

西北工业大学

离退休之窗

离退休党委 离退休工作处主办

2019年第3期 (总第42期)

2019年9月30日

健
誼
樓

教
工
活
動
中
心

展示阳光心态
体验美好生活
畅谈发展变化
为党和人民事业增添正能量

目 录

Contents

校情要览

西工大“不忘初心、牢记使命”主题教育全面启动	4
校长汪劲松参加西安市大学生开学盛典并寄语全市新生	6
思政课改革创新 打造学生喜爱的试点课程	8
校园短波	11

工作动态

离退休党委“七一”慰问生病住院离退休教职工	12
力学与土木建筑学院邀请离退休老同志参加“迎七一 守初心” 主题党日活动	13
献礼新中国成立 70 华诞,西工大离退休教职工文艺晚会圆满 举行	15
张家村街道西工大社区举办“参与垃圾分类共建美丽西安” 宣传活动	17
红枫叶艺术团为 2019 年学校机关中秋节联谊会助兴	18
我校参加陕西省老教授协会第五届九次理事会	19
红枫叶乒乓球协会成功举办“双节赛”	19
仲跻为老师荣获陕西省“最美退役军人”称号	20
离退休工作处为老干部祝贺 90 岁寿辰	21
离退休工作处为老同志祝贺 90 岁寿辰	22

红枫文苑

赵老师,您在哪里?	方 醒 24
实现梦想	谢朝矩 28

安全纵横

关于近期我校三起火警情况的通报	29
住户安全提醒	30
2019年上半年老人受骗案例	30
老人防范迷信诈骗的招数有哪些	31
老人防范电信诈骗的秘诀有哪些	32
如何让老人防范金融诈骗	33
老人防医药诈骗	34
消防安全知识	37



离退休工作处开通了微信公众平台,会定期发布校内新闻和离退休工作动态,欢迎大家搜索“西工大离退休工作处”进行关注,或用手机扫一扫下面的二维码。

Contents



西工大“不忘初心、牢记使命”主题教育全面启动



9月11日上午，西北工业大学召开“不忘初心、牢记使命”主题教育动员部署会。中央第一指导组副组长、工业和信息化部人事教育司副司长闫为革出席会议并讲话。校党委书记张炜代表学校党委作动员讲话。校长汪劲松主持会议。中央第一指导组成员，全体校领导、近期退出领导班子的同志、全校副处级以上党员干部，所有基层党委委员、组织员，所有教工党支部和学生党支部书记参加会议。

会议指出，学校作为第二批开展“不忘初心、牢记使命”主题教育的单位，要贯彻落实习近平总书记关于主

题教育重要讲话精神和中央“不忘初心、牢记使命”主题教育第一批总结暨第二批部署会议精神，统筹安排好学校主题教育相关工作。

会议要求，一要切实提高政治站位，深刻认识“不忘初心、牢记使命”主题教育的重大意义。在全党开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，是以习近平总书记为核心的党中央统揽“四个伟大”、从党和国家事业发展全局高度作出的重大部署；是用习近平新时代中国特色社会主义思想武装全党的必然要求，是推进新时代党的建设伟大工程的必然要求，是保持党同人民群众血肉联系、站稳人民立场的必然要求，是实现党的十九大确定的目标任务、推动学校实现高质量发展的必然要求。二要准确把握重点，扎实推进主题教育各项工作开展。习近平总书记关于主题教育的重要讲话深刻阐明了这次主题教育的总体要求、目标任务和重点措施。这三个方面既是新时代党的建设任务的高度浓缩，又是这次主



题教育的鲜明特点。三要加强组织领导,确保主题教育取得实际成效。这次主题教育是今年全党政治生活中的一件大事,各级党组织和党员干部要严格按照中央统一部署和中央指导组的要求,坚定不移把思想和行动统一到中央的决策部署上来,围绕学校事业改革发展和师生员工思想工作实际,以强烈的责任感和使命感推动主题教育各项工作扎实开展,做到思想上高度重视、行动上迅速跟进、措施上务求实效,确保主题教育深入推进、取得扎实成效。

会议强调,我们要深入学习贯彻习近平总书记的重要讲话精神,以更高的政治站位、更严的标准要求、更强的责任担当,把主题教育各项工作抓好抓实、抓出成效,切实转化为推动学校改革发展稳定的强大动力,为建设具有中国特色的世界一流大学提供坚强保障。

闫为革围绕学习贯彻习近平总书记重要讲话精神和党中央部署要求,结合指导组工作职责,就落实主题教育各项任务提出四点要求。一要聚焦主题主线,深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想。二要把握总体要求,努力实现“五句话”目标。三要坚持高起点、高标准,统筹推进四项

重点措施。四要严格履行主体责任,切实防止形式主义、官僚主义。这次主题教育时间紧、任务重、要求高,学校党委要高度重视,认真履行主体责任,加强组织领导,强化督促指导,全面从严、全程求实、全员投入,确保主题教育高质量开展。

汪劲松表示,学校要深入学习、深刻领会“不忘初心、牢记使命”主题教育精神实质,把各项要求不折不扣落实到位。各基层党组织要及时传达学习学校主题教育动员会的精神,启动安排主题教育相关工作,确保主题教育开展扎实有效。广大党员干部要积极参与到主题教育中来,结合工作实际,把主题教育的成果转化为推动学校事业发展的强大动力。



(摘自翱翔网)



校长汪劲松参加西安市大学生 开学盛典并寄语全市新生



相约新西安,放飞新梦想。

9月12日晚,2019西安大学生开学盛典在永宁门精彩上演。

市长李明远致辞。西北工业大学校长汪劲松代表西安市高校校长为全市新生送寄语。我校2019级本科生、研究生、留学生等新同学参加系列活动。

李明远首先代表市政府和全体市民祝贺同学们成为一名“新西安人”,向辛勤培育同学们的师长致以诚挚的问候。

李明远说,看到同学们朝气蓬勃、充满活力,仿佛回到了自己的大学时代,也为西安迎来这么多年轻大

学生感到高兴。他说,大学时代是人生最美好的时光,大家要把握机遇、珍惜当下,勤奋好学、充实自我,努力为人生奠定坚实基础。希望同学们胸怀祖国、志存高远,树立远大志向,培育家国情怀,争做中国梦的实践者和圆梦人。

李明远说,西安既是闻名世界的文明古都,也是一座现代化大都市,正全力建设国家中心城市和国际化大都市。希望大家留在西安、建设西安、融入西安,与西安一道前行、一起成长。祝福同学们的大学生涯充实美好、收获满满。



校长汪劲松说,“大学之道,在明明德,在亲民,在止于至善。”青年学子在大学应“立鸿鹄之志,做大写之人”。他给全市高校新生送上三点寄语。

要立志修身,做高尚之人。同学们正处于人生的关键时期,要善于从西安灿烂的历史文化中汲取丰厚的道德滋养,在不断修身立德中追求更有高度、更有境界、更有品位的人生。

要立志成才,做有用之人。要坚定理想信念、勇于砥砺奋斗、善于勤学苦练,西安为有志青年创造了施展才华的广阔舞台,同学们要仰望星空,脚踏实地,在励志勤学与刻苦磨炼中成长成才,做对国家、对社会、对人民有用的人。

要立志报国,做奉献之人。爱国,是一个人的立德之源、立身之本、成才之基,历史上无数三秦儿女把自身的命运同国家和民族的命运紧紧联系在一起,新时代的中国大学生,应把爱国情、强国志、报国行自觉融入实现中华民族伟大复兴的奋斗之中,扎根人民,奉献国家。

最后,汪劲松校长衷心祝福同学们不负青春理想,不断逐梦前行。

西工大2019级本科生李亮辰参加了当晚的盛典,他和同学们一起度过了一个难忘的夜晚,也结识了

来自不同高校的新朋友。他说,一来到西安就感受到这里的热情和深厚的文化底蕴,希望能在西安、在西北工业大学度过充实、多彩、无悔的大学时光!

在当天活动现场,来自西北工业大学的2019级本科生、研究生、留学生,与其它高校学子一起,参加了丰富多彩的盛典活动。

特色文化表演环节,西安各所高校艺术团纷纷献上了精彩的节目。西北工业大学大学生艺术团也没有缺席,小伙伴们用一支精心准备的舞蹈——《筑梦远方》,表达了对新生的祝福,愿今后数年的西安时光,能遇见更好的你们。同学们动人的舞姿、丰沛的情感和昂扬的精神面貌,吸引了众人的目光,点燃了大学生的激情,现场欢呼声一片。



(摘自翱翔网)



思政课改革创新 打造学生喜爱的试点课程

这是马克思主义学院本学期推出的思想政治理论课改革试点课程中的一个场景。2019年,为贯彻落实习近平总书记在学校思想政治理论课教师座谈会上的重要讲话精神,落实“八个相统一”要求,推进思政课改革创新,不断增强思政课的思想性、理论性和亲和力、针对性,马克思主义学院组织了贺苗、陈诚平、马军、刘远亮等四位思政课骨干教师,经过一个暑假的集体备课,以“马克思主义基本原理概论”课开设了思政课改革试点课。而9月10日,便是试点课的第一次授课,由陈诚平讲授马克思主义原理导论。

手机成为学习助手, 学生广泛参与课堂教学

“同学们,你们心目中的马克思是什么样的?”陈诚平的问题抛出后,同学们纷纷拿起手机,为自己心中的马克思“画像”,不一会,同学们的答案便呈现在了教室大屏幕上。“千年第一思想家”、“思想无国界,心怀全人类”……看到同学们的描述,陈诚平逐条点评,慢慢的,马克思伟大但却生动的

