

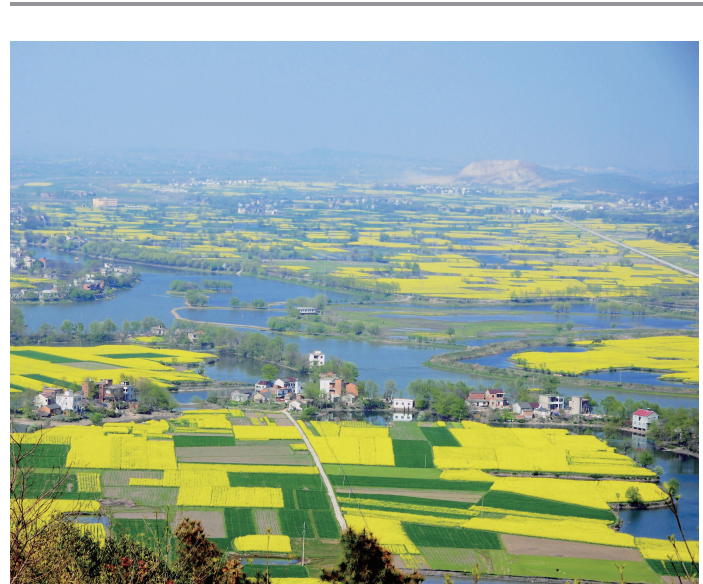
我眼中家乡这十年

□ 梁伍七

近一段时间以来，中央电视台《新闻联播》最后都会播放“大美中国”，每天聚焦一个省份或直辖市。9月12日播出的是“大美中国”安徽篇，播放了黄山、淮河两岸、金寨县红军广场、渡江战役纪念馆、合肥市容、安徽创新馆、中国科学技术大学和中国声谷等场景，这些场景不仅见证了党的十八大以来我国生态文明建设的伟大成就，更见证了我国在科技、经济和脱贫攻坚等各方面取得的非凡业绩，看过让人非常振奋和自豪。

安徽城乡看得见的变化，也包括我的家乡——合肥与怀宁。

合肥虽然不是故乡，但胜似故乡。从18岁离开生我的故乡到外地求学，大学毕业后来到了合肥工作，转眼已有三十多年，在合肥生活的时间已经远远超过了在故乡的时间，日久他乡即故乡啊。最近10年，合肥的变化不仅是城区面貌，还有国内生产



皖南春色 滕冬杏 \ 摄

梨花巷的烧饼油条

□ 丹柔

曾经有一个家乡的人写过一篇短文《石牌的烧饼包油条》，并“考证”烧饼是舶来品。烧饼应该是胡饼。因为在石牌口语中，称北方人或是身材高大魁梧长得像北方人的为“佬佬”。

石牌人的早点是烧饼包油条，在合肥通常就叫烧饼油条，饮食文化的差异尽显其中。现在的烧饼、烧饼上，白糖、芝麻多了，所以嘴角挂芝麻的情形已不多见。一边吃烧饼包油条，一边喝着醇香的早茶，这种石牌人的享受也不多了。那种长方形又称之为“朝笏板”的烧饼，更鲜有见闻。

在三牌楼的梨花巷里，有一家小小的烧饼铺，面积大约3米见方，炉子支在路边，一对壮年农村



夫妇守着。他家烧饼烤得地道，松软间飘散着醇面的香甜。油条炸得偏老火，吃的就是一口咬下去，带着脆响。夫妻俩配合很默契，节奏掌控得特别好，白色的搪瓷盘里，出过炉的烧饼总是不多，基本上都是现摘现卖，油条一定是现买现炸。老板的手艺看似简单，却很是熟练。手里拿着一个漆匠刮灰常用的扁铲，刚出炉的烧饼，从侧面划开，丝丝地喷着热气，滚烫的油条倒出来，用铲子拦腰轻轻一砍，对折后塞入烧饼中，整个过程一气呵成。偶尔老板娘上阵，常常烫得甩手摸耳朵，只有老板那双手才能做得如此从容。

一个烧饼加上一根油条是为一套，一共2元钱。前来光顾的，以上班族居多，总是匆匆而来，告诉老板，来几套，拎起包装袋就走。老板的声音还跟着后面——“袋口不要扎”，就怕误了口感。

两口子都不碰钱，食客们轻车熟路，将钱摺到一纸盒子里，需要找零就自己动手。搭棚上还悬挂着一个收付码，在风中摇曳，手机时不时发出的提醒音：“已到账……”收获的声音是那么的悦耳。

