 612 人，其中党员 218 人。在医院党委的领导下，老党员、老医务工作者们虽然退休了，但他们在这个被誉为“生命摇篮”“母婴乐园”的北京妇产医院，继续践行医者誓言，传递着党和政府的温暖。

老党员黄醒华就是其中一位。她今年 79 岁，每周还坚持出门诊。医者的岗位是她继续服务社会的选择。每次门诊，她都特别耐心了解就医人员的情况，给出合适的治疗方案。由于就医人员较多，为多看几个，她牺牲自己休息时间，经常草草地吃上几口午饭，又马上回到诊室。有人说“您都那么大了还出门诊，多辛苦呀”。黄老却总是说：一个家庭的三分之二交给了我们妇产科医生，我每天穿上白大褂就有一种神圣的使命感，愿意为千家万户的幸福生活多做一点工作。黄醒华医生的行动感动着众多患者，也激励着年轻医护人员不忘医者誓言。黄老常说，我们是党员，更要模范践行“以病人为中心”的宗旨，传承好林巧稚精神。我们的医术是党培养的，退休以后党组织和医院关心我们生活、组织我们开展学习和活动，我们把一切都



导医天使志愿服务队的志愿者开展导医服务

献给党和人民也是应该的。作为德高望重的知名专家，她以“畅思”青年成长沙龙的方式为年轻人讲传统，话作风，发挥“传、帮、带”作用。

北京妇产医院像黄老这样退休不退色的老医生还有很多，他们除了出门诊外，还发挥妇产专业优势，开设了“孕妇周末健康大课堂”，深受孕产妇和家属的欢迎。9 年来，累计举办公益讲座 108 次，场场爆满，听众达 2 万多人。特别是 2016 年国家实施二孩政策后，医院的门急诊量持续增长。考虑到生育高峰对导医力量的需求，医院开始对内招募志愿导医人员，很多离退休老同志闻讯后，报名加入到导医志愿服务中。我们退休党支部书记曹嘉丽就是第一个报名的，她还在党支部中号召老同志们一同加入，很快就组成了由 20 位退休同志参加的“妇产医院退休导医天使志愿服务队”，我也是其中的一员。导医天使志愿服务队的老同志每天身着醒目的橙色马甲为就医者和家属解答各种询问，为就医者提供人文关怀。我们都当过母亲，对于孕产妇的

焦急我们感同身受，帮助她们争取每一分每一秒都是对生命的负责。在每天的服务中，我们把各类问题一一记录下来，回家后分类归纳制成小卡片，写上标准答案，作为每一位志愿者的工作参考。和善的语气、温暖的微笑、专业的服务、耐心的解答已经成为我们这些“白发天使”的工作标准。

平均每天服务 200 多人次的工作量，对于我们这些已经退休的老同志来说并不轻松，但我们乐在其中，干劲十足。支部书记曹嘉丽摔伤了，没等腰伤痊愈就回到了导医岗位；党员周华住在昌平，骑车换地铁再转公交车才能到医院，但从不迟到；党员韩抗美患病，做完手术后又出现在志愿服务队伍中。

导医工作完成后，一部分老同志下午四点到晚上九点还到小夜班门诊做服务工作，每月服务就医者近 2000 人次。小夜班门诊是 2016 年初，妇产医院为方便“上班族”开设的。刚开始是在职的护士为小夜班门诊服务，时间一长，护理人员紧缺的矛盾突显出来。医院希望

动员退休老同志在力所能及的前提下帮助医院解决这个困难。于是导医天使志愿服务队中一些有护理工作经验的老同志主动承接了小夜班门诊的分诊和胎心监护等服务工作，保证了这项门诊服务的顺利进行。

在日常，离退休老同志们对医院的大事小情也非常关注和支持。今年 4 月，北京市实施医药分开综合改革，我们离退休党员积极助力医改，认真学习《北京市属医院推进医药分开综合改革宣传问答口袋书》，在导医服务中主动宣传医改政策，在门诊中解答就医者提出的问题。

我们虽然离开了工作岗位，但我们的心始终牵挂着那些需要帮助的人们，为党继续工作的愿望依然很强烈。在服务就医人群，给新生命接生、护航的过程中，我们充分体会到为人民服务这个宗旨的分量。我们将继续践行党的宗旨，为民服务、助力医院工作，为新生命的诞生送上我们的关心与呵护。■

（作者系北京妇产医院退休干部）



北京市离退休干部网络学习中心视频报告目录选登

社会

《北京的发展要义：强化首都文化核心功能》

——沈望舒 北京市社会科学院首都文化发展研究中心副主任

政治

《书写中国特色社会主义新篇章——学习习近平总书记“7·26”重要讲话精神》

——辛向阳 中国社科院信息情报院研究员、博士生导师

党建

《全面准确把握北京市第十二次党代会精神》

——黄峰 中共北京市委党校党史党建部讲师

国际

《美国“退群”有玄机 中国应对有妙招》

——钟厚涛 首都师范大学文明区划中心研究员、盘古智库研究员

综合

《“七七”事变——全国抗战的爆发点》

——王东 中国人民大学中共党史系教授、博士生导师

老同志 新党员

——耄耋老人于善智入党记

文 | 木东

今年“七一”前夕，北京市园林科学研究院 84 岁的退休高级工程师于善智，经所在离退休党支部大会讨论通过，成为一名预备党员，实现了入党的夙愿，开启了他晚年生活一段新的历程。

听园林科学研究院党办的同志介绍，老于追求入党的历程比较漫长。是什么让已是耄耋之年的他不忘初心，申请加入中国共产党？为此，记者采访了园林科学研究院党办工作人员及离退休党支部书记陈长义，并请老于讲他的追求之路。

老于是 1994 年退休的。说起早年对党的认识，可以追溯到新中国成立前。抗战时他当过儿童团长，也经常接触党的干部。他的家人很多都是党员，有的为革命事业牺牲了，他也希望自己成为党的队伍中的一员。参加工作后，他把主要精力都用在了搞园林科研上。当年他培育的丰花月季获得过市科委的科技奖。这些月季品种如今还点缀着北京的主要街道，为北京三季有花做出了贡献。在风风雨雨的几十年中，他关心党和国家事业



84 岁高龄的于善智

的发展，希望党的队伍更纯洁，把深化改革和反腐倡廉进行到底。退休后，他继续发挥着一名老科技工作者的作用，关注首都的绿化美化科研，同时注意发挥老同志的传帮带作用。

说到重新萌发要求入党的愿望，老于说，党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央从严治党，深入推进改革，党和国家的事业蒸蒸日上，受到全国人民的高度评价和拥护。自己为此深受鼓舞，对党和国家的前途更有信心了，要继续发挥正能量，想入党的愿望也更迫切了。有了想法后，老于自己先看党章、关注新闻，考虑自己怎样做才符合党员的标准、能发挥党员作用。老于说自己这个岁数要求入党不是心血来潮，是经过半年的认真考虑。他把自己的想法跟家人说后，得到家人的支持。2015 年 6 月，老于打电话给离退休党支部书记陈长义，郑重表达了要求入党的愿望。随后工工整整地写了一份长达 5 页的入党申请书，从家坐车送到研究院党办。

老于在申请书中写道：我要用党员的标准严格要求自己，自觉接受党员和群众的帮助与监督，努力克服自己身上的缺点和不足，争取早日在思想上进而在组织上入党。

请党组织在实践中考验我。

收到老于的入党申请书后，院党委和离退休党支部非常重视，召开会议认真研究，并按照入党积极分子培养和做好发展党员工作的程序要求进行了工作安排。

支部的同志认为，老于对党的认识有了进一步提高，入党愿望是真诚的，反映了一个老科技工作者对党和国家事业的关心关注，也表达了一个老同志不忘初心，永远跟党走的炽热情怀。之后，党支部通过了于善智列为入党积极分子的决议，并明确了老于的入党联系人。

对老于申请入党，市公园管理中心党委也非常重视。鉴于老于年事已高，入党培训采取送学上门和参加院里及支部组织的集中学习培训相结合的方式。在进入培养程序后，支部书记和入党联系人认真履行培养和联系职责，结合入党培训要求，及时给老于送去学习材料。收到老于的思想汇报后，院党委、党支部的同志和联系人多次上门和老于进行谈话，交流学习党章的体会，并对其提出希望和要求。在这期间，老于参加了院党委、党支部组织的活动，参加了“三严三实”“两学一做”等学习教育，学习了习近平总书记系列重要讲话等必读内容，

向党组织递交了4份汇报思想，有时还通过电话和支部书记交流思想。

经过两年的培养与考察，党支部在听取培养联系人、党员和群众意见的基础上，确定于善智为发展对象，并报上级党组织批准。2017年6月29日，党支部召开党员发展大会，到会党员通过无记名投票，一致同意于善智同志入党。院党委书记张贺军代表院党委对老于入党表示祝贺。他说，于善智同志的入党，反映了一位老科技工作者对党的深厚感情，反映了以习近平同志为核心的党中央在人民心目中的崇高威望。于善智也表达了做合格党员，继续跟党走走的决心。

会后，党支部和院里的团员青年共同组织了“不忘初心 继续前行”主题党日。会上老科技工作者讲述了当年艰苦创业的往事和经历，特别是于善智老人讲“我为什么要入党”，对在座的年轻人是一次生动的理想信念教育。青年党员夏菲感慨地谈道，看到老前辈对党的信念这么坚定，对我们年轻人来讲很受感动，也是一种激励。我们要把坚定的信念作为工作的动力，勇于担当，为园林事业作出我们的贡献。■

（本栏责任编辑：李爽）



于善智在入党申请书中写道：

我要用党员的标准严格要求自己，自觉接受党员和群众的帮助与监督，努力克服自己身上的缺点和不足，争取早日在思想上进而在组织上入党。请党组织在实践中考验我。

于善智同志入党申请书、思想汇报

给梦想与歌声插上飞翔的翅膀

——记通州区老干部大学校长、老干部艺术团团长张文霞

文 | 邢军



张文霞
近照

8月1日下午，为庆祝中国人民解放军建军90周年，通州区庆“八一”诗歌朗诵文艺汇演在区文化馆精彩上演。舞台上，一位红衣女子在舒缓优雅的音乐中深情朗诵《永远的军魂》。这位朗诵者也是这场演出的主持人。她就是通州区委老干部局副调研员、区老干部大学校长、区老干部艺术团团长张文霞。

张文霞自2002年从事老干部工作，至今已有15年。人们看到，在她的脸上永远是充满着亲和的笑容。十五年来，她心中有信仰，脚下有力量，在区老干部大学和区老干部艺术团这两块“阵地”上，为广大离退休干部搭建学习和展示的平台，让他们在这里实现年轻时的梦想……