形象逐渐浮现在同学们眼前。

在第一次试点课中,课程设计了大量需要同学们参与的互动环节,而老师不再担心手机耽误学生听讲,反而将手机作为了同学们参与互动的工具。课上,同学们用手机回答问题,参与投票,表达观点,一个个启发式的问题,引领着学生们带着问题学习。

在屏幕上,还不时飘来同学们发的“弹幕”,其中不乏对知识点独到的问题和见解,陈诚平针对这些问题一次次与同学们深入交流,采用这种探究式学习的方式帮助同学们更好地掌握所学知识。

这堂思政课改变了以往传统的老师讲学生听的教学模式,通过引导学生广泛参与课堂环节,让学生也成为了课堂的中心,有效激发了学生的学习热情,培养了学生主动思考的学习习惯。

黑科技进课堂,打破教室的“墙”

为加强先进技术在课堂教学中的运用,提高课程质量,学校与中国电信陕西公司深度合作,在学校智慧教室



中率先覆盖了5G信号。本次思政课更是运用5G通讯技术,将课堂外的优质思政资源高效引进课堂,让学生在教室中联通世界。

在陈诚平为同学们讲述从《共产党宣言》到当代中国马克思主义时,义乌陈望道故居的讲解员方淑婷在大屏幕上与同学们见面了,她在义乌现场深情地向同学们讲述陈望道先生翻译《共产党宣言》的故事。通过5G传输,一个个动人的故事、一件件珍贵的史料展现在同学们面前,同学们如身临其境一般。

“真理的味道非常甜”,同学们在方淑婷的讲解中加深了对课堂知识的理解,也为陈望道和老一辈无产阶级革命家们对真理的执着追求深深感动。

视觉盛宴,这堂思政课“很好看”

“哇,青年马克思这么帅”,动画片《领风者》的片段,让同学们欢呼起来,更为马克思中学毕业时的精彩演讲激动不已。

在这堂思政课上,老师们精心挑选和制作了精彩的视频素材,让同学们在更好的视听体验中学习知识,马克思的形象也在同学们眼前鲜活生动起来。

而老师为同学们制作的一些“彩蛋”更是一次次点燃课堂,课上,当同

学们看到课前精心录制的自己最亲近的辅导员老师谈论他们眼中的马克思的时候,同学都觉得思政课堂亲切了起来,马克思的形象也离他们更近了,不少同学表示要按照老师的嘱托,学好马克思主义,成为一个青年马克思主义者。

让更好的内容,遇到更好的表达方式

在思政课程改革中,学院坚持守正创新。一方面,通过开展集体备课、专家指导,下大力气完善课程内容,使课程具有更加完备的理论体系,增强了课程的政治性、学理性。另一方面,在教学设计中更加注重采用符合青年学生特点的话语体系和表现形式,让学生更加自然、舒服地消化吸收“精神的养分”。

在这堂思政课上,陈诚平引经据典、博古论今,并采用了大量详实、生动的案例,把深奥晦涩的理论深入浅出地讲述出来,让马克思的形象变得更加丰满、生动,也让同学们在“听故事”中了解了马克思主义创立的背景、条件、历程及其当代价值。

不少同学表示:“以前对于思政课中的理论就是考试前背一背,并没有真正理解,今天老师这样的讲述,是把理论讲活了,也让我理解了。”



突出课程思政，思政课要点燃学生心中的光

思政课程的功能不仅仅在于知识传授,更重要的是塑造学生的价值。在这堂思政课上,陈诚平紧密联系实际,不但讲授马克思主义的原理、知识,更注重对学生理想信念的塑造,为学生真学、真懂、真信、真用打下坚实基础。在讲述马克思主义的当代价值时,陈诚平精心设计课程思政内容,把同学们引入马克思主义在中国传播和发展的波澜壮阔的历史画卷中,让同学们走进在真理光芒照耀下中华民族伟大复兴的伟大征程中。课堂上,一段全球GDP动态排行的动画让同学们热血沸腾,“今日中国,如你所愿”的主题教学让同学们热泪盈眶。

“同学们,你们何其有幸,将亲身参与建设社会主义现代化强国的全过程,到本世纪中叶,你们还正值壮年,那时的你们,已经为我们的国家和民族做了怎样的贡献?年轻的同学们,此时此刻,路已在你们脚下。”随着这句结束语,本次思政课落下帷幕,而对于马克思主义的认识,对马克思主义对中国的重要意义的理解,对肩负的历史使命的认知,已深入了同学们心中。

纵观整堂课程,同学们表现了极高的“抬头率”,保持了较高的学习专

注度和课堂参与热情,显示了对课堂内容和教学方法的认可,课程改革初见成效。

以本次课程为开端,总共48学时的马克思主义基本原理概论改革试点课已全面展开。

以增强思政课的思想性、理论性和亲和力、针对性为目标,马克思主义学院按照习近平总书记在学校思想政治理论课教师座谈会上的重要讲话精神的要求,对试点思政课的内容、形式进行了改革创新。

在后续的试点课中,课程将在不断增强课程政治性、学理性的基础上,广泛采用互动式、探究式、启发式、混合式教学模式,引入更有时代性、针对性的教学内容,采用5G通讯、虚拟仿真等先进技术手段,邀请各方面专家走进思政课堂,精心组织实践教学环节,创新开展研学沙龙,扎实推进经典研读,改革课程考核方式,并以学生的获得感作为思政课改革创新的评价标准。

希望通过改革,探索思政课“金课”建设标准,形成一批可推广的思政课教学方法、教学内容,促进思政课质量水平整体提升,更好地发挥思政课作为立德树人关键课程的作用。

(摘自翱翔网)



校园 短波

★9月10日，全国工商管理硕士教育指导委员会公布了第十届“全国百篇优秀管理案例”评审结果，我校共有4篇案例获奖，其中一般项目2项，西部专项1项和微案例专项1项，整体获奖率达40%，获奖数量全国排名第五（并列），工信部高校排名第一。案例获奖数量和获奖类别均创历史新高，标志着我校管理案例研究与开发工作取得了重大突破。

★8月30-31日，2019中国机器人大赛在山东青岛举办。本次大赛共设有17个大项，46个子项，吸引了全国270所知名高校，共计1109支队伍参加，参赛人数超过3800人。我校机器人基地联合派出代表队参加了本届比赛，最终取得了10冠4亚2季的优异成绩。在工信部参赛学校中名列第一，是207个参赛学校中获得冠军奖杯最多的学校。

★9月5日上午，第七届全国道德模范座谈会在北京举行，会上对58名全国道德模范荣誉称号和257名全国道德模范提名奖获得者进行表彰。西北工业大学2016级校友孙玉晴荣获“第七届全国道德模范提名奖”。

★9月4日至5日，陕西省科学实验展演大赛复赛和决赛在陕西省科技资源统筹中心举行，我校首次参赛即取得佳绩。代表学校参赛的3个团队在来自全省各地高校、科研院所、企业、省部级重点实验室、科普基地、科技展馆等单位的103个团队中脱颖而出，斩获一等奖（共3项），二等奖（共6项），三等奖（共10项）各1项，我校作为唯一高校获优秀组织奖（共5项）。

★近日，国际计算机视觉大会东北虎重识别竞赛（ICCV 2019 CVWC Workshop）结果揭晓，经过同中国科学院大学、天津大学、圣母大学、亚利桑那州立大学等来自世界各地的队伍历时一月的激烈角逐，由我校计算机学院王鹏教授指导的以2017级本科生余济闻、刘骏楠、杨之正、张周阳子、朱奕昕为主力，和低年级研究生苏海波、杨路、矫炳亮组成的队伍，获得东北虎重识别（Plain ReID）任务的第3名，并获邀参加ICCV 2019 CVWC workshop。

（摘自翱翔网）



离退休党委“七一”慰问生病住院离退休教职工

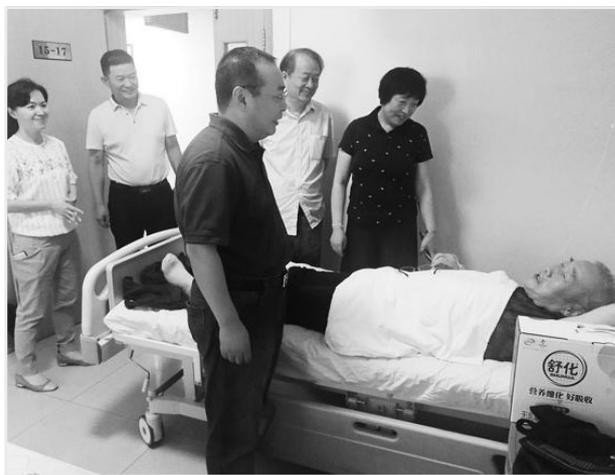


中国共产党成立九十八周年之际,为充分体现学校党委对离退休教职工的深切关怀,离退休党委、离退休工作处带着学校的嘱托、带着慰问品到校医院看望慰问住院的离退休老同志。

7月1日上午,离退休党委书记、处长侯亚涛,副书记、副处长张华、王华及离退休工作处部分工作人员来到校医院,一一详细地向老同志询问病情、向主管医生了解治疗情况,鼓励他们要积极配合治疗,安心养病,争取早日康复,并向老同志转达了学校和离退休党委对他们的关心与问候。老同志十分感激的说,作为西工大离退休教职工就是幸福,处处都能感受到

各级党组织的关爱与温暖。

离退休工作党委始终坚持把“七一”等重大节日慰问和日常的及时慰问,作为一项基本制度常态抓好落实,坚持把党的温暖、学校的关怀及时送到生病老同志的病榻前,深受老同志的欢迎和称赞。
(史延)





