



社会主义核心价值观

那天我参加完学校举办的青年教师教学基本功大赛，晚上我和孩子聊天，聊到长大后你想做什么，他突然好奇地问我：“妈妈，你为什么想当老师呢？”我的思绪一下子就被这个问题拉进了回忆里。记得小学二年级时，老师选我当早读的领读员，那是我第一次站在讲台上，内心既紧张又激动。我带领同学们大声朗读课文，那一刻忽然觉得讲台无比神圣，令人心生向往，那种感觉直到二十多年后的今天依然记忆犹新。

现在我如愿当了一名教师，作为年轻教师，我知道自己在教学方面需要提高的地方还很多，我也一直努力把握机会去锻炼自己的教学能力。入校以来，我参加了三届教师教学基本功大赛，每一次参赛对我都是一次历

赛后感悟

□ 鹿婧

炼和成长，让我深刻感受到课堂教学的魅力。

如何上好一门课是教师一辈子都要修行的学问，参加比赛可以快速地提升自己的讲课水平。第一，教学比赛是一个展现青年教师个人能力的平台，可以考察教师在处理教材、提炼知识点、梳理逻辑、运用教学方法、编写教案、制作课件等方面的综合能力。通过准备比赛内容，教师会不断地思考如何才能上好一门课，不断打破原有的思维局限，改进教学思路，优化教学方法，教学能力在自我反思

了心情，也以更好的心态和状态去面对工作和生活，化解不如意，勇敢地向前迈进。虽然我们大多数人没有剧中人物那样跌宕起伏的人生经历，但是类似的情感总能或多或少地折射到我们身上。《人世间》这部剧，把我们拉回真实的人际关系中，感受亲情、爱情、友情的难能可贵，渐渐抚慰了原本有些浮躁的内心。

“苦吗？嚼嚼咽了。”这是剧中周秉昆对他儿子周楠说的话，好似家族精神传承一般。在这苦乐交织的人世间，我们都是努力过好生活的普通人，生活的苦，自己咀嚼几番，总能撑下去，或许这就是大多数人的应对方式。但庆幸的是，我们每个人心里都有自己的人生剧场，无论风雨，在最真实的人世间，苦难与希望永远同在。

(网络园区管理中心)

我看《人世间》

□ 宿莹莹

……也是这个人，总是用自己的善意包容着一切，不改初衷，扛过了最艰难的时光。

最感人的一幕，莫过于几个生活刚刚稍微改善的朋友一起凑钱给无依无靠的聋哑少年常进步买耳蜗时的情景。人和人同甘共苦、相濡以沫地面对人生的苦难，这是人世间最温的情。

同为普通人，我也在尽自己的努力过好自己的生活，虽然遇到过很多困难。比如刚到这座城市时因陌生而产生的不知所措，跟家人说想要回去，幸运的是，在家人与朋友的陪伴与开导中慢慢平复

云南记忆

□ 照无眠

我们乘着一大巴，驶向下一个目的地。在海拔4680米的玉龙雪山山顶，我开心地接受游戏输了之后她给的惩罚，用我拍的照片和她配的文字发了朋友圈。下山路不好走，我扶着她，第一次牵到了她的手。即使手心微微发汗怕惹她讨厌也不想轻易放手，害怕一旦放开就没有理由重新牵起她的手……

我开始用她用的听歌软件，学唱她喜欢的民谣，我们一起穿过丽江古城的小巷，一起在客栈的阁楼上喝着茶吹着风，一起在酒吧里大笑。我喜欢上了丽江这个地方。

和她一起在丽江度过了六天，每次回想我都不相信只有六天。仿佛度过了整个青春时代，它补全了我前二十年的青春故事。六天无法游完一座城，却可以喜欢上一个人。

我是幸运的，我们的故事没有在六天之后结束。我们各自回家，相隔上千公里，但依然联系。

我是懦弱的，时间和空间距离最终令我却步。我又回到了日常的生活里，仿佛之前只是走了个神。某个下午想起往事，会感叹一句青春真好。（人事处）

2015年的暑假，我跟三个最要好的小伙伴，买了四张硬卧火车票，奔向云南。路线是从昆明，再去大理，再去丽江，然后回到昆明，再回家。

人生是个充满奇思的编剧，让你猜不到剧情发展的走向。

我庆幸那天去了丽江，在丽江选择了那家客栈。客栈老板听说我们要去茶马古道，就给我们介绍两位客人一同拼车，我们欣然同意。老板是个能侃的妙人，老家湖南，大学毕业来到丽江就不走了，娶妻生子。

