

每周一星

姓名：薛东风
2024 年年度荣誉称号：四星级最美员工
所在单位：饮食服务中心
个人简历：



薛东风，女，1985 年 12 月出生，山西朔州人，大专学历，具有《面点师》证。2019 年 8 月入职后勤管理处，曾先后担任饮食服务中心风味食堂副经理、雅贤阁餐厅副经理等职务，目前担任食味坊餐厅负责人。在 2024 年度后勤管理部“星级最美员工”评选中，荣获“四星级最美员工”称号。

先进事迹：
在日常工作实践中，薛东风积极进取，成绩优异。他先后参与并组织了：西区餐具热风消毒库改造项目，有效提升了食堂餐具的清洁度与管理效率；主导食堂设备的安全检查工作，确保学生食堂设施设备安全使用；努力营造良好的师生就餐环境，日常管理中与食堂后厨师傅密切联系，不断推成出新，以满足南北方学生的不同口味，在经营管理方面她精心制定食堂每年的营业目标方案，善于分析分解成本控制，以最大化的实现食堂

食安匠心力践初心 服务创新风舞食味

——四星级最美员工薛东风

高效运营的目标。重视师生的意见反馈，妥善处理学生投诉和质寻，她还多次组织员工培训，提升团队专业素养，配合相关部门开展食品安全大检查，尤其在食品安全管理巡查方面，她每日严格按照中心 6T+ 管理模式要求巡查落执行，为食堂的食品安全工作筑牢防线。

在管理创新中，与多个学院学生代表精密联系，多次举办食堂阳光开放日，认真听取学生意见，不断的改进经营模式，缩短学生等待取餐的时间和提高取餐的准确率。

她始终秉持“以学生为本”的服务理念，致力于营造温馨、和谐的餐饮文化氛围。在日常工作中，薛东风以身作则，注重细节，持续优化服务流程，努力为每一位学生提温馨舒适的就餐环境，凭借这种不懈的努力和追求卓越的精神，她不仅赢得了领导的认可和同事的尊重，也积累了扎实的服务技能和团队协作经验，从而在后勤管理岗位上取得了显著的成绩。

获得荣誉：
2023 年带领团队荣获“厨艺竞赛一等奖”
2024 年校园美食评选网红菜品第一名

(后勤管理部工会供稿)

每周一星

姓名：谢义芳
2024 年度荣誉称号：四星级最美员工
所在单位：饮食服务中心
个人简历：



谢义芳，男，1976 年 12 月出生，安徽萧县人，高中学历，具有《中式烹调技师》证。1995 年 8 月入职后勤饮食中心，他一直坚守在一线岗位，任劳任怨，兢兢业业，刻苦学习，努力工作。曾先后担任食堂班组长、餐厅厨师长等职务，目前担任饮食中心龙山餐厅副经理一职。在 2024 年度后勤管理部“星级最美员工”评选中，荣获“四星级最美员工”称号。

先进事迹：
在工作中，他严格要求自己，以身作则，秉承“实字当头、干字为先”的工作理念，以“责任、担当、敬业、奉献”为工作信条，紧扣食品安全与服务提升主线，打造高效、健康、满意的食堂新生态。

强化食品安全管控，加强食品原料验收工作，不合格的原料坚决不收，由原料到成品严格执行“四不制度”；杜绝剩饭菜，确保食品安全。注重蔬菜加工环节，按照

实字当头廿九春 烹安育人守初心

——四星级最美员工谢义芳

先清洗干净，再浸泡的加工流程，进行清洗蔬菜，肉类产品要先浸泡再腌制，保证烧熟煮透，开展食品安全培训与应急演练，覆盖全体员工，提升应急处理能力。在菜品上经常推陈出新，让同学们常吃常新。保证饭菜质量，做到精益求精。设立表白墙，每日收集反馈意见，即时整改优化。

厉行节约，减少浪费，打造节约型厨房，保持适量的食材库存，采用先进先出的原则，确保食材在保质期内得到使用。

他在日常管理方面，注重细节，持续优化服务流程，努力为学生提供贴心、高效的服务。他凭借这种不懈努力和追求卓越的精神，赢得了各级领导的认可和同事的尊重，更获得了师生的广泛赞誉，从而在后勤管理岗位上取得了显著的成绩。