烧饼包油条，不舍的家乡味道。就像老面酵头，不论何时何地，都能醒发你儿时的记忆。

秋日随笔

□ 郭玲梅

秋

一个阳光明媚的下午，我牵着小侄儿在园里散步。连日来天晴少雨，温暖宜人，不知不觉秋天却已渐入眼帘。枫叶红，银杏黄，晚樱树的树叶渐变成青黄色，南天竹和海桐树都结出了一簇簇红色和黄色的小果子。花圃里五颜六色的雏菊还在竞相开放，微风吹过，仍有桂花残留的暗香扑鼻而来。穿过弯弯的石径，我们来到草地上，时而仰望淡蓝的天空观游动的云丝，时而俯视青青的草地看参差的落叶。两人兴味十足地嬉戏起来。谁家的柿子树已长成，橙红的柿子星星点点地挂满了枝头，黄昏时分，宛如一个个小桔灯。几个小孩穿着冰鞋溜到树下，仰着头凝望入神，一只小鸟不知怎么惊起，抖落几片树叶，吓得他们面面相觑一哄而散。那可爱的模样让人忍俊不禁，小侄儿也哈哈大笑扑倒在草地上。好一幅动人的秋日画面！

窗

清晨推开窗，阳光照进来，气爽风柔，又是美好的一天。我打开书柜，目光在书架上逡巡着，最后定格在一本蓝皮书上，封面印有一个橘色月亮和一枚银色硬币相叠，书名是《月亮与六便士》。湖上茶依窗而坐，我缓缓地翻阅起来。书中的情节跌宕起伏，令人屏息震撼。月亮是那崇高而不可企及的梦想，六便士是为了生活不得不赚取的收入。多少人只是胆怯地抬头看一眼月亮，又继续低头追逐那苟且谋生的六便士？窗外传来一阵悦耳的琴声，是邻家小女在弹奏那首好听的《董草花》。年少喜爱音乐的我也曾憧憬着能拥有一台钢琴自弹自唱，手指在黑白相间的琴键上跳跃，舒缓悠扬的旋律在心间流淌。虽已年近半百，心却仍似少年。在开放大学工作多年，自主学习和终身学习的理念早已厚植于心。心中有梦脚下就有路，什么时候行动都不晚。窗外风景甚美，让梦想的阳光照进现实吧！

暖

父亲患病多年了，每周要做3次肾透析。多年来，都是母亲在悉心照料。今年是他俩的金婚之年，五十年来他俩一直相濡以沫，演绎着一场现实版的“父母爱情”。前日，我无意中看到有新闻媒体刊登了二老去医院就诊的照片，二老那灰白的头发、佝偻的身影，让我湿润了眼眶。在医护人员的搀扶下，他们颤巍巍着、相携着，我的眼泪再也忍不住地夺眶而出。纵使特殊原因，有时我无法陪伴在身边，也有人替我守护着二老，守护着这岁月静好。感谢那些默默付出的人，人间有温暖，处处有真情。

(财务处)



红月亮

陶有云 \ 摄

世界慢阻肺日之“肺系生命”

2022年11月16日是第21个“世界慢阻肺日”，主题为“肺系生命”，今年的主题旨在强调终生肺部健康的重要性。人生来就只有一个肺，从发育到成年，保持肺部健康是未来健康和幸福不可或缺的一部分。

什么是慢阻肺？

慢性阻塞性肺疾病（简称慢阻肺，COPD），是一种常见的、可预防可治疗的疾病，以持续性呼吸道症状和气流受限为特征，通常是由于明显暴露于有害颗粒或气体引起的气道和（或）肺泡异常所致。

慢阻肺主要症状是呼吸困难、咳嗽和（或）咳痰，在生活中也被称为慢性支气管炎或肺气肿。慢性支气管炎是指由于气道炎症而产生痰的慢性咳嗽。肺气肿通常指的是肺部气道末端的微小气囊的破坏。

慢阻肺和哮喘有共同的症状（咳嗽、喘息和呼吸困难），人们可能同时患有这两种疾病。

主要危险因素：

- 1.烟草暴露：长期吸烟及二手烟暴露者；
- 2.职业暴露：接触粉尘及有害气体者；
- 3.室内空气污染：长期暴露于生物质燃料（木材、动物粪便、作物残渣）或煤炭、厨房油烟等环境者；
- 4.先天性肺发育不良：如子宫内发育不良、早产者；
- 5.儿童期感染及哮喘：儿童期频繁或严重的呼吸道感染，儿童期哮喘；
- 6.慢阻肺家族史：α-1抗胰蛋白酶缺乏症，可在年轻时即引起慢阻肺。

诊断标准：支气管舒张后肺功能检查，



安徽开放大学学报

学校召开党委扩大会议 学习贯彻党的二十大精神

本报讯 10月26日下午，学校召开党委扩大会议，学习党的二十大精神、二十届一中全和十九届七中全会精神及安徽省委常委会扩大会议和全省传达学习党的二十大精神大会精神，部署学习宣传贯彻党的二十大精神。党委书记、校长郑汉华主持会议。党委班子成员及有关部门主要负责人参加会议。

