



河北机电职业技术学院“三好”活动激发青年学生向上朝气——一份早餐,引“夜猫”变“早鸟”

文明新风满校园

编者按

青年是整个社会力量中最积极、最有生气的力量,国家的希望在青年,民族的未来在青年。是做等待者、蹉跎者、退缩者,还是做奋进者、开拓者、奉献者?青年人的选择,将书写一个国家和民族不同的未来。如何把清风正气、蓬勃朝气带到每个青年人身边,帮助他们自觉树立和践行社会主义核心价值观,勇于追求更有高度、更有境界、更有品位的人生?作为青年人聚集地,我省各地学校创新举措,积极探索,真情关心青年、关爱青年,悉心教育青年、引导青年,让越来越多青年人摒弃陋习、进取向上,展现奔跑英姿。从即日起,本版推出“文明新风满校园”系列报道,敬请关注。



扫码看视频。见习记者 孟静 董琳焯 记者 刘冰洋摄制

□记者 刘冰洋 见习记者 孟静

年轻人不要老熬夜。许多大学生对习近平总书记这句朴素而亲切的话印象深刻。

脸上常挂一对黑眼圈,显然不是一个年轻人应该有的精气神。没有良好的生活习惯养成,又何谈用青春和汗水创造出让世界刮目相看的新奇迹?

要让夜猫一族甩掉黑眼圈,恢复英姿勃发的青年人本色,讲道理之外,还需另谋高招。针对黑眼圈问题,河北机电职业技术学院连出妙招,自2017年3月起,他们开展让学生吃好、玩好、学好的“三好”活动。学生精神状态焕然一新,校园中一派蓬勃朝气。

什么妙招这么管用?先要从一份早餐说起。

一份免费早餐 助学生养成良好生活习惯

5月8日早7时,像往常一样,河北机电职业技术学院机械工程系机械制造与自动化专业大二学生张恒起床洗漱后,去食堂吃早餐。

一杯豆浆、一个鸡蛋、一个馒头、一碟小菜,对于张恒来说,这样的早餐不够丰盛,但足以提供一上午所需的能量。

更重要的是这些早餐是学校免费为早起的同学准备的。张恒笑着说。

自2017年3月起,为激励学生养成健康生活的良好习惯,提高学生德智体美的素质水平,河北机电职业技术学院决定在全院开展让学生吃好、玩好、学好的“三好”活动,让学生能够以好的状态迎接每一天的学习和生活。

所谓“吃好”是指学院每天免费为早8点前到学校食堂吃早餐的学生提供一个鸡蛋、一杯豆浆、一个馒头、一碟小菜,或者兑换成1.6元的早餐餐补。

贴。河北机电职业技术学院机械工程系党总支书记冯子庆介绍,学院每天拿出近1万元进行补贴,此外,学院食堂还开展评比活动,对菜品质量、环境卫生、服务质量、经营管理等进行评分,奖优罚劣。

而“玩好”则是开展经常性的体育、健身活动,提高学生身体素质,学校调整作息时间,课间活动时间增至40分钟,利用课间学习广播体操。冯子庆说,学好就是学院要求教师创新课堂教学方式,完善教学管理,为学生提供良好学习环境。

对于张恒来说,“三好”活动有着特殊意义。免费早餐的激励对张恒起了促进作用,让他在大一就养成了早睡早起的习惯,这也让他比晚起的同学多出了很多学习时间。

今年4月,由于学习成绩优异,张恒在老师推荐下参加了全国职业院校技能大赛河北省选拔赛,经过激烈角逐,他所在的团队荣获一等奖。

这几天,张恒正在为全国职业院校技能大赛做最后冲刺,即将登上全国总决赛的他信心十足。正是因为良好的作息习惯,我的大学生活井然有序,大学的时光没有荒废。除了比赛,我还在为接单做准备,希望通过自己的努力考上理想的本科院校。

增强认知认同 让学生心有榜样学有目标

根据一项研究调查数据显示,15%的大学生每日睡眠不足6小时,三分之一习惯熬夜,17%反映睡眠质量差。

那么,深夜不睡觉的大学生都在干什么呢?