获得荣誉：
2017 年后勤管理处“星级员工”
2018 年后勤管理处“星级员工”
2019 年后勤管理处“三星级员工”
2021 年后勤管理处“四星级员工”
2023 年后勤管理部“四星级员工”

(后勤管理部工会供稿)



身高焦虑催生的“断骨增高术”，正以近乎残酷的方式透支着生命健康。这种通过截断骨骼、强行拉长肢体的手术，被世界卫生组织定义为违背医学伦理的“暴力改造”。江苏女孩小梦花费 60 万元赴海外手术，换来的却是终身残疾：骨骼畸形、下肢感染、运动能力丧失……医学数据显示，这类手术并发症发生率近乎 100%，神经损伤、肌肉萎缩、瘫痪风险如影随形，数十万元费用与漫长康复期更成为身心双重枷锁。

科学早已证明，身高管理需遵循生长规律。四大科学支柱构筑起健康长高的防线：

1. 营养筑基：钙、维生素 D（每日 15 分钟日照）、蛋白质构建骨骼；锌与维生素 C 激活生长激素。



周刊
第 8 期
2025/4/20
总第 59 期

总编：尹建平 副总编：杨湖 李耀明 张騷 王晋光 陈建富 杨亚军 主编：谢荣芳 责编：李昂



“参天之本有其根，怀山之水有其源。”中越关系根基在人民、血脉在人民、力量在人民。长期以来，从携手救亡图存播下革命火种，到并肩战斗实现国家独立和民族解放，再到共同迈向现代化征程，中越两国人民始终风雨同舟、休戚与共，共同书写了中越友好历史篇章。

中越友好在两国人民守望相助中生根发芽。中国全力支援越南人民抗法、抗美援朝斗争。黄埔军校越南学员、越共早期领导人黎鸿峰投身广州起义，“两国将军”洪水参加了中国工农红军长征。在争取国家独立和民族解放的正义事业中，中越两国人民并肩战斗，给“同志加兄弟”的深厚情谊印染了鲜红底色。

中越友好在两国人民团结协作中开花结果。近年来，双方锚定政治互信更高、安全合作更实、务实合作更深、民意基础更牢、多边协调配合更紧、分歧管控解决更好的“六个更”总体目标，建立政治、安全、经贸、人文等领域 30 多个合作机制，双边贸易额屡创新高，中国稳居越南外资来源国前列，两国产业链供应链合作不断深化，基础设施互联互通、新兴领域合作、智慧口岸建设势头强劲。两国互学互鉴，坚定支持彼此走符合本国国情的社会主义道路，不断取得社会主义建设事业新成就。

——习近平会见中越人民大联欢活动代表时的致辞（节选）

后勤管理部党总支理论学习中心组 2025 年 4 月集中学习

4 月 14 日，后勤管理部党总支理论学习中心组在党建远程教育室召开 2025 年第二次集中学习会议。党总支书记杨湖主持会议，理论学习中心组成员参加会议。

会上，中心组成员认真学习了习近平总书记在贵州和云南考察时的重要讲话精神、《习近平关于加强党的作风建设论述摘编》第 1-3 专题、《违反中央八项规定及其实施细则精神问题清单》、《隐形变异的作风问题清单》、《违反中央八项规定及其实施细则精神典型案例》、《中共中央政治局贯彻落实中央八项规定实施细则》。

同时，理论学习中心组成员深刻领会习近平总书记关于加快西部发展、推动高质量发展、生态文明建设、铸牢中华民族共同体意识等重要指示精神。大家一致表示，要紧紧围绕党中央决策部署和学校发展目标，进一步增强服务意识，强化责任担当，持续提升后勤保障服务水平，切实把学习成果转化为推动后勤事业高质量发展的具体行动。

围绕《求是》杂志发表的习近平总书记重要文章《坚持和落实“两个毫不动摇”》，与会人员认为，必须坚定不移推动“两个毫不动摇”落实到后勤保障各项工作

中，努力营造公平、透明、可预期的发展环境，助力学校“双一流”建设目标的实现。

杨湖书记在学习会上强调，理论学习是增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”的重要举措，是推动后勤服务保障提质增效的重要基础。要进一步加强理论武装，强化思想引领，结合工作实际狠抓落实，不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力。要以作风建设为抓手，深化纪律意识和责任意识，要以“违反中央八项规定及其实施细则精神典型案例”为警示，深入领会“违反中央八项规定及其实施细则精神”，为学校高质量发展提供坚强有力的后勤支撑。

