

学校召开党建引领基层高效能治理工作推进会



本报讯 11月27日,学校召开党建引领基层高效能治理工作推进会,深入学习贯彻党的二十大精神、习近平总书记在河南考察时的重要讲话精神和省委党建引领基层高效能治理工作现场会精神,总结学校阶段性工作进展,对下一步工作进行安排部署。校领导王洪彬、杨霞、海然、郭相春、吴庆涛、侯师出席会议。

王洪彬指出,推进党建引领基层高效能治理是贯彻落实党中央决策部署和习近平总书记殷殷嘱托的政治要求,是推动“双一流”大学创建和事业高质量发展的关键支撑。他强调,要将党建引领贯穿基层治理全过程、各方面,把党组织政治优势和组织优势转化为治理效能。要统筹发展和安全,形成“以安全促发展,以发展促安全”的良性循环。要强化创新思维,构建“党建+网格+大数据”治理模式,完善“上下贯通、横向到边、纵向到底”的治理体系,深入推进“五基四化”。要压实工作责任,形成“党委统领、专班推进、部门联动、共同落实”的工作格局,完善共建共治共享治理机制,不断提升学校治理体系和治理现代化水平。

学校党建引领基层高效能治理工作专班通报进展情况,党政办公室等6个牵头单位和2个书院作交流发言。

机关相关部门主要负责人和各二级党组织书记参加会议。
(党委组织部 商大恒 摄影 罗旭生)



本报讯 11月19日至22日,受教育部教育质量评估中心委派,以罗林教授为组长的认证专家组一行莅临我校,对体育教育专业开展师范类专业第二级认证现场考查。河南省教育评估中心副主任张新民,省教育厅教师工作处副处长张会敏,校领导王洪彬、杨霞、吴庆涛、穆云超及相关职能部门负责人参加认证活动。

在为期四天的现场考查中,专家组通过听课看课、查阅材料、座谈访谈、实地考察等多种形式,对专业建设情况进行了全面、深入的考查。

罗林代表专家组反馈现场考查意见,对我校体育教育专业的建设成效给予充分肯定。专家组认为,该专业办学定位准确,特色鲜明,师资结构合理,课程体系科学,实践教学扎实,人才培养质量显著,顺利通过教育部师范类专业认证专家进校考查。同时,专家组就课程体系与基础教育新课标衔接、实践教学评价多元化等方面提出了宝贵建议。

王洪彬表示,学校将充分吸纳专家组的反馈意见,以此次认证为契机,深化师范教育改革,将“学生中心、产出导向、持续改进”的理念贯穿人才培养全过程,持续提升专业建设水平,为服务区域基础教育贡献更大力量。

张新民在总结时指出,此次认证充分彰显了学校“应用研究型综合性大学”的办学特色,希望学校继续发挥示范引领作用,为河南教育强省建设提供有力支撑。

(体育学院 康冬阳 沈梦英 摄影 罗旭生)

我校体育教育专业接受教育部师范类专业第二级认证

王洪彬为师生宣讲党的二十大精神

本报讯 (记者 王亚荣 摄影 贺倩)按照学校学习宣传党的二十大精神工作安排,11月26日下午,党委书记、校长王洪彬深入马克思主义学院,为师生作《把握历史主动,锚定奋斗目标,践行高校使命——学习贯彻党的二十大精神》宣讲报告。

王洪彬围绕全会召开的历史方位、重要意义、“十四五”时期的重大成就和“十五五”时期经济社会发展的主要目标与重大部署等内容,对全会精神进行了系统宣讲。他结合全会提出的新思想新观点、高等教育发展新形势新要求和学校改革发展新任务,就如何服务现代化产业体系建设、助推高水平科技自立自强、落实立德树人根本任务等,提出贯彻落实全会精神实践路径。

王洪彬强调,学习好贯彻好全会精神是当前和今后一个时期全校的重大政治任务,马克思主义学院要组织全体教师在学深悟透、研究阐释上下功夫,促使马克思主义学科建设与党的创新理论武装同频共振;在有机融入、讲好讲活上下功夫,不断提升思政课教学的思想性、前沿性与针对性;在宣传宣讲、凝心铸魂上下功夫,努力把党的创新理论最新成果转化为推动学校高质量发展的新动力。

马克思主义学院教师和学生代表聆听了报告。



中国工程院院士许为钢教授应邀为我校师生作学术报告

本报讯 11月25日,中国工程院院士、河南农业大学许为钢教授应邀为我校师生作题为《坚持高产优质绿色联合攻关》的学术报告。报告会由副校长侯小改教授主持。

报告会上,许院士立足国家粮食安全战略全局,系统阐述了我国小麦育种联合攻关的体系构建、重大研究进展、未来发展趋势和关键突破路径等。许院士强调,要始终锚定小麦生产的核心需求,围绕高产优质绿色小麦品种开展联合攻关,强化联合攻关在小麦品种选育中“先行先试”的引领作用,推动小麦产业高质量发展。