永远忘不了那天，她和她的朋友从客栈大门走进来，如同一道清风，伴着清晨的光晕，我只一眼，就被她牢牢吸引。

我们一起乘车，一起在茶马古道选马。我骑着马慢慢跟在她身后，看着她拍摄沿途的风景。天气预报说拉市海那天多云，可我一直记着那是个晴朗的日子，蓝天在水，船游云上。我在船上拍风景，最满意的是画面中有她。

我一向不善于交际，但那天返程中我被天荒地问了她的名字，甚至要了联系方式。

我们坐在客栈走廊里聊天，喝啤酒。喝的是“风花雪月”，聊的是少年人生二十年的青涩心事。我们肆无忌惮，我们敞开心扉，说到开心处哈哈大笑，聊到伤感处也会流泪，心的距离越拉越近。

高血压患者如何安然度夏？

5月17日是“世界高血压日”，高血压患者该如何安然度夏？

高血压患者在服药时，应根据四季的变化，留心血压的波动情况，在医生的指导下，适当增加或减少药量，绝不要随意停药。血压的波动还会受到人的情绪、运动、饮食等外界环境因素的影响。高血压患者的血压波动性更明显。认识到血压的波动性，我们就不能单凭一次的血压测定结果而下结论。必要时可做24小时血压监测来进行判断。

夏季应当如何控制血压？有研究显示，夏季血压与冬季血压存在差异。夏季日间平均血压比冬季低2mmHg左右，夏季夜间血压、脉压比冬季更高，夏季非杓型高血压和单纯夜间高血压患者比例比冬季更多。

在夏季，高血压患者自身血压波动性较大，除非有症状性低血压发生，应避免减少或停用降压药物，不必要的停药会导致血压升高、血压波动增加，增加发生心脑血管事件风险。正因如此，夏季往往是高血压病情加重或并发症高发的季节。

高血压患者到底该如何安然度夏？

1. 勤测血压

如果家中有高血压的患者，那么在生活中一定要多加注意，要备有血压仪测量血压，随时关

(下转2、3版中缝)



安徽开放大学学报

2022年5月20日

第4期

(总第396期)

本期4版

国内统一连续出版物号 CN 34-0839/(G)

中共安徽开放大学委员会主管主办

《安徽开放大学学报》编辑部出版

Email:ahtvuxb@126.com

我校举行党委中心组集中学习(扩大)会

学习习近平总书记在中国人民大学考察时的重要讲话精神

本报讯 5月6日上午，学校召开党委理论学习中心组学习(扩大)会，党委书记、校长郑汉华主持会议。校党委中心组委员，各部门主要负责人，校疫情防控工作领导小组办公室成员参加会议。

会议集中学习了习近平总书记在中国人民大学考察时的重要讲话、给北京科技大学老教授的重要回信、致首届大国工匠创新交流大会的贺信以及给中国航天科技集团空间站建造青年团队的重要回信等，学习了5月5日中共中央政治局常务委员会精神，传达了省教育厅疫情防控视频会议以及疫情防控相关文件精神。会议还听取了学校疫情防控工作汇报，并对疫情防控工作重点工作进行了部署安排。

会议要求，要深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神，扎根江淮大地办学，努力建设具有安徽特色、国内一流、人民满意的开放大学。要牢牢把握“为谁培养人、培养什么人、怎样培养人”这一根本

问题，落实立德树人根本任务，不断提升人才培养质量。要高度重视思想政治工作，办好思政课，推动思政课程与课程思政同向同行。要抓紧推进市、县电大更名转型，做好迎接办学评估准备工作。要加强信息化建设，推进数字资源共建共享，发挥好图书馆和校史馆作用。要重视哲学社会科学建设，争取多出成果，办好学报。要加强师德师风建设，打造优秀教师队伍。要重视关心青年，加强青年人才培养，做好共青团工作。

