



汕頭大學
SHANTOU UNIVERSITY

有志-ASPIRATION

有识-KNOWLEDGE

有恒-PERSEVERANCE

有为-ACHIEVEMENT

至诚生活 Veritas Life



至诚书院
Veritas College

2021年第1期（总第68期）



书院要闻 3-15

至诚书院第十三届导生第一次全体大会顺利召开.....	3
喜迎中秋，欢度国庆.....	4
新生报到，如洗碧空下赴至诚之约.....	5
至诚书院全体新生大会暨组织推介大会.....	5
至诚书院第十九期 ATP 团队素质拓展训练营.....	7
至诚书院第十九期 ATP 训练营结营仪式.....	9
缘分悠悠，等你来续——2020“庆·缘悠长”至诚日.....	10
第三十四届运动会圆满结束，至诚健儿载誉而归.....	14
第十三届全体导生中期总结大会圆满结束.....	14

学习进行时 16-30

《习近平谈治国理政》第三卷专题学习党课.....	16
学新四史，不忘初心；知新四史，牢记使命.....	17
至诚书院特色团日活动进行时.....	18
团委联建共建签约仪式暨“战疫”青年优秀事迹分享会圆满举办.....	19
“不忘初心使命，传承红色基因”党史教育暨入党宣誓活动.....	23
至诚书院参加广东省首批新时代高校党建示范创建和质量创优党建工作标杆院系验收汇报....	25
汕头大学至诚书院顺利通过广东省首批党建标杆院系验收工作.....	26
东山岛踏寻红色足迹，实践学习“谷文昌”精神.....	27
至诚书院邀请刘元根院长讲授专题党课.....	29
弘扬“金刚川”精神，致敬历史与英烈.....	30

院际交流 31-32

书院领导赴山东科技大学泰山科技学院考察交流.....	31
华南农业大学领导一行来访至诚书院.....	31
华南师范大学领导一行来访至诚书院.....	32

鲜活至诚 33-38

“立冬晴，小北斗，户外行”——至诚北斗户外拓展协会开展户外拓展培训.....	33
“重新出发，虽败犹荣”——至诚男女篮再次集结“院际杯”篮球赛.....	34
“生而为藤，星火凝聚”——至诚书院常青藤服务与学习协会全体大会召开.....	34
“快乐运动，健康生活”——至诚书院“快乐运动，健康生活”系列活动圆满结束.....	35
“给一年后的自己”——“时光胶囊”活动在至诚书院展开.....	36
“至音有你，一路相依，铭记于心”——敬一 & 至诚，十大歌手决赛落幕.....	37
“冬至的汤圆饺子一来，心便暖了”——至诚书院导生“喂”你冬至日活动.....	37

至诚人物 39-43

姜浩：行有不得，反求诸己.....	39
王娱：在探索中不断前行.....	40
洪尔浼：积“跬步”以至“千里”.....	41
朱松玮：梦想不设限，未来由你定.....	42

至诚书院第十三届导生第一次全体大会顺利召开

2020年9月13日晚，至诚书院第十三届导生第一次全体大会在至诚254顺利召开。这是一次令人激动的会议，党总支姚熠书记第一次亮相导生团，出席第十三届导生第一次全体线下大会。姚熠书记、林峰老师、崔薇薇老师、陈生辉老师以及全体导生出席了本次大会。

荣誉导生项梦佳根据导生的日常工作以及至诚传统活动分享了实用的工作经验，让大家明确未来一年基本的工作，能够更有计划地进行宿生活动，营造更加温馨的至诚书院大家庭氛围。

会议上还举行了第十二届优秀导生颁奖仪式，由姚熠书记宣读优秀导生名单和颁奖，并与大家合照留念。



其中，郑晓敏、胡伟翔、梁晟同学分别成功竞选为导生主任、副主任。

三个大区也分别在三位荣誉导生的引导下选出了三位区长：

第一大区区长——黄煜琪

第二大区区长——李嘉佩

第三大区区长——杨海如



姚熠书记、三位辅导员老师与全体导生大合照。

喜迎中秋，欢度国庆

2020年10月1日晚，至诚书院中庭花园拉上了彩灯和装饰，活动现场开展了猜灯谜活动，为宿生们带来了浓浓的节日氛围；书院也在大厅为宿生准备了月饼、饮料等，让没有回家过中秋的宿生们也能感受到家的关怀。