报告会后,许院士就报告内容和小麦育种领域关注焦点,与参会师生进行了广泛的交流与热烈的讨论,激发了师生投身农业科技创新和服务国家粮食安全战略的热情和决心。

(农学院/牡丹学院 曾占奎)



我校举行首届“科大先锋说”微党课大赛

本报讯 11月27日,我校举行首届“科大先锋说”微党课大赛决赛。校党委副书记、工会主席杨霞出席活动。

经过学院初赛、学校复赛、决赛的激烈角逐,最终,农业装备工程学院陈阳等3名同志荣获特等奖,信息工程学院杨奇霖等4名同志荣获一等奖,艺术与 design 学院张金鑫等4名同志荣获二等奖,机电工程学院宋爽等14名同志荣获三等奖,信息工程学院等11个单位荣获优秀组织奖。

杨霞指出,本次大赛是深入贯彻落实党的二十大精神的具体体现,是我校师生党员立足实际、守正创新的生动实践。她强调,要将理论学习与专业学习、社会实践紧密结合,推动党的创新理论入脑入心。要夯实专业基础,强化创新思维,做到学以致用,提升为人民服务的硬本领。要充分发挥先锋模范带头作用,在奉献社会中彰显青春价值,在中国式现代化的新征程中展现新时代青年的责任与担当。

相关职能部门主要负责人、二级党组织书记、师生党员代表参加活动。
(党委组织部 商大恒 摄影 贺倩)



我校主持的河南省重大科技专项顺利通过验收

本报讯 11月25日获悉,由我校姬江涛教授团队承担的河南省重大科技专项“主粮作物智慧化生产加工关键技术装备研发及应用”顺利通过结项验收。河南省科技厅组织专家召开验收会。专家组通过现场考察、审阅资料、听取汇报、质询讨论,对该项目提出意见和建议。

该项目针对我省主粮作物生产加工的重大科技需求开展攻关。项目的成功验收,为提升我省主粮生产加工装备智能化水平、推动农业数字化建设、引领驱动农业高质量发展提供了有力的技术支撑。

(农业装备工程学院 高程程)

微新闻

- 11月28日 侯师赴汝阳调研定点帮扶工作
- 11月23日 我校举办党的二十大精神融入思政课教学集体备课会
- 11月28日【学术预告】植物防御反应调控豆科植物-根瘤菌共生固氮分子机制
- 11月27日 山东农业大学宁宇原教授应邀为我校师生作学术报告
- 11月24日 陕西师范大学张美祥教授应邀来我校作学术报告
- 11月24日【学术预告】坚持高产优质绿色发展 推动小麦育种联合攻关
- 11月20日【学术预告】植物与青枯劳尔氏菌互作
- 11月18日南京农业大学张海峰教授到我校进行学术交流

茶是开门七件事(柴米油盐酱醋茶)的烟火日常,也是琴棋书画诗酒茶的清雅高致。它可以是一人独处时与内心的对话,也可以是三五好友围炉时的谈笑风生。今天,让我们一同沉入这杯琥珀色的时光里,品味茶的健康之道与人文之美。

茶叶的健康功效源于其复杂而丰富的生物活性物质,包括茶多酚(fēn)、生物碱、茶氨酸、茶多糖、芳香物质、维生素与矿物质等。其中茶多酚是茶叶的“灵魂”,是抗氧化、抗炎、抗癌等核心功效的主力。生物碱包括咖啡因(又称咖啡因)、可碱和茶碱,主要负责提神醒脑、利尿消肿。茶氨酸能使人放松、镇静,缓解焦虑,并与咖啡因产生协同效应,让人注意力集中但不紧张。茶多糖具有降血糖、增强免疫力等功效。茶叶中富含的维生素C、B族维生素、维生素E以及钾、锌、硒(xi)等,是人体重要的营养补充。另外茶叶中芳香物质种类繁多,赋予茶叶独特的香气,可以起到镇静、放松的作用。

但你是否真正了解这些“东方树叶”有多少种类,如何正确品饮,及其蕴含的东方智慧?接下来带你揭开开茶的神秘面纱,带你从“喝”茶走向“懂”茶。

首先来认识茶的类别。根据制作工艺和发酵程度不同,茶主要分为6大类,绿茶(不发酵)、白茶(轻微发酵)、黄茶(轻发酵)、乌龙茶(半发酵)、红茶(全发酵)和黑茶(后发酵)。各类茶的有效成分含量有差异,健康功效略有侧重。