会议强调，要深刻、完整、全面认识党中央确定的疫情防控方针政策，把思想和行动统一到党中央决策部署上来，从严落实常态化疫情防控举措，统筹做好疫情防控和学校各项工作。要狠抓安全稳定和风险防范化解，加强风险预判评估，抓好意识形态工作，扎实开展校园安全隐患排查整治，确保校园安全稳定。

(宣传部程炉威)

我校组织思想政治理论课集体备课会

本报讯 5月13日上午，安徽开放大学组织“党的十九届六中全会精神融入思政课教学”集体备课会，党委书记、校长郑汉华，党委副书记张敏，党委委员、副校长诸咸斌，宣传部、教务处、学生处主要负责人，马克思主义学院负责人及全体专兼职教师，合肥分校思政课教师代表参加集体备课。

郑汉华充分肯定了集体备课活动，指出本次集体备课组织有序、准备充分、内容丰富。他强调，要切实推进党的十九届六中全会精神融入思政课教学，突出融合，善用“大思政课”推进“三全育人”；突出重点，深化对新时代党的创新理论的理解和掌握；突出完整、准确、全面，深刻把握党

的十九届六中全会精神的核心要义、精神实质、实践要求，及时转化为思政课的教学内容和鲜活素材；注重与习近平新时代中国特色社会主义思想相结合；注重改进授课方法与艺术，将道理讲深、讲透、讲活。他希望大家充分认识办好思政课的重大意义，充分发挥思政课主阵地、主渠道作用，并对怎样做一名优秀的思政课教师、如何进一步加强马克思主义学院建设、推进学校哲学社会科学等方面提出明确要求。

张敏和诸咸斌分别就进一步提升思政课教育教学质量、加强思政课教学团队建设、思政课实践教学基地建设等提出具体要求。会上，宣传部、教务处和学生处负责人作了发言和点评。

(马克思主义学院朱志远)

我校荣获安徽省教学成果特等奖

本报讯 近日，安徽省教育厅公布2021年高等学校省级质量工程项目名单，安徽开放大学获得安徽省教学成果特等奖，也是全省继续教育领域唯一的特等奖。

2013年以来，在省教育厅指导下，我校持续推进高等学历继续教育教学改革的研究与实践，不断更新教学理

念、优化教学模式、注重提升质量、增进团队合作，切实推动教研和科研成果转化。今后，我校将以此次突破为新起点，继续巩固和完善获奖成果，深化教育教学改革，不断提升人才培养质量，为我省高等学历继续教育事业发展贡献力量。

(网络园区管理中心袁舒雯)

我校举行党委中心组集中学习(扩大)会

学习习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的重要讲话精神

本报讯 5月10日下午，学校召开党委理论学习中心组学习(扩大)会，党委书记、校长郑汉华主持会议。校党委中心组委员，各部门主要负责人，校疫情防控工作领导小组办公室成员等参加会议。

会议集中学习了习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的重要讲话精神、习近平总书记关于加强和改进人民信访工作的重要思想和关于审计工作的重要指示批示精神，认真学习了《中华人民共和国审计法》《信访工作条例》，传达了学习了省教育厅疫情防控工作相关文件精神等，并结合实际开展了研讨交流。

会议要求，要深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神，精心安排部署，周密组织实施，引导党员干部和全体师生切实把思想和行动统一到习近平总书记重要讲话精神上来。要切实加强对学校共青团工作的领导，在学

校事业发展全局中谋划共青团工作，依据青年工作生活方式新变化新特点，探索共青团建设新思路新模式，打造过硬干部队伍，增强共青团的引领力、组织力、服务力。要关心关爱青年成长、支持服务青年发展，为青年搭建更广阔的舞台，激励青年砥砺奋进、建功立业。

会议强调，要认真学习贯彻习近平总书记重要讲话精神、习近平总书关于信访工作的重要思想，高度重视信访工作，深入基层、加强调研、排查隐患、落实责任，着力提高做好信访工作的能力。要认真贯彻落实习近平总书记重要讲话精神，充分发挥审计职能作用，围绕中心、服务大局，突出重点、求真务实，不断提升审计工作质效。要弘扬艰苦奋斗、勤俭节约的优良作风，开源节流、厉行节约、反对浪费，建设节约型校园。要毫不放松做好疫情防控工

