

穿起服务“千根线” 练好退管“绣花功” 绣出退休教工“幸福图”

习近平总书记强调:“要强化精准思维,做到谋划时统揽大局、操作中细致精当,以绣花功夫把工作做扎实、做到位。”“绣花功夫”是一种精细的工作态度和业务能力,反映对事业、对群众的感情,体现把控细节、打造精品的追求。我校退管办在为老服务中坚持党建引领,用心用情、精细周到做好为老服务工作,努力穿起服务“千根线”,练好退管“绣花功”,绣出退休教工“幸福图”,把学校对广大离退休老同志的关怀与温暖送到他们的心坎上。

炼好普遍天怀“金针” 绣牢退管保障之基

一枝一叶总关情。退管办多年来用心用情,精细化做好为老服务。利用节假日开展敬老爱老系列活动,提升退休教职工的获得感、幸福感。

开展春节、敬老节普遍慰问工作,覆盖全体退休教职工。为满足老同志多样化需求,敬老节的慰问品选择从原来的一种变为两种,再到今年扩展为四种套餐。提前通过块组微信群征询每位老同志的意见,再根据选择分别快送到每位老同志家中,让大家收到各自喜欢的慰问品。

“三八”妇女节是全体女性的节日,她不应被年龄所限制。为了给我校女退休教工满满的仪式感,退管办召开线上意见征求会收集对礼品的建议,再通过设计精美的包装给每位退休女教工快递一份美好的祝福,还精心策划庆“三八”女神节插花 DIY 活动,为热爱生活的退休女教工送上节日的问候。

生日,对每个人来说总是一个特别的日子,退管办从 2012 年开始开展为 80、90 周岁老同志上门祝寿活动。活动当天,退管办的工作人员带上生日蛋糕和鲜



花,联系上退休块组长及退休支部书记,一同上门,为老寿星送上“娘家人”的祝福。有一位 90 岁的老同志住在崇明福利院,来自组织的生日祝福也风雨无阻,退管办叫上退休骨干一同前往祝寿,像亲人一样把她从福利院接出来共庆生日。即使一部分老同志长期定居外地,线上生日祝福和红包也准时送达,将温暖和关怀传递到每一位老同志的身边。此外,除去 80、90 岁的,还对其他 92 位生日“逢五逢十”的老同志开展送蛋糕上门。



觅好民呼我应“针目” 绣细退管服务之锦

雪中送炭寄深情。年老生病是人生常态,退管办急老同志所急,认真做好退休教职工医疗补助工作,及时给生病住院治疗的退休人员送去问候和温暖。本年度住院医疗补助 9 批次,累计总额约 17.15 万元,惠及 108 人次。以贴心的服务,实实在在的补助,缓解了患病老同志的焦虑,增强他们战胜病魔的勇气和信心。医疗帮扶,不仅是传递帮扶,更是传递爱!

老同志每月提交的住院材料,退管办除了按时做好住院医疗补助的审核与发放,还通过审阅材料进一步了解老同志的生活现状和身体情况。对于住院自费超过 2 万的老同志,主动提醒关注每年银发帮困金申请;对于首次患重病大病的老同志,及时

发放银发帮困金万元,缓解他们的经济压力。退休教工 F 老师,家庭意外遭遇火灾,火势迅速蔓延导致屋内财物全部烧毁,财产受损严重。银发帮困金特事特办、雪中送炭,让他感受到学校大家庭的支持和温暖。2024 年银发帮困金共支出 8.1 万元,惠及 9 名退休教工。

两年来,聚焦老同志急难愁盼的养老问题方面,退管办或老教协组织开展上海及周边养老社区调研 8 次,吸引了 200 余人次参与、调研过程中,详细考察了康养社区的养老服务设施、养老服务品质、文化养老项目、医养配套设施等老同志关注的养老需求点,积极为老同志机构养老搭桥引荐、为有康养需求的老同志群体提供丰富的养老信息。

