

第一次献血

每次走在街上,看到那白色的采血车,内心会萌发一种特殊的情感。因为,我愿意用自己的血去救治那些生命垂危的人们……

周三下午,我和同学去超市,又一次看到采血车,脑海中不由闪现出5月12号四川省汶川县突如其来的地震画面,想到他们一个个鲜活的生命因受伤急需输血……于是,我走进采血车,医务人员问我:“是想献血吗?”我点了点头。医务人员先采集我的血进行化验,我的血型是O型,我很兴奋,因为我是万能输血者。

针管扎进了我的血管,看着殷红的血从我胳膊流出,顺着管子流进采血袋。一瞬间,我再次想起了灾区人民,他们遭受了如此可怕的灾难——失去了家园,失去了亲人,甚至有很多人失去了生命,我的心被同情占据着……医务人员耐心地疏导我的情绪:“不要紧张,身体放松,这样血流畅通。”这时,我紧张的情绪缓解了好多,似乎感受到灾区人民正向我不断呼唤,希望得到援助。

接过证书那刻,我感到很光荣。我仿佛看到我的血注入灾区患者的体内,他们的生命因此而被挽救,生命之花再次绚丽。

同学们!让我们行动起来吧,献出自己的一片爱心,因为我们都是中国人,都是这个大家族中的一名成员,我们永远都是心连心的,让我们一起用爱心来救助我们的兄弟姐妹……

高计11班 王荣荣

父母是天下最伟大的人,他们为了自己的孩子,一点儿也不在乎自己的得失。他们是我们心中永远的震撼。

——题记

《父亲》和《母亲》这两首歌唱出了我们做儿女的心声,以前从没有想过要写点什么来表达对父母的这份感恩之情,但今天我终于忍不住提起了笔,因为每当夜深人静的时候,我总会想起远方的亲人。

“当我小时候经常坐在父亲肩头,父亲是儿那登天的梯……”听到这首歌时,我泪流满面,因为它勾起了我对父亲的思念和感激之情。在一个漆黑的夜晚,父亲在工地干活腿骨骨折了,经过医生的努力,骨折的腿终于接上了,受伤的父亲也放心了,然而支撑他的不是自己,而是想着自己的孩子终于不必受拖累了。当我去了医院,看到父亲那条被石膏捆绑得硬邦邦的腿,我心如刀绞。为了孩子可以上学,他去做连年轻人都不愿做的最危险的工作——砸刚玉。受伤后的父亲还没有休息到三个月,又去给人家修房子,当我看着年迈的父亲拖着受伤的腿干活时,我的眼眶红了,但我没有哭,因为我要坚强,要让父亲放心。

心灵的震撼

让我想起了父亲,家里的一切事情都落在了母亲瘦弱肩上。为了筹集我和弟弟的学费,母亲不得不出去找工作,看着她为了得到一份家政工作低头求人,我的眼泪不由得掉了下来。

在无数次心灵震撼后,我长大了,我明白了自己肩上不同于别人的责任。从此我将努力学习,培养自己对生活的信心,因为只要有信心,我将来就能为父母撑起一片天。有了这些心灵的震撼,我才能在失败中不颓丧,在痛苦中不绝望,因为我要让父母亲过好日子!

应电 A0701班 芦晓

实习的收获

三周充实而又快乐的实习生活,让我明白了许多道理,得到了许多收获。

实习是一个实践练习的过程,需要很强的动手能力。实习中的动手操作难倒了许多平时学业成绩好的学生,相反,平时学习方面不太突出的学生,却在此时表现得特别出色,我想这就是各有所长吧!每个人都有自己的长处,我们不能因为自己某个方面不如别人,就全盘否定自己,我们要善于发现自己的长处,并学会利用自身的优点,扬长避短,这样才能更好地实现人生的目标与价值。

永远的期待

他们中间,还有少数老人、小孩,他们都在用自己的一份热情告诉世界,中国是最友好的。在西方电视台歪曲事实真相进行报道的时候,他们用无声的行动作了回应……真的,有一些感动真的不需要用华丽的语言来渲染,而恰是这种无以言表的无声的感动,让他们在13亿中国人的心里烙下了深刻的印象,是他们用行动告诉世界,中国人在逆境面前是百折不挠的。