力学与土木建筑学院邀请离退休老同志参加 “迎七一 守初心”主题党日活动



2019年7月1日，是中国共产党建党98周年。在当天下午，力学与土木建筑学院党委组织了离退休老党员、老同志、教师支部党员和学生支部党员代表开展了“迎七一、守初心”主题党日活动。

一、安全教育体验活动

习近平总书记说过：树立安全发展理念、弘扬生命至上、安全第一的思想，健全公共安全体系，完善安全生产责任制，坚决遏制重特大安全事故，提升防灾减灾救灾能力。结合主题党日活动，为了进一步提升退休老党员、师生党员的安全意识，学院在西北工业大学长安校区占地面积近1200平方

米的安全教育体验馆，展开了安全教育活动。

体验馆通过将丰富的知识与互动体验相结合的方式，全方位、多角度开展自然灾害、国家安全、校园安全、消防安全、卫生健康、交通安全等六个方面涉及国家安全观和安全生产相关领域的教育培训。通过讲解和现场体验，使师生党员在潜移默化之中深植安全理念，将安全生产、平安生活的观念和意识融于心中。

二、ARJ21大飞机重温入党誓词活动

在这个特殊的日子里，安全体验馆活动结束后，学院组织离退休



老党员、师生党员代表在长安校区ARJ21大飞机处进行重温入党誓词活动。全体党员在党委书记高大力的带领下,举起右手,紧握拳头,面对鲜红的党旗重温入党誓词:“我志愿加入中国共产党,拥护党的纲领,遵守党的章程……”,铮铮誓言在党旗下、大飞机前响起,表达了全体党员干部为共产主义奋斗终身的决心,更激发了作为一名共产党员的自豪感与责任感。

活动结束后,高大力书记与大家进行了简短交流,他表示入党誓词虽然只有短短几十字,但字字千钧,是每一名共产党员入党初心的真实写照和庄严许下的铮铮誓言。走得再远

都不能忘记来时的路,初心要终身坚守,要时时刻刻重温自省。全体党员要树牢“四个意识”、坚定“四个自信”、坚决做到“两个维护”,要牢记共产党人的初心和使命,坚守共产党人的底线。新时代,要有新气象,我们要沿着习近平新时代中国特色社会主义思想指引的方向奋勇前进,为服务群众,为学校“双一流”建设做出新的更大的贡献。党员们纷纷表示,将在今后的工作中履行党员义务,决不辜负党组织的殷切期望,努力发挥党员的先锋模范作用,凝聚正能量,不忘初心,牢记使命,为党组织交上一份满意答卷。

(谷淑宁、常宁花)





献礼新中国成立70华诞,西工大离退休教职工 文艺晚会圆满举行



为庆祝中华人民共和国成立70周年,凝聚广大教职工的爱国热情,丰富居民精神文化生活,讴歌祖国母亲的光辉,讴歌幸福生活。西北工业大学离退休党委、离退休工作处积极组织学校离退休教职工开展“喜迎新中国成立70华诞”为主题的征文、书画展、

手工作品展、诗歌朗诵分享会、文艺汇演等系列活动。

9月5日晚上7:30,“西工大离退休教职工喜迎新中国成立70华诞文艺晚会”在西工大南苑小广场隆重举行。来自来自各苑的教职工及社区群众近500人共享这场精彩盛宴。



身着靓丽服装,伴着动感音乐,红红火火的开场舞《欢聚》为晚会拉开精彩帷幕。伴着缓缓音乐响起的女生小合唱《老师我想你》和男生小合唱《祖国不会忘记你》,女声舒缓柔美的嗓音,男生高亢起伏的音律,表达着老同志对祖国母亲的热爱之情,随后的诗歌朗诵《我和我的祖国》使现场观众为之动容;而欢快的拉丁舞蹈《我心永恒》、端庄优雅的时装表演《永恒的友谊》、整齐划一的健身舞蹈《赞美你,我亲爱的祖国》,充分展示了老同志对美

好晚年生活的热爱;最后,曲调悠扬的葫芦丝,大气磅礴的民乐合奏,平均年龄 75 岁的离退休教职工的大合唱《中华民谣》、《我爱你中国》为晚会划上了圆满句号,为祖国 70 华诞献上了一份赞礼。

整场文艺晚会老同志用饱满的热情、技巧纯熟的倾情演绎,赢得现场观众的阵阵热烈掌声。他们用丰富多样的节目形式赞美祖国日新月异的变化,讴歌新时代的幸福生活,表达着自己对祖国母亲的生日祝福。(师丽娜)





张家村街道西工大社区举办“参与垃圾分类 共建美丽西安”宣传活动



8月28日上午，西工大社区在友谊校区角楼小广场举办“参与垃圾分类 共建美丽西安”宣传活动。张家村街道办事处主任杨赞毅、张家村街道办事处副主任翟海波、张家村街道办事处副调研员王会民、西工大离退休处副处长王华和社区居民等共计100余人参加本次活动。

活动现场，翟副主任倡议大家支持、参与垃圾分类工作，发挥社区引导作用，确保垃圾分类有效推进。接下来的小丑派送礼物环节将活动推向第一个小高潮。紧接着，垃圾分类宣讲员向居民讲解垃圾的种类、回收后的用途以及如何正确投放等知识。随后的“快

乐厨师”更是通过杂技表演的方式让大家在欢声笑语中区分厨房垃圾的分类方法。最后，有奖互动环节再一次让居民了解垃圾的种类、区分的方法等，同时，杨赞毅主任也为踊跃参与互动的居民送上小礼品。活动中，一位外籍老师也分享了他的国家垃圾分类的方式，希望我们有所借鉴。另外，张家村街道领导，社区工作人员和社区居民代表也纷纷表示：这种形式多样的宣传方式很有必要，垃圾分类是一个变废为宝的漫长过程，我们不能空喊口号，要从自身做起，为垃圾分类做出自己的努力。

(党星星)



红枫叶艺术团为2019年学校机关中秋节联谊会助兴



9月12日晚，学校机关党委在友谊校区健翔楼多功能厅举办以“爱国·爱校·爱家”为主题的中秋节机关联谊会。党委常委、党委组织部部长詹浩出席活动并致辞，向大家致以节日问候和真挚祝福。红枫叶艺术团舞蹈队以一曲节奏欢快、热烈喜庆的舞蹈《欢聚》拉开了联谊会的序幕。

红枫叶艺术团时装队《梨花颂》将

戏曲与走秀相结合，诠释了我国传统文化的独特魅力，赢得了现场观众的阵阵掌声……

此次机关中秋节联谊会活动，我处红枫叶艺术团的演出得到了现场观众一致好评，展现了我校离退休教职工积极向上的精神面貌，为中秋佳节营造了和谐、温馨的节日氛围。

(师丽娜)

生活小常识

◆烹调蔬菜时，加点菱粉类淀粉，使汤变得稠浓，不但可使烹调出的蔬菜美味可口，而且由于淀粉含谷胱甘肽，对维生素有保护作用。

◆烧荤菜时，在加了酒后，再加

点醋，菜就会变得香喷喷的。烧豆芽之类的素菜时，适当加点醋，味道好营养也好，因为醋对维生素有保护作用。

(摘自机电之家网)



我校参加陕西省老教授协会第五届九次理事会



9月11日,陕西省老教授协会第五届九次理事会在陕西师范大学举行,协会会长吕九如,各分会理事近30人出席了会议。

我校老教授协会副会长、原副校长胥效文参加了会议。主要对2019年下半年工作做了部署,重点对协会负责人换届、职称评选、祖国70年华诞庆祝活动事宜等进行讨论。
(师丽娜)

红枫叶乒乓球协会成功举办“双节赛”



9月11日上午,红枫叶乒乓球协会在健翔楼五楼乒乓球厅举办了乒乓球“双节赛”。

参与比赛的离退休教职工达70余人,平均年龄近70岁,其中年龄最大的已经84岁,比赛中也不示弱,运动员们精神饱满,不时打出精彩好球,赢得阵阵掌声,展示了离退休教

职工积极乐观的精神风貌,现场洋溢着热闹、和谐的节日气氛。

(师丽娜)



仲跻为老师荣获陕西省“最美退役军人”称号



今年建军节前夕,西北工业大学退休干部仲跻为老师荣获陕西省“最美退役军人”称号。仲跻为老师在部队工作近30年,为保障

飞机的飞行安全做出突出成绩,曾四次受嘉奖,四次荣立三等功。1978年,他以党代表的资格参加空军第五次党代会,受到党和国家领导人的接见。

1987年,他转业到西北工业大学飞机系(现航空学院)第三研究室工作,继续发扬部队的全心全意为人民服务的光荣传统,退役不退色,先后获得“优秀研究生教育工作者”、“优秀党务工作者”等称号。退休后,他多次获

得“优秀离退休工作者”称号,还被评为“离退休干部先进个人”,并授予《奉献有为之星》称号;其发起成立的“西工大红枫叶中老年志愿者协会”曾获“全国老有所为楷模”及“优秀离退休干部先进集体”集体荣誉称号。

仲跻为老师现已步入78岁高龄,他将心中有大爱、助老献真情的胸怀投入到爱老敬老助老的实际行动中,为老同志维修燃气灶、空调、冰箱、电风扇、抽油烟机、电视机、门锁等等,一件件微不足道的小事,汇集起来,体现着一位老党员、一位退役老兵的初心和使命。他用军人的忠诚、执着和坚持,为离退休老人送上了温暖和快乐,用自己朴实纯粹的军人情怀书写为群众谋福祉的奉献精神。

(黄钰桦)