施好重点慰问“针法” 绣美共建共享之景



于细微处见真情。努力为退休教职工美好的退休生活保驾护航,以共建共享的合力描绘乐享退休的美好图景。通过退休骨干网格管理、走访慰问和日常管理服务工作,充分排摸,对于 80 岁以上行动不便的老同志推行“每年一探访”制度,2024 年退管办工作人员、退休块组长及退休支部骨干适时走访慰问孤老、高龄、丧偶、重症住院等 120 余人次,为困难退休人员雪中送炭,确保每一个重点对象都感受到组织的关爱和温暖。

实时掌握特殊群体的动态情况,做

好特殊人员的关怀工作。特别在中国传统节日,针对孤老、失独、家有残疾子女等特殊群体开展专项慰问。端午节,为他们准备了精美的粽子套餐;中秋节则准备了甜蜜的水果礼篮,通过这样的慰问举措,给这些特殊老同志群体的节日增添一份特别的关心和温暖。

在教师节前夕,走访慰问曾荣获“我心目中的好老师”荣誉称号的退休教师代表,向他们致以节日的问候和美好的祝福。在走访过程中,退管办的工作人员和退休骨干不仅带去了慰问金,还为老教师们送上了贴心的关



写在最后

多年来退管办团队对老同志细致入微的关怀,老同志毛家俊老师动情地说:“刘洁荣书记带领的团队十七年来始终如一的给予退管会这个大家庭满满的温暖和幸福,无论是组织旅游活动还是丰富多彩的文娱活动;生日的祝贺;还是节日的慰问礼;病患和孤老的关怀和探望;每年的定期体检等等,每一项都让我们感到生活在这个大家庭中的温馨和快乐,而所有这些的背后都是你们的辛勤付出和无私奉献!”毛老师的话说出了广大退休老师的心声。许多老同志亲切的称称退管办的五位老师为“五朵金花”,是她们的辛勤工作绣出了退休教职工的“幸福图”。正因为老同志的普遍好评,在 2024 年学校年终考核中退管办荣获单项工作优秀奖。

(退管办)



退管简讯

● 9 月 26 日,退休教职工(2024 年 6 月 30 日前退休)敬老节慰问金 800 元已发放进卡。

● 10 月 3 日,为退休老同志寄出慰问品 582 份,其中 A 套餐粮油干货类 392 份,B 套餐洗护类 47 份,C 套餐谷物杂粮类 108 份,D 套餐方便食品类 35 份。

● 11 月 26 日,退管办根据意见征询结果,冬送温暖大米补助 150 元进卡。

● 11 月 30 日,未参与 2024 年度体检的退休教工每人体检补助 500 元进卡。

● 2024 年 12 月,校退管办获评 2023—2024 年度校“三八红旗手(集体)”。

● 退管会继续为每一位退休教工订阅 2025 年《上海老年报》或《医食参考》报刊。

● 2024 年,我校退休老同志为青年师生开展党课、座谈会、指导课题等活动 41 场次。

● 2025 年 1 月,退休教职工 2025 年春节慰问金 500 元已发放进卡。

讣告

曹克明 2024 年 7 月 5 日逝世,享年 83 岁

奚龙贵 2024 年 7 月 18 日逝世,享年 93 岁

王自兴 2024 年 7 月 22 日逝世,享年 84 岁

孙乾荣 2024 年 8 月 11 日逝世,享年 91 岁

陈永祥 2024 年 9 月 5 日逝世,享年 83 岁

陆海明 2024 年 9 月 15 日逝世,享年 58 岁

沈文富 2024 年 9 月 29 日逝世,享年 79 岁

蒋福南 2024 年 10 月 18 日逝世,享年 83 岁

宋延慧 2024 年 10 月 30 日逝世,享年 100 岁

陆敏政 2024 年 11 月 23 日逝世,享年 89 岁

包莲娣 2024 年 12 月 17 日逝世,享年 88 岁

传承师者风范 赓续育人使命

雲鄉论坛之“薪火传承”系列沙龙是离退休党委和相关职能部门联合打造的品牌文化活动,旨在通过搭建深度对话平台,让“五老”与青年教师与学子之间面对面对话,交流,传承师者风范赓续育人使命。



9 月 11 日下午,在杨浦校区雲鄉閣举办了“薪火传承”沙龙之退休老教授与统战人士座谈会。会议由统战部部长陈凌主持。校党委副书记仰刚,离退休党委书记刘洁荣、退休老教授代表曹家麟、杨平、程创,各民主党派和统战团体负责人及骨干成员、无党派人士、党外高知代表等 20 余人参加座谈。