两万名老年人在这里圆了大学梦

通州区老干部大学建于1993年，是当时北京郊区率先建立的老年大学。2002年，张文霞担任通州区老干部大学校长。近十年来，区老干部大学在她的带领下办得越来越红火。

上任伊始，张文霞本着对老同志高度负责的精神积极推动大学建设。她组织大学领导班子和老师一起研究制定规章制度。针对各学科

没有正规教材的情况，组织有多年教学经验的老师共同编写适合老干部使用的教材。历时数年，编印出9本通州区的老干部大学教材，使大学建设走上规范化制度化的办学之路。

张文霞说，老同志年轻时忙于工作，没条件进大学学习。退休了，老同志有时间有想法，我们要帮助他们圆了大学梦。

大学办得好，老师是关键。为了找到师资留住人才，张文霞为此倾注了很多心血。老干部大学属于公益性单位，教师的课时费远远低于中学教师课外补习的费用。为了弥补对老师们的愧疚和对他们奉献的回报，张文霞在“情”字上下功夫，每位教师的情况都清晰地印在她的脑子里。重大节日进行慰问、生病住院进行慰问、家庭出现重大变故进行慰问，都纳入她的工作日程中。她说：“这些老师来这里教老同志，学员从50多岁到80多岁的都有，在普通学校教课，讲一两遍就可以了，而在这里有的内容要讲六七遍，老师们的工作量可想而知，我特别心疼他们。”她对老师们嘘寒问暖、体

贴入微,老师们都看在眼里,感动于心,所以每位老师都毫无怨言,心甘情愿在此奉献。

2012年,老干部大学副校长李伟的爱人突然辞世,这对原来就有肾病的李伟来说打击不小,张文霞知道后立即赶去家中宽慰看望。在接下来的时间里,张文霞待李伟如亲人一般。由于李伟的儿子在国外,张文霞每次探望都不闲着,遇到啥家务活都干,灯泡坏了修灯,洗衣机坏了修洗衣机,还为其做饭,深受感动的李伟把这份关心化作动力,全身心投入到班级管理、活动落实、教学大纲修订等具体工作中。今年70岁的李伟告诉记者:“我退休后来到老干部大学工作了十多年。我看到张文霞对所有的老师和学员都会送上暖心的关爱和帮助。”

对待学校里的老师和学员,张文霞时间上很是“充裕”,但对待自己的家人,张文霞却显得很“小气”。有一次,张文霞的爱人患病住院很多天后都没有见到张文霞的身影。爱人理解地说,她从来都是把工作看得比家庭重。为了工作,张文霞甚至连周末的时间都搭进去了。在张文霞的感召和带领下,老干部大学从老师到学员,积极向上,充满正能量。

经过张文霞和师生们的辛勤耕耘,通州区老干部大学这所当初名不见经传的学校,这几年声名鹊起,成为老年人向往、中年人羡慕、年轻人点赞的地方。

目前,老干部大学开设有书画类、文学类、文艺类和技术类等13门专业课程,有管理人员和授课教师30余人,2017年注册学员400余名。建校至今,有近两万名离退休干部和社会老人



张文霞和艺术团的姐妹们观看演出视频

在这里圆了大学梦。

张文霞告诉记者,老干部大学一直遵循“增长知识、丰富生活、陶冶情操、促进健康、服务社会”的办学方针,在做好常规教学工作的基础上,积极开拓丰富多彩的“第二课堂”教学活动和“第三课堂”的社会实践。书法、绘画专业的学员还走进社区,为推动通州文化建设,发挥着离退休干部的优势作用。

艺术团成为通州一张亮丽的文化名片

“第二课堂”教学活动最精彩的亮点无疑是从老干部大学衍生出来的老干部艺术团。

通州区老干部艺术团创建于2011年,是由老干部大学的合唱班和舞蹈班发展而来。经过多年发展壮大,如今已是一个具有歌舞类、戏剧类、曲艺类、民乐类以及朗诵、电声乐等8个门类的综合艺术团。

回想当初,张文霞感慨地说,很多老同志开始报名时想的就是学着玩儿,坚持不下来就

不学了。但张文霞则本着做就一定要做好的精神，制定了艺术团团规，跟团员们一起上课、排练，和每一位指导老师谈艺术团的发展规划。张文霞的执着、坚韧，感动着广大学员。这些老同志无论严寒酷暑，坚持听课、坚持排练，艺术水平日渐提高。

为使艺术团走得更远，张文霞四处为艺术团寻找高水平的老师。她求贤若渴的精神和真诚，使歌唱家李元华、冯欣、陈振清，舞蹈家盖一坤等著名演员接受邀请到艺术团做顾问，共商艺术团发展大计。

她把相当大的精力投在艺术团，为团里的各项事务忙碌、奔波。有一次在井冈山演出，由于操劳过度，她险些晕倒在主持的舞台上。为了不耽误确定的演出，她曾身上绑着心脏监测仪坚持主持。这些年来，张文霞在艺术团担任着多种角色。她不仅是众多演出的主持人，也是大合唱、表演唱、混声合唱的演唱者，同时还是情景剧的演员、舞蹈节目中的舞者、诗歌朗读的领诵……

天道酬勤。老干部艺术团在张文霞的带领下，以“传播正能量、弘扬主旋律”为办团宗旨，以“歌舞相伴、快乐晚年”为追求的目标，艺术团的影响力与日俱增。看到退休干部在这里享受着快乐的晚年生活，很多老同志纷纷报名参加。艺术团现有成员 186 人、17 支演出队。艺术团有自己的创编人员，成立了影像工作室和录音室。每一次的演出活动都能在最短的时间编辑好发送出去，人们称赞说：“他们的编辑播报速度比电视台还快。”艺术团的精品自创节目，如诗朗诵《为不老青春骄傲》《运河晚霞情》，舞蹈《大红枣儿送亲人》《军民团结一家亲》等多次在各类比赛或演出中荣膺金奖。央视旅游频道、北京电视台及江西卫视

等多家电视台都曾报道过艺术团的演出活动。

艺术团的发展与成就，也极大地焕发了更多离退休干部的热情。从 2014 年开始，通州区委老干部局又先后成立了诗词协会、摄影协会、养生协会、徒步协会、收藏协会，这些以老同志为主的协会，以各自的方式发挥着凝聚老同志、丰富文化生活的的作用。如今的通州区老干部大学和老干部艺术团就像两朵盛开的“并蒂莲”，为通州区的离退休干部搭建了老有所学、老有所乐、老有所为的平台。

记者在采访中了解到，其实张文霞的身体并不是大家看到的那么好，她有心脏病、血压低，经常眩晕。三年前，家里人就多次劝说要带她去大医院检查治疗，但是因为这里有她牵挂的老干部大学和艺术团，活动一个接着一个，特别是这两年又积极推进老干部大学分校和社区课堂的建设，她对自己看病治疗的事儿是一拖再拖。她确实很累，就像一个转动的陀螺，根本停不下来。但是看到那么多老干部在这里找到了快乐，学有所获，她觉得这些辛苦和付出都是值得的。

“梦想、坚守、责任”，用这三个词来概括张文霞的执著和付出或许很合适。从事老干部工作 15 年来，张文霞无愧于自己的使命担当。通州区老干部大学、老干部艺术团的工作产生了广泛的社会影响，也得到了上级主管部门的认可。老干部大学获得“通州区社会继续教育精神文明单位”称号，张文霞也荣获 2016 年北京市老干部工作先进工作者称号。

通州，北京城市副中心正在这里崛起，这里也是一片创新发展的热土。张文霞把自己的满腔热情都倾注在这里，书写着为老服务的温暖篇章，让通州老干部的梦想与歌声插上了飞翔的翅膀……

夫妻同乐抗病魔 热心公益传美德

——记退休干部任与鸿夫妇的阳光心态和公益之举

文 | 铃铛

8月8日，记者来到东城区东花市南里社区任与鸿老人的家中。本来此行是要采访任与鸿和梁桂兰夫妇二人的，不巧的是梁桂兰老人这两天因身体不适住院了。



任与鸿夫妇在家中

初次见到任与鸿老人，你很难相信他原是一位曾三进三出医院、多次复发脑梗、接受过各种治疗并做过15次高压氧舱治疗都没有治好的几乎半瘫病人。现在的他行动自如，反应敏捷。当问起他身体如何能恢复得如此之好时，任与鸿老人侃侃而谈。

退休前的任与鸿是国防科工委某研究所的高级工程师，从事无线通信工作30余载。他参加过我国第三颗原子弹和第一颗氢弹的爆炸试验，并在试验中荣立三等功；也亲历了我国第一颗同步卫星“东方红一号”的发射，并作为无线通信工程的负责人，承担测量船与基地一万多公里的通信信道测量预报工作。

在长期高强度的工作下，任与鸿的身体开始发出警告。从1998年开始他就有多发性脑梗症状，2000年前后他又先后经历了5次脑梗塞

病发，“医生说，脑梗塞3次就会有严重后遗症”。然而，经过积极的治疗和不懈的锻炼，任与鸿把自己从病魔手里拉了回来。

可没想到2004年刚刚退休、身体一直很好的老伴梁桂兰又体检查出患有尿毒症。面对突如其来的病魔，老两口有些手足无措。由于病情危急，体检当天医院便下了住院通知单，要求立即进行治疗。

虽然无奈，但是也必须接受，就在这种苦闷与不安的情绪中，梁桂兰开始了痛苦的血透治疗，从一个健康的老人变为需要靠每周3次、每次4个小时的透析才能维持生命的重症患者。尤其是最初的三年十分难熬，每年梁桂兰都需要住院治疗，回到家后，身体也经常处于虚弱无力、低烧恶心的状态，“甚至连出门散步都成为了一件奢侈的事情”。

对此，梁桂兰意识到消极悲观、怨天尤人是无济于事的，面对人生的低谷，更应该用积极向上、平和乐观的心态来对待。于是，每周的痛苦透析被梁桂兰当成了“去医院上班”，随着心态上的改变，她的病情也逐渐趋于稳定。当然这些改变与任与鸿也是分不开的。在其患病之初，任与鸿就开导她，让她转变心态，积极接受治疗。

自2008年后，梁桂兰除了依医生要求每周三次去医院透析外，其他时间都在家中静养。“病人最忌闲下来，无事可干就会胡思乱想，反倒不利于养病。”任与鸿便开始为老伴重新策划起了病后的生活。他找来丰子恺的《护生画集》，让梁桂兰临摹学画。在任与鸿的鼓励下，梁桂兰开始学习画画。

虽然以前没有任何绘画功底，但是当梁桂兰完成第一幅处女作时，即使画面比例不太对，临摹的小猪最后多了一只，可任与鸿还是大加赞赏。他不仅称赞老伴画得好、富有创造力，还特别配上了自己作的一首打油诗，用以增强