在中国面临西方挑衅之际,他们用生命诠释着一个中国人的拳拳爱

作为当代大学生,我们生活在大千世界,在生活和学习中,要和各种各样的人打交道,在交往过程中,会遇到这样或那样的困难和挫折,使我们的身心健康受到影响。

上个学期,我情绪低落,反复波动,遇到困难和挫折就悲观失望,甚至一蹶不振,经过心理健康课的学习,使我学会了如何自我调整。

首先,要树立正确的世界观,遇事要以大局为重,做到学习第一;其次,要全面认识自我;最后,要学会知足者常乐,转移注意力,学会幽默,寻找乐趣。

我记得心理老师说过:“人不是因为高兴才笑,而是因为笑才高兴;不是因为悲伤才哭,而是因为哭才悲伤。”因此,我们要学会幽默,笑一笑,十年少;愁一愁,白了头嘛!

无意间发现,我的情绪有所稳定,能 and 同学说到一块了,舍友们也愿意跟我在一起了,我对前途也有了信心,而且确立

了人生目标。

心理健康还需要一个博大的胸怀。鲁迅先生说过:“伟大的心胸应该表现出这样的气概——用笑脸来迎接悲惨的厄运,用百倍的勇气来应付一切不幸。”我们应该以宽大的胸怀来包容周围的一切。人们常说:“忍一时,风平浪静;退一步,海阔天空。”只有这样才能在挫折中奋进。

在人际交往中,我学会了为人要正直、热情;做事要认真、负责,对待同学要尊重、关心。

除此之外,注意饮食、锻炼身体也是身体健康的重要因素。

通过这段时间的学习,我受益匪浅,我学会了如何自我调整,如何珍爱生命!我要用我的付出来赢得同学们的信任!在生活中,我要珍爱生命,发展自我!我相信,我会做得更好!

学通社 任晓军

身心健康需要自我调整

在人际交往中,我学会了为人要正直、热情;做事要认真、负责,对待同学要尊重、关心。

除此之外,注意饮食、锻炼身体也是身体健康的重要因素。

通过这段时间的学习,我受益匪浅,我学会了如何自我调整,如何珍爱生命!我要用我的付出来赢得同学们的信任!在生活中,我要珍爱生命,发展自我!我相信,我会做得更好!

应电 A0602班 宋俊龙

2008年是令人难忘的一年,在这一年,奥运火炬将传遍世界。在火炬的传递过程中,出现了干扰奥运圣火传递的偏激行为。新时代的我们该怎样回应这些举动,应该如何保证自己的行为在符合规范的条件下进行。

在上世纪60年代,曾发生过一次抵制法国货的集体行动。那一次,法国以港产玩具发生了安全问题为由,突然宣布全面禁止从香港进口玩具。港人集体采取行动,拒买法国汽车、法国时装,拒看法国时尚杂志,所有商店、娱乐场所拒卖法国酒……由于香港当时已是法国的主要市场之一,法国方面感到巨大压力做出了让步,事后,港法关系并没有恶化,相反法国和香港仍然非常友好。

如今,面对干扰奥运圣火传递的行为,国人采取抵制家乐福的行动。我们应该明确表达自己的不满,但表达方式要恰当,我们不能以不恰当的方式表达我们的愤怒。首先,我们决不能使用暴力,不能去砸家乐福的玻璃,不能强行阻拦别人进入家乐福购物;其次,我们要正确理解法国人,虽然少数人有不当的行为,但大部分法国人还是和我们很友好的。

2008年北京奥运会,我们会尽一个中国青年的努力,正确对待各种特殊情况,为北京奥运会喝彩,为中国运动健儿加油!