与会老教授结合丰富的教学科研实践,引导和鼓励广大党外教师积极建功立业,为学校新一轮发展做出贡献。程创教授多年从教和督导工作经验丰富,从教学方法和课程效果等方面做了深入浅出的讲述。杨平教授则分享了对

于教育家精神丰富内涵的理解和感悟,教育家精神不仅是对教育的热爱和对学生的关心,还包括对党和人民的教育事业的忠诚、自我提升的持续努力、高尚的道德情操以及创新的教学理念,要坚定理想信念,心系“国家事”,肩扛“国家责”。曹家麟教授则结合当前国内外教育科研热点,分析了科研工作的现状、面临的挑战以及未来的发展趋势,同时肯定,广大党外人士是师资队伍的重要组成部分,尤其是作为奋战在教学科研一线的骨干力量,更要勇于担当、刻苦钻研,言传身教,有所作为。并提出两点建议:一是要牢牢抓好育人工作,为党和国家培养高质量创新型人才;二是在工作中要讲“大道”,讲素质、讲能力,教学和科研两手抓,两手都要硬,为教育的振兴和民族的复兴努力拼搏,再创辉煌。

互动交流中,大家踊跃发言,纷纷表示将以老教授为榜样,紧密围绕学校中心工作,进一步增强与党同心的政治自觉、思想自觉和行动自觉,把所学所悟融入实际工作中,凝聚共同团结奋斗的强烈共识。

11 月 15 日,在雲鄉閣举行“薪火传承”沙龙之品诗意重阳·传孝道美德座谈会,活动由党委宣传部和离退休党委组织,宣传部章贇主持,邀请我校退休老教授靳希、赵宪萍、周军做客雲鄉

论坛,与 30 多位上电青年学子一起忆往昔、话成长、论孝道、展未来。

座谈会上,三位老教授分别结合自身成长与教育教学经历,与同学们分享他们眼中的师德、师范和师恩以及他们对传统文化、中华孝道和人生际遇的感悟。靳希老师从她母亲的故事引入,讲述了一个受人尊敬的教师所应该具备的品质与责任担当;赵宪萍老师从何为“孝”、何为“顺”入手,通过分享她与父母之间的点滴来诠释中华孝悌文化;周军老师则从如何更好地开展思政工作切入,围绕感恩讲述了师恩、师生情谊的宝贵。老教授们既有历史感又富有生动性的讲述,引发了学生阵阵掌声,现场气氛热烈。



同学们与老教授“相谈”甚欢,在场大学生们就“大学生活”“学习与社会活动”“情绪管理”“专业与就业”“性格与发展”等方面的问题,与老教授们进行深入交流。老教授结合各自人生阅历,

给同学们提出中肯的建议和期望。他们丰富的社会经验、积极的人生态度使大学生们受益匪浅。

“薪火传承”沙龙活动还特邀国家电网华东分部副主任周坚作《华东区域新型电力系统发展的思考》专题讲座。老教授和青年师生约 60 余人参加活动。

“薪火传承”在党建方面也做了很多共建联学建设,充分发挥“老党员”在党建工作中的作用。如退休三支部与自动化工程学院研究生支部签约共建,退休第二党支部与电气工程学院研究生第四党支部签约共建。通过支部联建、经验分享和互动交流,发挥老党员的传帮带作用,共同凝聚发展合力。老党员们带给新时代的青年研究生们的人生感悟,有力地传递奋斗力量,坚定文化自信,做到“听党话,跟党走”,将党的信念深植人心,化为实际行动,走好新时代的长征路。



观独角戏——石库门的的笑声

黄蕾

11 月 23 日,校退管会组织部分老师观看了独角戏《石库门的的笑声》。该剧由金牌编剧梁定东倾力打造,携手沪上笑星毛猛达、沈荣海联袂呈现的。从 2018 年 9 月开演至今已经一百多场,深受老百姓的喜爱。

