



# 做真实的自己

——访体育系学生会主席李茹



真正的勇士敢于直面困难,敢于直面人生,更敢于做真实的自己。

——题记

每个人都有自己的生活经历,一万个人就有一万个人生经历的不同版本。我们不必羡慕别人,也不必嫉妒别人,做好真实的自己,你就是人生的赢家。这是我走进体育系学生会主席李茹而获得的人生感悟。

### 做一个有能力的自己

对于李茹学姐来说,学习在大学期间是提升自身能力的主要途径,所以她对学习认真而执着,每次听课都坐在前几排,认真学习每一门专业的课程。俗话说:一份耕耘一份收获,凭借自己的执着与认真,她连续获得两次一等奖学金,两次国家励志奖学金,多次获得“三好学生”“优秀学生干部”等荣誉称号。在认真完成每一门专业课和选修课的基础上,李茹学姐还积极参加学校组织的各种活动和比赛,取得了不俗的战绩。在2015年全国高校健美气功比赛中她和队友们团结协作,荣获了“八段锦”“六字诀”团体三等奖和体育道德风尚奖;在秦皇岛第四届龙舟比赛中取得高校女子组12人龙舟200米第一名以及混合组22人龙舟400米比赛第二名的好成绩。

作为体育系学生,李茹更是代表我校多次参加大学生运动会,为学校荣誉而战。当提及自己的未来规划时,她说自己是一个贪心的人,想发展自己的专业又想专注于自己的瑜伽。无论她最后的选择如何,我们相信她的前途会一片光明。

**做一个负责任的自己。**从大一一一个默默无闻的学生会会员到大三负责的学生会主席,这一路的艰辛恐怕只有她自己知道。当我们提及做部长和做主席有什么不同时,她说:“做部长时,你是一个执行者。但当主席时,你是一个统筹者。”当谈到做一个主席应具备什么素质时,她认为一个好的主席应该具备两点:一是要有凝聚力,能够使学生会上下一条心;二是要有自己的能力,使自己的能力和学生会得到提升。其中,尤为重要是语言表达的能力,要能够准确领会上级交待的任务,更要清楚地对同事做出部署和安排。李茹还说,大一做部员的时候,最重要的是踏实,而大二做了部长以后,就是成长的关键时刻了,要重视对各个部门工作的认识,才能在主席时更好地分配任务。的确,自从她当主席后,举办活动时,她会有自己很好的见解,会把活动办得有声有色。她还认为,一次成功的活动不在于活动办得有多么盛大,而在于凡是参加活动的人在活动过后能够对这次活动回味无穷。在李茹看来,举办活动一定得能够激起学生们参加的

积极性。就像孔子因材施教,活动的举办也要迎合体育系学生们的爱好、富于挑战的特点。

做负责任的自己,李茹在外出行进行瑜伽授课之前总是会把学校里的各种事务先安排妥当,哪怕打再多电话、发再多信息,都一定不会耽误学生会的事情。因为自己负责任的态度,她获得了老师的认可,获得了部员的称赞,更收获了大家对她的信任。

**做一个坚持的自己。**大一她爱上了瑜伽,学习了瑜伽。现在她在外面代课,教授人们学瑜伽。她谈到自己在学习瑜伽时,忘记不住动作而且特别累,但她没有退缩,一直坚持了下去,最终考取了瑜伽有关的证书,并且在“瑜伽达人秀”比赛中获得“瑜伽达人”的称号。现在她已经在教别人学习瑜伽,而且得心应手。

提及到自己刚给别人上课时,她害怕自己忘记上课的内容,所以每次上课前都把自己的上课内容记到本子上,上课时放到垫子旁边,即使自己不看,但每次都会记下,这个习惯给了她很多勇气。每次讲完课后她的嗓子都很疼,冬天时常感冒,嗓子经常沙哑,但是她都坚持了下来,最终有了自己现在的成就。

在成长的路上,如果没有别人的支持和陪伴就太孤独了。李茹凭借她自信阳光的性格获得了很多人的认同,也得到过贵人的相助,比如一位给予指导的学姐、一位通情达理的老师……让我们相信,天道酬勤,做一个踏实上进的人,生命会为我们敞开一道门。有勇气做真实的自己,单独屹立,不要想别人,你就是一个成功的人。采访过程中,我们问她崇拜的人是谁,她半开玩笑地说,她没有崇拜的人,她崇拜的只是自己。这句话体现了李茹的自信阳光,她曾说:“我在自立自强中学会了分享和承担,并将以当代青年的崭新风貌在追梦的道路上继续奋勇前进。”