会议指出，党的二十大是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会，是一次高举旗帜、凝聚力量、团结奋进的大会。习近平总书记代表第十九届中央委员

会所作的报告，主题鲜明、思想深邃，高层建筑、气势磅礴，是党团结带领全国各族人民夺取中国特色社会主义新胜利的政治宣言和行动纲领，是马克思主义的纲领性文献。要深学细悟，深刻认识“两个确立”是党在新时代取得重大政治成果、增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。

会议强调，要全面贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，把思想和行动统一到党的二十大精神上来，把智慧和力量凝聚到党的二十大确定的各项任务上来，把实干和担当体现到办好人民满意的教育上来，胸怀“国之大者”，落实立德树人

根本任务，为推进教育数字化，建设全民终身学习型社会、学习型大国作出贡献。

会议要求，全校上下要把学习宣传贯彻党的二十大精神作为当前和今后一个时期首要政治任务，结合实际推进大学习、大宣传、大贯彻，迅速兴起学习宣传贯彻党的二十大精神热潮。要抓好学习教育。认真谋划、精心组织，校党委中心组要发挥头雁效应，以上率下学，通过“三会一课”、主题党日等活动深入学，分类分批开展多种方式的教育培训，切实引导党员干部和师生员工深刻领会党的二十大的重大意义、丰富内涵、精神实质和实践要

求。要抓好宣传阐释。充分运用校园网、宣传栏、新媒体平台等宣传阵地，全方位、多角度宣传，营造浓厚氛围，组织开展好宣传活动，将党的二十大精神有机融入思政课程和专业课教学，推动思政课程与课程思政同向同行，形成协同效应。要抓好贯彻落实。坚持学以致用、联系实际，深入开展调查研究，将贯彻落实党的二十大精神与总结谋划工作相结合，抓好疫情防控、维护校园安全，推进学校年度各项重点工作落实落地，推动学习宣传贯彻党的二十大精神成果转化成为推进国内一流开放大学建设的实践成果。

(宣传部郑炉威)

我校“五学联动”兴起学习党的二十大精神热潮

党的二十大胜利召开后，安徽开放大学坚持把学习宣传贯彻党的二十大精神作为首要政治任务，采取有效措施、丰富载体形式，推动“五学联动”，全面兴起学习党的二十大精神热潮。

领导干部“带头学”，发挥引领作用
校党委先学一步、深学一层，在学懂弄通做实上走在前、作表率。党委中心组集中收看开幕式，开展研讨交流，全校教职工以多种形式收听收看开幕式直播，畅谈学习体会。学校召开常委会，专题学习党的二十大精神，学习习近平总书记任在党的二十届一中全会上重要讲话精神、习近平总书记在瞻仰延安革命纪念馆时的重要讲话精神及《中共中央关于认真学习宣传贯彻党的二十大精神的决定》等内容。领导干部以上率下讲党课，示范带头作宣讲，引导师生员工自觉把思想和行动统一到党的二十大精神上来，把学习成果转化为推进学校事业高质量发展的实际行动。

支部研讨“深入学”，筑牢战斗堡垒
学校各党支部充分利用“三会一课”、主题党日、交流研讨等线上线下相结合的方式，组织党员研读报告，分享学习心得。校领导班子成员以普通党员身份参加所在党支部学习。学校列席旁听工作组列席旁听机关党总支和学院党总支理论学习中心组学习，对进一步深入学习宣传贯彻党的二十大精神提出明确要求；马克思主义学院教师党支部、招生科研党支部开展宣讲活动，引领支部党员进一步深刻领会党的二十大精神；开放教育学院直属党支部开展学习党的二十大精神线上知识问答活动；信息与建筑工程学院教师党支部、信息资源党支部、网络园区党支部等围绕学习宣传贯彻党的二十大精神开展主题党日活动；教师教育学院党支部以支委会、部门例会等形式开展学习研讨。

个人对标“自主学”，夯实理论基础
学校教职工利用“学习强国”、新华网、人民日报、光明日报等主流媒体平台，线上线下相结合开展自学，深刻理解把握党的二十大精神提出的一系列重要思想、重要观点、重大战略、重大举措，通过原本本、逐字逐句学习，撰写学习体会等方式，切实做到学思践悟、入心入脑、见

行见效，更加自觉地用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践、推动工作。

强化引导“促进学”，吹响奋进号角
坚持把准方向、把牢导向，弘扬主旋律、传播正能量。创新学习宣传贯彻的平台和载体，建设“深入学习宣传贯彻党的二十大精神专题网”，校报开设专栏专版，学校网页、微信公众号、微博已刊发新闻稿100余篇，全方位反映师生学习宣传贯彻党的二十大精神的新进展新成效，多角度展现全省办学体系师生员工共同吹响奋进号角，凝聚强大团结力量的良好精神面貌。