独脚戏是上海特有的地方曲艺品种,它曾给上海和江浙的观众带来过许多欢乐。在许多上海人的记忆里,对以姚慕双、周柏春为的《宁波音乐家》《学英语》等为代表的独脚戏名作,真的是耳熟能详,如数家珍,想起来就要发笑。石库门又是上海的文化符号,石库门里的光影变化记录了改革开放 40 多年来上海市民生活的变化,它是上海这座城市日新月异缩影。

该剧以上海标志石库门为背景、独脚戏传统的双档形式进行演出,把上海人的衣食住行,统统包罗于这戏之中。从“亭子间”到商品房,从“老坦克”到私家车,从“轧公交”到坐地铁,从



“人民装”到露背装,从“呒啥吃”到喝补酒……《石库门的的笑声》讲老百姓的事,忆老底子的人,叙老底子的情,紧紧贴合衣、食、住、行四个方面,既让老上海们深情回顾了上海如何在共产党的领导下,经历日新月异的城市变迁而走入新时代的繁荣昌盛,也让新上海人切身感受这座城市日新月异的变化,领略海纳百川、追求卓越、开明睿智、大气谦和的城市精神。

作为土生土长的上海人,深切感受到上海日新月异的变化。通过该戏方言俚语鲜活的演绎,嬉笑怒骂间细数上海变迁,生动刻画市井百态,共鸣十足。

感谢学校退管会组织了各种丰富多样的活动,使我们退休生活丰富多彩,老有所乐。

西藏阿里之行

邱旭雯

西藏,这片神秘而壮美的土地,一直以来都是许多人心中的梦想之地。在西藏的众多地区中,阿里最为独特,这里平均海拔超过 4500 米,自然环境极其恶劣,氧气稀薄,被称为“生命的禁区”。但正是这种极端的环境,造就了阿里独一无二的自然风光和文化底蕴。

9 月底,我们一行 8 人,2 部车,从拉萨出发开启了近 1 个月的自驾阿里之行。从喜马拉雅山脉穿越到冈底斯山脉。当真正进入被誉为“世界屋脊的屋脊,天上阿里”时,冈仁波齐、纳木那尼峰、玛旁雍措、拉昂措、穹窿银城和扎达土林古格王朝依次展现在眼前。我们仿佛闯入了地球的异世界。天空湛蓝如深邃

海洋;云朵洁白如新摘棉朵,似触手可及又遥不可及;雪山高耸如神祇洒下银芒,皑皑白雪与金色阳光交织辉映,折射出梦幻光晕。沿途湖泊或绿或蓝似彩色的绸带,随着光线移动和角度变化,呈现出层次丰富的色彩,宛如大地的眸,倒映着群山、蓝天与游云。

行驶在海拔 5000 米的 G219 国道,大山蜿蜒盘旋在的天路上车来车往,禁不住感叹中国基建的伟大。到达世界海拔最高、西藏最西部毗邻印度的城镇狮泉河镇,被城区意想不到的灯火通明和繁华所震惊。边境线上路过无数的高原哨卡,为战士们坚守深深感动。几天穿越无人区,搓衣板路的颠簸,无水无电无信号,在这极端的环境里生命渺小如尘埃,却又



作者手拿 50 元人民币在其“背景”图位置留影

赏吴依软语,品江南雅韵

刘娟娟



昱展和夏陆佳合作演绎的《清闲福》,则展现了江南人悠闲自得的生活态度,令人倍感放松。此外,顾骏涛带来的《西厢记·游殿》选曲,充分展示了评弹艺术的深厚底蕴与情感表达,令观众沉浸在古典爱情故事的浪漫氛围中。而林昱展与王雨虹的中篇选回《大生堂·吃馄饨》则通过轻松的叙述与幽默的对话,让观众在欢笑中感受到生活的趣味。

观演结束后,老同志们仍然兴致不减,热烈交流观演的感受与体会。

退休教工蔡玮老师说:“评弹,作为中国传统曲艺的瑰宝,以其独特的韵味和魅力,让人沉醉其中,流连忘返。这次有幸现场聆听‘慢煮生活’评弹专场演出,是一次独特而深刻的艺术体验。”

“此次聆听评弹专场,让我深刻感受到

了中国传统文化的魅力。它不仅是一种艺术的享受,更是一种文化的传承。”

