

共享浓情妇女节

——离退休老同志举行庆“三八”妇女节联欢活动



悠扬而欢快，表达了对美好生活的向往；朗诵《放飞中国梦》，感情真挚，激情飞扬，充满了感染力，将联欢会推向高潮；女声小合唱《万泉河水》，饱含着对祖国的无限深情，为联欢活动画上了圆满的句号。

在文艺表演过程中，还穿插了“诗词大会”、“成语接龙”、“我送祝福”等小游戏。老同志、老朋友们互相问候，互送祝福，现场气氛和谐热烈，欢声笑语不断，每个人脸上都洋溢着灿烂的笑容。

整场联欢活动正能量满满，展现了化物所老同志多才多艺的桑榆风采和积极向上的精神面貌。老同志共同享受了一个温馨、快乐、浓情而又难忘的三八妇女节。

（文 / 孙凤鸣 图 / 徐大力）



3月7日上午，我所近200名离退休老同志欢聚一堂，在化工楼礼堂举行庆“三八”妇女节联欢活动。

在夕阳红小乐队的现场伴奏下，活动在歌舞《相逢是首歌》中拉开了序幕。离退休的男同志们也积极来到会场为活动助兴，男声四重唱《鸿雁》、男声独唱《青藏高原》、《二月里来》赢得大家的热烈掌声；女声独唱《我们的中国梦》，在优美的歌声中，唱响中国梦，表达爱国心；独舞《美人吟》、《九儿》温婉优雅，让观众们大饱眼福；男女声组合唱《香巴拉并不遥远》



关于开展“畅谈十八大以来变化，展望十九大胜利召开”主题实践活动的通知

按照中科院离退休干部工作局关于在全院离退休干部中开展“畅谈十八大以来变化，展望十九大胜利召开”活动要求，结合我所实际，开展“畅谈十八大以来变化，展望十九大胜利召开”主题实践活动。现将相关事项安排如下：

（一）开展“建言十九大”调研活动。

3月-6月，以座谈交流、实地走访、问卷调查等方式广泛听取离退休老同志的意见和心声，组织广大老同志为实现党和国家“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦，以及促进我所创新发展等建言献策。7月底前整理上报院局老同志的建言献策具体内容。

（二）开展“畅谈十八大以来变化，喜迎十九大胜利召开”征文活动。

鼓励老同志畅谈十八大以来我党统筹推进“五位一体”总体布局和协调推进“四个全面”战略布局、全面深化改革取得的显著成效，党

和国家各项工作取得的重大进展；畅谈我所贯彻落实习近平总书记提出的“四个率先”的重要指示，实施“率先行动”计划，深化改革和科技创新取得的重大成就，讲述国家的、我所的好故事。

4月-7月，组织征文活动。要求征文字数一般在1000-3000字，文体不限。将在8月上旬整理推荐上报院局老同志的征文。

（三）开展“我看中科院创新发展”微视频、摄影大赛活动。

组织离退休老同志参观研究所新所区、大科学装置等，让老同志亲身体验我所贯彻落实“四个率先”要求，全面改革创新取得的新成就，从老同志的视角以微视频、摄影图片的形式，记录我所创新发展的好声音、好画面。

6月-7月，组织老同志参观体验，鼓励老同志制作微视频、拍摄照片。7月底前推荐上报院局老同志的作品。

我所老年大学成立校务管理委员会

3月8日下午，在二站离退休活动室二楼会议室召开了2017年老年大学校委会第一次会议，成立了中科院老年大学大连化物所·化物社区分校校务管理委员会。校委会成员由老年大学校长、副校长、教务长、教务人员、班长、副班长组成。

会议通报了新学年招生及教学情况；通报了2016年收支情况；就新制订的《中科院老年大学大连化物所·化物社区分校学费管理办法》征求了意见；讨论修订了校务管理委员会职责及班长职责；布置了年底老年大学学习成果汇报演出相关工作。

2017年老年大学校委会成员名单如下：

王江、尚桂梅、田丽、李洪清、孙凤鸣、张倩、邢会坤、迟心梅、宋鸿、白雪芳、王桂花、林娉、葛长仁、王秀坤、刘凤英、姜英莉等。

（文 / 简约）



南山小故事

□杨青林

冬天已过，迎来了春暖花开好季节，这更是老年人的幸福季节。南山离退休职工越来越多的老同志走进幸福的活动室，而外单位有的老同志很羡慕。每个人根据自己不同的爱好乐趣展开多样方式的活动，比如象棋、麻将、扑克、台球、乒乓球、阅报、聊天等，非常热闹。如今，中老年看报的越来越多。他们边看边聊，每天在关心着世界、国家和单位的大事。有人结合起来讲自己的小故事，从学生时期到工作岗位，有的是当兵务农不同的历史时期，讲的生动精彩。大家通过交流、沟通，互相学习。在聊的过程中，有共识的还是对党的“十八大”以来学习习近平系列讲话精神，以习总书记为核心的党中央领导加强军队建设，维护世界和平，国民经济稳步增长，民生系列政策的拥护。这些才能给老同志安度幸福晚年生活提供好的条件。