作，坚决克服松懈麻痹思想，从严落实常态化疫情防控举措，确保校园安全稳定。（宣传部王娅）

我校召开全面从严治党工作会议

本报讯 5月11日上午，安徽开放大学召开2022年全面从严治党工作会议。校党委委员、纪委书记，组织部、各党总支、直属党支部书记，各支部书记、全体科级以上干部参加会议。党委书记、校长郑汉华讲话，党委委员、纪委书记、监察专员王道和主持会议。

会议指出，2021年学校紧紧围绕中心工作，自觉履行全面从严治党责任，政治建设更加深入，理论武装持续强化，党的领导全面加强，监督执纪更加有力，工作作风持续好转，纪检监察自身建设得到提升，学校政治生态持续优化，全面从严治党工作取得新成效。在肯定成绩的同时，也要清醒地认识到，学校在纵深推进全面从严治党方面还存在一些差距和不足，必须高度重视，认真解决。

会议强调，2022年是党的二十大召开之年，也是学校加快建设国内一流开放大学、推进全省办学体系转型发展的重要一年。全校各级党组织和党员干部要深入学习贯彻十九届中央纪委六次全会、省纪委十一届二次全会以及全国、全省教育系统全面从严治党工作会议精神，切实把思想和行动统一到习近平总书记重要讲话和上级部署要求上来，不断增强推进学校全面从严治党的政治自觉、思想自觉和行动自觉。

会议要求，全校各级党组织和党员

干部要牢记全面从严治党的永远在路上，深刻把握全面从严治党的新形势新要求。要深刻认识全面从严治党的重大意义，从凝聚力量、要深刻领会马克思主义政党建设的规律性认识，坚定不移推进自我革命；要深刻认识全面从严治党的复杂形势，切实增强永远在路上的坚韧和执着；要深刻把握纵深推进全面从严治党的各项部署要求，勇于担当作为。全校要紧紧围绕立德树人根本任务，以迎接和学习贯彻党的二十大精神为主线，涵养风清气正的育人环境，为推动学校事业高质量发展提供坚强保障。

会议对学校2022年全面从严治党的工作进行部署。要一以贯之推进党的政治建设，强化政治引领，深化政治监督；要坚持不懈加强理论武装，推动学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想走深走实走心；要坚定不移履行主体责任，加强对领导干部的监督和督促履行好“一岗双责”；要持之以恒强化监督执纪问责，严明党的各项纪律，紧盯关键少数；要锲而不舍抓好作风建设，纠“四风”、树新风，以优良的党风带动形成优良校风、教风、学风；要精准有序提高监督质效，提升监督广度和深度，一体推进不敢腐、不能腐、不想腐。

(纪委办公室徐世民)

奋斗正青春 一起向未来 我校组织开展“劳模进课堂”思政大课活动

本报讯 5月5日，我校组织开展“奋斗正青春 一起向未来——劳模进课堂”思政大课活动，全国劳动模范马盼盼、全国脱贫攻坚先进个人卢毅与全省开放大学师生共聚“云端”，同一堂思政大课。全省办学体系思政课教师及开放教育、高等学历继续教育学生一千余人参加活动。

杰出校友马盼盼是宿州分校2017级行政管理专业学生。她分享了自己通过不

断努力逐步成长为产业工人优秀代表的奋斗历程。她先后荣获第十届安徽省“青年志愿者优秀个人”“宿州青年五四奖章”“宿州市优秀共青团干部”“安徽省劳动模范”“全国劳动模范”等荣誉称号，她以实际行动诠释了劳模精神、劳动精神、工匠精神。

优秀学子卢毅是蒙城学院2020级法学专业学生。她深情讲述了自己的扶贫故事，展现了“毅然踏上扶贫之路，不负青

春不负党”的豪迈情怀。她先后获得亳州市“巾帼建功奖”、亳州市“最美抗疫巾帼仆仆”、安徽省“三八”红旗手、“全国脱贫攻坚先进个人”等荣誉称号，她用行动践行着全心全意为人民服务的庄严承诺，展现了新时代青年的青春担当。

活动中，马克思主义学院负责人号召全省办学体系各大学子要牢记习近平总书记对青年的殷殷嘱托，以青春之我、奋斗之我，勇担时代重任；要大力弘扬劳模精

神、劳动精神、工匠精神，向劳模学习、向身边的杰出校友和优秀学子学习，在奋斗中找到人生真谛、生命价值和事业方向，努力在实现中华民族伟大复兴中国梦的新征程中放飞青春梦想。