退休教师王鲁杨感慨道:“以往只在广播里听评弹,今天终于有机会现场欣赏评弹,深感是一场听觉与视觉的盛宴!希望今后能有更多类似的文化活动,让退休生活更加丰富多彩。”

我校退休教工艺术观演活动起源于 2019 年的“校十件实事”之一,六年来,校退管会始终坚持“艺术点亮生活”的理念,热情弘扬中华民族优秀传统文化,积极吸收世界优秀音乐文化,努力丰富老同志精神文化生活,不断增强他们的获得感和幸福感。



文化论坛

闲聊中华文化艺术之点滴管见

近年来，环顾上海一些居住小区周围环境，都发生了很大的变化。小走几步、绿地、公园、街心花园、口袋公园和沿江、河步道等就进入眼帘。在周围这些苑林中，均不乏假山、顽石、翠竹、惊鸟、峭崖、飞瀑等，时而若隐若现于双睛之中，构成一幅幅美丽的风景画，这些都是我国伟大的五千年文化艺术的缩影

中华文化艺术是一个博大和深邃的宝库。我喜爱祖国文学，特别是古典文学中的小说、中国书画、还有国粹京剧和评弹等等艺术。

先聊聊古典文学小说中的《四游记》。聊起大家熟知四大名著之一的《西游记》时，不由想起在我的藏书中尚有《西游记》和《四游记》二本书。《西游记》写的是已成正果的“斗战胜佛”孙悟空仍然延续他助人为乐、降妖捉怪的性格好本领。而《四游记》里，记的是东西南北四个方面的“游记”。《东游记》讲的是众八仙如何得道成仙的故事；《西游记》是大家熟知的唐僧西天取经故事，但比起吴承恩所作的《西游记》内容则简略得多了。《南游记》讲的是三只眼火光为夺取仙桃，为母治病而大闹天宫的故事。《北游记》是讲真武大帝普救天下苍生，得道成仙的故事。《四游记》也都是讲人（神）间的平事，故引起人神共愤。他们握起手中的“法宝”，铲除除孽、惩罚恶霸欺压贫民百姓等的故事。

除了古典小说的四大名著，《三国》、《红楼》、《水浒》和《西游》外，尚有众多的古典小说。比如《封神榜》、《隋唐演义》、《东周列国志》、《说唐》、《英烈传》、《济公传》、《七侠五义》、《七剑十三侠》、《宏碧缘》、《龙潭鲍骆》、《大红袍》《狄青与包公》、《三言两拍》（“三言”是指《警世通言》、《醒世恒言》和《喻世明言》。“两拍”是指《初刻拍案惊奇》和《二刻拍案惊奇》等五部书。书中都是惊世骇俗的精彩故事的章回小说），等等，多得不胜枚举。它们中绝大多数都是大部的巨著。虽经历朝历代史时的变迁，有的甚至几经战火，历经创伤磨难，才相传至今。

《喻世明言》是“三言”中我唯一没有阅读的一本。一直向往之。青年时在学的我，一个偶尔的机会，一个化学系学生在学校图书馆居然能终于借到了只有文科同学才能借的《喻世明言》，若干年的夙愿这才得尝。每每想起时，一股阅读的幸福余波，就不由自主地在心中久久荡漾。我想，这就是中华文化的魅力了！这些宝贵的文学作品，就从现在的目光看，也具有一定的发扬正气，弘扬蓬勃向上的精神力量。它们提倡的是不惧邪恶势力，勇于斗争的精神；提倡的是做一个堂堂正正中国人。同时，在书里，除了文字优美、语言流畅外，对人和事都有详尽和细致的描写。其中也不乏一些发人深省的引人入胜的有趣故事。我想，这也是这些书籍能流传至今的重要原因吧。

中华文化中的书画艺术也是世界一绝。宋朝青绿山水名画《千里江山图》，是由当时只有 18 岁的天才青年王希孟所作。青绿山水是山水画中一种流派，顾名思义，画面中的山石辅以青绿色为主。《千里江山图》是他唯一留下的一幅创世绝作。一般在国画的画面上应有作者的题款。但画面上并没有作者任何印章、题跋。但在图上的历年的题跋上，却发现有人题：“希孟年十八岁，昔在画学力生徒