生活小常识

◆面包能消除衣服油迹:用餐时,衣服如果被油迹所染,可用新鲜白面包轻轻摩擦,油迹即可消除。

◆如果衣领和袖口较脏,可将衣物先放进溶有洗衣粉的温水中浸泡15-20

分钟,再进行正常洗涤,就能洗干净。

◆如何使用砂锅:用砂锅熬汤、炖肉时,要先往砂锅里放水,再把砂锅置于火上,先用文火,再用旺火。

(摘自机电之家网)



离退休工作处为老干部祝贺 90 岁寿辰



与崔连芬老师合影留念

为继续做好离休干部的精准化服务工作，假期期间老干科始终坚持走访慰问工作。7、8月，离退休处副处长张华和老干科科长余波及工作人员带着学校的关怀和祝寿礼物上门分别为崔连芬、刘洪忠、傅恒志三位老师祝贺90岁寿辰，祝他们福如东海，寿比南山，并送上精心准备的“寿”字中堂及生日礼物。老同志高兴得和我们拉着家常，讲着他们日常生活中的趣事和学校的发展变化，并感谢学校和离退休工作的关心和照顾，张华副处长反复叮嘱他们夏季天气炎热，要注意防暑降温，外出散步防止摔跤，在家要注意用电、用气的安全，有事随时拨打24小时服务热线88495000。

崔连芬老师生活积极乐观，每天坚持拖地，家中收拾干净、整洁、温馨；



与傅院士合影留念

刘洪忠老师生活非常有规律，每天早晨坚持散步，坚持阅读，研究传统文化；傅恒志院士尽管已是“鲐背之年”，但依然坚持工作，继续为学校 and 学科的发展作着贡献。人事处高层办主任傅莉和崔晓静老师带着鲜花，同我们一起为傅院士祝贺90岁寿辰。

最后，工作人员再次祝各位老师身体健康，生活幸福并合影留念。

(王益婷)



与刘洪忠老师合影留念



离退休工作处为老同志祝贺 90 岁寿辰



与任思聪老师合影留念

6月20日上午，离退休工作处副处长张华、老干科科长余波及工作人员一行带着学校的关怀，带着祝寿礼物上

门为任思聪老师祝贺九十岁寿辰。

张华副处长首先代表离退休工作处祝任老师福如东海，寿比南山，并送上精心准备的“寿”字中堂及生日礼物。任老师虽然九十高龄，但身体健康，精神矍铄，平时还喜欢写诗，是红枫叶诗友社社长，经常组织活动，还出版了诗集。交谈中，任老红光满面，声音洪亮，笑声不断，表示要向百岁、向“茶”寿（108岁）进发。任老师反复感谢学校和离退休工作处的关心和照顾，使他能够幸福快乐的安享晚年。（王益婷）

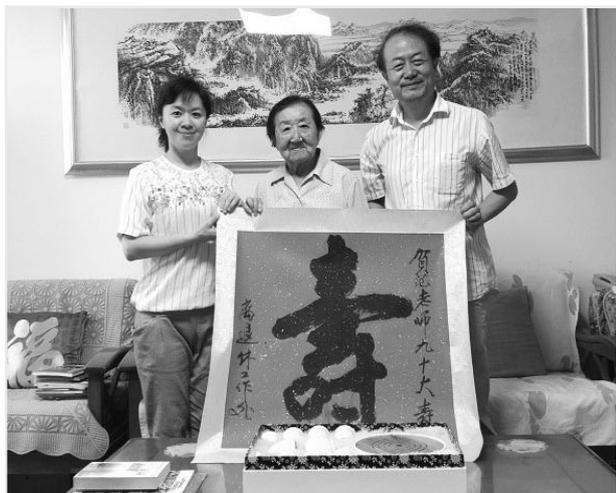
7月12日上午，离退休工作处副处长张华、老干科科长余波及工作人员一同上门为陈志温老师祝贺九十岁寿辰。

陈老师虽然九十高龄，但是精神矍铄，思维清晰，每天都要抄写党章或经典老歌词，桌上摆着厚厚抄写本，反映了陈老师热爱党、热爱生活，积极乐观的生活态度。虽然耳朵完全失聪，只能用写字板交流，我们鼓励陈老师“向100岁前进！”陈老师及家属对组织的关心表示感谢。最后，工作人员再次恭

祝陈老师身体健康，阖家幸福并合影留念。（王益婷）



与陈志温老师合影留念



与范承庄老师合影留念

7月13日，离退休工作处副处长王华、退休科科长胡婷及工作人员，带着学校的关怀，及祝寿礼物来到范承庄老师家里恭贺九十寿辰。

王华副处长首先代表离退休工作

处祝范老师身体健康，万事如意，幸福长寿，天伦永享，并为老寿星送上祝寿礼物及“寿”字斗方，范老对我们的到来感到很高兴。

大家与老人促膝长谈，拉起家常，详细询问老人的身体状况和家庭生活情况，叮嘱老人在平日多注重身体，保持心情愉悦。范老虽已九十岁高寿，但精神矍铄、面色红润、思维清晰。老人感谢组织的关心，也非常感谢学校的关怀，表示会好好保重身体，安度晚年幸福生活。

最后，工作人员再次恭祝陈老师身体健康，阖家幸福并合影留念。

(王茜楠)

9月17日下午，离退休工作处副处长王华、退休科科长胡婷及工作人员一起，带着祝寿礼物，带着学校的关怀来到陆毓楦老师家里，恭贺陆老师九十寿辰。

王华代表离退休工作处恭祝老人福如东海，寿比南山！工作人员为老人挂上了喜庆的“寿”字中堂，陆老和老伴赵宝珠对于工作人员的到来特别高兴。离退休工作处人员与老两口亲切交谈，话家常。两位老人在生活上相互扶持、注意饮食，身体非常健康，思路清晰，风趣幽默，生活简单又幸福。整个聊天中

两位老人脸上始终洋溢着幸福的笑容，说的最多的还是感谢，感谢党的政策，感谢美好的社会，感谢学校的关怀。

(王茜楠)



与陆毓楦老师合影留念



赵老师，您在哪里？

方醒

“哎呦 ~~~~~ 别拽——”一个仰着头的姑娘的两支长辫子被一个顽皮的小男孩在后面踮脚拽住，她转过身来，有点儿愠色，见这小男孩在她身前高兴地雀跃，她脸上漾起了微笑。

那姑娘是我的小学班主任，名叫赵北雁，男孩就是我。

1942年，我刚六岁，上小学一年级，进成都仁厚镇小学。入学考试很有意思，一群小不点儿叽叽咋咋坐在教室里，一个高挑身材扎着两根辫子的老师走了进来，给每个男孩发了一张纸，上面印了十道题，孩子们大多不识字，老师说，这里有十道题，每道题后面有个括弧，我念完一道题，你觉得对就在括弧里打勾，觉得错就打叉。于是，她就念了，用四川话念，有时又冒出一两句京腔。我只记得一道题是“天上有神仙”，我想了想，打上了勾。因为老人们常告诫：孩子不听话，天上要打雷；吃饭浪费粮食，要打雷的。谁在那里打雷，还不是神仙？！

懂点事之后，我很为自己不光彩的错答耿耿于怀。

巧的是，这位考我们的老师就是我们的班主任，我幸运地成了她的学生。1937年卢沟桥事变后，她随家庭从北京南渡来到四川成都，在仁厚镇小学任教。

当年的我没有学习的概念，每天背书包上学就是和小伙伴玩耍，课外玩，课内也玩，有时还打架。那时小孩的学习不像现在的那么繁重，孩子爱玩好动的天性自由生长，不似现在的孩子天性受到压抑。但是玩下来之后，每学期总有一两门挂科，成绩单上常出现红色，家长也不十分介意那红色，说几句“假期不要光玩儿，复习复习功课”就完事。第二学期开学“补考”，见到赵老师，忐忑的心就放下了，一张纸上几道题，答完交卷，总是通过，从未留级。

一天下午放学早，我和要好的同学吴鲤跃（川音读成 y á o）一同去学校附近的少城公园（新中国成立后改名人民公园）去玩，我们边玩边谈自己长大后要干一番大事的理想，干什么大事，谁也说不清。那时小学周一朝会，校长都要带全校师



生背“总理遗嘱”。我们心中景仰的伟人就是孙中山。

“他可能有前面电线杆那么高吧！”一个说。

“他说话可能跟打雷一样。”另一个说。

两个七八岁小孩正在热烈讨论一个宏大的话题。见赵老师和另外一位女老师远远地从公园大门进来，手里似还织着毛线。我们交换一下眼色，笑着钻进身旁吊着的一口大钟里，不管四只脚露在外面。赵老师说：“还不快出来，早就看见了。”我们和两位老师在公园里转悠，只是她们聊她们的，我们玩自己的。那公园在抗战的艰难岁月里，是大家休息的好去处，尤其那茶馆更是叔叔阿姨们议论国事的绝好场所；对我们孩子说来，则是童年的乐园。

“你们长大了要当什么？”赵老师问我俩。

“我要当空军，开飞机，打日本鬼子。”吴鲤跃脱口而出。

我也想当空军，因为我父亲方诗农与他的至友夏聪本在大学毕业后，一同报名参加空军，夏伯伯被录取了，父亲因视力未达要求而落选。夏伯伯高大英俊，穿着飞行员的皮夹克，休假时总来我家，后来为抗日血洒长空，此事给我童年的心灵有很大的影响。见鲤跃抢先答了“空军”，我不愿和他相同，就说，“我要当海陆空军。”

“没有海陆空军，只能选一种。”老师说。

“那就当海军吧”

“你们志愿都很好，那就要锻炼好身体，好好学习，长大了保卫国家。”两位老师边踱边说。

赵老师年青的丈夫也在航空部门工作，有时她带我们到似是飞行员俱乐部去玩耍，她和我的父母也有来往。

一个星期日，我们一群孩子在街巷里玩耍，经过一处大院，一个孩子说，“赵老师就住在这里。”“真的？”“哪个哄你，真的嘛。”“那你敢不敢大声叫‘赵北雁’。”“……”

“我敢。”我逞英雄。

“那你叫叫看。”

我就叫，“赵北雁，赵北雁，……”一群野小子笑着叫着像一群麻雀飞走了，我也急忙撒丫子追去。



第二天,赵老师把我叫到办公室,其时我已把昨天的事忘了。

“昨天是不是你在门口叫我名字?”