应电 A0703班 王国花

本版责编 庞美玲

地震避险自救常识

地震时的自救四大常识

1、大地震时不要急
破坏性地震从人感觉震动到建筑物被破坏平均只有12秒钟,在这短促的时间内你千万不要惊慌,应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房,那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房,千万不要跳楼,应立即切断电闸,关掉煤气,暂避到洗手间等跨度小的地方,或是桌子、床铺等下面,震后迅速撤离,以防强余震。

2、人多先找藏身处
学校、商店、影剧院等人群聚集的场所如遇到地震,最忌惊慌,应立即躲在课桌、椅子或坚固物品下面,待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震,决不可带头乱跑。

3、远离危险区
如在街道上遇到地震,应用手护住头部,迅速远离楼房,到街心一带。如在郊外遇到地震,要注意远离山崖、陡坡、河岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

4、被埋要保存体力
如果震后不幸被废墟埋压,要尽量保持冷静,设法自救。无法脱险时,要保存体力,尽力寻找水和食物,创造生存条件,耐心等待救援人员。

在地震时的应急防震工作

1、室内应急防震行动
防震震伤害主要是防震破坏建筑物及震落物品的砸伤。如果有临震预报,就可按政府通告行动,离开建筑物。但在多数情况下,地震是突然发生的。在12秒钟之内通过自己的应急行动,要得到最好的防护效果。其办法是:一旦发生地震,如在家里,应立即关闭煤气和电闸,将炉火扑灭。若住在平房,且房门很近,则应立即冲出门外。如住在楼房,可以躲到坚实的床、桌下,或躲进跨度较小的房间,如卫生间或厨房,或设支撑三角形空间(可参考第三课中的室内防护动作)。

要注意保护头部,以防异物砸伤;要用口罩捂住嘴和鼻子,身体取低位。注意千万不要跳楼、跳窗,以免摔伤或被玻璃扎伤;不要上阳台,不要去乘电梯,不要下楼梯,不要到处跑,不要随人流拥挤,这些地方容易崩塌垮掉,发生挤压踩踏。特别是对于有感地震,尤其要防止盲目行动,听从指挥,否则会造成更大的损失。所有室内人员在初震过后,都要尽快撤出,在广场、公园等地,以避免余震。在地下商场时一定要听从现场工作人员的指挥,千万不要慌乱拥挤,避开人流,防止摔倒;并要把双手交叉放在胸前,保护自己,用肩和背承受外部压力。

(下转2-3版中缝)

地址:太原市坞城路115号
电话:0351-7015608
E-mail:zhzyjsjy@126.com
邮编:030006

山西综合职业技术学院报

SHANXIZONGHEZHUYIYEJISHUXUEYUANBAO

山西综合职业技术学院主办(内部资料) 主编 陈丽萍 第九十九期 2008年5月25日

我院成功承办全省中等职业院校数控技术技能大赛

为了深入贯彻落实全省职教会议精神,推动全省职业院校加强专业建设,强化技能训练,深化教育教学改革,提高我省职业院校师生的职业技能操作水平,做好参加“2008年全国职业教育技能大赛”的准备工作。由省劳动竞赛委员会、省教育厅、省劳动和社会保障厅主办的山西省职业院校技能大赛于2008年5月全面展开。

我院根据学院专业设置情况参加了高职组的“产品部件的数控编程、加工与装配”、“注塑模具CAD设计与主要零件加工”、“自动线安装与调试”三项比赛和中职组的“电子产品装配与调试”、“计算机应用技能”、“机电一体化设备组装与调试”三项比赛。承办了全省中等职业院校数控技术技能大赛。

为了能在本次全省职业院校技能大赛中取得优异成绩,学院领导高度重视,在各方面给予了大力支持。召开了专题会议,成立了由丁怀民院长挂帅的大赛领导小组,提出要按照大赛的要求,抓住契机,进一步推动和深化我院的教学改革,不断提高人才培养质量。各系部积极准备,认真选拔选手组队进行培训,并把日常实训、评估的专业测试和集训结合起来,取得了良好的效果。