云云等影迹。经历代专家的鉴定，方始认定追来卹激宗时的十八岁的青年画家王希孟所作。（千里江山图）百年米仅展出过四次。它是集北宋以来青绿山水之大成，现被珍藏于教官博物馆。据有关报道说，已将《千里江山图》改编成古典舞剧演出。演出时，一票难求，盛况空前。

我酷爱山水画，虽经若干年的练习，临摹，画技至今尚未入门，确也是人生之一大憾事。当然，业余玩玩，修身养性，亦可解嘲。中国画的画面上，一般应有诗、书、画、印等，有“四绝”之称。每项内容都够业余玩家操练几辈子。只用一支毛笔和一张宣纸，就能创造人间绝品的艺术！所以说中国书画的伟大，是无可伦比的。中国书画的魅力，可见一斑！

再简单聊聊国粹京剧和评弹。它们均有数百年的历史。随着铿锵的锣鼓和京胡伴奏的皮黄声，京剧老生高亢激越的唱腔，武生炙热的开打，再加上活龙活现的灯光机关布景，在舞台上能把现实生活中的观众带入到戏剧人设定的空间中去。随着剧情的跌宕起伏、发展，被深深带入剧中的观众，不由自主地与剧中人一起紧张，一起悲伤，一起欢乐。演出高潮时，绝活迭出，满场喝彩声一浪高过一浪。这种喝彩声也只有在京剧场里才能听到。这是京剧的魅力！

琵琶三弦叮咚，吴侬软语轻柔。江南的评弹（实火评话和弹词的总称）更是绝

高永丰



作者高永丰，82 岁，上海电力大学环境与化学工程学院退休教师。业余喜中国文学、习字画、写诗词，酷爱京剧、评弹等戏剧。

协会工作信息

▲上海市老教授协会的第三个“老教授之家”，近期在浦东亲和谷养老社区建成，在筹建“名师书屋”捐赠书籍活动中，我校有 11 名老教授捐赠了 103 本藏书，他们是龙根男、陈大森、唐俭、程创、赵宪萍、庄民生、刁咬其、胡孟浩、魏永红、顾群音、周慧杰。

▲上海市老教授协会“亲和谷”杯鸡蛋友谊赛于 2024 年 11 月 21 日在浦东亲和谷养老社区举办，比赛赛制采取积分编排三轮淘汰决出冠亚军和第三名。经过激烈角逐，我校进入第三轮决赛圈，先后派出了韦钢和胡志轲，韦钢和王耀廷，韦钢和欧阳元煌的三对组合参赛，取得了好成绩。

一次别开生面的康养游之旅



老有所养是上海市老教授协会的工作重心。当社会逐渐步入老龄化阶段，如何确保退休老教授能够健康、幸福地度过晚年成了一个广泛关注的话题。“康养”这一概念也应运而生，并迅速成为当今社会热议的焦点之一。为了促进老教授们身心健康，同时



丰富他们的精神世界，我校老教授协会特别策划了一场别开生面的康养游之旅。此次活动得到了上海市老教授协会养老中心的专业指导以及亲和源集团梁董事长的的大力支持。在 2024 年 10 月 20 日这一天，一支由 26 名会员组成的队伍踏上了前往浙江象山为

期三天的康养游旅程。

当天早上 7 点 30 分出发，经过四个半小时的平稳行驶后，于中午十二点左右安全抵达目的地——位于象山县内的亲和源“康养基地”。入住杭州湾云雅酒店后，大家稍作休息便迎来了下午丰富多彩的活动安排。

首先是象山亲和源的负责人向大家详细介绍了该康养基地的整体情况及其特色服务。随后，一行人参观了整个基地，深入了解这里的设施配置及日常运营模式。接着，团队前往松兰山旅游景区进行了游览。这里依山傍海，自然风光旖旎动人，海浪拍打岸边的声音让人心旷神怡。傍晚时分，又乘车来到了新建的亚帆比赛中场馆参观学习。