下一步，学校将多措并举、持续加强分类指导、创新方式方法、拓宽广度深度，平台注册学员突破68万人，一定程度上缓解了基层老年教育发展不平衡问题、打通农村老年教育“最后一公里”方面主动作为。搭建“安徽老年远程教育网”平台，为包括乡（镇）、村（社区）在内的基层老年教育机构定制个性化子网66个，建设课程598门、1.23万余讲，平台注册学员突破68万人，一定程度上缓解了基层老年教育供求矛盾。完善老年开放大学办学体系，把教学点延伸到农民家门口。2019年10月，安徽省首家村级老年开放大学教学点在学校定点帮扶村阜阳市太和县刘庙村揭牌成立。三年来，学校将定点帮扶工作与农村老年教育紧密结合，从老年开放大学选派优秀年轻干部任驻村第一书记，组织教师到村开展农村老年人常见慢性病防治、法律知识、农村电商扶贫等专题教学，服务基层老年群体，丰富精神文化生活。

踔厉奋发启新程，勇毅前行谱新篇。下一步，学校将深入学习贯彻党的二十大精神，认真领悟党的二十大精神提出的新思想新论断，作出的新部署新要求，积极推动学校社区教育、老年教育等各类办学向农村延伸，深度融入、积极作为，在服务乡村振兴战略中交出优异答卷。

(办公室郭允建)

安徽开放大学：“三个聚力”精准服务乡村振兴

党的二十大报告指出：“全面推进乡村振兴。”安徽开放大学全面贯彻落实乡村振兴战略的总体要求，牢固树立新发展理念，精准对接人才需求、推进课程开放共享、积极开展老年教育，全力做好帮扶工作，在服务农村经济社会发展、服务乡村振兴方面作出积极贡献。

聚力人才需求，服务乡村振兴人才培养

安徽开放大学坚持学历教育与非学历教育并重，在办学过程中精准对接乡村振兴人才需求，积极开展乡村振兴人才培养及继续教育、职业技能培训。

学校2005年加入国家开放大学（原中央广播电视大学）组织实施的教育部“一村一名大学生计划”，多年来，全省办学体系先后有30多个教学点参与招生，开设现代农业经济管理、设施农业与装备、林业技术、园林技术等专业10余个，累计为安徽省农村培养了14572名“留得住、用得上、干得好”的本土人才，多名学员获评安徽省农村致富带头人和国家开放大学杰出校友。《乡村振兴建设有效实施路径》省级高研班。依托中小学教育“国培计划”项目，通过网络研修、集中培训、送教下乡等方式，实施安徽省乡村教师工作坊研修、合肥市乡村教育

《构建核心素养下的“四核五段”小课题研究培训模式》等案例获评“国培计划”省级典型案例。

为满足基层治理和乡村振兴对社会工作人才的需求，2021年3月，成立安徽开放大学社会工作学院，并依托办学体系设立合肥分院、宿州分院，开展社会工作复合型人才培养。

聚力开放共享，打造云端“乡村振兴学院”

2013年，在安徽省教育厅的指导下，学校承建安徽继续教育网络园区，先后吸引了省内外122所高校和教育机构入驻。园区平台还开发了“课程超市”，与入驻高校共建共享优质课程并向社会开放。

2022年5月，安徽开放大学与安庆职业技术学院签订服务乡村振兴战略合作协议，依托安徽继续教育网络园区共建云端“乡村振兴学院”。目前，已制作投放50多门特色微课，涉及农作物种植技术、养殖技术、量达17万。其中《稻田培育大规模小龙虾春季管理》课程，发布仅3天点击量就达3万多。《农民日报》发表《乡村振兴学院走出“职业教育+乡村振兴”协同发展新路径》的专题报道，对两校合作依托园区建设乡村振兴相关课程资源进行介绍。

2021年9月，经省教育厅批准，依托安徽开放大学成立安徽老年开放大学。2021年颁布实施的《安徽省老年教育条例》及2022年省委、省政府“老有所学”暖民心行动方案中，明确赋予安徽老年开放大学重要的职责任务。

安徽老年开放大学积极发挥示范引领作用，在破解城乡老年教育发展不平衡问题、打通农村老年教育“最后一公里”方面主动作为。搭建“安徽老年远程教育网”平台，为包括乡（镇）、村（社区）在内的基层老年教育机构定制个性化子网66个，建设课程598门、1.23万余讲，平台注册学员突破68万人，一定程度上缓解了基层老年教育供求矛盾。完善老年开放大学办学体系，把教学点延伸到农民家门口。2019年10月，安徽省首家村级老年开放大学教学点在学校定点帮扶村阜阳市太和县刘庙村揭牌成立。三年来，学校将定点帮扶工作与农村老年教育紧密结合，从老年开放大学选派优秀年轻干部任驻村第一书记，组织教师到村开展农村老年人常见慢性病防治、法律知识、农村电商扶贫等专题教学，服务基层老年群体，丰富精神文化生活。

