

中国地质科学院 离退休工作

第200期

京区离退休职工管理中心

2016年12月30日

新 春 贺 词

尊敬的离退休老领导、老同志们：大家好！

金猴驾云笑颜归，金鸡新晨来报晓。值此2017年新春即将到来之际，地科院离退休中心向院各位离退休老同志和家属致以新年美好的祝福和诚挚的问候！

2016年，是地科院60周岁的一年。回顾这漫长的岁月，老一代地质科技工作者为祖国的地质工作、地质科学事业发展付出了艰辛努力，取得了累累硕果，为中国地质科技水平的提高做出了巨大贡献。中国地质科学院发展到今天，是包括我们所有老同志在内的地质人**不畏艰难、勇攀高峰**的结果。

2016年，为了切实做好院离退休干部工作，中心领导班子拓展工作思路，对中心全年的工作任务，不管是从整体布局还是具体实施，充分发挥了中心党委一班人的积极作用，不断加强党组织建设，发挥基层党组织的战斗堡垒作用，调动中心工作人员和离退休党支部书记、委员的积极性，团结一致、群策群力，共同谋划中心工作。一年来，院离退休干部工作围绕中心，服务大局，工作开展得有声有色，组织活动安排合理有序，圆满地完成了全年的工作任务。

2017年我们将在深入贯彻落实《关于进一步加强和改进离退休干部工作的实施意见》文件精神的基础上，围绕院中心工作，依托老同志资源优势，积极打造适合老同志特点的正能量活动平台和载体，在组织引导、经费支持、宣传报道等环节上强化保障措施；无微不至地关心老同志、爱护老同志、服务老同志，将老同志满意作为我们工作的最高工作目标；及时了解老同志需求，为老同志办实事解难事，提高老同志生活幸福指数。

值此新春佳节到来之际，祝老同志们身体健康、阖家幸福、万事如意！

中国地质科学院离退休职工管理中心

二〇一七年一月四

【院情动态】

地球深部探测重大科技项目实施方案 专家论证会在京召开

2016年12月25日，地球深部探测中心受深地探测协调机制领导小组办公室委托，在北京组织召开了地球深部探测重大科技项目实施方案专家论证会。科技部基础研究司司长叶玉江、国土资源部科技与国际合作司副司长高平以及来自中国科学院、国家自然科学基金委员会、教育部、中国地震局、中石油、中石化、深地探测协调机制领导小组办公室、中国地质调查局及地球深部探测中心的60余位领导专家出席了会议。会议由中国地质调查局党组成员，中国地质科学院党委书记、副院长王小烈主持。

首先，高平副司长传达了党中央、国务院关于深部探测研究的重要指示，强调务实贯彻三会精神以及中央科技创新战略目标，并对深地探测项目的工作进展予以充分的支持与肯定。董树文研究员汇报了地球深部探测重大科技项目总体实施方案，并指出固体地球是我们生存繁衍的基本，地球深部是地球系统动力之源，地球深部的探测与研究对于人类未来的发展有着重要的意义。

以孙枢、李廷栋院士等12位院士为首的深地探测专家委员会及特邀专家对项目实施方案进行了讨论与审议，提出了修改意见，并一致认为：

方案针对国家工业化、城镇化、现代化的国家重大需求，面向深部能源、矿产资源、城市地下空间、深部自然灾害和深地重大国际前沿科学技术问题，将为国家能源安全、城镇化发展、重大自然灾害预测、培育深地产业经济增长点等方面提供科技支撑，推动地球演化及深部过程和地球动力学理论的创新，是落实中央向地球深部进军的重大举措，符合国家面向 2030 重大科技项目的战略布局和支持方向。通过项目实施和重大工程示范，到 2030 年，预计将培育地下空间利用、地热能源开发等新的经济增长点；开辟深层能源、深部矿产勘测开采等新空间；创新深部地球动力学理论；创建深部地下观测和深部探测等技术体系；完成相关示范工程等，预期成果将带动深地空间新的经济增长点和社会影响力。