“是的。”我低下头。

“我们邻居都说了,赵老师的学生怎么不懂礼貌呀!”

我抬头看了一眼她那双美丽的眼睛,又低下头。

“错了吗?”

“错了。”又抬起头,她笑笑,往我嘴里塞了一颗糖,打发我走了。

大约在三、四年级时,一次课上,老师未来,我和吴鲤跃溜到校门口玩去了,校门口就是街市,很热闹。直到下堂课快开始了,我们才跑回学校,见赵老师堵在教室门口,把我俩带到办公室。我心想,等着赵老师训两句,就会放人的。可是这次不然,她什么也不说,让我俩站在办公桌前,她低头批她的作业,过了一会,她让我俩靠近点儿,然后低下头,在吴鲤跃胸前听呀听;而后又到我胸前听呀听,抬起身说:

“吴鲤跃,你错了吗?”她严厉地问。

“错了。”鲤跃啜嚅着。

“怎么办?”

“以后再不逃课了。”

“你先回班上上课。”

那家伙一溜烟跑了,连看都不看我一眼。

赵老师转过身来对着我,“做错了吗?”

“错了。”我坦然应对,以为马上会放人。

她看着我。没想到,没有放我,罚我站在教室外面。凭啥只罚我不罚他,我想不通,还有同学从窗口伸头取笑我,做鬼脸,我愈想愈委屈。

终于熬到下课,那是上午最后一堂课。同学们纷纷收拾书背回家了,赵老师才来叫我,“这回知错了吧?”

我什么也没说,哇地哭了。不是知错后悔,而是委屈她的不公。

她蹲下来给我擦眼泪,批评几句,开导几句,最后伸过脸来:“好了,好了,亲我一下,回去吃饭吧。”我不情愿地在她脸上亲了一下,掉头走了。回家路上,想明白了,一定是吴鲤跃心跳较快,而我心跳较正常,说明我没有怕性,这次没有放过



我。回到家,和父母絮叨学校里的事情,这一段自然被我“省略”了。

但是孩子就是这样,很快将所谓的“委屈”抛到九霄云外,仍然依恋在她周围,喜欢听她上课,听她唱歌,听她讲故事,和她一起做游戏。跟她学唱《松花江上》《满江红》等。她的言行举止蕴藉着母性的光辉,在她身边如坐春风,如沐煦日。

但是从那以后,我再也没有逃过课。

1945 年到来了,我小学四年级即将进入五年级,抗日胜利给我们大家带来了极大的喜悦,个个兴高采烈、神采奕奕。哥哥和我也将随父母东归。当时在大西南的南方人众多,搞车票、船票、机票很不容易,等着盼着。一天,父亲回家告诉我们,后天有去重庆的长途汽车,先到重庆,到了之后再想法买民生公司的船票,顺江而下去南京。我和哥哥兴奋地拉着手转,父亲催促母亲赶紧收拾东西,带不走的统统留下。

我和哥哥给母亲说,我们要去学校告别赵老师和其他老师,还有同学。“应该,应该,快去。”父母说。

找到赵老师后,她感到很突然,虽然东渡北归是当时的大趋势,不曾想这么快大家就要分手了。她拉住我的手摇着,不舍地自言自语:“哎呀,要走了,要走了,这么快……”

我依偎在她身旁,什么也没说。

而今,我们这些学生已进入耄耋之年。吴鲤跃 1954 年进入北航飞机系,终身奋斗在航空事业里;我哥哥方先畅 1953 年被保送至哈军工海军科学习;我哩,由于种种原因,到了西工大附中。我想起那首歌,“长大后,我就成了你。”……

赵老师老人家可能近百岁了。人生虽已向晚,岁月可以沉香。赵老师还健在吗?吴鲤跃从北航来西工大出差,还和我说到赵老师。

赵老师,您在哪里?希望您有个安宁祥和的晚年,学生想念您,诚挚地祝福您!





实现梦想

谢朝矩

夏夜,繁星满天
我仰望星空、低头沉思,
满怀梦想,思绪万千,
我的心啊?飞向遥远天边。

是毛主席引领前辈,
创造出2万5千里长征奇迹,
走过布满荆棘,涂满鲜血的漫长道路,
终于迎来了新中国诞生。

是邓小平打开国门,
引领我们走上改革开放的道路,
是习近平引领我们,
在改革开放的大道上继续奋勇前进,
才有了今天的国强民富。

革命人永远不会停步,
十九大进军号角吹响,
我们已踏上了新的征程。

十三亿人民乘上改革开放的巨轮,
在茫茫大海上沿着新时代中国社会主义道路前行,
习近平是船长、舵手、领航人,
习近平挺立在高高的指挥台上,
深邃的目光凝视着远方,
精准掌握着航行的速度和方向。

习近平描绘出一张张美丽前景的蓝图,
谋划出一个个改革方略,
深化供给侧结构性改革,
引领世界科技前沿,
建成世界最强的制造业大国,
打造世界最强的现代化军队,
建成世界最完善的法制体系。

绿水青山就是金山银山,
是人类共同的期盼和梦想,
保护生态、治理环境,
天变得更蓝,山变得更青,水变得更绿,
人民生活更加美满和幸福。

习近平在世界讲台上发出最强音,
呼吁各国人民构建人类命运共同体,
同心协力,相互合作,实现共赢,
建设持久和平,普遍安全,共同繁荣,
开放包容,清洁美丽的世界。

世界关系错综复杂,
战争阴云笼罩在世界上空。
一伙牛鬼蛇神勾结一起,
打着自由航行旗号,制造事端,
企图阻止我们前进。
我们将粉碎敌人一个个阴谋,
改革开放巨轮乘风破浪向前航行,
向着马克思给我们指引的方向前进,
不管路程多么遥远,时间多么漫长,
中华儿女有坚定信念,以愚公移山的精神到达彼岸,
实现人类共产主义宏伟梦想。



关于近期我校三起火警情况的通报

近期,我校消防安全形势严峻,住宅区接连发生三起火警。

6月2日9时许,群众发现东村11号楼3单元某户厨房冒出浓烟,遂及时通知住户家人、学校保卫处和友谊物业。因处置及时,未造成其他损失和人员伤亡。事故原因为住户张某某使用天然气灶做饭时外出,导致锅具烧糊。

6月4日18时20分许,社区居委会干部发现西村1号楼1单元某户冒出浓烟,家中无人且无法联系户主,于是果断联系专业人员开锁并进入室内处置,未造成其他损失和人员伤亡。事故原因为住户安某某使用天然气灶和高压锅做饭时外出,导致锅具烧糊。

6月5日16时45分许,东村17号楼20楼某户发生火情,物业人员接群众报警后及时赶到,使用灭火器扑灭。事故中,厨房吊顶损坏,无其他损失和人员伤亡。事故原因为户主李某某使用天然气时操作不当。

在上述火警中,群众警惕性比较高,发现情况后能够及时报警并积极联系当事人;物业值班人员、社区居委会干部反应迅速,处置得当,避免了更大损失。但是部分居民,特别是高龄独居老人安全意识不足、安全知识缺乏。

各单位要举一反三,加强安全意识和安全常识教育宣传,加大消防安全检查力度、及时消除隐患。

全校师生员工和居民应进一步提高安全防范意识、学习安全常识,主动消除工作、学习、生活场所的安全隐患;要注意用水、用电、用气、用火安全,外出时、临睡前要关闭电源开关及燃气总阀门;不在楼道等公共区域为电动车充电;不把点燃的蚊香贴靠在床沿、窗帘等易燃物品旁;要确保走道、楼梯的畅通,不在楼层通道和安全出口处堆放杂物,不在户外消防通道停车;掌握正确的灭火和逃生知识。

如发现火情,请迅速拨打报警电话:

学校保卫处 88494110(友谊校区)、88430110(长安校区);

火警 119。



住户安全提醒

- 1、做饭时,厨房内必须始终有人照料;避免汤水溢出炉火导致天然气泄露。儿童、老人不能单独使用燃气灶具。
- 2、睡觉前应检查天然气总阀是否已经关闭。
- 3、漏气时,应立即先关闭天然气总阀,此时应避免明火、摩擦静电或接打手机、开关各种电器,应立即通知燃气公司进行处理。
- 4、使用电器设备前必须要检查线路、插头、插座、漏电保护装置是否完好。
- 5、严禁私拆乱接电器线路、插头、插座、不要用湿手去扳开关、插入或拔出插头。
- 6、平时各种用水设备应做到随用随关,特别是在无水的情况下,切记关闭各种用水设备,以防来水时,跑、漏水事故发生。
- 7、外出前应检查天然气总阀、电源总阀、水源总阀是否已经关闭。