梁桂兰的绘画热情，“以后你画一幅画，我就给你配一首诗”。

不知不觉中，梁桂兰画得越来越好，兴趣也愈见高涨。从这以后，梁桂兰除了去医院透析，其他时间就是在家作画，每一两天就能完成一幅习作，8个月的时间她画了140幅画作，而任与鸿也相应地为她配上了140首诗。

本是自娱自乐的一件平常事，但一次友人来访，翻阅后大加赞赏，并希望梁桂兰能送给自己一两幅，这极大地增强了梁桂兰绘画的信心。受此启发，老两口一商量，决定将二人合作完成的画集编辑成册，赠送给亲朋好友，以感谢大家一直以来的关心和帮助。2008年，由梁桂兰临摹、任与鸿作诗的第一本《丰子恺护生画集习作》自费印制成书，并将其送给了亲友、战友、病友。梁桂兰的一位战友看到后，回赠了一首诗：“善哉任梁贤伉俪，病魔袭来情弥坚，夫配诗书妻作画，驱散阴霾艳阳天。”

有了第一本画集的成功，接下来老两口几乎是每年都合作一本，《老北京民俗风情画》

《五百罗汉》《希望画集》《传统文化诗画集》……相继印制成书，今年的《感悟人生》也即将印制。画集的题材也从静心养生扩展至民俗风情、传统国学、文明美德，而且赠书人群也不不断扩大到地震受灾儿童、希望小学学生和成长中的青少年。

任与鸿说老伴梁桂兰通过画画就好像找到了一个释放生命意义的出口，每当听到大家说从这些诗画中感受到精神和力量后，她



夫妇俩将印制的《传统文化诗画集》赠送给中小學生

也像得到了一剂良方，感觉生命更有意义了。画画也成为梁桂兰治病的一种辅助手段，使她的心情也越来越好。

就在梁桂兰作画的同时，老伴任与鸿也不断想方设法丰富她的绘画生活。在纸上画了一段时间后，任与鸿给她找来了象征吉祥如意的葫芦，鼓励她在葫芦上绘画。

当时，适逢 2008 年奥运会举办前期，为了表达自己对这场盛事召开的喜悦之情，梁桂兰开始用刚学会的葫芦

画描绘奥运吉祥物。首先画的是五个福娃，画完这些后，梁桂兰又开始画以福娃形象为代表的 38 个运动项目，画好后再由老伴在上面题写“中国加油”“同一个世界，同一个梦想”等励志话语。3 个多月的时间，梁桂兰共制作了 200 多幅葫芦画，并分别送给了四川地震灾区的儿童、幼儿园的小朋友和山西孤儿院的孤儿，让他们也能感受到北京奥运会的欢乐气氛。

自捐献自制的奥运吉祥物后，任与鸿、梁桂兰夫妇又开始了爱心公益之旅。同年教师节前夕，任与鸿和梁桂兰出资 25 万元在河北吴桥县捐建了一所希望小学——“吴桥县龙马希望小学”，并应邀出席了小学的落成典礼。在典礼上，少先队员为他俩带上了鲜艳的红领巾，“那一刻，我们感觉到能为这些孩子们做点力所能及的事心中无比快乐。”

任与鸿、梁桂兰夫妇是普通的退休干部，他们捐资助学的钱加上印书的近 30 万元都是他们从日常生活中节省出来的。平时老人的生活很简朴，家中有的物件像台灯、书桌、椅子等



任与鸿夫妇合作诗画集

都是捡来的，甚至家中的按摩床也是在遛弯时捡回来的，他俩的衣服更是穿了多年。任与鸿、梁桂兰夫妇常说我们简朴点没关系，孩子是国家的希望，让贫困地区的孩子有书可读是他们的愿望。2014 年任与鸿和梁桂兰又出资捐建了一所希望小学和一个希望图书馆。任与鸿说，如果经济条件允许的话，他们老两口还打算再出资捐建一所希望小学。

任与鸿和梁桂兰平时还经常参加街道和社区组织的公益活动，为街道和社区的青少年们进行国学讲座。任与鸿说，他最大的梦想就是将优秀的传统文化传递给更多的青少年。

“处于生命的边缘才会真正体会到生命的珍贵。尽我们的一己之力，让更多的人感受到快乐和幸福，我们的生命才会更有价值。只要生命不息，我们就会奉献不止。”2012 年任与鸿、梁桂兰夫妇被授予“河北省沧州市希望工程杰出贡献奖”，2014 年任与鸿成为“中国好人榜”上榜好人，梁桂兰 2011 年和 2014 年两次被评为“全国关心下一代先进个人”。■

宁武：工地生活锻炼了我

文 | 于小英



作者（中）当年参加“三线建设”时的照片

许多年过去了，可我怎么也忘不了那被记忆封存久远的山西宁武工地。那里有巍峨的群山，有奔腾不息的河流；还有记忆里的火热的建筑工地，有

为“三线建设”忘我奋战的人们。那儿是我初踏工作岗位的地方，也是我走向社会的起点。

“三线建设”是指 20 世纪六十年代，我国在中西部地区进行的一场以战备为指导思想的大规模国防、科技、工业和交通基础设施建设。1969 年那年，刚满 16 岁的我，和四名同校女生一起登上西去的列车，来到山西宁武参加“三线建设”，当上了建筑工地的钢筋工。

山西宁武地处山西北部，四周环山，冬季异常寒冷，气温经常在零下 30 摄氏度以下。这里夏季气候多变，一天当中经常是时而阳光明媚，时而大雨瓢泼，时而冰雹散落。恶劣的自然条件对我们这些刚刚参加工作的青年工人来说确实是不小的考验。但对我最大的考验莫过于工作上的困难。

就拿钢筋下料来说吧，当时工地上没有钢筋切断机，小到直径 6 毫米，大到直径 25 毫米的钢筋切断全靠手工操作。下料时，需把钢筋放在砧子上，再用克子把钢筋卡住，一个人扶

克子，一个人抡大锤。要想把钢筋顺利断开，八磅的大锤必须抡起来，而且还要准确无误地落在克子的顶上。

这种活儿对于我这个

身材瘦小、力气单薄的小姑娘来说，简直是太难了。

有一次下料，我鼓起勇气抓起大锤，用了九牛二虎之力刚刚把它举过头顶，浑身就哆嗦起来，结果下落的大锤失去控制，偏离了目标，克子被打飞了，还险些砸伤扶克子人的手，着实把我吓出了一身冷汗。打那以后，凡是遇到下料这活儿我就心里发怵。有一回又赶上下料，伙伴们都争先恐后地抡抡大锤，可我却悄悄地躲在他们身后，想逃避过去。不料，年过半百的老班长猜到我的心思，他笑着走过来对我说：

“小英，不要怕，练练就会好的。来！我给你扶克子。”望着师傅充满信任的目光，我顿时增添了几分勇气，赶忙挤到伙伴们的前面抄起八磅大锤，使足全身力气把它举起来，刚要往下砸，又担心打偏了伤着师傅的手，不敢用劲儿，结果一连砸了几下，也没把钢筋切断。就在我有些泄气的时刻，老班长又一次鼓励我说：“不要怕，再使点劲儿。你就朝我手上砸！”师傅

的话又一次给了我力量。于是我重新憋足了劲，举起手中的大锤，瞅准师傅手扶的克子顶部，使劲儿猛砸下去，只听“咔嚓”一声，一根直径14毫米的钢筋被切断了。我兴奋地拍着手叫起来。这时，老班长笑了，身边的伙伴们也高兴地为我鼓起掌来。

钢筋下完料后要往施工现场运送绑扎，也是一个比较艰巨的活儿。由于钢筋料场距施工现场较远，运输工具又是师傅们自己用角铁焊的手推车，上百吨的钢筋需要往返多次搬运，加之都是山路，困难可想而知。记得有一次我们师徒数人正奋力推着一车直径20毫米、长度10余米的钢筋艰难地在山路上走着，一颗小石子正好硌在了轱辘上，车子失去平衡侧翻，散落的钢筋砸在来不及躲闪的师妹的腿上，我们赶紧把压在师妹腿上的钢筋挪开，可她的小腿还是被钢筋给砸肿了。大家看在眼里，疼在心上。俗话说，伤筋动骨一百天。为了减轻师妹的疼痛，让她快些好起来，一位懂点医术的师傅每天下班后，顾不上休息，到我们宿舍为受伤的师妹疗伤。只见他把白酒倒进碗里，再用火点着，然后冒着手被烫伤的危险，不停地用手抓起火苗往师妹肿胀的小腿上来回揉搓，每次都要治疗20多分钟，给她舒筋活血。就这样师傅坚持了数日，短短几天工夫，师妹的伤腿奇迹般地康复了。

为了掌握更多的本领，我认真向老班长学习钢筋配料技能。当时班组里有文化的师傅不多，他们大都只上过两三年小学，看不懂图纸，加之钢筋配料的计算较为复杂，班组里只有老班长一人是内行。其实老班长的文化程度也不高，但由于他人很聪明，再加上勤奋和努力，所以看图配料对他来说不是难事。我是初中毕业，又有老班长做榜样，因此对学好钢筋配料

充满了信心。谁知当我第一次接触到施工图纸，看到建筑平面图上复杂的线条和标注的各种符号时，简直是一头雾水，脑袋都大了。记得我第一次拿着图纸向老班长请教时，老班长很高兴，他说：“你主动学习钢筋配料，这很好！只要你肯努力，我一定把你教会！”就这样，老班长经常利用工余时间教我学看图纸，并告诉我什么是建筑物的平面，什么是剖面，什么代表柱子，什么代表大梁，钢筋的型号怎样看，钢筋的长度和延伸度如何计算等等，老班长的热心指导使我受益匪浅。师傅领进门，修行在个人。为了尽快学会和掌握钢筋配料这一技能，我经常在晚上结合老班长讲的学习要领，认真揣摩施工图纸，让脑子里形成图纸的立体影像。与此同时我还反复练习做钢筋配料单，算一遍不行算两遍，两遍不行算三遍，直到和老班长算得不差毫厘为止。就这样，在老班长的热情



“三线建设”期间奋战在工地的女工

帮助和自己的刻苦努力下，我很快掌握了这一技能，不但能够精准地计算出钢筋配料的每一笔数据，还成了老班长的得力助手。

在山西宁武，我们的生活也十分艰苦，住的是荆笆大泥墙的简陋工棚，吃的是高粱面饼子，喝的是浑浊的河水，业余生活更是贫乏和枯燥。起初，我们很不习惯，时常想家。师傅们为了丰富我们的业余生活，一到休息日就带我们到山上采野果、挖六道木、刨桦木疙瘩。有一次上山，我们意外地发现了一片野韭菜，师傅告诉我们，这种野韭菜不但可以吃，而且味道还很鲜美。于是，我们兴致勃勃地把它采回来，洗干净，剁成馅，师徒一起包了顿饺子吃。尽管野韭菜有点涩辣，但大家吃的是那样的香甜，因为它毕竟给我们改善了一次伙食呀！有