专家组强调：地球深部探测国家重大科技项目是落实国家战略科技、拓展发展空间，是解决我国能源资源紧缺、城市地下空间综合利用和自然灾害预测等问题的重要途径，启动地球深部探测重大科技项目势在必行。

来源：中国地质科学院 作者：金克漠

【活动简报】

地科院离退休中心合唱小组举办新年联欢活动

12月23日上午九时，离退休中心与合唱兴趣小组联合举办了新年联欢庆祝活动。在活动开始前，陈波主任与禹启仁书记分别向在座老同志们致辞，同时送上一首诗词朗诵《老有老的骄傲》。感谢老同志们对中心工作的支持与配合。

首先的一首集体大合唱拉开了活动的序幕，歌声嘹亮，声部错落有致，这是全体合唱组老同志经过大半年的练习的成果。接下来是精彩纷呈的独唱和小合唱节



目。男声军歌合唱展现了老战士们雄心壮志，俗话说人老心不老，雄壮嘹亮的歌声正是最好的表现。女声合唱柔美秀丽，唱出了情调唱出了心声。老歌独唱节目唱出了个性，戏曲对唱唱出了情怀。节目一个赛一个精彩，台上唱的精彩，台下听的尽兴。最后的节目，由中心舞蹈队为大家献上了一支扇子舞，这是舞蹈队老同志在参加部联欢训练之余不辞辛劳、加班加点排练的。火红的绸扇洋溢着火红的热情，将本次活动推向高潮。

本次活动在欢声笑语中落下帷幕，不少老同志喜笑颜开，十分满意。在新的一年里，中心也会一如既往的大力支持老同志们的各种兴趣爱好小组，为老同志们不断增添“老有所学，老有所乐”的正能量。



【交流园地】

刘毓浩的“最美家庭”

于 毅

中国地质科学院离休干部刘毓浩同志今年 86 岁，夫人高慧琳是本院退休干部今年 83 岁，两人都是中共党员。他们之家是个由四个小家庭组成的有十一口人四世同堂的和睦幸福的大家庭。大女儿刘唯夫妇都是海军退休干部，二女儿刘芳是北京二中的高级教师，女婿陈文是地质科学院研究员、博士生导师。第三代

刘唯的女儿女婿都是硕士研究生，在大型企业就职，刘芳的女儿是国外知名建筑设计企业的建筑设计师。第四代是刘唯女儿所生龙凤双胞胎。这是一个具有良好家风、高尚品德、有慈有爱、尊老爱幼、夫妻爱情、长幼亲情的欢乐美满家庭。2015年被广外街道评为“五好家庭”，今年又被评为“最美家庭”，颁发荣誉证书。



刘毓浩“五好家庭”及“最美家庭”荣誉证书

刘毓浩和高慧琳夫妇结婚六十余年，彼此相敬如宾，相互理解包容，在完成好各自工作的同时，共同担起教育培养女儿，建设幸福家庭之责，事业家庭都成功。两人离退休后，拥有积极乐观的阳光心态和愉快充实的生活状态。现今年事已高，更是相互关心体贴照顾，老高腿脚有点不好，老刘开着老年代步车带载她参加院里的合唱、运动会等项活动，游公园、逛商场。退休老朋友戏称老高有一位80多岁的“专职司机”，待遇甚高。他们关心时事、勤于学习，自费订阅《环球时报》、《参考消息》、《老年博览》，汲取新知识。他们爱好广泛，喜好音

乐，连续 16 年参加地科院老年合唱团，老刘任伴奏琴师，参加各种演出。善养花草，有时把自养的花送给朋友，积极参加离退休中心花卉小组活动。富有爱心，热心公益，市里每次救灾助困募捐都踊跃捐款。自搬迁到广外街道蝶翠华庭社区后，积极参加社区活动，老刘为社区合唱团伴奏，深受欢迎和尊敬。他们是老有所学、老有所乐的两个阳光老人。