石浦是一个具有悠久历史的古镇，第二天上午，全体会员前往探访。这座古老渔村不仅保留了大量珍贵的文化遗产，而且其独特的靠海地理位置使得整个城镇呈现出一种与众不同的魅力。沿着蜿蜒曲折的小径行走其中，可以感受到浓厚的历史气息与文化底蕴。接着，下午还特意安排访问樟岙村，体验非遗剪纸艺术的魅力所在。在那里，著名剪纸艺术家谢才华先生亲自为大家讲解相关知识，并现场演示技艺，令在场所有人大开眼界。

行程的最后一天则是对浙江郑氏十七房古村落的考察。这里保存着许多明清时期的传统建筑群落，小桥流水间绿树成荫，构成了一幅宁静祥和的画面。结束此处行程之后，全体人员又前往九龙湖风景区享受大自然的美好馈赠。

通过此次精心组织的三日“康养游”之旅，不仅让每一位参与者感受到了身心俱疲之后的放松与愉悦，更让他们对中国悠久灿烂的文化有了更加深刻的认识。无论是对于组织方来说还是参加者而言，这都是一次难忘的经历。纷纷表示希望未来还能有更多这样的机会相聚一堂，共同探索未知的世界。

（本报通讯员）



松兰山海湾



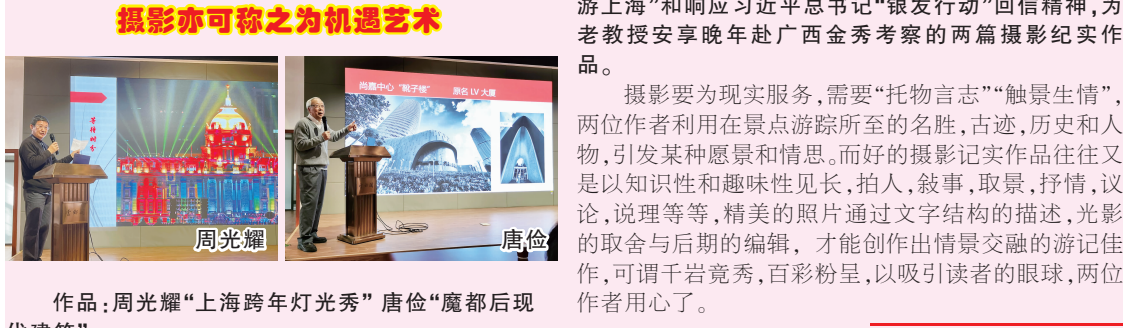
行摄光影 伴你跨年

清茗坊“礼赞新时代 祝福伟大祖国繁荣昌盛”视频品鉴

■ 鸣笙

品质好生活，鉴赏好人生。在辞旧迎新跨年之际，协会的清茗坊茶室做些什么？成了“甜蜜的烦恼”。2024 年 12 月 17 日，上电老教授协会在杨浦校区雲鄉閣举办了清茗坊：“礼赞新时代 祝福伟大祖国繁荣昌盛”会员优秀摄影作品视频展示，喜迎 2025 蛇年的到来。

摄影作品作为一门应用科学和艺术来到这个世界是十九世纪的中叶。1839 年 8 月 19 日，法国人路易·达盖尔在一块光滑的涂有感光乳剂的金属板上，经过照相机感光，再通过药液的化学作用，获得了一张栩栩如生的影像。这种制作方法被达盖尔命名为摄影。于是人们公认 1839 年是摄影术诞生的一年。自此，摄影作为一门独立的艺术花朵，正日新月异迅猛发展。



作品：周光耀“上海跨年灯光秀”唐俭“魔都后现代建筑”

品鉴：魔都上海的海派魅力，既有文化的内涵，也有视觉的震撼。

摄影艺术常常可遇而不可求，稍纵即逝，从这个意义上来说，摄影又可称之为机遇艺术。光和影是一种玄幻的豪华，夕阳霞光中的万国建筑，夜色朦胧浦江两岸的华灯璀璨，白天的建筑是各具神形的灰白色线条，而夜晚的灯光又能表现它的华贵，光与影的奇特变化和与众不同的线条风采，虚实虚实，相衬相映。白天的建筑可做黑白线条的创意，而晚间灯火的变幻则可融入魔都大上海之中，和谐成一体。两位作者不辞辛劳寻找难得的拍摄机遇与后期处理，他们在追求一种什么样的美和意境，不是值得我们细细地品味吗？

