

菏泽医专举办全国大学生职业规划大赛校赛暨第八届职业规划大赛

全面推进大学生职业发展教育

马璐璐 菏泽报道

为全面推进大学生职业发展教育,引导广大学子立足新时代树立正确就业观、拓展职业发展新路径,12月5日,菏泽医专在报告厅举办“筑梦青春志在四方,规划启航引未来”——第三届全国大学生职业规划大赛校级决赛暨“欧普视光杯”第八届大学生职业规划大赛。本次比赛由欧普康视科技股份有限公司冠名赞助,校企合作与培训就业处与中医药系联合承办。

欧普康视科技股份有限公司技术中心副总监兼眼视光技术培训学校校长王淮庆,创谷(山东)教育产业发展有限公司总经理王颖,创谷(山东)教育产业发展有限公司副总经理刘贺,校党委委员、副校长齐云飞,校企合作与培训就业处处长王学贺,各系党总支书记等共同担任决赛评委。各系辅导员及学生代表近800人现场观摩。

大赛自启动以来,通过多渠道、多层次的宣传动员,在校园内广泛营造了关注职业规划、探讨职业发展的良好氛围,共吸引7400余名学生报名。经过各系



拔推荐,最终共有14位选手入围校级决赛。决赛严格参照全国赛制,分设“成长”与“就业”两大赛道,全面考察学生的职业认知、规划能力和综合素质。

比赛中,选手们立足专业背景与个人志向,通过清晰的逻辑陈述、生动的多媒体展示,系统阐述了对未来职业发展的思考与规划。从自我探索到行业分析,从短期目标到长远愿景,每位选手的陈述都体现出鲜明的个人特色和务实的发展路径,展现出菏泽医学学子敢于梦想、善于规划、勇于行动的良好风貌,现场气氛热烈,掌声不断。

经过激烈角逐,大赛共评出一等奖2名、二等奖4名、三等奖8名,表彰优秀指导教师2名。颁奖仪式上,与会领导和企业嘉宾为获奖师生颁发荣誉证书,勉励同学们以本次大赛为起点,持续完善职业规划,脚踏实地向梦想迈进。

本次大赛作为学校深化就业育人、推动校企协同的重要载体,不仅强化了学生的职业规划意识和综合竞争力,也为进一步整合校企资源、推进产教融合搭建了实践平台。学校将持续优化职业生涯教育体系,助力每一位学子实现更充分、更高质量的就业与发展。

流感季来临:科学认识并预防流感

菏泽市牡丹区中心医院 李景芹

每年秋冬交替之际,一个看不见的威胁悄然而至。它不是战争,不是自然灾害,却能在全球范围内导致大量人群住院,甚至死亡。这个反复出现的健康威胁,就是我们熟悉的流感。

流感,全称流行性感冒,是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。与普通感冒不同,流感症状通常更为突然和严重,包括高烧、全身酸痛、乏力、咳嗽和喉咙痛等。更值得警惕的是,流感可能导致肺炎、心肌炎等严重并发症,对老年人、儿童、孕妇和慢性病患者来说,容易构成生命威胁。

流感病毒的传播途径主要有两种:飞沫传播和接触传播。当感染者咳嗽、打喷嚏或说话时,含有病毒的飞沫会进入空气,被附近的人吸入;或者这些飞沫落在物体表面,其他人触摸后接触自己的口、鼻或眼睛,从而感染病毒。这就是为什么流感容易在学校、办公室和公共交通等密闭环境中迅速传播的原因。

在对抗流感的历史长河中,人类

流感病毒的特点之一为高变异性。流感病毒表面有两种关键蛋白质:血凝素(H)和神经氨酸酶(N),它们经常发生微小变化(抗原漂移),导致季节性流感每年都需要更新疫苗。更令人担忧的是,流感病毒偶尔会发生重大变化(抗原转变),可能引发全球大流行。