关于优秀,李茹是这么说的:“优秀的前提是懂得做人,品德是最重要的,其他的,都可以自己去摸索。”未来未知,但我们要一步一个脚印,踏实地走向未来,做真实的自己,未来的道路就会繁花似锦。我们希望李茹的前途无限,未来一片光明。

(学生记者:王晨 周梦雨 审稿:苏凤娇)



5月27日,由秦皇岛市打击传销领导小组办公室、秦皇岛市食品和市场监督管理局、秦皇岛市公安局和我校主办的秦皇岛市“禁传销 反欺诈 校园行 共建和谐校园”宣传活动在我校启动。我校秦皇岛校区师生代表200余人参加了活动。据悉,本次“禁传销 反欺诈 校园行 共建和谐校园”活动将历时6个月,在秦皇岛市7个区县的学校、社区、广场等开展反传销知识普及及系列宣传,覆盖学生及群众预计达数万人。(通讯员 李建红)



# 我校科技特派员为农民增收脱贫送技术引项目

本报讯(通讯员 负小波)开展精准扶贫工作以来,我校生科学院科技特派员侯东军老师,先后8次深入到青龙县的4个乡镇的贫困山村,利用自身的专业技术优势,选准切入点,为农民增收脱贫致富引路,带动产业发展做实事、出实招、献实策。

在我校精准扶贫村大巫山镇陈台子村,侯东军考察当地食用菌野生资源和生境条件,提高农民对当地丰富的野生灵芝、羊肚菌等珍贵野生食用菌经济价值的认识,帮助寻找农民增收增长点。他带领驻村工作组和村干部、村民等赴承德围场县参观、学习考察食用菌生产基地,洽谈引进黑木耳生产技术,并顺利签下了生产第一批木耳菌棒4万棒的协议。



侯东军指导村企业解决杂菌感染问题

在八道河镇公厂村,协助我校其他科技特派员及时指导解决了该村企业在食用菌生产过程中遇到的杂菌感染的严重问题,为该村企业挽回了数万元经济损失。事后,为确保菌棒的正常生长繁殖,再次带领有关专家、科技特派员等进行了回访和技术指导,给企业吃了定心丸。该村驻村干部和村两委专门向校党委致信对侯东军老师表示感谢。

马圈子镇杨杖子村是侯东军的精准扶贫村,他主动与村干部联系,对8户生产总量40多万棒的香菇栽培户逐户进行了调研考察,有针对性地解决了农户提出的发菌缓慢、大棚通风不良、靠近棚边出菇小出菇少、杂菌感染后如何利用等一系列问题,深受栽培户的称赞。

青龙镇苏杖子村是“三区”科技人才选派专项,青龙县科协带动全县食用菌产业的示范村,也是侯东军对接的村子。应青龙县科协邀请,侯东军赴苏杖子村共商全县食用菌发展规划,筹划在苏杖子村建立标准化的食用菌菌种厂。在调研考察的基础上,当天就确定了母种生产室和原种栽培生产区,设计了母种生产室建设方案,提交了母种生产室的设计草图。并在进一步考察中,为全县食用菌发展规划和标准化的食用菌菌种厂的建立提出了建设性的意见和建议。

# 让精准脱贫这一攻坚战走上“自强”之路

本报讯(通讯员陈崇峰 王炳义)5月26日上午,11000只初期免疫鸡苗抵达村部,分布于7沟3岔的9个村民小组100余户村民满怀喜悦地把自己家的鸡苗领回了家。在我校帮扶工作组帮助下,我校帮扶张庄村成立了“福哥柴鸡养殖专业合作社”,同时挂牌成立了张庄村生态柴鸡养殖基地,希望通过柴鸡散养项目,让更多的贫困户“动起来”,使精准脱贫这一攻坚战走上“自强”之路。

为实现“年度基本达到脱贫标准”的2016年工作目标,驻张庄村工作组和村两委在实地调查、认真论证和反复讨论的基础上,将柴鸡散养项目作为2016年度产业项目规划的首要增收项目,其具有受益面广、风险负担低、有利于利用丰富的山场资源等优点。