2019年上半年老人受骗案例

序号	案发时间	被骗住户	被骗理由	被骗金额
1	4月10日	青教公寓	修煤气灶	600元
2	4月12日	东村某户	修煤气灶	500元
3	4月15日	北村某户	探望老师,讨要返程路费	2000元
4	4月24日	东村某户	探望老师,讨要返程路费	1500元
5	4月26日	东村某户	修煤气灶	诈骗未遂
6	5月中旬	东村某户	探望老师,讨要返程路费	1000元
7	5月20日	东村某户	探望老师,讨要返程路费	500元
8	6月10日	北村某户	探望老师,讨要返程路费	1000元
9	7月10日	西村某户	探望老师,讨要返程路费	500元



老人防范迷信诈骗的招数有哪些



老人防范迷信诈骗的招数有哪些你知道吗?迷信诈骗报道时不时见于媒体报端。在以封建迷信为手段的诈骗案件中,骗子们往往以“算命、看相、看风水、看病消灾”等为借口,利用人们“破财消灾”的侥幸心理,诈骗钱财。迷信诈骗老人的方式有哪些,我们和佰佰安全网看看吧。

诈骗团伙之所以屡屡得手,究其原因,主要是一些人被封建迷信思想蒙住了双眼。因此,预防迷信诈骗关键还是要强化宣传教育,使人们心明眼亮。一方面要通过电视、报纸、广播、网络等多种方式进行宣传教育,擦亮人们的眼睛,提高人们辨别真伪的技能和自主防范的意识。另一方面要通过普及科学和宣传教育使人们心里亮敞,自觉抵制和摆脱迷信等愚昧落后观念,形成崇尚科学的氛围,树立健康文明的生活方式和积极向上的生活情趣,使封建迷信诈骗没有活动市场、没有生存空间。

1、广大群众尤其中老年人、妇女以及病患者等要相信科学,破除封建迷信思想,有病要及时到医院治疗,切勿相信“天降灾祸”迷信之说。

2、如果遇到以看病、找看相人、消灾为由要将财物放在某一位置一定要提高警惕,不要将财物交给陌生人保管。

3、不要轻易将家庭情况告诉陌生人,特别是透漏家庭成员是否患病,在外打工或求学等具体情况。

4、遇到过于热情的外地人,一定要提高警惕,以免上当受骗。

5、老年人、妇女上街买菜、购物最好找邻居、街坊一同前往,相互好有照应。

6、一旦上当受骗,要及时报警,切勿碍于面子,丧失抓捕犯罪分子的有利时机。

以上是小编整理的预防迷信诈骗的方法,老人要学习基本的防骗知识,不要相信陌生人的话,保护自己的财产。

(摘自佰佰安全网)



老人防范电信诈骗的秘诀有哪些

对陌生号码与短信的警惕性要增强。

很多时候，电信诈骗都是通过一个电话或者短信开始的。这时候，当我们面对陌生的短信或者号码的时候，哪怕上面所说的什么税务局，银行，公安局，涉及到银行账号，个人信息，或者转账汇款等。一定要学会保持警惕性。不要盲目轻信短信和电话你所说的。



及时拨打官方客服咨询。

这里，尤其是指涉及到银行的账户等相关问题的时候，一定不要着急。就算自己接到电话，或者短信了。也一定要拨打一下银行的官方客服去询问一下，很多时候，一问就知道是骗局了。另外，要记住，银行一般怎么可能会要求你对于自己账户的设置等。当然特殊情况除外，比如是以银行的官方的号码和短信打过来。但是这种情况也要注意，不要忘了曾经 10086 也被不法分子拦截过。一定要和银行问清楚再做决定。

关于退税的诈骗要留意。

一些不法分子可能会利用财务或者税务部门退税等方式进行诈骗，对于这一点，一般要注意一个常识。一般财务和税务的相关部门是不可能给你打电话的。一般这种政策涉及的人很多，他们哪有那么多时间打电话啊？他们最多会在报刊或者网站，电视等方面公布消息。你若不清楚，直接去上网查询，或者拨打其官方客服咨询一下就可以了。

账户密码的短信与电话要格外注意。

有时候，很多人遭到电信诈骗。都是通过一条短信，或者一个电话引起的。当短信和电话里涉及到账号和密码的时候，不要回复。哪怕是上面说的有多么的重要性和紧急性。也不要回复。

老人要学习防骗知识，时刻警惕骗子，保护自己的财产。

(摘自佰佰安全网)



如何让老人防范金融诈骗

随着社会的发展和金融保险的进步,老年群体对理财也有着越来越广泛的需求。但是由于对金融知识不够了解,老年人很容易被不法分子欺骗,如何让老人防范金融诈骗呢?



电话欠费诈骗:

不法分子群拨电话,显示国家公安、电信机关电话号码,冒充电信公司、公安机关,以受害人被他人盗用身份涉嫌洗钱犯罪等,将没收受害人银行存款进行恫吓,要求受害人将其资金转到指定账户。

引诱汇款诈骗:

不法分子以群发短信方式,将“请把钱存到××银行,××账号,××先生”等短信内容大量发出,引诱事主汇款。

虚假中奖诈骗:

不法分子通过信件邮寄、手机或互联网传递中奖短信,受害人一旦与犯罪分子联系兑奖,即以“需先汇个人所得税”、“转账手续费”、“公证费”等各种理由要求受害人汇钱。

汇钱救急诈骗:

不法分子通过网聊、电话交友等手段掌握受害人的家庭成员信息后,先通过反复骚扰使受害人手机关机,再以医生或警察名义给受害人家属打电话,谎称受害人生病或遭遇车祸住院等,要求汇钱到指定账户救急。

防骗小妙招:

1.注意各类电话、短信来源,拒绝利益诱惑。不要轻信来路不明的电话号码提供的电话银行服务及各类中奖、费用返还短信,遇到可疑情况要多与亲戚、朋友商议,并及时向公安机关、金融机构等咨询。

2.加强保密意识,防止个人及家庭金融信息外泄。不要将个人资料、卡号、存款密码等告知他人。根据我国法律规定,公安机关、检察机关、法院在侦查办案中都不会通过电话进行案情询问,更不会询问群众家中存款情况以及要求转账等。

(摘自佰佰安全网)



老人防医药诈骗

随着人们生活水平的提高,养生意识的增强,种类繁多的医疗器械开始走进人们的生活。而一些商家为了经济利益,利用健康讲座、免费出游等手段,诱导老年人购买高价医疗器械,致使很多老年人上当受骗。

医疗欺诈骗骗的手段



组织免费讲座或免费旅游兜售产品

有些商家名义上是开展免费健康讲座、免费旅游活动,实际则是为了兜售医疗器械。邀请所谓“专家”、“教授”、“医生”现场谈养生,有些老年人因为盲信“专家”的话而买入保健食品或保健器械,少则几百元,多则上万元。另有老人在参加义诊咨询、免费体检后,偏听偏信“医生”建议,把治病的希望全都寄托在医疗器械上,甚至拒不遵循正规医院医嘱,导致身体状况越来越差。

健康讲座

推销者抓住老年人体弱多病,渴望健康的心理,办班授课,聚集人气。先讲一些疑难杂症的病症、成因、危害及防治难度,借机夸大所推销产品的效果,忽悠听课者上当购买。

馈赠诱惑

老年人大都勤俭节约,医疗器械商家往往会根据老人的兴趣、爱好和生活需要,设置附赠小礼品或抽奖,以诱惑其购买医疗器械。

雇托诱骗

高薪招募推销员,利用老年亲戚、朋友、同事等关系进行游说,推销其产品;请所谓“专家”、“学者”、“权威”在公开场合介绍产品的“特殊疗效”,发布“权威检测报告”;指使他人假冒患者名义写感谢信、送锦旗、现身说疗效;在销售现场制造抢购假象诱骗消费者购买等等。在一连串手段的交互作用下,普通的医疗器械变成了既治疗又滋补的良药,甚至可以“包治百病”。

“高科技”误导

有些经营者以高科技、绿色、健康、进口产品等概念误导消费者,宣称其产品是负离子、超声波、微循环、高



氧舱设计等专利技术应用,能包治百病,片面夸大保健功能,促使消费者误以为其所销售的医疗器械有巨大功效,甚至可以代替药品,同时商家故意回避医疗器械存在的副作用及不适应症,不告知能对消费者健康造成损害的信息。

以上小编整理的几种诈骗手段,电视上经常报导诈骗新闻,但是为什么老人屡屡上当呢,骗子是利用老人哪些心理进行诈骗的?