至诚书院还在130会议室准备好了月饼、柚子和饮料，邀请宿生们一同前来观看2020年央视中秋晚会。姚熠书记与大家欢聚一堂，共同庆祝双节，与全国上下一起欣赏这场精彩而大气的中秋晚会。



同时，为了重温红色记忆，传承爱国精神。国庆期间10月1-8日，至诚书院在J254党团活动室举办了“追忆峥嵘岁月，传承红色精神”红色主题观影活动。了解革命道路的艰辛，谨记前辈们的付出，方能不忘初心，牢记使命，奋勇前进。

新生报到，如洗碧空下赴至诚之约

2020年10月5日上午7时许，至诚书院迎新志愿者们于至诚大厅集合，再次确认工作事项，并做好疫情防控工作的准备，以饱满的精神面貌迎接新生的到来。书院为大家准备了极具纪念意义的内含一卡通卡套、日程表、口罩等物品的诚仔专属礼包。



提行李，指方向，微笑面对，细心指导……志愿者们用热情与周到的服务，让新生们感受到家一般的温暖。在大家的共同努力下，新生报到圆满完成，至诚又增添42位成员！

至诚书院全体新生大会暨组织推介大会

10月11日，至诚书院全体新生大会暨组织推介大会在E座阶梯教室101顺利召开。至诚导师汕头大学党政办公室曾锐主任、国际学院院长、国际交流合作处高见处长、商学院副院长梁强教授、商学院应用经济系系主任郑慕强教授、理学院数学系李健主任、医学院教务处张忠芳副处长、长江新闻与传播学院凌学敏老师、至诚书院党总支姚熠书记、至诚书院团委副书记林峰老师、崔薇薇老师和陈生辉老师出席了本次大会。参加会议的还有2020年入住至诚的245名2019级同学、40名2020级工学院生物医学工程专业同学和2名法学院行政管理专业（高水平运动员）同学。



导师聘任仪式上两位新导师加入了至诚书院的大家庭，他们分别是汕头大学国际学院院长、国际交流合作处高见处长和汕头大学工学院生物医学工程系方强主任。其中高见导师作为新聘导师代表发言，他希望新同学要与导师一起努力，一起成长，成为更优秀的人。同学们在大学里的成长，不仅仅是专业知识的增长，更要有个人素质和优良习惯的养成，并在至诚书院开心，快乐，向上地度过每一天。



姚熠书记在致辞中首先表示欢迎新同学入住至诚，与至诚结缘，成为至诚大家庭的一员。其次，书记阐述了至诚书院是同学们成长的舞台，舞台的精彩取决于每位同学的个人选择。最后，书记向同学们提出了三点寄语，一是以德为先，做一个有家国情怀、始终至诚为国的人；二是以学为业，以扎实的学识作为立身之本；三是以勤为径，要勇于走出生活舒适区，不负青春、不负韶华，不负时代，系好人生的第一粒扣子。



至诚书院第 19 期 ATP 团队素质拓展训练营

2020 年 10 月 17 日上午，至诚书院第 19 期 ATP 团队素质拓展训练营开营仪式在 E 座 101 阶梯教室顺利举行。全体至诚新人齐声诵读《至诚学规》，在 3 位辅导员老师的分别阐述下，新生们明白了《至诚学规》的深刻含义，感受到书院独特的风格与魅力，也体会到了“诚敬谦和”院训中的内涵。



17 日下午，在 E 座 101 阶梯教室举行了道德讲堂之“感恩师长，成长路上”家书征集活动。一封书信，见字如面。在信息化的时代里，亲笔书写的一封“家书”是那么的难得和可贵。那些难以言表的话语，可以在书信里表达；那些埋在心底的感情，可以在书信里描绘。



最后，至诚新人们前往真理钟进行了敲钟仪式，并在真理钟下高唱《我和我的祖国》，大家纵情歌唱，唱响激情岁月里的红色经典，激发大家的爱国之情。



至诚书院第 19 期 ATP 团队素质拓展训练营

10 月 18 日早上，至诚书院的各支队伍来到各自的活动场地，在憧憬与忐忑中开始了他们的 ATP 团队素质拓展训练营。在活跃的氛围中，各小队开始进行破冰游戏以及团队文化建设：讨论队名、队歌、口号和队形等，至诚新人们集思广益，每个小队都展现了别具匠心的团队特色与风采。