以前晚上,就躺在床上,刷会儿朋友圈、点个赞、聊聊天,再刷个微博看看“爱豆”,反正拖着时间,过了睡眠点就睡不着了。河北机电职业技术学院休闲体育专业大一学生霍刘泽阳说,睡眠时间不足,很大程度上导致第二天上课没精神、很疲惫。

偶然的一次机会,她在学校微信公众号上看到了张恒的事迹。虽然知道免费早餐的事情,但还是没有养成早睡早起的习惯。霍刘泽阳说,直到前几天,来自身边的榜样让她意识到,自己也可以变得更好。

现在我们宿舍互相监督,结伴早起,每天都会拿出一定时间晨跑,锻炼身体。霍刘泽阳说,身体好,精神好,状态佳,相伴而来的是她的专业课成绩有了大幅提高。

为让更多身边榜样激励学生,河北机电职业技术学院利用学校微信公众号、宣传栏等对成绩优异的学生进行宣传。该校学生处教师陈军说,有了身边同龄人的激励,现在大部分学生都养成了早睡早起的习惯,上课时精力更集中了,身体素质也有了明显提升。

领导带好头,学生更有劲头。4月2日一早,河北机电职业技术学院院长傅恒杰、副院长赵国增,到餐厅一楼,与工业机器人1801班学生共进早餐,学生们一边吃得津津有味,一边与院长畅所欲言。院长为我们作了表率,我们以后更要坚持下去。

最近一段时间,陈军发现,“三好”活动还带来了一系列连锁反应,操场上锻炼的人多了,图书馆学习的人多了,自习室温书的人多了,课堂听讲的人多了,窝在宿舍的人少了。

陈军介绍,自“三好”活动开展以来,参与的学生越来越多,课堂上学生的出勤率越来越高。帮助和引导青年学生就是我们的工作,通过开展“三好”活动,我们对学生的了解加深了。辅导老师还会找到起床困难户,与他们交流,了解其思想、生活情况。

注重实践养成 推动社会主义核心价值观入脑入心

以开展“三好”活动为抓手,河北机电职业技术学院还高度重视校园精神文明建设,该校立足实际,采取多种形式,大力培育和践行社会主义核心价值

观,教育引导广大学生从自己做起、从身边做起、从日常小事做起,不断提升立德树人质量,巩固立德树人成果。

走进河北机电职业技术学院东门,在甬路一旁,长近千米的文化墙颇为惹眼。学校围绕“十九大精神”“中国梦”“工匠精神”“职业教育理念”等主题,将主教学楼外墙打造成了图文并茂的机电特色文化墙。冯子庆介绍。

在校园内,良好的校园文化环境处处体现着社会主义核心价值观的内容。除在校报、广播台、宣传橱窗等进行宣传外,该校还积极探索“互联网+”新路径,打造新媒体矩阵,将课上、线下进行融合,多渠道、多方式进行宣传。

为推动社会主义核心价值观入脑入心,今年,学校还创新性开展了“课堂思政6分钟”活动。冯子庆介绍,任课教师根据授课内容,把思政教育、社会主义核心价值观的内容融入教案,利用课上6分钟左右时间,开展思政教育。

老师根据学生关注的热点话题,比如大学生的价值观、当代大学生生活、学习现状等,结合思政课程内容,用家常话与学生交流,解答同学们的疑惑,把这6分钟打造成了学生的心灵家园。冯子庆说。