踔厉奋发启新程，勇毅前行谱新篇。下一步，学校将深入学习贯彻党的二十大精神，认真领悟党的二十大精神提出的新思想新论断，作出的新部署新要求，积极推动学校社区教育、老年教育等各类办学向农村延伸，深度融入、积极作为，在服务乡村振兴战略中交出优异答卷。

(办公室郭允建)

安徽老年开放大学刘庙村教学点线上线下开展老年教育

安徽老年开放大学刘庙村教学点作为安徽老年开放大学全省首个村级教学点，自成立以来，已累计培训致富带头人 45 人，培养新型农民工 2197 人，培训党员干部 129 人，服务当地老年群众 2000 余人次。教学点通过开展系列教学、专题讲座和培训活动，丰富了老年人的晚年生活，也助力了刘庙村特色产业发展。

安徽老年开放大学刘庙村教学点，依托安徽老年远程教育网、安徽老年开放大学微信公众号等平台课程学习资源，指导当地老年学员开展线上学习，让“银发一族”老有所学、老有所乐、老有所为，不断丰富他们的精神文化生活。

线上学习开展的同时，线下教学也在进行。农

忙时节，刘庙村教学点统筹疫情防控与农业生产，将老年教育课堂搬进田间地头，小规模、多场次地开展党的二十大精神宣讲及农技知识推广等，让广大村民能及时学习了解最新政策，提升生产技能，增长致富本领，逐步实现从“输血式”扶贫向“造血式”振兴转变。

下一步，安徽老年开放大学刘庙村教学点将按照省委、省政府“老有所学”行动部署和要求，结合农村老年群众喜好和农业生产规律，科学制定教学计划，因地制宜、因时制宜，继续开展线上线下相结合的老年教育，为持续推进刘庙村落实乡村振兴战略贡献力量。

（安徽老年开放大学王正玉）



省直电大深入学习党的二十大精神

本报讯 11月9日，省直电大召开党总支学习会，集体学习党的二十大精神，研究部署学习宣传贯彻工作。

会议集体学习了《中共中央关于认真学习宣传贯彻党的二十大精神的决定》，重点学习了习近平总书记在陕西延安和河南安阳考察时的重要讲话精神，选学了《习近平谈治国理政》第四卷部分章节，传达了省直工委相关文件精神。部分与会同志围绕学习党的二十大精神作了交流发言。

会议指出，要统筹推进自学、交流研讨、教育培训、教学科研、宣传辅导等各项工作，结合学校实际，及时有效抓学习、抓落实、抓贯彻。一是要充分认识党的二十大精神重大现实意义，增

强学习的自觉性，把学习宣传贯彻党的二十大精神作为当前和今后一个时期的首要政治任务，切实抓紧抓实；二是要在学习宣传贯彻上坚持做到“五个牢牢把握”，以务实的举措推动党的二十大精神入脑入心；三是党支部书记要以身作则，带头学习党的二十大精神，组织党员开展交流研讨，学出忠诚坚定、学出自信自立、学出使命担当、学出能力水平。

会议强调，要把学习新修订的党章与学习党的二十大精神紧密结合起来，进一步按照党章要求，加强党性修养，不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力，立足岗位发挥党员的先锋模范作用。（省直电大宋玮）

安庆开放大学开展“一网一平台”培训会

本报讯 为顺利推进国家开放大学“一网一平台”的全面实施，提升教师教学能力，更好更高效地服务学生，安庆开放大学于11月4日下午，组织开展了国家开放大学“一网一平台”教学培训会。

培训会上，辅导教师从国家开放大学“一网一平台”的登录、作业批改、预览和下载试题、

网上作业形式等环节逐一进行了演示和讲解，就“一网一平台”的使用作出具体工作部署。

本次培训是安庆开放大学规范和加强教学管理的重要举措，为教师更好地开展开放教育教学及管理、熟练使用“一网一平台”、严格落实教学过程、提高教学质量打下坚实的基础。

（安庆开放大学张丹丹）

- ◆近日，省校各级党组织以多种形式开展了“学习党的二十大精神”专题学习宣讲活动。
- ◆近日，我校在国家开放大学教育类专业课程思政优秀教学设计方案征集活动中获佳绩。
- ◆日前，省校马克思主义学院面向全省办学体系，以课程为单位组织召开2022年秋季学期思政课网络教学实施团队线上教学研讨会。
- ◆10月27日，我校两名教师受邀参加国家开放大学“博士论坛”并做专题发言。
- ◆近日，蚌埠开放大学启动“法润乡村社区”终身学习品牌项目。
- ◆11月8日，阜阳开放大学召开全市开放大学办学体系2022年秋季学期教学、教务工作视频会议。