每当谈到南山这块宝地时，在许多人记忆中多年以来 90 岁左右比较多，还有的家属中上有百岁的老寿星，正像书法条幅写得那样“寿比南山”。南山祥云聚福地寿星多，为此引起了同志们的议论和评说，比较共感的则是：多半是心态好！一是要放平心态。遇事会端正心态，要淡泊名利，和谐友善，多做实事，团结向上；二是要有知足感。我们每天生活在这个小家园里，有管理员给帮助和照料，整洁的卫生能不增寿吗？知足常乐延年益寿；三是要有“精气神”。人总要有精神，精神是生命的重要支柱，尤其在老同志晚年生活中要发扬夕阳正映辉的精神，做个正能量的人，用正能量影响和帮助周围的人，为实现中华民族伟大复兴的中国梦做贡献。

我爱您，化物所

——献给化物所的歌

□孙靖宇

辽东半岛有个美丽的城市大连，
那里有个大连化学物理研究所。
经过几代人，几十年的努力奋斗，
科研成果丰硕，人才济济。
大连化物所响遍中国，传向全世界！
我就是其中的一员，我是化物所人！
我自豪，我骄傲！
漫漫科研路，培养了我，教育了我，
化物所伴随着我的一生，我爱化物所。
祝愿化物所不断地发展壮大，
早日成为世界一流研究所。
我爱您，化物所！

沁园春·歌颂祖国

□李中昌

锦绣河山，凤舞龙腾，花灿大千。
喜神州巨变，城乡共进；
民生改善，满目新颜。
改革创新，协调发展，
明主开方国梦圆。
黎民乐，赞人和政善，国泰民安。
中枢良策超前，
率亿万龙孙赋巨篇。
聚精英睿智，繁荣百业，
扶贫致富，合力攻坚。
反腐倡廉，治污有道，
经济腾飞捷报传。
瞻前景，达小康社会，如日中天。

我的养生观

美国西海岸之游

白雪芳

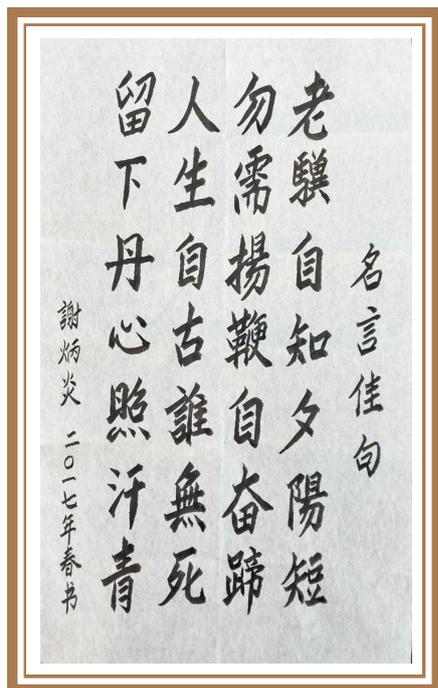
2017年元旦,我是在向往已久的美国度过的,说老实话去过近二十个国家了,但却第一次踏上美利坚的国土,心情还是有点小小的激动。

虽然美国之旅的第一印象是清新的空气、明媚的阳光、干净的街道;黄金海岸、公路两边、山谷之中是连绵不断的树木、果园、绿地。但这一切远不及北欧自然、纯净、清新、简约的静谧之美。旧金山印象比较深的是多次在美国电影里出现的金门大桥,世界著名的桥梁之一,是近代桥梁工程的一项奇迹。而天使之城、娱乐之城洛杉矶,凝聚美国文化精髓,荟萃美食购物菁华,一座不断缔造传奇的魅力之都。拉斯维加斯本是不毛之地,西部政府为了吸引游客,丢进大把的黄金白银把这里建成奢华赌城。而它附近的科罗拉多大峡谷,却静如处子,大峡谷是河水长年冲刷的杰作,峡谷的长度相当于一个台湾岛,是仅次于雅鲁藏布江的世界第二大峡谷。五年前我去过西藏,如果说,雅鲁藏布大峡谷青姿秀色,云雾缭绕如仙境,那么,科罗拉多大峡谷则是天高云淡,日朗风劲似神域,都是大自然的杰作,世间罕有。

在美国西海岸短短几天的旅游,旧金山、洛杉矶等城镇让我感到美国西部文化的独特性,但真正感受到资本主义堕落的纸醉金迷唯有拉斯维加斯。



旅顺军港·晨 作者 高洁



摄影 徐大力