医疗器械诈骗是利用的 老人什么心理



老年人身体多病,渴望健康长寿

人老了之后,身体的各方面的功能开始衰退,大病小病都开始找上门来。而且随着年龄的增加,老人们也渐渐开始害怕疾病与死亡,看着身边的老友一个个离世,渴望健康长寿的心理越发强烈,而医疗器械诈骗则正是盯准了老年人的这一需求。

缺乏保健常识,让不法商贩有机可乘

我们父母这一辈的老年人普遍知

识水平比较低,缺乏一些基本的医疗常识,分不清保健食品和药品的界限,轻信那些推销者把医疗器械当药品吃的谣言,导致一些老年人延误病情,甚至造成不可挽回的严重后果。

贪图小恩小惠,掉进推销陷阱

很多老年人退休后,觉得被社会所遗忘,社会价值感突然降低,“赶场子,听健康讲座”成了许多老人热衷参与的事情。而且这种讲座不仅让你免费听,还会赠送礼品,讲座上的专家会夸大其词,讲述一些神乎其神的养生知识和案例,给你一种灵丹妙药的感觉。然后采取货源有限等“饥饿营销”的策略,再配合“买二送三、买五送五”等极具诱惑力的折扣,可以说,老年人一旦踏上这种健康讲座,就很难逃出医疗器械公司精心设计的陷阱。

孤独寂寞,亲情缺失

如今很多年轻人因为工作、学习的原因,长时间不在老人身边,缺少亲情陪伴的老人很容易成为医疗器械的“俘虏”。而医疗器械推销员利用这一点对老年人殷勤陪伴,有事没事要常去老人家看看,送点小礼品甚至认老人做干爹干妈。老年人长期亲情缺失,突然多了一个陪伴自己的孩子,他们推荐什么东西基本都能痛快地掏腰包。

骗子是可恶的,所以生活中要掌



握预防诈骗的小知识,避免诈骗,一起和佰佰安全网看看怎么识别医疗器械诈骗吧。

怎样识别医疗器械诈骗

虚构“权威证明”骗取信任

某些商家发布非法医疗器械广告,假借国家机关、事业单位、医疗机构、学术机构或行业组织的名义和形象,为其医疗器械的功效作背书,还有医疗器械广告含有无法证实的所谓“科学或研究发现”、“实验或数据证明”等措辞,从而诱导老年人对相关医疗器械功效深信不疑。

假借送赠品或免费试用等方式揽客

有些商家就通过“赠药”“免费试用”“发放礼品”“抽奖”等方式,吸引老年人参加各种促销活动。促销现场往往气氛热烈,并请所谓的患者现身说法,甚至雇人制造争先恐后购买产品的假象,给老年人造成不买就没有了、不买就吃亏的心理暗示,使老年人不知不觉中被“洗脑”,进而花钱购买大量产品。

以上两种招数是骗子经常使用的伎俩,老人要随时警惕,避免上当,怎样应对诈骗呢?

老人如何应对医疗器械诈骗

老人要讲科学,是指平时多了解

保健产品,提高和增强对保健产品的认识。有甄别能力,是指不要贪图“蝇头小利”,更不要被所谓的免费所诱惑。对于网络上传播的健康产品,要有核对和较真意识。

把钱存银行,要说服老人把大部分的钱存在银行而不是放在家里,身边只留下一些零散的钱,并且最好是由子女去帮忙存储,密码也由子女设置。假使骗子已经成功骗到了老人的信任,但是由于手头没有那么多的钱,而且也没有银行存折的密码,想要取钱必须要打电话给子女,这样子女们就能够在第一时间了解发生了什么情况,并且阻止老人落入陷阱。

老年人自身也要提高警惕,通过报刊、电视、网络等多种媒体开阔视野,尤其是一些法制类节目和文章,了解诈骗人员多用的技巧或者方法,加强对诈骗伎俩的识别能力,提高警惕。

老人的家属也要多带老人去一些正规的健康知识讲座,去正规医院看病就医,不给诈骗人员以可乘之机,不要轻易相信上门推销的骗子,掌握老人防骗小知识。(摘自陌陌安全网)





消防安全知识



怎样打火警电话？

(1)火警电话打通后,应讲清楚着火单位,所在区县、街道、门牌号码等详细地址;

(2)要讲清什么东西着火,火势情况;

(3)要讲清是平房还是楼房,最好能讲清楚起火部位,燃烧物质和燃烧情况;

(4)报警人要讲清自己姓名、所在单位和电话号码;

(5)报警后要派专人在路口等候消防车的到来,指引消防车去火场的道路,以便迅速、准确地到达起火地点。发现火情时应及时报警,这是每个公民的责任。

假报火警是违法行为

《中华人民共和国治安管理处罚

条例》第二条规定:扰乱公共秩序、妨碍公共安全,尚不够刑事处罚的,要根据治安管理处罚条例给予处罚。以往一些假报火警者都曾分别受到行政拘留、罚款、警告等处分。

要力争把火灾消灭在初起阶段

火灾初起阶段火场面积小、温度低,是便于扑救的最有利时机。在此阶段发现火灾,只要不错过时机,可以用很少的人力和灭火器材,甚至一桶水、一只灭火器,就可以扑灭火灾,火灾损失小。因此要注意扑灭初起阶段的火灾。

睡熟时,听到火警该怎么办?

当熟睡时,听到报警信号,许多人都慌张地把门打开,试图一下子冲出去,这种做法很危险,正确的做法是:

(1)爬到卧室的门边,用手背试一试门是否热;

(2)准备好湿毛巾;

(3)自制救生绳索,但切勿跳楼;

(4)利用自然条件作为救生滑道。

怎样正确判断隔门房间的着火情况?

当隔门房间内已经着火,如果自己将关闭的房门贸然打开,那么往往



会遭到猛烈高温与浓烟的袭击，这样不仅无法外逃而且不能重闭房门，反而引火入室。

判断隔门房间的着火情况，一般可通过如下一些途径。当手感门面有升温时，表示隔门已发生严重火患。手摸门面确定是否升温应以离地面越高越好。离开门的周边来感觉门面温度，对空心金属门甚为有效。但对绝热性金属防火门和实心木板门确无效，所以有时冷的门面并不能保证隔门无患。

查看有无烟气从门缝中流入是很有效的方式，大部分的烟气应是从门的上部流入。但当受房屋通风系统运转或装上耐火的硬质门缝封闭装置时，单靠烟气来确定火患威胁也并不都是可靠的。当门面暴露在火焰1分钟以内，金属门把的白底部即可感到升温，所以用手接触全金属贯穿门上把手白底部是否升温来察觉隔门有无火情，通常是一个有效的可靠的方法。

在逃生时，身上着火怎么办？

人身上着火后千万不能跑，因为越跑火就越旺。这是因为人一跑反而加快了空气对流而促进燃烧，火势会更加猛烈。跑，不但不能灭火，反而将火种带到别的地方，还有可能扩大火势，这是很危险的。应该：

(1)尽量先把衣服脱掉，浸入水中或用脚踩灭；

(2)如果来不及脱衣服，也可以卧倒在地上，把身上的火苗压灭；

(3)可以跳入附近的水池和水塘内灭火，如果烧伤面积大，就不能跳入水中以防感染；

(4)切忌用灭火器直接向着火人身上喷射，因为多数灭火器的药剂会引起烧伤的创口产生感染。

烟气妨碍人员逃生主要表现在以下几个方面

(1)烟气的毒害性。虽然烟气中的成分并不都有毒害性，但是无毒气体也会妨碍人的呼吸，降低空气中氧的浓度，造成人体缺氧而死。

(2)烟气的减光性。烟气的减光性是指烟气降低人的能见度，这就使人们不能迅速逃离火场，增加了中毒和烧死的可能性。

(3)烟气的恐怖性。在发生火灾时，特别是发生轰然后，火焰和烟气冲出门窗孔洞，浓烟滚滚，烈火熊熊，使人们产生了恐怖感，常常因此造成了疏散过程中的混乱局面，使有的人失去了正常活动能力，有的甚至失去理智，惊惶失措。

怎样使用湿毛巾防烟

(1)折叠层数要依毛巾的质地而异，



一般毛巾折叠8层为宜,这样烟雾浓度消除率可达60%。

(2)毛巾不必弄湿。

(3)使用时要捂住口和鼻,虑烟的面积尽量增大。

发生火灾时人被困在室内怎样呼救?

发生火灾,情况复杂,人被围困在室内,有时不了解周围失火情况,一时不能撤离火场。由于火势凶猛,门窗被封住,烟熏火燎容易迷失方向。

人被大火围困在建筑物内向外呼救,外面的人很难听到。因为熊熊烈火形成一道火围墙,向外呼救实际上是很困难的。此时此刻被困的人应保持冷静,人应卧倒在地面上呼救。因火势顺着气流向上升,在低矮的地方,可燃物已经烧过或还有未燃烧之处,呼救的声波可透过这些空隙向外传出。这样外界容易听到呼救声,能够及时设法营救。

如何选择避难房间,应注意以下几点

(1)选择临街的房间,因为那样便于观察火情,可以和救援者通过呼喊、手势等取得联系,对及时获得救援大有益处。

(2)选择有阳台的房间。

(3)选择从楼梯间便于接近的房间。

在非跳即死时应注意什么?

(1)要报一些棉被、沙发垫等松软

的物品,这样可以减缓冲击力。

(2)选择往楼下的石棉瓦车棚、花圃草地、水池河滨或枝叶茂盛的树上跳,这样可以减轻伤亡程度。

(3)徒手跳时要抱紧头部,身体弯曲,卷成一团,这样可以减少头部着地的可能性。

小小烟头的背后是什么?