时星期天赶上下雨不能上山，师傅们就在工棚里教我们用桦木疙瘩做烟斗，用六道木做拐杖，有时还出些智力游戏题让我们抢答。

如今这些往事虽然已经过去快 50 年了，但每当回忆起来，却依然是那样清晰，心情是不平静的，就像发生在昨天。在山西宁武“三线建设”的日子里，磨炼了我的意志，锻炼了我的体魄，教会了我如何做人 and 怎样面对艰苦的环境。尤其是在那种艰苦的条件下，工人师傅们不怕苦，不怕累，为国家“三线建设”无私奉献的高尚情操，以及师徒之间那种质朴、真挚的情谊，对我后来的成长进步，都是宝贵的精神财富。■

（作者系市设备安装公司退休干部）



1968 年 9 月，知识青年上山下乡的浪潮把我从北京送到内蒙古呼伦贝尔草原的突泉县。一晃 50 年过去了，在农村生活的那段时间发生的一些故事，却深深地印在我的记忆之中，使我永生难忘。

九个鸡蛋

那年夏天，我得了急性肠炎。我一连腹泻

了两天，浑身发软，连走路的力气都没有了。当时的农村缺医少药，有了病只能硬抗着。第三天我感觉稍微有了一点儿精神，就想到外面走一走，晒晒太阳。

在村里溜达着，不知不觉来到曹队长家门口。我想进院看看，顺便和曹队长请个假。正巧曹队长在家。他也听说我病了，但看到我面色苍白、浑身无力的样子，还是吃了一惊。他让我坐到炕上，详细问了我的病情。转身来到

外屋，和曹大婶嘀咕起来。回屋后他盘腿上炕，和我唠起了家常。不一会，只见曹大婶端着一个装满鸡蛋的大瓷碗进了屋。曹队长说：“咱农村有个偏方，煮鸡蛋沾白矾，治拉肚子最管用。你试试看。”曹大婶也说：“你们的家人也不在跟前，有事你就尽管来。这些鸡蛋你吃了，病一准好。”顿时，一股暖流涌上心头。我剥开一个鸡蛋沾着白矾慢慢吃了起来。这时，曹大婶又端上一盆黄澄澄的小米粥和一盘咸菜。也许是这几天拉肚子一直没好好吃过饭，我就着小米粥一口气不知不觉竟吃了九个鸡蛋。无意间我一抬头，看到曹队长家的三丫头领着小弟正扒着门缝往屋里看。我心中猛然一惊，忽然意识到农村全凭小鸡下蛋换个零花钱，买个油盐酱醋什么的。平时家里的小孩子也没有吃鸡蛋的口福啊。我一下就吃掉九个鸡蛋，人家得少换多少东西啊。想到这儿，我不觉心中惭愧，连忙拿起碗里剩下的几个鸡蛋，塞到门外的几个孩子们手中。孩子们拿到鸡蛋，欢天喜地跑到院子里玩耍去了。

说来也怪，自打在曹队长家吃了一顿鸡蛋沾白矾，我的腹泻竟然奇迹般地好了。

一双布鞋

出了正月，社员们开始到地里倒粪。一年里积攒下的农家肥堆积在地头，经过几个月的发酵成为熟肥。人们把粪堆刨开，用镐头把大

块的粪肥捣碎，加土拌匀，再次堆积起来，发酵一周左右就可以送到地里去了。由于刚刚开春，粪堆还没有化透，经常是一镐头下去，只刨出一个白点。

当时，我穿着一双前露脚趾、后露脚跟的布鞋。这双鞋是从北京带过来的，考虑到干农活费鞋，我还特别买了一双轮胎底的。几个月来一直穿着它参加劳动，鞋底倒是经住了考验，但鞋帮早已飞了边。和我一起干活的陆家三婶起了怜悯之心，她对我说：“你这鞋底还挺结实，我用它给你重新做一双鞋吧。”我一个人远在他乡，忽然收到这样一份慈母般的爱，顿时一股暖流充满了全身，双眼不禁湿润起来。这里的农民待人非常直爽，只要你为人正直，干活不惜力气，他们就认为你是个好人，是个可交的朋友，就会真心地对待你。果然，不几天，三婶就把一双新鞋做好了，黑布面、方鞋口，穿上一试，正合脚。当时农民的生活十分清苦，有个鸡蛋自己都舍不得吃，要拿到供销社去换点咸盐酱油什么的。一尺布在农村也是十分金贵的。三婶能拿出一块新布为我做鞋，这份情谊是多么珍贵啊。

这一桩桩、一件件看似不起眼的凡人琐事，却饱含着人间真情。正是这些最普通的农民教我认识了社会，教我挺直腰杆做一个正直的人。■

（作者系海淀区退休干部）

（本栏责任编辑：李爽）



退休后圆了我的绘画梦

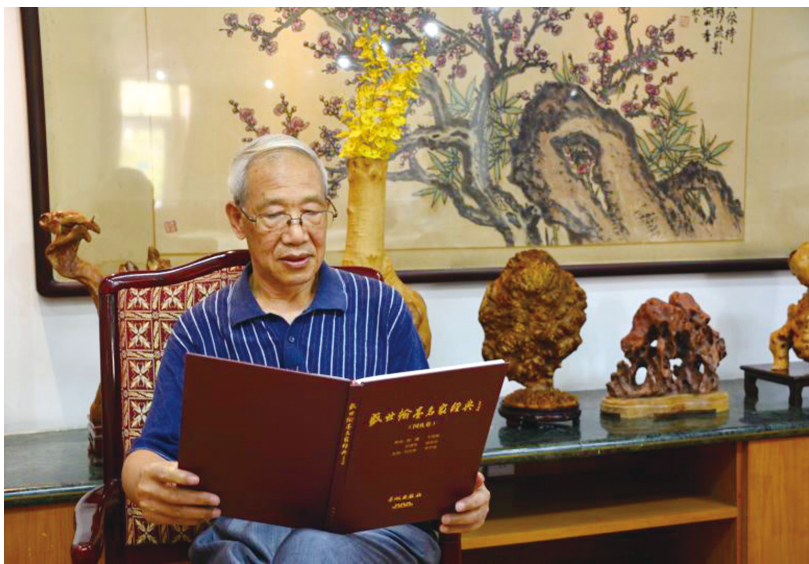
文 | 张永宽

我出生在西安市一个偏远的农村，儿时，虽然生活艰苦，但对文化艺术非常喜爱。我记忆深刻的有家乡的刺绣、花馍、剪纸。特别是年画，一般有钱人家过年过节或遇到喜事，要赶上五六里路，到镇上揭上几张画贴贴；有的人或自己或找人画。由于耳濡目染，我自幼就喜欢这些艺术，跟大人一起画，一起做，听到有人夸奖时，心里非常高兴，于是又跑到田间地头去“写生”、在墙上涂鸦、在木器上作画等。

后来，我参了军。在解放军这所大学校里，得到了极大地锻炼，画板报、办展览这些“积极表现”，为我的绘画打下了一些基础。我画的幻灯片，制作的幻灯机，受到首长和战友的肯定，在全师比赛中还获了奖。

我虽自幼酷爱绘画，但没有经过正式系统地学习过。退伍到地方后，忙于工作，没能继续发展这个爱好。退休后，有时间干自己想干的事情，我又萌发拿起画笔的念头，于是开始四处求教。曾跟任之、徐湛等学习写意花鸟画，并得到娄师白等大师的指导。

我曾四次跟任之老师学习画画。任之老师是张立辰的学生，他承师道又有自己的特点，我非常喜欢他的画风。我第一次是在老年大学跟任老师学习，第二次是参加他任教的提高班，



作者在画室研究绘画

第三次是他开办的研修班。由于路途远，去一趟要花费4个多小时，期间，曾因事半途终止。后来，心有不甘，又与任老师联系，他同意让我插班。于是，我前后四次跟他学习绘画。

徐湛是中国花鸟画研修院院长。徐院长开班时我及时报名，认真准备作品，结果被他任教的高研班录取。我近距离听徐院长讲解和示范，特别是在教学内容、课程安排上，也注意听取同学的意见和建议。师生之间、同学之间能互动起来，互相交流，收获较大。

我还有幸在活动中结识娄师白大师，听他的论述，并请娄老为我的作品作点评。他老人家欣然答应。我扶他站起，他认真观察，一处一处地点评我的作品。我用心记住娄老的教导，并注意学习他的笔意，临摹他的作品。娄老去世后，为了表达我的怀念与感激之情，我专门

写了篇怀念文章，被《中国艺术研究》刊登。

师傅领进门，修行靠个人。为了提升绘画能力，我苦练基本功，注意学习借鉴写意花鸟画的传统及发展。我仔细阅读临摹《介子园画谱》《写意精神》《教你学画花鸟画》，以及吴昌硕、齐白石等大家的画册。在学习基础上，整理出《写意画的笔墨》《关于写意花鸟画的章法》等学习体会。



作者国画作品《富贵吉祥图》

在学画过程中，我也遇到不少困难，主要是拿笔的右手颤抖，这是最大的困难。有时竟抖得无法作画，就用左手扶着右手腕或干脆停下来，等好点再接着画。尽管如此，我始终没有放弃习画作画，坚持练习，居然克服了手颤的问题。为了学习绘画，我还克服路途远，坐车不便等困难。在参加培训课时，路上要花三四个小时。

“三伏”天热得喘不过气，“三九”天冻得脚发麻，但我从未犹豫过。有同志关切地说，你也一大把年纪了，还忙什么呀！我只是淡淡一笑，甘苦自知，心无旁骛。为了练好基本功，我坚持做到：注意写生，即使在条件不具备时，也要用相机拍下来或默记在心；临摹自己喜欢的名作；认真检查自己作品中笔墨、造型、构图存在的问题，找到原因，认真改正，满意为止。

在老师的教导帮助下，经过刻苦练习，我的绘画能力不断提升，作品曾多次参加国内外有关部门和画社、画院、艺术馆、电视台书画频道等举办的书画展，有的获奖并收入画册，有的被刊物和网站采用，有的捐给慈善机构或灾区，有的被单位和个人收藏。其间，我被紫光阁国礼中心等4单位授予“国礼艺术家”之称。应邀参加过“中国好书画走进东南亚”国际书画交流展、韩国首尔“亚细亚美术招待展”、第20届北京艺术博览会等活动。有的作品入选《盛世翰墨名家经典》（国礼卷）、庆祝中国共产党成立95周年限量发行的《中国邮册》、