本次思政大课在师生中引起热烈反响，大家纷纷表示，要向身边的劳模学习，勤学苦练、深入钻研、勇于创新，争做堪当民族复兴重任的时代新人。

（马克思主义学院朱志远）

（上接1、4版中缝）注自己的血压情况。这样能够对自己的血压情况有比较清楚地了解，以防出现情况的时候可以自我控制，或及时去医院就诊。

2.生活方式改变

低盐低脂饮食，每餐七或八分饱，多食蔬菜，多饮水，戒烟限酒，适量运动，可选择早上或傍晚运动，避免剧烈运动，控制体重，避免超重或肥胖，保持心情舒畅。

3.遵医嘱科学调整用药

夏季天气炎热，睡眠质量下降，夜间血压升高，由于家中空调广泛使用，人体周围的温度变化大，容易导致血压大幅度波动，引起高血压并发症，甚至危及生命。

此时，如果

高血压患者随意停药，同样会诱发心脑血管疾病而危及生命。由于每个人对血压升高的耐受性不同，用药一定要因人而异，决不可一律照搬别人的经验，套用别人的处方。

治疗原则首选长效降压药，

可使24小时内血压保持稳定，能更好地控制夜间血压，长期达标，从而减少心脑血管病的发生，当然也要遵循个体化治疗原则。同时，高血压患者要在医生的指导下科学调整用药。

24小时平稳控制血压尤其是夜间血压是夏季血压管理的关键。夏季血压控制比冬季更容易实现，所以夏季高血压患者坚持服用降压药非常重要。

（来源：中国疾控动态微信公众号）

2022年5月20日

2022年5月20日

青春心向党 建功新时代

我校青年师生热议习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的重要讲话精神

编者按：5月10日上午，庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会在北京人民大会堂隆重举行。安徽开放大学组织师生通过多种方式收看大会盛况，积极学习领会习近平总书记重要讲话精神，畅谈学习体会和感悟。

徐谷波：习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的重要讲话，全面回顾了100年来共青团坚定不移听党话、跟党走青春历程，充分肯定了共青团在党的领导下，团结带领一代代团员青年为实现中华民族伟大复兴中国梦所作出的重要贡献，深刻阐明了共青团和青年工作的历史经验，对做好新时代共青团工作提出了明确要求。我们要牢记总书记的谆谆教诲，团结带领全校团员青年胸怀“国之大者”，更加坚定地做听党话、跟党走的信仰者，更加坚定地做明方向、勇担当的奋斗者，更加坚定地做聚人心、成大局的践行者，更加坚定地做强筋骨、磨意志的担当者。在今后的工作中，我们要按照习近平总书记对共青团提出的“四点希望”的要求，把团组织的作用发挥到

学校“三育人”大格局的构建中，汲取青年智慧、凝聚青年力量，为学校事业发展踔厉奋发、勇毅前行。**张文娟：**习近平总书记的重要讲话，充分体现了党中央对共青团和青年工作的高度重视、亲切关怀和充分信任，这既是党的青年工作者的一份荣光，也是一份沉甸甸的责任。作为一名团干部，我将牢记习近平总书记的教诲，发扬优良传统、认真履职尽责、践行群众路线、培养实干作风，保持“心境澄明，心力茁壮”，做青年友、为青年计，为青年办实事、解难事。

温家武：习近平总书记在讲话中回顾了共青团的百年奋斗历程，让我对无数革命先驱心生敬仰，让我对无数当代优秀青年点赞喝彩。“青年”从不只是个标签，它是各行各业中的一抹亮色，它是攻坚克难中的一股力量。作为学校的团干部，必须坚定不移听党话、跟党走，时刻做到“眼睛看到事，心中想着事，手上干着事”，在自己岗位上主动担负推动学校发展的任务，不负时代，不负韶华。