家风有道孝为先。前几年，老刘和老高已 70 多岁时，曾共同侍奉过 90 多岁患老年痴呆的老父亲（高之父）一年多。由于他们的言传身教，成为子女的榜样。两个女儿不仅事业有成，且非常孝顺。大女儿退休后，常带父母去国内外旅游，也常回家看望老人、买送用品；老刘夫妇原住 42 号楼三层的居室，年高腿不好，上下楼困难，二女儿刘芳便将他们搬到自己所住小区有电梯的楼房，又便于照顾，尽心尽力、无微不至，陪同上医院看病，陪护母亲住院。她曾被广外街道评为“孝星”。

家庭是每个人身体和心灵的双重港湾，“家和万事兴”，亲人之间的良好关系是保持家庭和睦的一种法则，决定着人们的生活质量和幸福程度，一个幸福的人往往有一个幸福的家庭。刘毓浩同志的家庭，就是一个老人慈爱、晚辈孝顺，有凝聚力的家庭。逢年过节或假日，一大家子人团聚，有说有笑，特别是看着那对活泼可爱的龙凤胎重孙，十分开心，其乐融融，幸福满满，是名副其实的“最美家庭”。

2016 年 11 月 9 日

老有老的骄傲

原载《老同志生活》2001年第2期 毛翰

此诗作于2000年6月8日，当时，我还在西南师范大学，校工会主席席德莉老师让我写一首以快乐老年为主题的朗诵诗，我遵命一气草成，她就拿去排练了。光阴荏苒，十几年过去了。今天偶尔与该校李达五教授通信，她说年前文学院团拜会，她和几位退休老师还朗诵了这首诗。这让我有点感动，想请她找找诗稿，又觉唐突，就试着在网上搜索，居然搜到了，一些网页流传着不尽相同的版本，还有视频。但也被多人抄袭，以抄袭者的名字发表在报刊及网络。所幸，此诗署名毛翰，早在重庆《老同志生活》2001年第2期就已发表了。