(宣传教育科：孙晓琦)



后勤管理部举行 2025 年春季新员工入职基础性培训

4月15日下午，后勤管理部人力资源科在教学服务中心7#教学楼07102H教室，成功举办了2025年春季新员工入职基础性培训，近百名新员工参加了此次培训。

后勤管理部党总支杨湖书记向新员工致以热烈欢迎，着重强调了健康与安全的重要性，提出要严格执行三甲医院入职体检，务必遵守学校后勤制度规范。同时期望新员工能够团结协作，积极投身于学校的双一流建

设，珍惜来之不易的工作岗位，在服务保障中尽职尽责。

人力资源科谢荣芳科长围绕学校及后勤的基本情况，从学校概况、后勤发展、规章制度、职业道德、安全教育、行为规范以及后勤文化等八个维度，对新员工进行了细致入微的讲解。培训过程中，谢科长巧妙结合具体案例，与新员工展开积极互动，同时分享工作中的宝贵经验与心得体会，助力新员工深刻领会后勤工作的

责任担当与奉献精神。培训现场氛围富有教育意义，新员工们专注聆听，展现出对新岗位的热情与期待。

此次培训成效显著，不仅让新员工深入了解中北大学的光辉历史及中北后勤的发展历程，还帮助他们快速适应新的工作环境，进一步强化了责任感与使命感，为未来职业发展奠定了基础。

（人力资源科：李昂）



国家安全 人人有责

综合管理科开展“全民国家安全教育日”学习活动

2025年4月15日是第十个全民国家安全教育日，今年的主题是“全民国家安全教育 走深走实十周年”。综合管理科积极响应号召，组织全科人员观看《2025年国家安全教育日公开课》、2025年保密公益宣传片《指间的守护》，公开课是由中央广播电视总台与国家安全部将联合推出的特别节目，旨在为了增强全民国家安全意识，维护国家安全，公开课聚焦当下安全形势，普及多元安全知识。

公开课和宣传片通过警示案例、

纪实短片、历史资料等，深入浅出地阐述了维护国家安全的重要性和紧迫性，总体国家安全观的定义，传统安全和非传统安全的界定，每位公民在维护国家安全中的责任和使命；同时结合办公室工作的特点，了解涉密文件的安全和管理等内容。

通过公开课的观看让大家深刻认识到国家安全是国家生存发展最重要的前提。国家安全，关系着国家的稳定与人民的幸福。守护国家安全，离不开你、我、他，需要每一位公民

承担责任、贡献力量。

（综合科：张聪琴）



交流互鉴促提升 携手共进谱新篇

山西能源学院后勤处同仁来我校后勤管理部物资采购中心参观学习

4月16日上午，山西能源学院后勤处一行莅临我校后勤管理部物资采购中心参观学习，后勤管理部副部长陈建富、饮食服务中心主任徐国平、物资采购中心主任苗亮陪同参观交流。

物资采购中心主任苗亮对山西能源学院后勤处各位同仁的到来表示诚挚欢迎，并简要介绍了中心的基本概况、主要职责及目前的运营情况。随后陪同大家参观了冷冻库、蔬菜库、主食库、副食库等。在参

观中，整齐摆放的各类物资、规范的库房管理给大家留下了深刻的印象。

参观结束后，山西能源学院后勤处领导对我校物资采购中心的工作给予了高度评价，认为我校在物资采购管理方面积累了丰富的经验，很多做法值得借鉴和学习，

此次参观学习活动不仅为两校后勤部门提供了一个相互学习、相互交流的平台，也增进了彼此之间的友谊和了解。双方一致表示，今

后将进一步加强沟通和合作，不断提升物资采购中心的服务保障水平，为学校的发展提供更加坚实有力的支持。

（物资采购中心：刘晋芳）



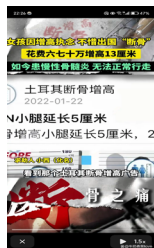
2. 运动激活：纵向跳跃（跳绳/篮球）刺激骨骺生长，游泳/瑜伽改善体态，每日运动需持续30分钟以上。