香烟头虽小,潜在的危险性很大。香烟的燃烧状态,可分自由燃烧和吸烟燃烧两种,当然这两种燃烧是交替进行的。香烟的燃烧,由于香烟的品种不同,燃烧的最高温度有所不同,因而各燃烧区域的温度也不同。一般说来,香烟中心部位温度高大800—900℃,在卷纸的燃烧边缘温度达200—300℃。吸烟时中心温度要比自由燃烧时高一些。要保持香烟燃烧,中心部分必须在700℃以上。风速对香烟燃烧也有影响,风速1.5米/秒时最容易燃烧,风速达3.0米/秒时则很容易熄灭。

香烟的自由燃烧速度与放的位置也有关系,在无风的条件下,水平放置时,烧到香烟过滤嘴一端共需14—15分钟,垂直放置时,由下往上燃烧到过滤嘴需12—13分钟。

根据实验,香烟引起棉絮、木棉着火则需3—7分钟,引起晴纶着火只需1分钟左右。由此可知,乱扔烟头容易



酿成火灾也就不奇怪了。

根据统计，日本家庭火灾中吸烟引起的占 26%。美国家庭火灾中吸烟引起的占 29.1%。这些国家每年都有不少人由于粗心大意死于因吸烟或乱扔烟头而引起的火灾中。

吸烟在哪些情况下容易引起火灾？

- (1)躺在床上或沙发上吸烟。
- (2)漫不经心，不管场合，随手乱丢烟头和火柴梗。
- (3)在维修汽车和清洗机件时吸烟。
- (4)叼着香烟寻物时烟灰掉落在可燃物上，引起火灾。
- (5)不看场合地点，乱磕烟灰引起火灾。
- (6)在匆忙时把未熄灭的烟头塞进衣服口袋，结果引燃衣服而起火。
- (7)把点燃的香烟随手放在可燃物上，如书桌、箱子上，人离开时烟火未熄，结果引起火灾；或因烟头被风吹落，引着可燃物而引起灾。
- (8)使用打火机不当引起火灾。
- (9)在严禁用火的地方吸烟而引起火灾和爆炸事故。

不可小看纸篓起火

正确的做法是：先设法扑灭它，若一时不能扑灭，你必须在 1—2 分钟内逃出房间，再去报警或请求援助。否则你会有危险的。

停电之后应注意哪些防火问题？

(1)有条件的，要用应急照明灯，尽量不用明火照明。若条件受限而用油灯、蜡烛等明火照明时，要远离蚊帐、门窗帘、书、报纸等可燃物。

(2)使用油灯、蜡烛应急照明必须有人看管，做到人离开或睡觉将火熄灭。

(3)不要拿着蜡烛、油灯在床底下、柜橱内以及狭小的地方找东西，以免不小心少着可燃物引发火灾。

(4)要将电熨斗、电烙铁和电热毯的电源插头及时拔掉，防止来电后长时间通电，温度升高而引发火灾。

(5)要将电视机、收录机、组合音响的电源插头及时拔掉，防止来电后长时间通电，使绝缘层被击穿发生短路而引起火灾。

(6)对于油灯，尽可能采用有玻璃罩的油灯。

点蚊香有什么学问吗？

在炎热的夏季，许多家庭都要点蚊香。蚊香火头很小，往往不会引起人们的注意。事实说明，点燃蚊香如果不注意防火也会酿成火灾，造成不可收拾的局面。有人说得好，“三九留心火炉，三夏留心蚊香”。

一只点燃的蚊香，焰心部位的温度可达到 200—300℃，这样的温度超



过家庭日常用的棉布、纸张、木材等物品的点燃的温度,因此不能麻痹大意。

点蚊香要注意以下几点:

(1)点燃的蚊香要放在金属支架上或金属盘内,要踞桌、椅、床、蚊帐等可燃物一定距离。

(2)点燃的蚊香要放在不易被人碰倒或被风吹到的地方。

(3)室内有易燃液体(汽油、酒精等)和可燃气体时,不宜在室内点燃蚊香。

(4)睡觉之前,要注意检查一下点燃的蚊香。在确保安全之后,方可去睡觉。

电吹风的防火安全措施

电吹风在通电使用时,人不能离开,更不能随手放置在台板、桌凳、沙发、床垫等可燃物上;电吹风使用完后切记要将电源线从电源插座上拔下来。遇到临时停电或电吹风出现故障,切记也要拔下插头。

怎样预防电褥子着火?

目前,市场上出售的电褥子主要有二极管半波整流调温型,改变发热元件电阻的调温型和具有变压器降压的调温安全型和普通型4种。普通电褥子容易引起火灾,因此使用电褥子一定要注意防火。

(1)使用电褥子之前,一定要看清使用电压是否与居室电源电压是否一

样。实验证明,使用220伏电压的普通型电褥子长时间通电,电热丝发热,其温度上升的快慢取决于电压变化,散热情况和电褥子材质及干湿情况。当电褥子温度上升到200℃时,褥面开始冒烟,250℃时冒浓烟并出现火苗而引起火灾。

(2)应防止弄湿电褥子。电褥子被弄湿容易破坏电褥子的绝缘性能,造成漏电。

(3)减少折叠次数,避免折断电热丝,防止造成短路,过热。

(4)要按说明书的要求使用电褥子,通电时间不能过长。

(5)普通型电褥子不要与热水袋等其它热源同时使用,以避免造成局部过热。

(6)电褥子使用完后,一定要拔掉电源插头。

电脑着火怎么办?

如果电脑着火,即使关掉机子,甚至拔下插头,机内的元件仍然很热,仍会迸出烈焰并产生毒气,荧光屏、显象管也可能爆炸,应付的方法如下:

电脑开始冒烟或起火时,马上拔掉电源插头或关闭电源总开关,然后用湿毛毯或棉被等盖住电脑,这样既能阻止烟火蔓延,也可挡住荧光屏的玻璃碎片。



切勿向失火电脑泼水，即使已关掉电源的电脑也是这样，因为温度突然降下来，会使炽热的显象管爆裂。此外，电脑内仍有剩余电流，泼水可能引起触电。

切勿揭起覆盖物观看，灭火时，为防止显象管爆炸伤人，只能从侧面或后面接近电脑。

录音机会着火吗？

造成录音机着火的原因，在于听完录音机之后未拔掉电源插头，没有切断电源。

(1)一般普通录音机无电源开关，不拔电源插头，录音机变压器仍在工作，时间长了就会变热，温度升高。

(2)电源电压不稳，尤其夜间电源电压超过220伏时，引起线圈及铁芯发热。

(3)变压器铁芯，线圈温度过高，经过一段时间，绝缘被烧坏，导致录音机起火，引燃附近的可燃物而酿成火灾。

使用电源插座怎样注意防火？

电源插座中有一种一座多用的三联插座和四联插座，使用方便，颇受同学们青睐。但是使用这种多用插座应注意电源插座所能承受的能力，不能超负荷使用，以保安全。

在电源插座上均标明有额定电压与电流，这说明电源插座能够承受的

最大电压与电流值。电压与电流的乘积为电功率，单位为瓦数。假若在使用多联电源插座时，插了好几种电器就应仔细计算一下所插电器的功率是否超过了多联插座允许的额定功率，假若比插座的额定功率低，使用就安全。相反所用电器的总功率大于多联插座的额定功率，这样就不安全。因为电流通过金属导体时，金属导体会升温，这叫做电流热效应，当电流通过导体愈大，热效应愈高，发热量也愈大。

当多种电器的电流通过多联插座时，电流愈大其热效应愈高，超过额定值后就会烧毁电线和插座，严重时就会引起火灾。所以切记使用电源插座不要“小马拉大车”。

人触电后怎么办？

当有人触电后，其身边的人不要惊惶失措，应及时采取以下应急措施。

(1)首先要赶快拉掉电源开关或拔掉电源插头，不可随用手去拉触电者的身体。因触电者身上有电，一定要尽快先脱离电源，才能进行抢救。

(2)为了争取时间，可就地使用干燥的竹竿、扁担、木棍拨开触电者身上的电线或电器用具，绝不能使用铁器或潮湿的棍棒，以防触电。

(3)救护者可站在干燥的木板上或穿上不带钉子的胶底鞋，用一只手(千



万不能同时用两只手)去拉触电者的干燥衣服,使触电者脱离电源。

(4)人在高处触电,要防止脱离电源后从高处跌下摔伤。

使用、存放“摩丝”时,要注意以下几点

(1)购买时要检验产品是否有合格证,使用前应认真阅读使用说明和注意事项。

(2)存放时要放在阴凉处,不要放在暖气、火炉、或电视机等发热的物体附近,更不能加热或放在日光下暴晒。

(3)使用时要远离火源,如需要使用电吹风吹头发时,需间隔3—4分钟,待气体挥发后再操作,避免因喷出的可燃气体遇到火源,如燃着的烟头、高温的电吹风等而引起火灾。

(4)“摩丝”罐要避免摔砸,不要与硬物碰撞挤压,以防出现裂口,引起爆炸伤人。

水为什么能灭火?

水能灭火,是因水具有以下几种特性:

(1)冷却作用。水遇到燃烧物质温度升高,转化为水蒸气。每1公斤水全部汽化成水蒸气,需要吸收539千卡的热量。因为水汽化时能吸收这样大的热量,所以水喷射到燃烧物质的表面上,就能使燃烧物质表面的温度迅

速下降,起到冷却降温的作用,有利于灭火。

(2)窒息作用。水与火焰接触后,水滴转化为水蒸气,体积急剧增大(1升水可变成1700升水蒸气)。而水蒸气能稀释可燃气体和助燃的空气在燃烧区内的浓度。在一般情况下,空气中含有30%(体积)以上的水蒸汽,燃烧就会停止。

(3)乳化作用。水滴与重质油品(如重油等)相遇,在油的表面形成一层乳化层。可降低油气蒸发速度,促使燃烧停止。

水能灭火,但也不是万能的。用水灭火也有一定的范围,以下几种物质的火灾不能用水扑救:

(1)比水轻的易燃液体火灾,如汽油、煤油等火灾,不能用水扑灭。因为水比油的比重大,油浮于水面仍能继续燃烧。

(2)容易被破坏的物质,如图书、档案和精密仪器等不能用水扑救。

(3)高压电气火灾是不能用直流水扑救的,因为水具有一定的导电性。

(4)与水起化学反应,分解出可燃气体和产生大量热能的物质,如钾、钠、钙、镁等轻金属和电石等物质的火灾,禁止使用水扑救。

(摘自中国机电行业门户网站)



常用应急电话



报警电话
110



急救电话
120



火警电话
119



天然气客服
96777



电话查询
118114



铁路客服
12306

校内常用电话

后勤综合服务
88491244

学校公安处
88494110

停电抢修
88492451

机顶盒维修
88495572

管道维修
88493979

离退休工作处科室电话

办公室
88495442

老干部科
88492249

社团中心
88491312

退休人员管理科
88493260

老年大学
88494403