面对流感威胁,预防至关重要。每年接种流感疫苗是最有效的预防措施之一。

重点推荐6月龄至5岁儿童、中小学生、孕妇、60岁以上老年人、慢性病患者、医务人员、养老机构等高风险人群接种。虽然疫苗不能保证100%不感染流感,但能显著降低患病风险,即使感染,症状也会较轻,减少并发症发生。此外,勤洗手、戴口罩、保持社交距离、避免接触眼口鼻等基本卫生习惯同样重要。如果出现流感症状,应尽早就医,遵医嘱,科学用药,休息治疗,避免传染他人。

取得了显著进步。从最初的无能为力,到疫苗的发明,再到抗流感病毒药物的开发,我们逐渐掌握了更多武器。世界卫生组织建立了全球流感监测网络,每年根据流行趋势推荐疫苗株;科技在进步,希望将来有一种一劳永逸的方法,来应对各种流感病毒的变异。

作为个体,我们每个人都是流感防控链条上的重要一环。接种疫苗不仅保护自己,也为构建群体免疫屏障做出贡献;生病时居家休息,既有利于自身康复,也减少病毒传播;保持良好的卫生习惯,则是对抗所有呼吸道传染病的共同防线。

寒风渐起,流感季节来临时,让我们不再被动等待,而是主动做好准备。了解流感,正视流感,采取科学防护措施,这既是对自己健康的负责,也是对社会公共卫生的贡献。无声的威胁依然存在,但有了知识和行动,我们为自己、为家人撑起一把“健康保护伞”。

石娟:以设计革新重塑海外能源工程格局

在油气田地面工程设计领域,石娟以二十余年深耕海外市场的实践,用技术突破打破国际壁垒,以标杆项目树立中国标准,成为推动行业升级与国际合作的关键力量。作为专注于海外油气田工业建筑与营地规划设计的专家,她的创新成果不仅改写了国际社会对中国能源工程的认知,更构建起适应全球复杂环境的设计体系。

技术破壁:构建全球化设计创新体系

海外油气田工程的复杂性,在于需跨越地域、标准与环境的多重鸿沟。石娟的核心突破,在于创建了一套可复制、高适配的国际化设计方法。

极端环境设计的技术突围是其标志性成果。针对中东高温高盐、非洲热带雨林、中亚严寒等极端气候,她主导研发专项解决方案:在伊拉克

哈法亚油田采用“被动式降温+通风屋面”组合设计,通过建筑朝向优化、外遮阳系统及高反射率材料应用,使场站室内温度降低5~8℃,大幅减少空调能耗,成为高温地区工业建筑节能标杆。

模块化与标准化的效率革命彻底改变了海外工程建设模式。突破传统现场浇筑局限,她推动油田建筑模块化预制技术,将营地宿舍、控制室等拆解为标准化模块,国内预制后海外组装。该模式在伊拉克、尼日尔、乍得等项目中实践后,现场安装周期缩短60%,降低海外施工风险与成本。

智慧化营地体系的构建则重新定义了海外油田生活标准,整合物联网技术,她设计的营地实现安防监控、智能消防、能源监测等系统联动,在非洲沙漠营地应用太阳能光伏一体化、绿色大棚种植等技术,既满足“自发自用”的低碳需求,又通过健康

食堂、康娱设施提升员工生活质量,形成“生产-生活”协同的智慧管理模式。

标杆引领:项目成果的多维影响力

石娟参与的项目集群,在技术突破与社会效益上形成双重辐射。

伊拉克哈法亚油田系列工程成为中企海外能源合作的典范。作为建筑专业总负责人,她全程参与的中石油海外最大投资项目的建设,从哈法亚二期1000万吨/年到三期3000万吨/年规模建设,其中300MW电力系统项目构建起伊拉克战后最完善的油田电力网络,60MW燃气轮机电站通过数字化管理节省运行费用250万元,双双斩获行业设计大奖。项目最终获“国家优质工程金奖”和“鲁班奖(境外工程)”,将中国能源工程的技术实力推向国际舞台。

尼日尔Agadem油田二期项目彰

显“一带一路”合作价值。在撒哈拉沙漠腹地,她创新推行“六化”建设模式(标准化设计、工厂化预制等),在“六最、五高、三超”的极端条件下,推动450万吨/年规模油田投产,节省投资4亿元,使尼日尔跻身原油出口国行列,成为中尼建交20周年的里程碑成果。