3. 睡眠黄金期：夜间10点至凌晨2点的深度睡眠分泌70%生长激素，青少年需保证8-10小时优质睡眠。

4. 心理调节：焦虑压力会抑制生长，家长应避免身高攀比，通过兴趣培养建立自信。

对于青少年，14-16岁前的生长黄金期尤为关键；成年人则可通过矫正圆肩驼背等体态实现视觉增高。数据显示，科学管理能使身高潜力多释放5-10厘米。

身高从不是定义人生价值的标尺。断骨增高的代价警示：任何违背生理机制的“捷径”终将反噬健康。



加强消防安全学习 提升消防安全意识

安全与质监科收看全国高校消防安全课

近日，按照学校的要求，安全与质监科组织全科室人员观看了由国家消防救援局、教育部联合主办的2025年春季全国高校消防安全公开课视频。

课程中，生动、直观地展现了可能导致宿舍发生火灾的各种因素，并讲到，食堂、实验室、图书馆等其它容易发生火灾的地方发生火灾的道理都是一样的，每一起火灾事故发生的背后都有一个环环相扣的时空链，只要把其中一个环节预防得当，就可以预防火灾的发生。消防安全安全不是一个人或某个人的事情，不是一个部门或者某个部门的事情，需要每一个人参与其中。对高校而言，一定要落实好消防安全责任制，明确好逐级和各岗位的消防安全职责和消防安全责任人。要及时开展消防安全教育和培训，加强消防演练。对每一个教职员工来说，要提升自己的消防安全意识，加强自救逃生技能的训练。而逃生避险的原则是：科学、合理、有效，逃生者的身体状况、精神状况、意识、判断力对成功逃生至关重要，只有了解这些规律，才能作出正确判断，成功逃生避险。宿舍着火，一系列关键要点的了解、掌握，对宿舍管理人员有效人员疏导、学生成功逃生避险非常重要。然而，对于初起的火情，只要扑救及时迅速，则

是完全可以扑灭，不至于发展、蔓延成一场灾难。所以，每个人都应该学会使用常用的消防器材——干粉灭火器及设备——消火栓。为了能够在发生火情时及时有效进行处置，把损失降到最低，甚至为零，针对不同场所制定相应的符合实际情况的应对火情的应急处置预案并对在其中工作、生活的人员进行演练是极其必要的。另外，因为在对校舍、设备进行维修时，需要动火作业，这种作业如果不慎，则有可能引起火灾。所以对动火维修必须要进行有效的安全管理。

这堂高校消防安全课，生动、直观，为我们做好安全管理工作提供了很好的借鉴。（安全与质监科：武梅）



生命第一 做好守护

安全与质监科开展消防安全培训

近日，安全与质监科在科办公室对全科人员开展消防安全培训，学习《安全与质监科办公室火灾应急处置预案》及《高等学校消防安全管理规定》。

按照《后勤管理部关于制定各场所应急处置预案的通知》的要求，安全与质监科对本科室原有的《火灾应急处置预案》本着“五个第一”的原则，根据本科室办公室人员的实际情况，进行了进一步修改完善，力求在万一不慎发生火情的时候，以最快的速度、在最短的时间内扑灭初起火情，将损失降到最低，甚至为零，并由武梅老师对全科室人员进行了培训。

由于安全与质监科人员共分布在三个办公室，针对三个办公室人员的不同的情况，制定了不同的《火灾应急处置预案》。按照发生火灾的情形不同，每个办公室的《火灾应急处置预案》均分为三部分：一、一般易燃物起火应急处置流程，二、电器起火应急处置流程，三、

本科室办公室所在楼内的其它办公室起火时的逃生避险处置流程。每一部分又根据火情的不同阶段，制定了不同的处置方法及处置流程。

按照人力资源科的培训安排，安全与质监科学习了由教育部、公安部联合颁发的《高等学校消防安全管理规定》，由段强老师进行讲解。（安全与质监科：武梅）



公寓中心开展楼门安全专项检查整治 筑牢校园安全防线

为防止外来不明身份人员随意进出公寓楼，避免学生财产遭受不法侵害，公寓中心开展学生公寓楼及教职工单身楼楼门安全专项检查。活动要求全体宿舍管理员强化楼门安全管理，在门厅值班值守，并引导学生养成随手关门的良好习惯；对检查中发现的问题，现场对相关责任人员给予批评教育。通过此次楼门安全检查整治，公寓楼安全状况得到改善，推动公寓安全工作迈上了新台阶。（公寓服务中心：王玉林）