据介绍,该校还将“课堂思政6分钟”列为教学质量监控和考核内容,根据质量监控、学生反馈信息、教案、教学资源等考核结果,对表现突出的教师,推荐学院给予表彰奖励。

让广大青少年扣好人生第一粒扣子,打牢正确世界观、人生观、价值观根基,努力培养中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。傅恒杰认为,要实现这一目标,就要把社会主义核心价值观融入办学治校的全过程和校园生活的方方面面,融入教材、融入课堂、融入校园文化建设、融入道德实践。引导“夜猫”变“早鸟”,正是学校激发学生向上朝气,凝聚校园正能量的有效一步。

省慈善总会8年救助51.2万人次

本报讯(记者刘冰洋 见习记者吴安宁)从日前召开的省慈善总会第三次会员大会上获悉,2011年7月至今,省慈善总会累计筹集善款善款总价值近21亿元,累计支出救助款物20.35亿元,救助人数达51.2万人次。

据介绍,在募集善款的同时,省慈善总会大力开展慈善救助,形成了助困、助学、助医、助老、助孤、助残、助灾等8类20余个救助项目。其中,专项投入资金1000余万元用于救助贫困家庭白血病患者,受益患儿

200余名;专项投入资金9000余万元救治6000余名贫困家庭先天性心脏病儿童。此外,省慈善总会与17家医院联合开展多项慈善合作医疗项目,累计为儿童唇腭裂患者开展免费手术11414例,为462名糖尿病患者免除住院治疗费用304万元,为7万多人次的罕见病患者发放进口药品,总价值达17.85亿元。

据了解,我省11个设区市都成立了慈善协会。目前,省慈善总会有团体会员64家,个人会员312名。

南和县西徐旺村 好邻居 杨金山一家 35年接力照顾孤寡老人

本报讯(通讯员杨永丽 记者刘冰洋)金山,又带着奶奶散步呢?今天真好,让俺奶奶出来透透气,老在屋闷着不行。在南和县河郭乡西徐旺村,村民们经常会看到杨金山和媳妇郭巧莲推着轮椅上的奶奶遛弯。

奶奶可真是好福气,遇到这么好的人家!可不是,就是自己家有儿女也不见得像金山家照顾得这么好。邻居们说。

大家口中的奶奶叫邵九香,今年93岁,和杨金山家是前后院的邻居,娘家是邯郸市的。早年间,孩子、丈夫去世后,邵九香成了独居老人。从那时起,杨金山一家就很照顾这位邻居,家里做啥好吃的,都会给邵九香送一份。35年前,杨金山看邵九香上了年纪,腿脚不方便,就开始帮她种地、做饭、打扫庭院。

1993年,邵九香住的土坯房塌了,老人一下子没了住处,身边无儿无女。杨金山见状,和媳妇商量了一下,把老人接到了自己家。

最多的时候,家里住着11口人,上上下下的家务事儿都要打理,真有点吃不

迁安九旬退役军人 签遗体捐献志愿书

本报讯(通讯员万思源、李晓静 见习记者李枫)终于完成了我多年的心愿。近日,迁安市91岁高龄的孔繁起虽卧病在床,但仍亲自在《捐献遗体志愿书》上签下了自己的名字。

今年91岁的孔繁起是迁安市大崔庄镇步川村人。1947年6月他参军入伍,成为一名卫生员。战争年代,孔繁起因奋力抢救伤员,荣立二等功。解放初期,他跟随部队赴湖南、广东等地,其间多次立功,被评为“五好战士”。

1961年10月,已转业

孔繁起调回原籍迁安工作,先后担任城关卫生院院长、大崔镇卫生院院长。1983年12月,经组织批准,孔繁起离岗休养。

早已把生死置之度外,从离开工作岗位后就有了捐献遗体的想法。我自愿将遗体无条件地捐献给祖国医学科学事业,为国家医学教育、科学研究和提高疾病防治能力贡献自己最后一份力量。孔繁起对他的子女说,这是我作为老共产党员、老革命战士所能作出的最后贡献。