作者临娄师白笔意

《中国书画家大辞典》、《中国梦·时代丹青》大型线装书画珍藏卷、《中国艺术收藏》等。

我还曾担任中国书画艺术促进会理事、北京湖社画会理事、金城书画院士等。在研习绘画过程中，我积极参加各种书画活动，广结朋友，有幸认识了国内外书画界名流及一些画家，向他们学到了不少知识，对提高我的绘画水平

大有益处。

退休后，我儿时的梦想得到了实现，但这只是新的起点。我已步入古稀之年，但要活到老学到老，用画笔描画美丽中国，也继续描画自己快乐的晚年生活。■

（作者系市民政局退休干部）

务农读书两相宜

文 | 郑维忠

退休六年多来，每年我总有一段时间到河北农村“务农”。务农生活让我接了地气儿，锻炼了筋骨，也收获了吃不完的有机粮和蔬菜。

2010年底，我得知河北平山县西柏坡附近有住宅出售。我与售房者联系，发现这里有四个优势：一是房价便宜，每平方米仅2000元；二是这里有温泉，泉水入户；三是这里的空气新鲜；四是小区内房前屋后可以种些农作物。我从小生活在北京，1966年当兵，1985年转业又回到京城，一生中缺憾的就是没有真正的农村生活。于是我买下了这里的一套两居住宅。

我住的地方在河北省平山县温塘镇。平山县的西柏坡是“新中国从这里走来”的地方，距温塘镇20公里。温塘镇在滹沱河南岸，是华北平原与太行山脉的过渡带，由温塘往西就进入了太行山。这里四季分明，气候宜人。夏天凉爽，我竟然没有用过一次空调；但冬季要比

平原更寒冷些。

我喜欢温塘，不仅是因为它的地理位置、气候条件、人文历史，更因为温塘给了我新的体验、新的乐趣、新的知识，以及更加健康的态度与观念。具体来说，我在这里做了四件事：

一是劳动。每年清明后，我来到温塘的第一件事就是平整土地。由于每年都开垦一些荒地，六年来陆续开出五分地。我每年来这后先用一周的时间对种菜的地进行平整，待西红柿、黄瓜、茄子、丝瓜、豆角等种上后，就开始对种花生的地进行平整。由于面积较大，需用两周的时间才能完成。最后对种白薯、大葱、玉米的地进行平整。平整土地就是先把发酵的羊粪或鸡粪撒在地里，扒拉平后用铁锹一锹锹地翻土，打好地畦，用耙子把地搂平。我对自己的要求是每天只劳动两小时，所以平整土地大约需要一个月的时间。待到各种作物都种下，

高强度的劳动就少了。之后就是浇水，锄地，拔草等活儿。秋天收获的季节也是高强度的劳动，如收花生，刨白薯，掰玉米等等，但我依然是不慌不忙，还是坚持每天只干两小时的农活儿，其余时间自有安排。

二是读书。我每天坚持读两小时的书。六年来，我在温塘主要是看了一些中医方面的书籍，研读了《黄帝内经》《黄帝内经图文百科》等，通读了《伤寒论》《金匱要略》，浏览了《一通百通说金匱》等书籍，对于中医知识和养生有了更多的了解。

三是游览了附近的山水和村庄。六年来，我走遍了温塘附近的山川河流。有个叫沕沕水的地方，一股不大的水流从山里流出来，走近一看才知道，这里当年是党中央在西柏坡办公时期建的水电站，它保证了党中央的办公用电，保证了党中央指挥三大战役电报的顺利发出。这里的自然风光也不错。春天，桃花、杏花、梨花，漫山遍野；夏天，先是桑葚熟了，然后是杏、桃等果子挂满枝头；秋天，大枣、柿子、核桃的采摘更是一番丰收的景象。

四是走近百姓，了解他们的生活，与街坊交朋友。几年来，我把温塘附近的村子都走了走，交了几位当地的农民朋友。有年纪大的，也有年轻一些的。通过与他们交往，知道现在农民的生活状况。现在农村几乎都是年纪大些的人在种地，年轻人有的去外地打工，有的在附近工地干活，只是在农忙时回家帮老人收收庄稼。农民的生活水平有了很大的提高，几乎家家都盖了新房，特别是“一老一小”有了进一步的完善的社会保障。



作者展示劳动成果

我们这个小区入住率在30%左右，其中一半是北京来的，年纪最大的93岁。大家相处得十分融洽，互相帮助。在这里我似乎又找到了小时候住大杂院的那种邻里关系，很是让人感动。

退休了，有时间到乡村小住，既能干点农活儿出点汗，又能静下心来读书，让我的生活中又多了一种体验。特别是这里的务农生活，让我对养生就是“顺四时而适寒暑”这句话有了更切身的理解。■

（作者系西城区退休干部）

（本栏责任编辑：邢军）



潮起当破浪 风正好扬帆

北京积极推进老干部（老年）大学建设

跨越发展



北京市委副书记景俊海（左二）察看北京老干部大学

今年是北京老干部大学建校 30 周年。三十年来，北京老干部大学以“增长知识、丰富生活、陶冶情操、促进健康、服务社会”为宗旨，坚持“教、学、乐、为”相统一的办学原则，坚持以人为本，注重规范办学，办学规模不断扩大，教学内容不断丰富，管理服务不断增强，教学质量不断提升。学校从无到有、从小到大，由建校初期的 2 个教学班 78 名学员，发展到今天 40 余个教学班在校学员 1000 余人，累计结业 3 万余人次，取得了丰硕成果，积累了宝贵经验，树立了老干部大学的品牌形象，收到了良好的社会效益，得到广大老年学员的充分认可和社会各方面的充分肯定。

近年来，北京市立足首都老干部工作首善一流的标准，充分把握《关于进一步加强和改

进离退休干部工作的意见》《老年教育发展规划（2016—2020 年）》等政策出台的有利契机，充分利用老龄事业和老年教育蓬勃发展的共建共享，努力探索有北京特色的老干部（老年）大学建设之路，积极推进老干部（老年）大学建设跨越发展。

一、谋划格局，把体系建设完善起来

围绕北京“四个中心”新定位、疏解非首都功能、推动京津冀协同发展的新任务，2015 年，北京市老干部局在客观分析全市老干部（老年）大学基本现状的基础上，找准定位，明确方向，从顶层进行设计规范，明确到 2020 年“构建四级教育指导体系，实施‘5211 工程’，实现北京市老干部（老年）大学发展规模和办学质量新突破”的建设目标。

构建四级教育体系。在全市构建起“市—区（系统）—街道（乡镇）—社区（村）”四级老干部（老年）教育体系，形成市、区两级较为完善的教学管理、示范指导和骨干培训体系，从市到社区（村）较为健全的组织动员体系，从党政机关到社会领域较为广泛有效的资源保障体系。因地制宜竞相发展，综合施策亮点纷呈。由于发展基础不同，全市老干部（老年）大学形成扩建校、在建校、新建校不同发展态势，努力实现全市老干部（老年）教育横到边、

纵到底、全覆盖。朝阳、昌平等区在已具备良好办学条件基础上,建立起覆盖街(乡)较为完备的体系,四级体系建设目标初步实现;海淀、房山、延庆等区在已有一定办学条件的基础上,在条件成熟的街(乡)、社区(村)加速推进分校、分课堂建设,覆盖面迅速扩大;市公安局、市教育矫治局充分挖掘内部资源,在已开设的各类学习活动课堂的基础上实现市级系统建校的新突破。从2014年底全市有23所老干部大学,在校学员不足2万人,发展到今天全市现有区(系统)老干部(老年)大学27所,街道(乡镇)老年大学172所,社区(村)老年课堂491个,在校学员5.47万人。

实施“5211工程”。着力将北京老干部大学打造成为“五个中心、两个基地、一个平台、一个品牌”,即:老干部(老年)教育指导中心、老干部(老年)教育骨干培训中心、老干部(老年)远程教育中心、老干部(老年)教育理论研究中心、国际和中国老年教育战略研究交流中心;离退休干部思想政治教育基地、文化养老示范基地;离退休干部为党和人民的事业增添正能量的平台;北京市老干部(老年)大学网络教育品牌。继承中求发展,创新中求突破。2015年7月,北京老干部大学被赋予对全市老干部(老年)大学业务指导职能;2016年12月,北京老干部大学实现机构独立设置,以此为标志,北京老干部大学基本完成转型升级。坚强的领导和组织保障为北京老干部大学自身发展奠定了坚实的基础,在全市老干部(老年)教育中的示范、带动、引领、指导的龙头作用更加明显。

建立长效机制。2017年,北京市制定出台《关于进一步加强和改进离退休干部工作的实施意见》,文件着眼老干部(老年)教育事业

发展,从政策上为老干部(老年)大学建设提供了更有力的支持。经过充分调研、多方征求意见,北京市《关于加强和改进全市老干部(老年)大学建设指导意见》落地,明确市、区两级老干部工作领导小组同时履行本级老干部(老年)教育领导小组职能,明确老干部工作部门牵头抓总、协调各方的要求,以保证全市老干部(老年)大学工作有序开展。研究起草《北京市老干部(老年)大学示范校建设标准》,进一步发挥对全市各级老干部(老年)大学的示范指导、辐射、引领和服务作用,努力在市、区两级老干部(老年)大学建设中实现五个转变,即:由自管状态向统一管理和分类指导转变;由分散办学向加强顶层设计和创新型发展转变;由单纯学习服务向兼顾指导和培训骨干转变;由依托老干部活动中心(站、室)办学向整合利用社会(社区)资源办学转变;由封闭式办学向资源共享、开放式办学转变。

二、把握关键,把政治引领强化起来

看北京首先从政治上看。习近平总书记说,党和人民事业发展到什么阶段,党的建设就要推进到什么阶段。在北京市老干部(老年)大学建设定位上,老干部(老年)大学建设发展到什么阶段,党的建设就要跟进到什么阶段。北京市老干部(老年)大学坚持政治立校、大学姓党,努力实现在离退休干部学习活动阵地上党组织和党的工作“两个覆盖”。

把支部建在班上。树立“党的一切工作到支部”的鲜明导向,推进在学员党员中成立临时党组织,充分履行党组织的组织、教育、宣传职责,引导学员党员过双重组织生活,在维护日常教学秩序、传播正能量等方面发挥党组

组织的战斗堡垒作用。2015年,北京老干部大学40个教学班,全部成立临时党支部,以此为先导,全市各老干部(老年)大学相继在教学班、活动团队成立临时党组织。截至目前,全市各老干部(老年)大学结合实际,在班级、艺术团、活动团体建立临时党支部177个、临时党小组174个,老党员先锋队139支。全市老干部(老年)大学的党组织建设全面打开局面,政治立校基础更加坚实。