为您推荐

- ◆《党的二十大精神辅导读本》——人民出版社
- ◆《新时代这十年》丛书——当代中国出版社、重庆出版社
- ◆《最深的牵挂》——《求是》杂志2022年第12期
- ◆《务必敢于斗争、善于斗争》——《人民日报》11月14日
- ◆《强化现代化建设人才支撑》——《经济日报》11月14日
- ◆《共创美好数字未来》——《光明日报》11月9日
- ◆《加快传统产业数字化转型》——《人民日报》11月8日
- ◆《发挥群团作用 有效联结沟通》——《人民日报》11月3日

2022年11月20日

我校成功举办2022年专业技术人员高研班

本报讯 10月26日至28日，2022年“乡村振兴建设有效实施路径”高级研修班在我校成功举办。本期高研班首次采用线上培训，得到安徽省乡村振兴局大力支持，来自全省农业农村、乡村振兴领域的专业技术人员，企事业单位、农村基层组织一线骨干1600余人参加培训。

为深入学习宣传贯彻党的二十大精神，聚焦我省新时代“三农”工作高质量发展，聚焦乡村发展、乡村建设、乡村治理，着力加强我省乡村振兴人才队伍建设，学校邀请国内相关领域的专家学者进行授课，研修内容涵盖“乡村振兴战略的历史背景和政策逻辑”“乡村振兴与农业高质量发展”“参与式乡村振兴项目建设与规划”等专题。研修班通过线上方式云游安徽省乡村振兴示范点——长丰县马郢村，同时邀请马郢村的优秀青年代表与学员做乡村建设经验分享。

参训学员纷纷表示，通过本次研修班的系统学习，对乡村建设重大意义、重点任务以及实施路径有了更深刻的认识和理解，在今后的工作实践中将以吸收运用，以实际行动把党的二十大精神提出的目标任务落到实处。

（培训学院郑珍、方军庭）

分校之窗

合肥开放大学成立“开放之声”宣讲团

为深入学习宣传贯彻党的二十大精神，落实立德树人根本任务，日前，合肥开放大学成立“开放之声”宣讲团。“开放之声”宣讲团将对党的二十大精神进行系统宣讲和阐释，并把开放大学服务全民终身学习的办学理念和优质教育资源送到校园课堂、基层社区、合作单位，在服务合肥经济社会发展中塑造开放大学的良好社会形象。

“开放之声”宣讲团坚持“四个面向”，明确宣讲任务。一是面向校内师生宣讲。用党的创新理论武装师生头脑，厚植爱党爱国情怀，着力培养“四有”好老师和担当民族复兴大任的时代新人。二是面向“四联四定”单位宣讲。选送助推社会治理、乡村振兴、民企创新等宣讲内容，着力激发基层创新创造活力。三是面向社区教育四级网络宣讲。从助力基层治理、推动社会和谐的角度，将党的好政策送入寻常百姓家。四是面向合作服务单位宣讲。着力服务学校开拓办学，服务合作单位建设发展。

“开放之声”宣讲团落实“两项机制”，确保宣讲效果。一是备课工作机制。集体备课与学校“中层干部送讲座”思政育人机制相结合，专题宣讲小组根据重大宣讲任务需要，定期开展集体备课。实行专人专讲制度，要求每名团员负责一个宣讲话题，深挖选题资源、深研话题内容，备长备常、备细备深。二是报备审查机制。制定“开放之声”宣讲团宣讲内容报备单。每次宣讲的主题、内容、形式均由专题宣讲小组、宣讲团办公室进行报备审查，由团长或副团长终审定稿，确保宣讲内容规范。

（合肥开放大学张靖璇）

（上接1、4版中缝）

若FEV1（1秒用力肺活量）或者FVC（用力肺活量）<0.7，并且排除其他肺部疾病后，可确诊为慢阻肺。肺功能检查是诊断慢阻肺的金标准。

目前尚无治愈慢阻肺的方法，但早期诊断和治疗对于减缓症状进展和降低发病风险非常重要。

肺部健康六大法宝

1.戒烟。戒烟是改善肺部健康和整体健康的最好方法。戒烟有可能逆转烟草烟雾对肺部造成的部分损害，可明显降低慢阻肺病的发生率及减缓病情进展速度。戒烟越早越好，什么时候戒烟都不算晚。