作为一名青年，我想和大家一起讨论两个问题：青春有多少种可能？怎样在青春的赛道跑出最好成绩？

今年，冬奥会期间，一批“00”后中国选手闪耀冬奥赛场，让世界看到了新时代中国青年阳光、自信、开放、友爱的精神风貌。习近平总书记在给中国单板滑雪运动员苏翊鸣的回信中写道：“你和中国冰雪健儿在冬奥赛场奋勇拼搏、超越自我，取得了优异成绩。我向你们表示祝贺！为你们点赞！”蓬勃向上的新时代中国青年，不仅活跃在体育赛场，也奋斗在各个领域。习近平总书记的点赞勾勒出新时代中国青年成长的轨迹，汇聚起新时代中国青年“强国有我”的能量。

在抗击新冠肺炎疫情的斗争中，以“90”后为代表的青年一代，挺身而出、担当奉献。疫情发生以来，共有32万余支青年突击队，550万余名青年奋战在抗疫一线。习近平总书记在全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上指出：“青年一代不怕苦、不畏难、不惧牺牲，用臂膀

撑起如山的责任，展现出青春激昂的风采，展现出中华民族的希望！让我们一起为他们点赞！”这是奋进新时代，扛起时代使命的青春担当。

黄文秀，主动放弃在大城市工作的机会，选择到贫困村担任第一书记，把双脚扎进泥土，为脱贫攻坚殚精竭虑，年轻的生命永远定格在扶贫路上。习近平总书记曾专门作出重要指示，赞扬她“用美好青春诠释了共产党人的初心使命，谱写了新时代的青春之歌。”这是奋进新时代，到基层建功立业的青春奉献。

还有一批具有国际竞争力的青年科技人才，在重大科技攻关任务中担重任、挑大梁，这是奋进新时代，锐意创新、敢为人先的青春力量。

习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上指出：“奋

斗是青春最亮丽的底色，行动是青年最有效的磨砺。”

新征程上，无论是在抗疫一线冲锋在前，还是在科技战线争创一流，无论是在乡村助力振兴，还是在讲台为党育人、为国育才，总有青年挺身而出，用臂膀扛起如山的责任，用行动践行铿锵的誓言，只有把青春奋斗融入党和人民事业，青春的光谱才会更广阔，青春的能量才能充分迸发。

我想，在我们每个人心里，青春是“草长莺飞二月天，拂堤杨柳醉春烟”的年华美好；青春总会激荡出“一身能擘两雕弧，骁骑千重只似无”的力量，张扬着“一日大鹏同风起，扶摇直上九万里”的意气。青春，意味着奋发与成长。愿每个人都能永葆青春的状态，在劈波斩浪中开拓前进，在披荆斩棘中开辟天地，在攻坚克难中创造业绩，在青春赛道上跑出自己最好的成绩，用青春和汗水创造出让世界刮目相看的奇迹。

这样的青春，值得点赞！

（办公室）

为青春点赞

□ 谭冉

扛起如山的责任，展现出青春激昂的风采，展现出中华民族的希望！让我们一起为他们点赞！”这是奋进新时代，扛起时代使命的青春担当。

黄文秀，主动放弃在大城市工作的机会，选择到贫困村担任第一书记，把双脚扎进泥土，为脱贫攻坚殚精竭虑，年轻的生命永远定格在扶贫路上。习近平总书记曾专门作出重要指示，赞扬她“用美好青春诠释了共产党人的初心使命，谱写了新时代的青春之歌。”这是奋进新时代，到基层建功立业的青春奉献。

还有一批具有国际竞争力的青年科技人才，在重大科技攻关任务中担重任、挑大梁，这是奋进新时代，锐意创新、敢为人先的青春力量。

习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上指出：“奋

以青春之我 担时代之责

□ 陈雨倩

如何担起时代赋予的责任呢？习近平总书记

在庆祝中国共产党成立100周年大会上指出：“未来属于青年，希望寄予青年”，对新时代中国青年寄予了殷切的希望。时代在变，青年人的生机与热情却不会变，我们或许普普通通，但照样可以在平凡的岗位上贡献出自己的一份力量。愿吾辈都能以青春之我，担时代之责，奋发向上，在时代大潮中发光发热！

（网络园区管理中心）

成为徽匠引领者。

中国国际“互联网+”大学生创新创业大赛作为我国覆盖面最广、影响最大的大学生创新创业盛会，已成为高等学校深化创新创业教育改革的重要载体，成为集中展现高校创新创业教育水平的重要舞台。黄山电大历来重视提高学生学以致用能力，注重培养学生创新意识，持续推进学校创新创业教育改革，不断提升学生创新创业能力。自去年5月第七届安徽省“互联网+”大学生创新创业大赛启动以来，黄山电大广泛动员，积极鼓励学生参赛，克服疫情影响，采取“线上+线下”相结合的指导模式，邀请省校教师及创新创业领域专家开展了商业计划书撰写方面的讲座培训，经过专家多次辅导和对具体项目的反复打磨，叶子安同学领衔的《云里屋里——