近2个月以来,工作组与村两委班子先后召开3次村民代表会议,陆续出台了《贫困户柴鸡散养项目实施方案》、《柴鸡鸡雏领养明白纸》、《柴鸡农户饲养承诺书》等制度,确定了

户均补贴鸡苗上限200只的扶持政策,由各户自愿,采用自购与集中孵化相结合的方式,联系落实了定点孵化鸡苗。工作组还联系了动物科技学院马增军、张建文等养鸡专家,为养殖户提供技术指导。



柴鸡养殖专业合作社挂牌 村民欢喜地把鸡苗领回家

**第九章 对违反群众纪律行为的处分**

第一百零五条有下列行为之一,对直接责任者和领导责任者,情节较轻的,给予警告或者严重警告处分;情节较重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分;情节严重的,给予开除党籍处分:

(一)超标准、超范围向群众筹资筹劳、摊派费用,加重群众负担的;

(二)违反有关规定扣留、收缴群众款物或者处罚群众的;

(三)克扣群众财物,或者违反有关规定拖欠群众钱款的;

(四)在管理、服务活动中违反有关规定收取费用的;

(五)在办理涉及群众事务时刁难群众、吃拿卡要的;

(六)有其他侵害群众利益行为的。

第一百零六条干涉群众生产经营自主权,致使群众财产遭受较大损失的,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分。

第一百零七条在社会福利、政策扶持、救灾救济款物分配等事项中优亲厚友、明显有失公平的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分。

第一百零八条有下列行为之一,对直接责任者和领导责任者,情节较重的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分:

(一)对涉及群众生产、生活等切身利益的问题依照政策或者有关规定能解决而不及时解决,造成不良影响的;

(二)对符合政策的群众诉求消极应付、推诿扯皮,损害党群、干群关系的;

(三)对待群众态度恶劣、简单粗暴,造成不良影响的;

(四)弄虚作假、欺上瞒下,损害群众利益的。

第一百零九条不顾群众意愿,盲目铺摊子、上项目,致使国家、集体或者群众财产和利益遭受较大损失的,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分。

第一百一十条遇到国家财产和群众生命财产受到严重

威胁时,能救而不救,情节较重的,给予警告、严重警告或者撤销党内职务处分;情节严重的,给予留党察看或者开除党籍处分。

第一百一十一条不按照规定公开党务、政务、厂务、村(居)务等,侵犯群众知情权,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分。

第一百一十二条有其他违反群众纪律规定行为的,应当视具体情节给予警告直至开除党籍处分。

**第十章 对违反工作纪律行为的处分**

第一百一十三条党组织负责人在工作中不履行职责或者疏于管理,有下列情形之一,给党、国家和人民利益以及公共财产造成较大损失的,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;造成重大损失的,给予撤销党内职务、留党察看或者开除党籍处分:

(一)不传达贯彻、不检查督促落实党和国家的方针政策以及决策部署,或者作出违背党和国家方针政策以及决策部署的错误决策的;

(二)本地区、本部门、本系统和本单位发生公开反对党的基本理论、基本路线、基本纲领、基本经验、基本要求或者党和国家方针政策以及决策部署行为的。

第一百一十四条党组织不履行全面从严治党主体责任或者履行全面从严治党主体责任不力,造成严重损害或者严重不良影响的,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分。

第一百一十五条党组织有下列行为之一,对直接责任者和领导责任者,情节较重的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分:

(一)党员被依法判处刑罚后,不按照规定给予党纪处分,或者对违反国家法律法规的行为,应当给予党纪处分而不处分的;

(二)党纪处分决定或者申诉复查决定作出后,不按照规定落实决定中关于被处分人党籍、职务、级别、待遇等事项的;

(三)党员受到党纪处分后,不按照干部管理权限和组织关系对受处分党员开展日常教育、管理和监督工作的。

第一百一十六条因工作不负责任致使所管理的人员叛逃的,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务处分。

因工作不负责任致使所管理的人员出走,对直接责任者和领导责任者,情节较重的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务处分。

第一百一十七条在上级单位检查、视察工作或者向上

级单位汇报、报告工作时对应当报告的事项不报告或者不如实报告,造成严重损害或者严重不良影响的,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分。