落实党建工作机制。坚持政治立校是老干部工作部门办老干部(老年)大学的重要政治优势,是与其他部门和社会力量办学的重要区别之处。北京市在老干部(老年)大学党建工作上,坚持用四个机制确保老干部(老年)大学党建有效推进:学校主导机制,统筹规划年度党建工作安排,扎实推进“两学一做”学习教育常态化制度化;校长负责机制,坚持党建与教学科研管理深度融合、互促双赢;班级自主机制,鼓励依专业、按党员构成,自主开展班级党建;党员参与机制,推进学员党员自我管理、自我教育、自我监督、自我提高。

打造凝聚正能量的平台。鼓励和支持在学习活动场所建立老党员先锋队,组织学员在社区建设、志愿服务、文化传播和群众工作等方面发挥先锋模范作用,传递正能量。鼓励和倡导学员学成之后,在家庭、在原单位、在社区,传播文化艺术知识,传递党的声音,弘扬党的优良传统;在爱国主义教育、革命传统教育、关心教育下一代等方面积极做出贡献,展现老党员的精神风貌。

三、抓住重点,把教育教学规范起来

北京市在推进老干部(老年)大学建设过

程中,尊重教育规律,紧扣办学重点,不断提高规范化水平,努力推进全市老干部(老年)大学工作科学发展全面发展。

注重课程设置多样化。开设多样化的课程,传统课程与现代课程、普通课程与精品课程、基础课程与提高课程相结合,满足老同志多样化及再提高的学习需求。支持和鼓励各级老干部(老年)大学创办特色、打造品牌。多年来,北京老干部大学坚持定期举办全市老干部大讲堂,邀请专家教授就老同志关心关注的主题开展讲座,进一步丰富教学内容、深化教学成果,“老年心理”“国学吟诵”“药品安全”等专题讲座受到学员好评。

注重远程教育现代化。树立和运用“互联网+老年教育”思维,打造老干部(老年)网络教育平台,赋予老干部(老年)大学以时代的气息与魅力。2016年3月,北京老干部大学网站整体上线,成为为全市老年群体搭建的涵盖在线教育、互动交流、获取信息、展示风采的综合性服务平台和为全市老干部(老年)大学工作人员搭建的互联互通、获取信息、资源共享、实施教学动态管理信息化的服务平台。与此同时,北京老干部大学与北京开放大学签署战略合作协议,双方在课程建设、在线教育、师资库建设等方面开展深度合作,首都老干部(老年)网络教育平台建设已开启新的拓展。

注重制度建设规范化。各级老干部(老年)大学结合实际,针对大学教学管理、教师队伍建设、学员队伍管理、教学理论研究、安全保障等方面的工作,不断建立完善制度措施,从而优化管理流程,降低管理成本,提高管理效能,推动大学建设向规范化、标准化方向迈进。顺义区老干部大学先后规范22项日常管理制度,10项教师、班长及各类工作人员职责,8项工



北京市召开老干部（老年）大学工作推进会

作预案和学员守则，实行电子学籍卡进出学校，制度化管理为大学建设提供了有力保障。

四、强化支撑，把文化平台搭建起来

北京市各级老干部（老年）大学注重对老同志日益增长的精神文化需求的满足，以文化学习增长学员的知识智慧，以文化活动增进学员的身心健康，以文化服务丰富学员的精神生活，以文化参与促进学员的社会实践。

搭建活动凝聚平台。通过抓主题活动开展、抓传统活动创新，在七一、国庆等重要时间节点，春节、元宵、重阳等传统节日期间组织开展丰富多彩的文化活动，凝聚老同志的正能量。2016年9月，由北京老干部大学主办的“牵手京津冀，增添正能量”首届京津冀老干部书画展在首都博物馆隆重举办，展出的150余幅作品体现了新时期老年人对文化艺术的不懈追求和对京津冀协同发展的美好祝愿。这是在京津冀协同发展成为国家战略的背景下，三地老干部文化交流与合作开启的新路径并将形成新

常态。

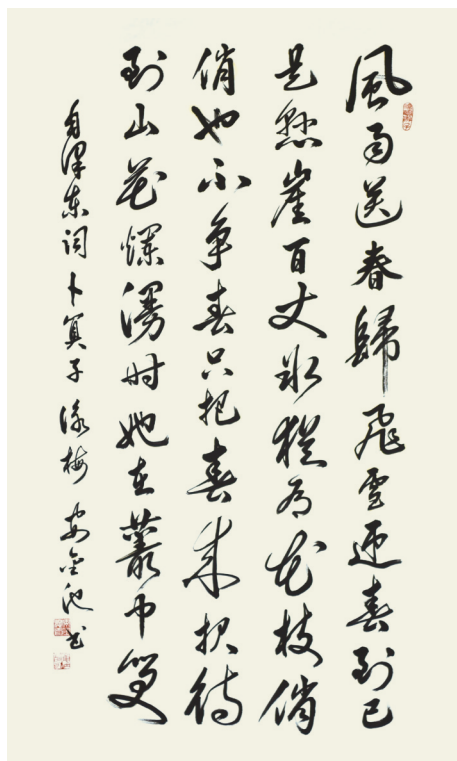
搭建成果展示平台。教学成果展示，既是检验教学质量，营造良好办学氛围，展现老年学员积极向上精神风貌的重要举措，也是推进学员融入社会、服务社会的重要途径。围绕北京是全国文化中心的定位，各级老干部（老年）大学结合老同志特点，培育了一批文化养老活动特色项目，品牌影响力不断增加。北京市各区各系

统老干部（老年）大学每年举办离退休干部书画、摄影作品展，老年学员以丹青翰墨寄情、抒怀、言志，用镜头记录祖国大好河山的精彩壮美，诠释了对党对国家的热爱。

搭建文化参与平台。各级老干部（老年）大学积极鼓励和引导离退休干部参与群众文化、社区文化、广场文化，带动老同志学起来、动起来、乐起来。通州区通过成立各类老年活动社团和兴趣协会，特别是老干部艺术团自编、自导、自演文艺作品，他们进社区、进学校、进军休所，成为通州文化建设的一道亮丽的风景。

回顾历史，催人奋进。展望未来，任重道远。北京市各级老干部工作部门，将继续在理论上探索、实践中创新，以思想政治来引领、以组织建设来凝聚、以校园建设来承载、以活动载体来拓展、以服务保障来支撑，不断推进全市老干部（老年）教育大发展、大繁荣，充分利用好全市老干部（老年）大学这个大平台，凝聚广大离退休干部为党和人民的事业增添正能量，努力谱写首都老年教育新篇章。■

（北京老干部大学供稿）



喜迎党的十九大胜利召开 市公安局离退休干部书画摄影作品选登



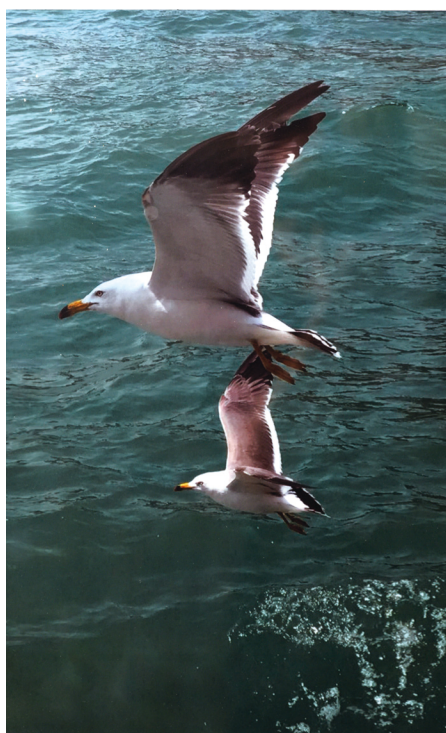
				7
1	2	3	6	8
4	5		9	

1. 国画《百花齐放春满园》
2. 国画《高节清风》
3. 书法
4. 书法
5. 篆刻
6. 国画《退休不退岗》
7. 摄影《中国梦》
8. 摄影《古城夜色》
9. 书法

刘长茂
贾光珠
刘惠金
安金池
范同庆
张国昕
包秀娟
王 忠
韩鹏斌

鍾山風雨起蒼黃
萬雄師過大江
龍盤今勝昔
天翻地覆慨而慷
宜將剩勇追窮寇
不可沽名學霸王
天若有情天亦老
人間正道是滄桑

毛主席詩七律人民解放軍
占領南京丁酉夏月韓鵬斌





		3	6	7	
1		4	8		9
2		5			10

1. 国画《绿水青山》

2. 摄影《双飞》

3. 摄影《党在我心中》

4. 摄影《福地洞天》

5. 油画《太行山》

6. 书法

7. 摄影《保卫者》

8. 摄影《古韵悠远》

9. 国画《喜迎盛会》

10. 国画《荷花》

陈菊红

缪珠珠

田云凤

张凤芹

陈宝刚

王长征

李军田

刘延平

高 军

张建东

(本栏责任编辑：李玲)

龙井寺·品龙井

文 | 韩春鸣

喜欢茶道的人到了西子湖畔，自然想到龙井一游。据说当年乾隆皇帝南巡，特地跑到龙井寺品茶，还即席诌过一首“龙井新茶龙井泉，一家风味称烹煎”的诗句。

从杭州市区往西南方向，大约十几分钟的车程，一路上树木葱茏，即便是在炎热的三伏天，这里也是清爽而惬意的。浓密修长的树木笼罩住秀美的凤凰岭，举目四顾，尽是深深的绿荫，骄横的阳光被妩媚的绿色森林所征服，透过枝叶，阳光变成斑驳的光影，令江南盛夏生出一个清凉世界。

湿漉漉的柏油路面南侧是一个小山坡，一方深灰色的岩石突兀地戳在坡顶上，一块醒目的路标，上书四个大字：龙井问茶。友人告诉我，这里是



去往龙井寺的路上有一处醒目的路标，上书“龙井问茶”

西湖新十景之一。车停下，车门还未打开，三五成群的人便拥上前来，提篮挎兜，争相抢问：“要茶叶吗？”“真正的明前茶唉。”——如此看来，那块路标所书倒也贴切，无须开口，自有人围拢上来，问你“茶道”。

路北下坡处，有一树木掩映的白墙乌瓦的小院落，古色古香，却看不出传统寺庙的模样。从南面房舍的西侧过道门进入院内，只见南房一溜全是玻璃柜台与高大货架，摆放着各式包装的茶叶，大盒小盒纸盒铁盒塑料袋，色彩斑斓，琳琅满目。

这就是龙井寺吗？这就是当年皇帝御驾亲临、文人骚客吟咏过的地方？

院落只有排球场大小，让一直生活在北方的笔者发出质疑：这也是寺院吗？太袖珍，太迷你了。原地踏步似地转了一圈，发现西面的房子略显宽敞高大一些，有几步台阶，拾级而上，登堂入室，原来已经辟为茶室，十几张圆桌由藤椅相围。