1961年10月,已转业

河北诚成肥业有限公司总经理石好成 做人要诚信,做企业更要诚信

关注诚信建设

□见习记者 桑珊 记者 刘冰洋

做人要诚信,做企业更要诚信。石好成是这么说的,也是这么做的。

10余年间,正是因为坚守诚信,石好成从一名当地化肥经销商,成为一家著名化肥企业的总经理。他一手创立的河北诚成肥业有限公司迅速发展,2016年12月公司登陆北京交易所,正式在新三板挂牌上市,年产量达到8万吨,是国家级测土配方施肥定点生产企业。

做人做事诚为本

今年59岁的石好成,是土生土长的乐亭县大相各庄人。上世纪90年代初,他在乐亭县大相各庄乡卖化肥。因为坚持货真价实、不卖假肥、不提高价,十里八村的人们都喜欢到他这里买化肥。

诚信,让石好成积累了大量的

人脉和客源。有一年,正值化肥销售旺季,石好成之前就把定金支付给某化肥供应商,但该供应商生产出现问题,交付产品与原定产品不符。此时如果退回产品,就会损失一大笔利润。

就这么卖吧,反正表面上也看不出有什么问题。有人对他说。

哪能干这种昧良心的事儿,老百姓一年就指着地里这点收成呢!石好成拍着桌子反驳。

最后,经和供应商协商,石好成将产品退回,但并没有要求供应商按照合同双倍赔偿,只要求在最短时间交付了原定产品。虽然损失了部分利润,但他赢得了百姓和供应商的好口碑。

经销化肥过程中,我认识到作为中间商,产品的质量不可控性很大,而且价格也高。石好成说,为了既保证化肥质量和供应时间,还能有合理的价格,他决心自己建厂。

2009年8月,河北诚成肥业有限公司正式挂牌。所谓“诚成”,寓意只有诚信经营,才能取得成功。在石好成的心里,诚信始终占据第一位。

与经营不同,生产涉及诸多环节。从原料采购到检测出厂,再到销售、经营,各个环节都要把好关。在生产过程中,石好成坚持严把质量关,制订了严格的质检标准和规章制度,将质量就是生命的理念贯穿企业生产经营的各个环节,定岗定责、赏罚分明,确保了产品质量。

如今,诚成肥业已经成为一家集科研、生产、销售于一体的现代化肥料生产企业,并申请了自己的品牌“甲米仓”高塔复混肥。

致富不忘众乡亲

作为一名土生土长的农民企业家,石好成的乡情一直割舍不断。在经营肥业的实践中,石好成常常要和农民打交道,通过和乡亲们的广泛接触交流,他更了解了乡亲们种植上的需求与存在的问题。

乡亲们果菜种植和施肥管理上普遍缺乏科学性,不仅农业投入成本高,而且肥效不佳,影响大伙增产增收。对此,石好成看在眼里,急在心里。后来我就琢磨,应该指导百姓学会因地施肥。

为此,石好成多次跑到县农业

局,咨询专家、争取支持。后来,他组织成立了全县首家以私企农户为法人代表农机协会——测土配方施肥协会。协会围绕测土、配方、配肥、供肥、施肥等环节,为农户开展指导服务。

根据作物对肥料的需求,兼顾土壤里测出的养分,对所需肥料进行科学配比。这样就能做到精准施肥,不仅能节约资源,降低对土壤和地下水的污染,还能为百姓们带来收益。石好成介绍。

不仅如此,石好成还成立了科技图书馆,通过多种渠道开展农业指导服务。在科学指导下,农民的收成一年比一年好。有了技术指导,什么时候施肥、施什么肥、如何施肥,我们都心里有数了。如今,地里的粮食产量越来越高,老百姓的日子越过越好。提到石好成,乡亲们都由衷称赞。

看着乡亲们日子越过越红火,我打心眼里高兴。石好成说。

致富不忘众乡亲。近年来,石好成先后为乐亭县大相各庄乡陶庄村免费安装路灯,救助困难学生,帮扶困难职工家庭,捐款捐物累计10余万元。