老教授推进“心系下一代”工作一瞥



2024 年 12 月 31 日，上电老教授协会副会长兼秘书长，关工委秘书长庄民生（右四）应邀参加自动化工程学院“自彩飞扬”理论宣讲团出征授旗仪式，为宣讲团成员就理论宣传的党性原则和科学性，以及遵义会议精神宣讲的要点作了指导交流。



2024 年 9 月 24 日、10 月 18 日、11 月 15 日，校关工委一号老同志，退休第六党支部书记王唐兴先后为数理学院、环境与化学工程学院、电子信息工程学院的初级党校做党课教育，以“知党爱党，争取加入中国共产党”为主题，教育学员要时刻牢记习近平总书记教诲，达到“政治合格”、“执行纪律合格”，做一名实实在在的合格党员。

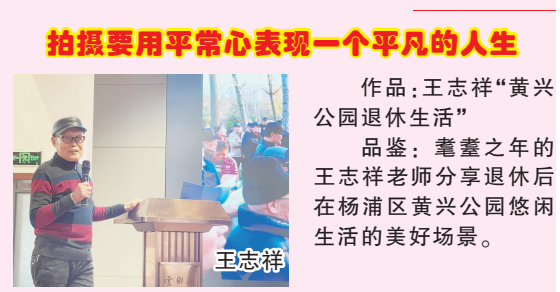
东郊宾馆的难忘之夜



张一尘

上海，这座东方明珠大都市，以其独特的魅力吸引着无数人的目光。近日，上海老教授协会组织千名教授看上海活动，我有幸作为千名教授中的一员，受邀参加此次盛会，并入住东郊宾馆，感受了一次别样的上海风情。踏入东郊宾馆的那一刻，我便被其宏伟的建筑和优雅的环境所震撼。宾馆的建筑风格中西合璧，既有古典

摄影为时代写照，为江山传神，为历史作记录，为人民抒心声，能增强观赏者的爱国主义感情和对人生的有益启示。歌颂祖国壮美山河和昌盛是每一个摄影者的职责和美德。这里包含着一颗颗热爱善良的心，潜藏着道义的力量，也是象征着精神的永恒。从三个作品中我们可以窥见祖国山川的壮观，疆域的秀丽，民族的众多，历史的悠久，文化的昌盛和物产的丰富，作品意义不凡。



作品：张一尘“上海东郊宾馆”庄民生“世界瑶都康养金秀”

品鉴：反映上海市老教授协会组织的“千名老教授游上海”和响应习近平总书记“银发行动”回信精神，为老教授安享晚年赴广西金秀考察的两篇摄影纪实作品。

摄影要为现实服务，需要“托物言志”“触景生情”，两位作者利用在景点游踪所至的名胜，古迹，历史和人物，引发某种愿景和情思。而好的摄影纪实作品往往又是以知识性和趣味性见长，拍人，叙事，取景，抒情，议论，说理等等，精美的照片通过文字结构的描述，光影的取舍与后期的编辑，才能创作出情景交融的游记佳作，可谓千言竟秀，百彩纷呈，以吸引读者的眼球，两位作者用心了。



作品：王志祥“黄兴公园退休生活”

品鉴：耄耋之年的王志祥老师分享退休后在杨浦区黄兴公园悠闲生活的美好场景。

当摄影艺术家在做着锦上添花奉献的时候，我们的王老师却用一颗平常心在拍照，表现一个平凡的银发世界。他用光和影，在刹那之间，方寸之地告诉我们：公园里银发老人任性而玩，随意而跳，如行云流水，移步换形，有景必拍，有闻必录。如果我们对每张照片细微观赏，就不难发现作者的审美理念及其毅力。王老师通过照片和文字的腾挪，编辑和语音的说明，来回答什么是老人的退休生活，如何度过幸福美满的晚年时光，一个平凡而有意义的人生。

“横看成岭侧成峰，远近高低各不同”，这个世界渴望丰富多彩。由于认知角度，学识深浅和感悟的不同，会有不同见解，本人才疏学浅，抛砖引玉，伴老教授快乐跨年，共庆新中国 75 华诞。