为了承办好本次全省中等职业院校数控技术技能大赛,学院组成了分别由一位副书记和两位副院长任组长的



接待服务、场地技术和后勤保障组,为数控大赛的顺利进行做了精心安排。

本次大赛安排在我院南区数控实训车间进行,参赛选手共有31人,其中数控车20人,数控铣11人,分别来自全省十二所中职业院校和技工学校。根据大赛执行委员会的安排,数控技能大赛提前到5月10日报到,5月11日开始比赛,到5月15日结束,5月16日统一参加全省的大赛闭幕式。

为了加强对大赛的组织领导,在

赛前召开了由组委会成员、各参赛队领队参加的预备会议。大赛执委会副主任委员、山西省教育厅职教处刘本群处长专门到会作了讲话,并对比赛提出了具体要求,强调了安全注意事项。

经过激烈紧张的比赛,数控大赛按要求决出了各项目的优胜选手,我院的组织工作获得了各参赛队 and 大赛组委会的充分肯定,被组委会授予“优秀组织奖”。

教务处

四川汶川发生8.0级强烈地震 灾难中,我们并肩屹立

5月12日14时28分,这一刹那让整个中国为之伤痛。

汶川大地震,这场波及大半个中国、影响数亿人的灾难。每增加一个伤亡人员,数字的背后都是一个鲜活的生命,每一个生命的逝去都是我们共同的哀伤。而遇难者的数量,还在不断增加。

我们不能挽回灾难,但面对突如其来灾难,万众一心、举国救援的一幕幕,汇集令人动容的感人画面,凝聚成撼动人心的精神力量!

这一刻,人们看到了中国的应急速度——在汶川地震后不到半个小时,胡锦涛总书记立即作出重要指示,要求尽快抢救伤员,保证灾区人民生命安全。16时,民政部由西安中央救灾物资储备库紧急调拨5000顶救灾帐篷支援四川灾区;中国地震局启动一级预案,180人的救援队伍迅速集结飞往灾区;中国红十字会总会紧急向灾区调拨救灾物资……

这一刻,人们记住了总理的泪水。

这一刻,人们记住了总理的泪水。

“只要有一线希望,我们就要尽全部力量救人,废墟下哪怕还有一个人,我们都要抢救到底。”不顾余震危险,温家宝总理星夜兼程,抵达地震灾区都江堰市,在临时搭起的帐篷里指挥救灾。当他踩着泥泞,攀上瓦砾,看到抢险人员解救两个被困在废墟下的孩子时,流下了热泪,“听爷爷的话,一定要挺住。”

为了灾区人民的生命,救援行动以分秒计算,援助人员成倍增加。道路损坏,桥梁全部倒塌,车辆无法通行,但挺进汶川的救援之旅没有停步,成都军区700多名官兵冒雨日夜前行,济南军区救援部队凌晨徒步开进……

5月12日的成都之夜,是充满温情和关爱的特别之夜。街头无数个献血点和医疗站,前来献血的人排队站满整条街……

这一刻,成灌

高速路上,数百辆出租车拉着应急灯奔赴都江堰灾区。没有人给他们一分钱,更没有任何人有过要求和命令,出租车司机却甘愿冒着莫大危险前往灾区救援……

这一刻,唐山市组织了医疗队和抢险队从抗震纪念碑启程,赶赴四川灾区……

这一刻,我们举国哀悼。行驶在街道上的汽车,停泊在江面上的舰船,汽笛声声,防空警报鸣响。全国人民肃立,向汶川大地震中的遇难者哀悼。没有人希望灾难发生,但灾难来临之际,往往考验着一个国民的素质。在猝不及防的灾难面前,更需要心与心的关怀和交融,这是战胜灾难的强大精神力量,是中华民族千百年百折不挠的奥妙所在。

曾经有过同样伤痛的唐山人,在互联网吧里的深情留言代表了所有人的心声:“告诉灾区人民:我们和你们在一起”。

是的,我们在一起。灾难固然让我们伤痛,但也让我们空前团结。灾难中,每一位受灾群众都不孤单,因为我们是血脉相连的大家庭,我们在一起,心心相连,手手相扣,并肩屹立。

本版责编 樊哲民