2.疫苗。接种流感疫苗和（或）肺炎疫苗可降低下呼吸道感染发生率，对于慢阻肺患者，建议在医生的指导下接种此类疫苗。

3.氧疗。持续低流量低浓度（1至2升分，每天>15小时）吸氧，可以改善呼吸困难症状，减缓缺氧不足的情况。

4.肺功能锻炼。通过做全身呼吸操、缩唇呼吸、腹式呼吸、唱歌、吹口哨、吹气球等坚持锻炼呼吸肌，改善肺功能。

5.遵医嘱治疗。积极配合医生治疗，稳定期坚持规律用药，可减少慢阻肺症状、降低慢阻肺急性加重发生频率和严重程度。听从医生建议，保持文明健康绿色环保的生活方式。

6.健康管理。每天适量运动，步行或骑自行车，增强自身抵抗力。饮食做到均衡营养，避免高盐、高糖、高脂肪等食品摄入。改变烧柴、烧煤等做饭方式，避免吸入或暴露于颗粒污染物、二氧化氮等。（来源：安徽疾控微信公众号）

2022年11月20日

安徽开放大学创新“三大模式”助力终身学习

□ 郭允建

党的二十大报告指出：“推进教育数字化，建设全民终身学习的学习型社会、学习型大国。”安徽开放大学坚持以促进全民终身学习和技能社会建设为使命、以现代信息技术为支撑、以“互联网+”为动力，充分利用新一代信息技术，创新“三大模式”，打造教育品牌，助力全民终身学习。

线上线下融合培训模式

学校2010年入选教育部、财政部首批“国培计划”省级教师远程培训机构，2011年入选人社部首批国家专业技术人员继续教育基地，通过搭建在线学习平台，构建了线上线下融合的培训模式。

积极开展教师培训。累计培训教师180多万人次，开设课程8000多门，2017年以来还拓展到甘肃、黑龙江、河南、河北等省份。线上依托“安徽省中小学教师教育网”，提供诊断测评、研课磨课、视频直播、资源推送等研修工具，实现由“人机”任务对话向“人际”智慧分享的转变；线下依托本土优质师资，跟岗实践学校开展集中培训，承办了合肥市高中新课程改革专题培训等项目。

大力开展专业技术人员培训。紧紧围绕国家知识更新工程重点领域，高水平推进课程研发，依托全省办学体系成立专技人员继续教育合作联盟，在我省专技人员继续教育领域发挥示范引领作用。目前，线上已累计培训专技人员超过200万人次，建成20门公需课，34个专业门类、36个转岗培训门类、650门开放课程，各类网络课程资源达1.5万余学时。线下举办国家级和省级高级研修班13期。

“4+N”继续教育共同体模式

2013年，在安徽省教育厅指导下，学校承建全省统一的继续教育与管理平台，建设全国首个“安徽继续教育网络园区”，创设政府引领、统一平台、高校联盟、学分银行和多校协同的“4+N”继续教育共同体。

园区融合式继续教育培养模式的创新。目前，安徽继续教育网络园区入驻高校122所，学习者86万余人，

一、申报书是沟通申请者与评审专家的桥梁

影响课题立项的重要因素之一，是评审专家对申报书的认知和评价，“说服”专家是成功立项的关键。通常，在双向匿名的状态下，申报书是申请者和专家之间唯一的沟通渠道。应充分展现申报者对某选题的认识、思考和设计，以获得专家的肯定和认可。申报者需要建立读者意识，申报书要凝练简洁、条理清楚，尽量降低专家的认知负荷，方便专家理解和接受。申报者不能简单地将申报书的写作看作一厢情愿的单向表达，而应看成与专家的交流与对话，申报书的写作与评审是“双向奔赴”的。当然，虽说申报书的撰写以“说服”专家为目的，但决不能信口开河，必须做到有理有据，实事求是。

二、申报书各板块通过内在逻辑关联成一个有机整体

课题申报书，尤其是社科类申报书，一般包括题目、团队组成、研究现状、研究内容、研究方法、技术路线、重难点、创新点、研究思路、经费预算等板块，这些板块是学界经过多年的研究与实践沉淀下来的，各有其内在规定性，也是有逻辑联系的有机整体。从沟通的角度看，课题申报是一项通过申报书各板块的联合，多角度“说服”专家的工作，跟生活中的沟通逻辑没有本质区别。但申报书是为了系统地向专家传递如下观念：我有个好想法（选题），这个工作很有价值（研究意义），我了解这活干到哪一步了（研究现状），这活具体要干些什么（研究内容），这活我能干（团队组成及研究基础），准备怎么干（研究思路或技术路线），用什么法子干（研究方法），干完有啥成效（预期成果），如何花钱更有效益（经费预算），以及做好工作计划（进度安排）。这一明一暗两条主线，既是申报者应该遵循的表述逻辑链，也蕴藏着评审专家的信息接受规律。有的申报者不能很好地理解申报书各板块的内在关系，或者拿不准表达的角度，不同板块的内容简单重复，导致“说服”效果不理想。搞清楚各板块以及它们之间的逻辑联系，就获得了申报书写作的恰当方法。可以说，对申报书板块间关