但得夕阳无限好，何须惆怅近黄昏。从心所欲神仙境，生命惟余一派真。今谨将这首《老有老的骄傲——献给老年朋友们》做一点修改，奉献给天下的老年朋友。

春天说，夏天老了，
夏天说，秋天老了，
秋天说，冬天才老了呢，
冬天老了吗？不，冬天没有老。

冬天，拥有美丽的春的记忆，
冬天，拥有热烈的夏的阅历，
冬天，拥有丰硕的秋的收获，
悠然的冬天相信，老有老的骄傲。

没有了春天的幼稚，
没有了夏天的浮躁，
没有了秋天的忙乱，
冬天啊，是如此的安详、淡定和逍遥。

没有了学业的压力，
没有了谋生的辛劳，
没有了功名利禄的诱惑，
人生啊，是如此从容、真实和美好。

人生，从退休开始啊，朋友们！

每一天，都是节日，
每一天，都是假日，
每一天，都是双休日，
每一天，都是自由日。

每一天都是艺术节，
每一天都是旅游节，
每一天都是情人节。
每一天都是重阳节。

人生就像一本书，越老越有智慧，
人生就像一支歌，越老越有情调。
人生就像一幅画，越老越有内涵，
人生就像一坛酒，越老越有味道。

亲爱的老年朋友啊，
不要落寞，不要烦恼！
我们已经完成了各自的人生历练，
我们拥有了快乐老人俱乐部的门票！

我们还有爱的滋润，
我们还有情的围绕，
让我们眯起双眼快乐地冥想吧，
让我们张开双臂去拥抱生活吧！

一轮如同旭日般的夕阳，
它，是如此的绚丽、美好！

昙花绽放贺神舟

于毅

10月17日晨7点30分，神舟十一号飞船搭载景海鹏，陈冬两名航天员，从酒泉飞天城发射成功，将与天宫二号对接，航天员在天宫长住30天，创留住时长我国记录。

机缘巧合，我自养的昙花在17日晚8时半绽放，并陆续盛开十一朵，花冠雪白，清香扑面，令我和家人、朋友赏心悦目。这是昙花今年第三次开。

同在17日，又是两个数字11，双重偶然。晴天神箭排云上，引我诗情到碧霄，秉笔赋诗一首：

绽放昙花十一朵，神舟十一昊天升。

昙花三度频奇异，巧合双重数偶同。

好似鲜花开笑贺，犹如神箭谢欢迎。

天宫接住双英客，创写长居纪录功。

【健康板报】

苹果对身体的 16 个好处

材料收集人 毕成思

苹果营养丰富。特别是在霜降过后，苹果大量上市，此时吃苹果不仅可以补心润肺，还能益气和胃。俗话说：一天一个苹果，医生远离我。

1、预癌

研究证实，苹果中的多酚能够抑制癌细胞的增殖；苹果中含有的黄酮类物质是一种高效抗氧化剂，它不但是最好的血管清理剂，而且是癌症的克星。

2、降压

苹果中含有较多的钾，能与人体过剩的钠盐结合，使之排出体外。当人体摄入钠盐过多时，吃些苹果，有利于平衡体内电解质。

3、减肥

苹果由于其含有人体必不可少的各类氨基酸、蛋白质、各种维生素、矿物质及胡萝卜素等，既基本上可以满足人体的必需，又容易消化吸收。

4、补血

铁质必须在酸性条件下和在维生素 C 存在的条件下才能被吸收, 所以吃苹果对缺铁性贫血有较好的防治作用。

5、抗氧化

同其他蔬菜水果相比, 苹果里含有的栎精(消炎抗癌)是最好的。所以, 对于老年痴呆症和帕金森综合征患者来说, 苹果是不错的选择。

6、保护心脏

吃苹果可以帮助“溶解”血栓。研究显示, 每天吃两个苹果或喝一杯半的纯苹果汁, 可以减少血液中“坏胆固醇”的含量, 防止动脉栓塞。常吃苹果的人发生心肌梗死的几率更低

7、预防便秘

将苹果和胡萝卜放入水中同煮, 熟后与水同服, 大便会重新变得柔软、通畅。

8、美白养颜

苹果中的粗纤维可促进肠胃蠕动, 并富含铁、锌等微量元素, 可使皮肤细润有光泽, 起到美容瘦身的作用。

9、清洁口腔

苹果中的有机酸和果酸质就可以杀死口腔细菌, 保护牙齿防止蛀牙和发生牙龈炎。

10、延缓衰老

苹果中富含镁, 镁可以使皮肤红润光泽、有弹性, 延缓衰老。

11、强化骨骼

苹果中含有能增强骨质的矿物元素硼与锰。硼可以大幅度增加血液中雌激素和其他化合物的浓度, 这些物质能够有效预防钙质流失。

12、宁神安眠

中医认为, 苹果性味甘凉, 功能生津润肺, 补脑养血, 安眠养神, 解暑除烦, 开胃消食, 醒酒。无论是对心脾两虚、阴虚火旺、肝胆或肠胃不和所致之失眠都有较好的疗效。

13、降低胆固醇

法国科研人员经过试验得出：吃苹果可以减少血液中胆固醇含量，增加胆汁分泌和胆汁酸功能，避免胆固醇沉淀在胆汁中形成胆结石。

14、预防佝偻病

苹果含有丰富的矿物质和多种维生素，婴儿常吃苹果可预防佝偻病。

15、提高免疫力

吃苹果有助于刺激抗体和白血球的产生，增强抗病能力。

16、闻苹果香气缓解焦虑

苹果的香气是治疗抑郁和压抑感的良药。专家们经过多次试验发现，在诸多气味中，苹果的香气对人的心理影响最大，它具有明显的消除心理压抑感的作用。

【送别关怀】

※中国共产党党员，中国地质科学院矿产资源研究所正处级退休干部杨明明同志，因病医治无效，于2016年12月28日凌晨2时26分在北京世纪坛医院（原铁路总医院）去世，享年77岁。

杨明明同志的遗体告别仪式于2016年12月30日（星期五）上午9时30分在北京世纪坛医院告别厅举行。