第一百一十八条党员领导干部违反有关规定干预和插手市场经济活动,有下列行为之一,造成不良影响的,给予警告或者严重警告处分;情节较重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分;情节严重的,给予开除党籍处分:

(一)干预和插手建设工程项目发包、土地使用权出让、政府采购、房地产开发与经营、矿产资源开发利用、中介机构服务等活动的;

(二)干预和插手国有企业重组改制、兼并、破产、产权交易、清产核资、资产评估、资产转让、重大项目投资以及其他重大经营活动等事项的;

(三)干预和插手批办各类行政许可和资金借贷等事项的;

(四)干预和插手经济纠纷的;

(五)干预和插手集体资金、资产和资源的使用、分配、承包、租赁等事项的。

第一百一十九条党员领导干部违反有关规定干预和插手司法活动、执纪执法活动,向有关地方或者部门打招呼、说情,或者以其他方式对司法活动、执纪执法活动施加影响,情节较轻的,给予严重警告处分;情节较重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分;情节严重的,给予开除党籍处分。

党员领导干部违反有关规定干预和插手公共财政资金分配、项目立项评审、政府奖励表彰等活动,造成重大损失或者不良影响的,依照前款规定处理。

第一百二十条泄露、扩散或者窃取党组织关于干部选拔任用、纪律审查等尚未公开事项或者其他应当保密的内容的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分;情节严重的,给予开除党籍处分。

私自留存涉及党组织关于干部选拔任用、纪律审查等方面资料,情节较重的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务处分。

第一百二十一条在考试、录取工作中,有泄露试题、考场舞弊、涂改考卷、违规录取等违反有关规定行为的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分;情节严重的,给予开除党籍处分。

第一百二十二条以不正当方式谋求本人或者其他人员用公款出国(境),情节较轻的,给予警告处分;情节较重的,给予严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务处分。

第一百二十三条 临时出国(境)团(组)或者人员中的

党员,擅自延长在国(境)外期限,或者擅自变更路线的,对直接责任者和领导责任者,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务处分。

第一百二十四条驻外机构或者临时出国(境)团(组)中的党员,触犯驻在国家、地区的法律、法令或者不尊重驻在国家、地区的宗教习俗,情节较重的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务、留党察看或者开除党籍处分。

第一百二十五条在党的纪律检查、组织、宣传、统一战线工作以及机关工作等其他工作中,不履行或者不正确履行职责,造成损失或者不良影响的,应当视具体情节给予警告直至开除党籍处分。

**第十一章 对违反生活纪律行为的处分**

第一百二十六条生活奢靡、贪图享乐、追求低级趣味,造成不良影响的,给予警告或者严重警告处分;情节严重的,给予撤销党内职务处分。

第一百二十七条与他人发生不正当性关系,造成不良影响的,给予警告或者严重警告处分;情节较重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分;情节严重的,给予开除党籍处分。

利用职权、教养关系、从属关系或者其他相类似关系与他人发生性关系的,依照前款规定从重处分。

第一百二十八条 违背社会公序良俗,在公共场所有不当行为,造成不良影响的,给予警告或者严重警告处分;情节较重的,给予撤销党内职务或者留党察看处分;情节严重的,给予开除党籍处分。

第一百二十九条 有其他严重违反社会公德、家庭美德行为的,应当视具体情节给予警告直至开除党籍处分。

**第三编 附 则**

第一百三十条 各省、自治区、直辖市党委可以根据本条例,结合各自工作的实际情况,制定单项实施规定。

第一百三十一条 中央军事委员会可以根据本条例,结合中国人民解放军和中国人民武装警察部队的实际情况,制定补充规定或者单项规定。

第一百三十二条 本条例由中央纪律检查委员会负责解释。

第一百三十三条 本条例自2016年1月1日起施行。

本条例施行前,已结案的案件如需进行复查复议,适用当时的规定或者政策。尚未结案的案件,如果行为发生时的规定或者政策不认为是违纪,而本条例认为是违纪的,依照当时的规定或者政策处理;如果行为发生时的规定或者政策认为是违纪的,依照当时的规定或者政策处理,但是如果本条例不认为是违纪或者处理较轻的,依照本条例规定处理。(完)