绿色转型项目则拓展了行业边界。她参与的伊拉克哈法亚天然气处理厂,作为伊拉克首个天然气综合利用项目,每年减少3万吨二氧化硫排放,供应的天然气可发电50亿千瓦时,液化石油气满足400万户家庭需求,获评“2024中国企业国际形象建设十大优秀案例”。在新能源领域,玉门油田300MW光伏项目、吉林55万千瓦风电项目等标杆工程,推动石油行业向“风光气”综合能源服务商转型。

行业重塑:从技术输出到标准定义

石娟的工作重塑了国际市场对

单县一中召开人工智能赋能教学工作培训会

通讯员 刘仍路 菏泽报道

12月9日晚,单县一中在南校区三楼会议室召开人工智能赋能教学工作培训会,单县一中党委副书记、校长刘继友,单县一中集团校长助理王品礼、各校区分管教学副校长、教务主任、学科主任、备课组长及各学科人工智能教学业务骨干参加。会议由王品礼主持。

王品礼首先解读了教育部、山东省教育厅关于人工智能赋能教学的相关文件。他指出,全面推进教育智能化,以人工智能赋能教育变革是当前的迫切任务,希望老师们熟练运用人工智能相关知识与工具,赋能教育教学工作。

随后,信息技术组王壹川老师作题为《人工智能背景下,

教育数字化转型的实践路径》专题报告。他从人工智能助力学习变革、教学提质、育人进阶、评价增效、管理升级、研究创新六个方面向老师们介绍了包含DeepSeek、豆包、KIMI、即梦AI、智谱清言、元宝等AI工具在教学过程中的实际应用。

王品礼在总结时强调,学校将以此次会议为契机,遴选骨干组建“AI示范组”与名师工作坊,制定适配学情的应用指南,开展课例案例征集与成果展示,通过多元实践引导教师“愿用、会用、善用”AI工具。

单县一中将以人工智能赋能教学为抓手,深耕教育数字化转型,赋能师生成长,彰显办学特色,为打造高品质教育品牌、培育时代新人注入强劲动能。



通讯员 贾蒙然 菏泽报道

为深入推进文化社区建设,传承中华优秀传统文化基因,丰富居民精神文化生活,12月7日,滨河街道姚庄社区开展经典诵读活动,让居民在墨香氤氲中感受经典魅力,在交流分享中凝聚文化共识,为文化社区建设增添浓厚氛围。

活动现场,居民们驻足书架前认真翻阅书目、轻声交流选书心得,自主挑选心仪的书籍落座阅读。大家指尖摩挲书页,逐字逐句品读经典,时而沉思,时而轻声吟诵名句,深

沉浸在传统文化的深邃意境中。在随后的交流分享环节中,大家各抒己见、相互启迪,在思想的碰撞中加深了对传统文化的理解,整个活动现场书香浓郁,暖意融融。

此次活动不仅为居民搭建了学习交流的平台,更让中华优秀传统文化走进了社区,浸润了心田,有效提升了居民的文化素养,为文化社区建设注入了鲜活动力。下一步,滨河街道将持续聚焦文化惠民初心,不断丰富活动形式、拓展活动内容,全力打造更有文化气息、更具精神凝聚力的幸福社区。

中国能源工程的认知。她编制的海外项目设计模板成为行业通用标准,形成的“lesson learn”经验库,为后辈提供了跨越文化壁垒的实操指南。其参与的尼日尔油田数字化交付,成为中石油海外首个数字化转型试点,推动行业从“粗放建设”向“智慧运营”升级。

在她看来,中国设计的竞争力正从“规模优势”转向“技术引领”。从沙漠营地的每一块预制构件到天然气处理厂的环保指标,从模块化建设的工期控制到智慧系统的能耗优化,石娟以微观设计的精进,累积成宏观行业的突破,让“中国方案”成为海外能源合作的优选。这种跨越国界的技能,不仅是个人职业生涯的注脚,更是中国能源行业走向全球价值链高端的生动缩影。

(王磊)