共建点49个。

“智慧助老”实践模式创新。围绕老年人的出行、就医、消费、文娱等高频事项，制作开发《智能生活》系列课程，帮助老年人体验“数字生活”便利；向社区老年群体免费发放自主编写的《智能手机使用》《老年智能生活系列推文》等读本；广泛开展“送教进社区”“送教下基层”活动，开展智能手机应用、老年远程教育网使用培训。

老年教育科研平台创新。聚焦老年教育政策法规、乡村社区老年教育、老年远程教育等研究方向，组织开展应用研究、学术交流和咨询服务，承担各级各类课题22项。充分发挥研究机构决策咨询功能，先后参与《安徽省老年教育条例》立法调研、《安徽省老年教育“十四五”规划》编制等工作。

安徽开放大学积极发挥教育数字化优势，在职业技能培训、高等学历继续教育、社区教育和老年教育等领域打造安徽样板，助力终身学习取得明显成效。《光明日报》2019年4月14日专题报道《安徽高校继续教育的“供给侧改革”》，提出安徽继续教育网络园区项目为“安徽首创”“全国首个”；园区建设成果先后荣获安徽省教学成果一等奖和特等奖，被教育部专家组认定为高等学历继续教育融合高质量发展的“安徽方案”“安徽经验”“安徽建议”。专技人员继续教育、教师培训等项目等被遴选为全国、全省“终身学习品牌项目”。安徽老年开放大学获评全国老年大学信息化建设优秀单位。

党的二十大明确了党在新时代新征程的使命任务，站在新的起点上，学校将牢记为党育人、为国育才使命，紧紧围绕教育数字化转型，进一步发挥远程教育优势，推动开放大学高质量发展，为现代化美好安徽和学习型社会、学习型大国建设贡献新的智慧和力量！（办公室）

奋进新征程 建功新时代

课题申报是一门“说服”的艺术

□ 汤诗华

系的理解越深刻，处理得越好，申报书的可读性就会越强，申报水平就越高。

三、“说服”应渗透于各板块的写作

申报书各板块都承担了“说服”的功能，只不过不同板块“说服”的角度不相同。例如，课题的题目简洁明了或视角独特，能让专家眼前一亮；文献综述应选择恰当的切入点，展现申报者对文献的把握力，即将开展的研究能很好地弥补以往研究的不足，“开架货铺”；记流水账、有述无评、非理性评判等均是易踩的误区；研究内容是对题目的展开，要体现出层次性和逻辑性，要有可探索的空间，容量应与课题层次相匹配。这三块重点内容确定之后，其他板块的底色就基本确定了。专家了解后，对其他板块就有了大致的“答案预设”。申报书就会变成一张考卷，这时候申请者就要回应专家的期待，或者提出超越专家期待的更优解。这些板块要注意避坑，若论述脱离实际，与专家内心预设偏离太多，必然暴露申报者的知识盲区和理解能力的局限，反而会消耗专家的耐心。踩坑越多，专家对选题的价值、研究设计的合理性、申报者胜任力的怀疑就越多，申报书的说服力和推荐立项的概率随之不断降低。

四、在学术水准有总体保障的基础上，细节决定成败

课题申报者除了要不断提升自己的专业能力，还要端正治学态度、磨砺优良学风。高水平专家对于学风的要求是十分严苛的，极难容忍申报书中的低级错误，因为低级错误直接映射学风浮躁。申报书学术水准再高，如果排版混乱，错别字频现，也会影响专家的评判，进而得到比应得分数更低的评价，甚至直接带来申报失败。当然，申报书的学术水准是基础和关键，在学术水准得不到保障的情况下，细节做得再好，也无济于事。具体而言，申报书要丰富厚重，不能太单薄，显得敷衍不重视；篇幅分配宜详略得当，现状述评、研究内容、研究

思路、前期成果等易出彩的板块要详写，而研究意义、方法、重难点、创新点、参考文献可酌情略写；用语要简练不啰嗦，尽量直陈要义，方便理解；格式要美观，杜绝低级错误。

总之，课题申报是一项严肃的科学活动，要遵循科学原则，其所体现的“说服”艺术，要建立在严谨的学术性和科学性基础之上。课题申报对申报者的理论水平、逻辑能力和表达能力都提出了较高的要求，只有不断提高学术水准，再来提升“说服”的技巧，才能让专家放心地建议管理部门将研究任务委派给申报者。

（科研处）



绿色生活 点滴做起
提倡双面打印，减少木材消耗

中共宣部宣教局 中国文明网