绿茶的代表如西湖龙井、碧螺春、黄山毛峰、信阳毛尖等。其茶多酚含量最高,抗氧化、消炎、防癌效果最为显著。但其性寒凉,脾胃虚寒、胃溃疡患者、失眠者及孕妇应少饮或不饮。适宜于体质偏热、胃火旺者。冲泡宜用玻璃杯,观赏茶叶舒展,水温80-85℃。沸水冲泡会产生苦涩味,忌用。

白茶的代表如白毫银针、白牡丹、寿眉等。其清清热解毒、抗菌效果突出。一般人群均适合饮用,尤其是“三高”人群和体质偏热者。老白茶性温,更适合大众。但新白茶性凉,胃寒者适量饮用。新白茶可用90-95℃水玻璃杯冲泡,老白茶建议用沸水冲泡,甚至用壶煮饮。

黄茶的代表如君山银针、蒙顶黄芽、霍山黄芽等。其在绿茶工艺基础上增加了“闷黄”工艺,寒性降低,口感更醇和。闷黄过程中产生的消化酶,对脾胃有益,能促进消化。一般人群

均适合饮用,因其性平,对胃部刺激较小,对消化不良、食欲不振者友好。用85-90℃水,玻璃杯或盖碗冲泡。

乌龙茶的代表如铁观音、武夷岩茶、凤凰单丛等。其成分均衡,在降血脂、减肥方面效果备受推崇。适宜于体型肥胖、饮食油腻、想要控制体重的人群。冲泡时须用100℃沸水,且讲究“工夫泡”,使用小壶或盖碗快出汤,方能激发其高扬的香气和丰富的层次感。但空腹饮用易产生“茶醉”(心慌、头晕),睡前饮用可能影响睡眠。

红茶的代表如祁(qí)门红茶、正山小种、滇红、金骏眉等。其茶多酚转化为茶黄素、茶红素,性质温和,对肠胃刺激小,有暖胃助消化作用。适合脾胃功能较弱、手脚冰凉、体寒者及老年人。体质偏热、易上火的人不宜长期大量饮用。冲泡时可用95-100℃的水冲泡,盖碗、瓷壶均可。适合清饮,也可调饮(如加牛奶、蜂蜜)。

黑茶的代表如云南普洱(熟普)、湖南安化黑茶、广西六堡茶等。其富含茶多糖和各类益生菌,降脂降糖、调理肠胃功能突出。对饮食油腻、“三高”人群、消化不良者尤其适合。可用盖碗或紫砂壶冲泡,须使用100℃沸水,先“洗茶”(醒茶),再继续冲泡。但要注意贫血、低血糖患者应谨慎饮用。

茶虽有多种健康功效,但要注意科学饮茶边界。(1)不要空腹喝浓茶:咖啡碱刺激胃酸分泌,可能引起胃部不适。(2)贫血患者慎饮:茶多酚会与铁元素结合(主要来自植物性食物)结合,影响其吸收。建议饭后至少间隔1小时再喝茶。(3)睡眠障碍者,下午之后饮用可能影响睡眠。(4)不喝过烫的茶:65℃以上的热饮被世卫组织列为2A类致癌物,有引发食道癌的风险。(5)药物相互作用:茶叶会影响多种药物的吸收(如某些抗生素、铁剂),服药最好用白水送服,并间隔一段时间再喝茶。

或许是在一个疲惫的午后,一杯清润的绿茶洗去了浑身

的倦怠;或许是在一个寒冷的冬夜,一壶醇厚的普洱带来了直达心底的暖意。茶不仅仅是一种饮料,更是一种贯穿中国千年历史,融入东方哲学与日常生活的文化现象和精神享受。

茶的世界里,蕴含着“和、敬、清、寂”的精神内核,达到东方美学的至高境界。“和”,人与自然之和(天时地利,采撷自然精华)、人与人之和(以茶会友,主客之间彬彬有礼)、器物与情境之和(茶器与茶席、环境的和谐统一)。一盏茶中,见天地,见众生,见自己。“敬”,对茶、对器、对人、对自然的敬畏之

杯中春秋

——茶的健康之道与人文之美

□ 基础医学与医学院 潘新娟



孙秀祥 摄

与宁静,便是对生活最大的犒赏(kào shàng),是于喧嚣中为自己开辟的一片精神桃源。

茶是“器以载道”的物化体现,茶的人文之美,通过茶具得以具象化地表达。紫砂壶的“呼吸”,瓷器的“清雅”,“一壶一盖,见天地”。茶席方寸之间,却是一个完整的小宇宙。壶为天,盖为地;茶则、水方、茶针等六君子各司其职,秩序井然。布席的过程,便是经营一方天地,安顿一颗凡心的过程。

茶叶在杯中舒展、沉落,如同我们生命的轨迹。初尝或许清苦,细品方有回甘。茶世界里蕴含的东方智慧教会我们在快节奏的时代里慢下来,在一杯茶的时间里,观照内心,感知世界。

期待着从最实用的角度,教你如何泡好一杯茶……

文化大讲堂