院子北面没有房舍，只是一面影壁墙，壁为白色，壁脊镶有民间传统样式的乌瓦片。墙势高低有致，蜿蜒伸展，形成几个弧形，构成腾挪的蛟龙状。瓦片恰似蛟龙的鳞甲，龙首在东端，也是用乌瓦片镶嵌而成。白墙似升腾的白云，上方是跃跃欲飞之蛟龙，形态传神，颇具匠心。

转过影壁墙，西面山脚下，是一座势态峥嵘的太湖石砌垒成的假山。假山有可穿行的石门，石门狭窄，仅可容一人穿行，石门上有古篆“龙井”二字。穿过山门不过10步，在古木



拱卫、怪石环绕之下，有条石砌成的井穴，方圆不过两米。前往观之，穴中泉水与井面持平。水色幽蓝，似有蓝色绸缎浸润其中，令人难以窥探井之深浅。据说此井早在三国时期就被人发现，上千年了，不论多么严重的旱情，从未干涸过。

当地人讲，此井有龙，此井通海。想来，“龙井”之名大约出于这个传说。

龙井之中的清泉汨汨溢出井沿，形成一线溪流，撞击山石，发出叮咚音响，清幽悦耳，令人不由想起多次光顾龙井寺的宋代大诗人苏轼对龙井的赞美，“人云山佳水亦佳，下有万古蛟龙渊”。

返回南面的茶室，要了一杯龙井泉水沏制的龙井茶水，放置桌上端详：水色清冽，绿叶若舟，碧水叶舟，令人把玩

不已。呷上一口，味道醇厚，香郁绵长。

游览千年古寺遗址，拜谒几度沧桑而不干涸的龙泉神井，不禁心生一念：想当年乾隆大帝，何等的权势，为何没有将“龙井”克隆一个，或搬到京城呢？

大自然的鬼斧神工，怕是天子也奈何不得吧！■

（作者系门头沟区退休干部）



每个人都会步入老年，这是生理的必然，所以要坦然面对。

人老并不可怕，可怕的是心老。人老心不老，纵然白发满头，也会活得潇洒、蓬勃；相反，人老心更老，就难免暮气沉沉。当然，我们要说：老年人不怕老，但要服老。毕竟年龄不饶人，无论做什么事，都应量力而行，不要强己所难，不要争强好胜。“服老”不是

认输，不是消极等待，而是在衣、食、住、行诸方面适时调整自己的生活方式，主动适应日渐老化的体质，从而最大限度地维护健康、延缓衰老。

在我们周围，可以看到许多年逾古稀、甚至耄耋之年的老者，他们精神矍铄、老当益壮，从容地过着自己的老年生活，看那谈笑风生的样子，还似快乐的年轻时。健康老人之所以健康，最重要的是他们能

够很好地把控自己。对此，我从三个方面提示老年朋友。

生活要充实快乐。老年人要有自己喜欢的活动空间和交际领域，不孤独、不寂寞，生活充实快乐，精神就有寄托。比如经常和大家一起唱歌跳舞、锻炼身体、外出旅游，共享快乐时光；或习字作画、种花养鱼，以此修身养性，陶冶情操，自得其乐；或帮助儿女照看孙辈，尽享亲情和天伦之



老人与儿女、孙辈尽享天伦之乐

乐。家庭中，老人与儿女、孙辈的亲情不可或缺；社会上，歌友、舞友、球友、棋友，又给老年人构筑了多处乐园。老年心理研究显示，随着年龄增长，朋友对一个人的健康和快乐的影响是十分重要的，我们不仅属于家人，也属于社会。

要正确对待疾病。人老了，

脏器老化，机能衰退，疾病找上门来亦属正常。对此该看病就去看，该吃药就吃药，积极配合医生进行检查和治疗，不讳疾忌医，更不能用忧虑、烦闷、焦躁的情绪打发日子。古人云：“得

神者昌，失神者亡。”我们对心理疾病也应予以高度重视。愁病反而病魔缠身，怕会老得更快，而豁达开朗的胸怀、良好的生活习惯和对待疾病的科学态度，是防治疾病、延缓衰老的上上策。

注重心情的养护。祖国医学认为，情绪对健康长寿的影

响是很大的。《黄帝内经》早有记载：怒伤肝、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾。人老了，对外界不良刺激的承受能力也在减弱，所以老年人要注意心情的养护，避免不良情绪的冲击，使晚年情感保持和谐与安宁。怎样养护？少翻历史旧账和不愉快的往事，多回想那些美好、高兴的事情。不为不值得的烦恼伤神，更不为那些鸡毛蒜皮的事情生闲气。活得从容一点，淡定一点，包容一点，放松一点，这样一点一点地做起来，便是找到了老年人的快乐和健康之道了。■

（作者系北京教育科学研究院退休干部）

精神好 永不老

——我的“不老歌”三字经

文 | 王懋彝



活到老，学到老，多读书，常看报。
听新闻，谈时事，常聊天，多知晓。
忍为高，和为贵，多包容，互谦让。
不冲动，不急躁，多保重，身体好。
有规律，生活好，不贪多，吃得好。
不损肝，不伤胃，有啥病，吃啥药。

走平稳，别摔跤，勤活动，别太累。
不熬夜，睡好觉，多喝水，少感冒。
心别重，胸怀广，多理解，多体谅。
笑迎面，和谐好，有精神，永不老。■

（作者系金隅集团西三旗建材城离休干部）

（本栏责任编辑：林育栋）

北京市离退休干部“喜迎十九大 诗歌抒情怀”

原创诗歌作品征集启事

为扎实推进“不忘初心、继续前行”主题活动深入开展，凝聚北京市离退休干部推动首都发展的强大力量，为党的十九大胜利召开营造良好的文化氛围，经北京市老干部局研究，决定举办北京市离退休干部“喜迎十九大 诗歌抒情怀”原创诗歌作品征集活动。具体安排如下：

一、活动主题

“喜迎十九大 诗歌抒情怀”

二、参加人员范围

本市各区、各系统、各单位离退休干部

三、征稿要求

1. 思想健康、观点鲜明、题材新颖、主题突出，能够充分反映北京市广大离退休干部的良好精神风貌。
2. 征稿内容围绕喜迎党的十九大主题，回顾十八大以来党的辉煌成就和国家繁荣昌盛，歌颂和展示在党的领导下国家和首都建设取得的新成绩。
3. 征稿必须是投稿者原创新作，且未公开发表，作者对作品版权负责。主办方拥有对所有入选作品结集出版、发行和信息网络传播等相关权利，作者拥有作品署名权。
4. 征稿作品采用诗歌体裁，可为近体诗、古体诗、现代诗歌。要求近体诗、古体诗符合韵律，现代诗有标题，长度不超过30行。每人投稿数量限3首以内。
5. 投稿作者须署真实姓名，并附联系方式和200字以内的作者及作品简介。

四、活动时间安排

1. 作品征集。2017年8月中旬至9月30日。
2. 整理评审。10月份，由市老干部局邀请专家成立评审小组，对投稿作品进行整理，提出评审意见。
3. 作品展示。根据作品征集情况，设一、二、三等奖及优秀奖若干。党的十九大召开前，优秀作品将在北京市老干部局官网、微信公众号及相关刊物上登载，结集成书，并适时在全市范围内组织诵读展示。

五、投稿方式

请从北京市老干部局网站“通知公告”栏目下载并填写《作品报名表》，任选以下两种方式之一进行投稿：

1. 纸质稿件：邮寄至北京市东城区和平里东街民旺甲19号，北京市老干部局培训处，邮编：100013，并在信封上注明“原创诗歌征集”字样。
2. 电子版稿件：发送至邮箱 slgbjsgzj@sina.com，邮件主题注明“原创诗歌征集”字样。

六、市老干部局负责对活动相关内容安排做最终解释。

咨询电话：64484977

《北京市推进家庭医生签约服务实施意见》

解读



近日，北京市发展和改革委员会官网发布《北京市推进家庭医生签约服务实施意见》解读，明确到2020年，力争将家庭医生签约服务扩大到北京市所有人群。现摘编其《意见》解读，以飨读者。



《北京市推进家庭医生签约服务实施意见》有何亮点？

《北京市推进家庭医生签约服务实施意见》是贯彻落实全国卫生与健康大会提出的“以基层为重点、以改革创新为动力”工作方针，深化我市医药卫生体制改革的重要内容。一是在工作目标上，提出到2017年，家庭医生签约服务覆盖率达到35%以上，重点人群签约服务覆盖率达到90%以上，到2020年，力争将家庭医生签约服务扩大到全人群。截至2017年5月，重点人群签约394.5万人，重点人群签约服务覆盖率已达到71.9%。二是在签约服务内容上，分为基本签约服务内容和个性化签

约服务内容。基本签约服务内容全市统一确定各类人群基本签约服务内容，个性化签约服务内容由各区分别制定不同类型的个性化签约服务内容，满足不同人群的签约服务需求。三是在签约服务收费机制上，家庭医生团队为居民提供约定的签约服务内容中，基本公共卫生服务向居民免费提供，基本医疗服务价格按照本市医疗服务价格管理相关规定执行，非基本医疗服务价格由医疗机构和签约居民协商确定，医保报销按照本市医疗保险报销政策执行。



家庭医生与专科医生有什么区别？

家庭医生是以管理健康为标志，以签定合约为依据，向签约对象提供综合、连续的健康管理服务，包括基本医疗和基本公共卫生服务等，帮助签约对象管理自己的健康状况，帮助解决常见的健康问题。专科医生擅长某一专科的诊疗，如内科、外科、妇科等，完成某一专科诊疗后一般不做后续跟踪，不做专科范围之外的疾病诊治。家庭医生以全科医生为主，也包括一些专科医生。现阶段家庭医生主要包括基层医疗卫生机构注册全科医生（含助理全科医生和中医类别全科医生），以及具备能力的社区卫生服务机构医师和乡村医生等。积极引导符合条件的公立医院医师和中级以上职称的临床医师，作为家庭医生在基层提供签约服务。



居民签约后能得到哪些服务和优惠？

签约家庭医生团队可以与签约居民建立密切的、稳定的联系。签约后，家庭医生根据国家 and 当地政府规定，提供基本公共卫生服务项目，项目内容随国家和地方政策调整而变动；

还将提供常见病、多发病的诊治,根据患病状况提供必要的转诊服务。根据签订合约,家庭医生还可帮助居民进行健康评估、制订健康干预计划、监测健康状况变化、提供健康咨询和健康活动等信息、进行就诊提醒等健康管理服务。签约居民还会享受到国家支持下的签约优惠服务。二级以上医疗机构应通过全科医学科或指定科室对接家庭医生转诊服务,建立绿色通道,确保患者及时享受到预约挂号、专家号、优先住院(符合住院标准)等转诊服务。对于在社区卫生服务机构,为符合一定条件的高血压、Ⅱ型糖尿病、冠心病、脑卒中等四类慢性病患者提供最长不超过2个月药品用量的长处方服务。



签约居民看病只能找签约医生吗?