断努力逐步成长为产业工人优秀代表的奋斗历程。她先后荣获第十届安徽省“青年志愿者优秀个人”“宿州青年五四奖章”“宿州市优秀共青团干部”“安徽省劳动模范”“全国劳动模范”等荣誉称号，她以实际行动诠释了劳模精神、劳动精神、工匠精神。

优秀学子卢毅是蒙城学院2020级法学专业学生。她深情讲述了自己的扶贫故事，展现了“毅然踏上扶贫之路，不负青

秉承匠心 传承创新；黄山分校师生荣获“国家开放大学优秀创业者”称号

日前，国家开放大学表彰了第七届中国国际“互联网+”大学生创新创业大赛获奖项目团队及单位，由黄山电大学生叶子安领衔的《云里屋里——徽派非遗传统民宿修缮传承与创新的引领者》项目团队成员荣获“国家开放大学优秀创业者”称号。

黄山淘吾家装饰公司总经理叶子安从小就生活在徽文化底蕴厚重的黄山大地，受父亲影响，他非常注重传统文化知识学习，深知只有对自己的家乡、历史有更深入的了解，才能城市建设上更接地气，更近民心。作为一家建筑装饰企业的CEO，他着力传承、弘扬徽匠精神，完善管理流程和标准体系，紧盯同行业发展的前沿水平，加快市场反应速度，不断增强服务品质及核心竞争力，带领企业在新征程中争取新作为，让自身企业

够有序正常开展，得到群众的理解和支持，就是给我们最大的安慰。”

监察室主任洪永斌在南瑞街道江城国际瑞虹苑社区参加志愿服务，主要从事门岗值班、巡视等工作。随着气温转暖，动辄5至6个小时工作，让他常常汗流浹背，但他没有抱怨，只是笑着说：“我是党员，此时此刻我不上谁上？”

还有她们，是母亲、是妻子、是女儿，也是疫情防控一线的“战士”。她们主动投入到疫情防控志愿服务中去，与抗疫一线的工作人员并肩作战。办公室副主任吕丽萍家住芜湖市鸠江区官陡街道十里小区，疫情期间，她主动请缨，在社区临时党支部的安排下，参与核酸检测辅助志愿服务。远教处教师刘可心在兴隆街社区参与志愿服务，协助社区做好服务工作，为购药购药困难、行动不便的老人和残疾人提供帮助等。谁说女子不如男，巾帼也能顶半边天。

惟其艰难，方显勇毅。在抗疫志愿服务一线，芜湖分校党员教师用实际行动践行着初心使命。

（芜湖分校周露）

◆近日，我校组织参加国家开放大学中国国际“互联网+”大学生创新创业大赛第七届总结表彰暨第八届启动仪式视频会议。

◆近日，我校在安徽省教科文卫体系统“喜迎二十大 云上飘书香”主题女职工云诵读比赛中荣获佳绩。

◆日前，我校开展突发新冠肺炎疫情防控应急处置实战演练，以练促防，筑牢校园疫情防控安全屏障。

◆5月13日，我校组织召开全省办学体系课程思政建设网上培训会，省校各教学学院，各分校、工作站专兼职教师参加会议。

◆5月16日，教师教育学院开展“发挥审计职能 服务学校发展”主题师育沙龙活动。

◆近日，蒙城学院举行2022年春季开放教育新生线上开学典礼，715名新生“云相聚”。

为您推荐

◆《大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神》——《求是》

2022年第9期

◆《在青春的赛道上奋力奔跑》——《人民日报》5月4日

◆《年轻干部“十比十不比”》——《学习时报》5月16日

◆《弘扬劳模精神 凝聚奋进力量》——《人民日报》5月1日

◆《弘扬工匠精神 干出不凡业绩》——《人民日报》5月5日

◆《让卫生健康生活成为习惯》——《光明日报》5月11日

◆《青年的力量》——北京联合出版社