首先,居民一般是与家庭医生团队签约,为您提供服务的包括医生、护士和公共卫生医师。这几位是相对固定的,他们会为您提供连续性服务,持续跟踪您的健康状况。当签约家庭医生团队遇到解决不了的问题,他们还会帮您找到辖区内合适的医生或其他医疗机构解决。其次,当您遇到急症的时候,可以就近找其他医疗卫生机构和医生看病,但是就不能享受签约给您带来的便利和福利了。



居民如何与家庭医生团队进行签约?

签约服务原则上应当采取团队服务形式,并依托基层医疗卫生机构为居民提供签约服务。居民可在居住地社区卫生服务机构(可登录北京市社区卫生服务网查询)选择1个家庭医生团队签订服务协议,与家庭医生团队明确



签约服务内容、方式、期限和双方的责任、权利、义务及其他有关事项,通过与居民建立相对稳定的服务关系,为居民提供主动、连续、综合的健康责任制管理。

签约周期原则上为一年,期满后居民自愿续约或选择其他适合的家庭医生团队签约。自愿与医联体医院签约,形成组合签约服务模式。



《北京市推进家庭医生签约服务实施意见》将如何推进落实?

一是要将北京市推进家庭医生签约服务作为重要任务纳入全市深化医药卫生体制改革工作的总体安排,进一步完善相关配套政策,结合北京市综合医改试验区建设,先行试点,以点带面,全面落实家庭医生签约服务制度建设;二是市相关部门还将研究具体细化可落实的家庭医生签约服务政策措施,合力推进家庭医生签约服务工作;三是全市各区要结合工作实际,制定家庭医生签约服务具体工作方案和实施细则,使全市家庭医生签约服务做大做强,让居民体验到家庭医生签约服务的改革实效。■

(本栏责任编辑:邢军)

【语丝】

留个缺口给别人



一位著名企业家在作报告时，一位听众问：“您在事业上取得了巨大的成功。请问，对您来说最重要的是什么？”

企业家没有直接回答，他拿起粉笔在黑板上画了一个圈，只是并没有画圆满，留下一个缺口。他反问道：“这是什么？”

“零”“圈”“未完成的事业”“成功”……台下的听众七嘴八舌地答道。

企业家对这些回答未置可否，他说：“其实，这只是一个未画完整的句号。你们问我为什么会取得辉煌的业绩，道理很简单：我不会把事情做得很圆满，就像画个句号，一定要留个缺口，让我的下属去填满它，他们也会有成就感。”

留个缺口给他人，并不说明自己的能力不强。实际上，这是一种管理的智慧。

【折纸】



1. 先折成双菱形折，再压折



2. 向内压折



3. 两角向下压



4. 剪出壶钮，下面两角向里折



5. 画上花纹装饰，完成

请用连线，帮助每个单词找到缺少的字母

【单词连线】



a

l

u

n



su_ny



r_iny



f_ash



【组字画】

猜猜看，这幅图是什么字？

【漫画】

见仁见智



同一事物，不同的人从不同的角度来看，会有不同的认识。正所谓仁者见仁，智者见智。

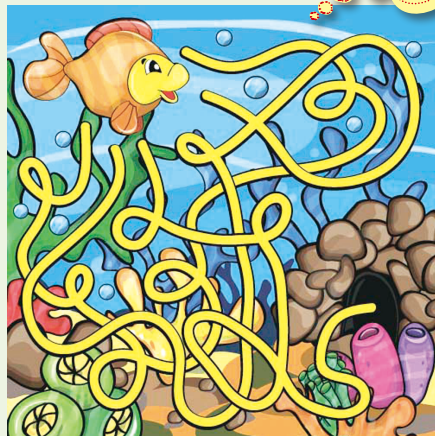
在每个小格子里面填上 1~9 中的数字，使得每个数字在九宫格的每行、每列、每个宫格中均只出现一次。

1						2		5
			5	3				4
5		7		4				
	2		3			8	5	
	5		7		8		9	
	7	8			5		1	
				7		3		1
7				9	6			
8		6						9

【数独游戏】

请帮助这条鱼游出迷宫

【迷宫】



【小故事】

要做谦虚的人

英国著名剧作家萧伯纳到莫斯科旅游，在街上遇到一位聪慧的小女孩，十分投缘，便站在街头和她聊了很久。临分别时，萧伯纳说：

“回去告诉你妈妈，今天你在街上和名人萧伯纳聊了很久。”小女孩看了他一眼，也学着他的口气说：

“回去也告诉你妈妈，今天你和漂亮的苏联小姑娘安娜聊了很久。”萧伯纳为之一震，脸一下子就红了，立刻意识到自己太自夸了。他再一次拉住小姑娘的手，深有感触地说：“你是我的小老师啊！”

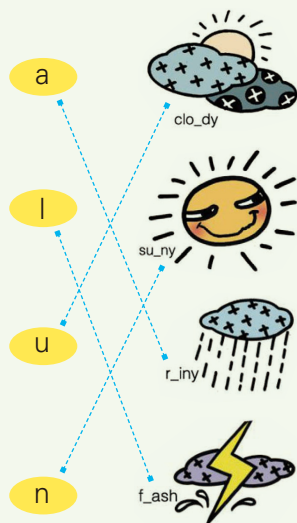
后来，萧伯纳经常想起这件事，并感慨说：“一个人无论有多大成就，对任何人都应该平等相待，要做谦虚的人。这就是小姑娘给我的教育和启示。”

（本栏责任编辑：李玲）



本期休闲驿站答案

单词连线答案



组字画答案

常回家看看

数独游戏答案

1	4	3	6	8	9	2	7	5
2	6	9	5	3	7	1	8	4
5	8	7	2	4	1	9	3	6
9	2	1	3	6	4	8	5	7
3	5	4	7	1	8	6	9	2
6	7	8	9	2	5	4	1	3
4	9	5	8	7	2	3	6	1
7	3	2	1	9	6	5	4	8
8	1	6	4	5	3	7	2	9

友情评刊

YOUQINGPINGKAN

2017年第7期参与评刊获奖者名单:

刘振孝 11010319390907XXXX
王志红 11022219480415XXXX
涂光达 11010119280417XXXX
徐 铭 11010819640313XXXX
王秀文 11022819450610XXXX

2017年第7期读者最喜欢的五篇文章:

(以票数多少为序)

1. “担起这份责任与重托”
2. “还想为老龄事业再做点事儿”
3. 我是社区助老员
4. 金色盾牌的情缘
5. 重温党史 坚定党性

本期评刊题:

1. 选出本期您喜欢的五篇文章。
2. 诚请指出本期错别字。

本期问答题:

1. 7月25日至26日, 中央组织部老干部局副局长赵庆一行, 来我市调研督查中办国办《_____》贯彻落实情况。
2. “复兴号”动车组将在京沪高铁率先实现_____公里时速运营, 我国成为世界上高铁商业运营速度最高的国家。
3. 《北京市推进家庭医生签约服务实施意见》明确到2020年, 力争将_____服务扩大到北京市所有人群。

说明:

1. 问答题答案在本期内找。不必抄题, 写明题号即可。
2. 请写明您的姓名、地址、邮编、身份证号, 于下月20日前以邮寄方式寄到《北京老干部》编辑部。
3. 编辑部每期从参与评刊者中随机抽取5名获奖者, 每人奖励50元(邮汇), 获奖名单隔期公布。



北京胡同速写

作者：徐瀛

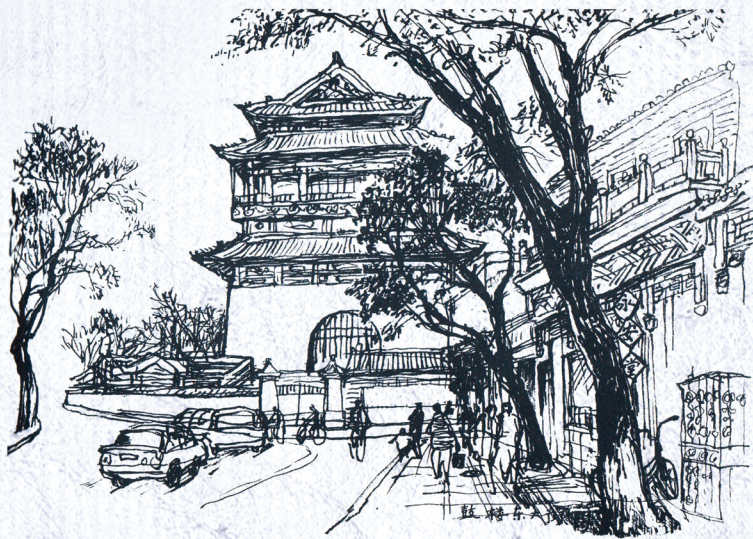
北京的胡同形成于元代，明清以后不断发展。它记录着历史的变迁，蕴含着浓厚的京城文化气息。这组画于前一二十年的老北京胡同速写，有如一杯清茶，您在细细地品味与回忆中，或许会听到那由近而远的阵阵鸽哨声……

鼓楼东大街

Gulou East Avenue

鼓楼东大街位于东城区西北部，因街西端有建于元初的鼓楼而得名。鼓楼是古代京城的报时台，有专人击鼓向全城报时。楼内原有主鼓一面，群鼓 24 面，现仅存一面主鼓。

元至明清，鼓楼东大街商贾云集，店肆林立，热闹非凡。2005 年东城区政府为恢复老街古都风貌，采取“整旧如故”“小规模”“微循环”的修缮方法，道路不拓宽，街上古建筑不拆迁。改造后的老街铺面房与高大的鼓楼互为映衬。



府学胡同

Fuxue Hutong

府学胡同位于交道口南大街东侧，因顺天府学而得名，从明代叫到今天。顺天府学为明、清两朝北京士子学习、考试之地。院内有两座石碑记载着 10 位明、清间金榜题名的学子。这里还是元朝兵马司监狱所在地，南宋爱国忠臣文天祥曾被囚禁于此。为纪念这位爱国诗人，人们在胡同东部建起文丞相祠。

如今，顺天府学改成了府学胡同小学。府学胡同是东城区一条老胡同，有多处深宅大院。





“聚焦美丽乡村”
摄影大赛获奖作品选登

《洹河之畔》张永成 / 摄影
市委农工委宣教中心 / 照片提供