接着便是 ATP 的重头戏了：“达芬奇密码”、“N 人 N 足”、“穿越火线”……一个人做不到的事情，一个团队可以做到，而一个团队的成功也必须依托每一个成员的全力以赴！



至诚书院第十九期 ATP 训练营结营仪式

经过一整天的拓展训练后，所有至诚新人都收获满满。在他们的精心准备下，十个精彩纷呈的节目被推选而出，参加 10 月 18 日晚上的汇报演出暨至诚书院第十九期 ATP 训练营结营仪式。让我们一起来回顾结营仪式上的精彩瞬间！



为期两天的 ATP 训练营至此已经圆满结束，对至诚新人而言，这段宝贵的经历可以陪伴他们走过大学生涯，这正是书院送给至诚新人们最好的礼物。

至诚与你的故事依旧未完待续……



缘分悠悠，等你来续——2020“庆·缘悠长”至诚日

缘分无形，牵挂过去，通向未来，相聚在至诚的你、我、他，早已与至诚结下了不解之缘。在至诚生日的这一天，缘分之绳将我们紧紧连在一起。

白天·打卡嘉年华

2020年10月24日白天，至诚书院内部“隐秘的角落”，迎来了一批又一批的探索者们。文澜阁？梧桐阁？乘风破浪？那些鲜被注意到的角落，在谜底揭晓之时出现在宿生们面前。通过这样的探索，宿生们能对至诚有了更深刻的了解。探索打卡以后，宿生们纷纷到各个社团组织的摊位前进行游戏、盖章。各类有趣的小游戏引人发笑，宿生们在娱乐中对他人有了更深刻的情谊。



白天的嘉年华让宿生们手里满满，心里也满满。但至诚的生日，可不只在白天过呢——早已被装点得美丽的一方草坪，正是举办至诚生日 party 的最佳场所！



晚上的至诚生日 party 开始前，观众们纷纷在签名版上留下自己的名字。有人代已毕业的师兄师姐签名，有人则留下对至诚书院的告白、对自己的鼓励。

一句句祝愿落在签名版上，留在了至诚书院的心上，同样也留在每一位至诚人的心上。

夜晚·至诚生日 party

10月24日晚19:30, “庆·缘悠长”至诚日 party 在一方草坪拉开序幕。

国际学院院长、国际交流合作处高见处长、至诚书院党总支姚熠书记、至诚书院团委书记林峰老师、团委书记崔薇薇老师、团委书记陈生辉老师、国际学院辅导员蔡琳老师, 以及国际学院部分师生、至诚书院宿生等参加了此次 party。

晚会现场人山人海, 大家多么期待至诚的生日! 不仅四位主持人美丽帅气, 晚会节目也是分外精彩, 让台下掌声雷动。让我们回顾到底是什么令观众们欢呼阵阵吧!



01 《导生舞》

首先登场的, 是至诚宿生最为亲近的导生们。中国风歌曲配上优雅的扇子舞, 而后是导生们自弹吉他与电子琴伴奏的合唱, 最后是活力满满的酷炫群舞, 完美地刻画了至诚导生的能静能动、活泼开朗的特点, 也将台下的气氛瞬间炒热起来。



02 《祈雨》

力与美的结合在舞蹈中体现得淋漓尽致, 檀闻瑾同学扮演着祈雨的舞女, 四肢的每一次舒展都带着虔诚, 脚尖每一次点地都满怀着期待。旋转、跳跃, 她全身心投入到舞蹈中, 也将观众们带入舞蹈创造的世界里。



03 《笔记》

北斗作为至诚书院的拓展协会, 成员们训练的身影留在一方草坪里, 奔跑时的汗水撒在操场跑道上。爱始终是至诚手中长长的线, 鼓励着他们勇敢前进, 让他们飞翔的同时, 也不忘身后还有一个家。

几个节目过后，观众们都兴致满满。此时当然少不了中场游戏《诵读歌王》啦！

主持人们还未将歌词朗读完毕，就有观众高高举起了手呢！看来这些游戏完全难不倒“中华小曲库”们！

五轮游戏过后，全场的氛围轻松愉快，观众们都对接下来的节目拭目以待。



04 《Sour Candy》

林小文、陈曦、范姝橙同学带来的爵士舞引爆全场。她们帅气洒脱的舞姿洋溢着青春的气息，动感的音乐凸显出她们一举手一投足之间的率性，将台下的每一个观众都深深感染。



05 《街舞串烧》

爵士舞过后还意犹未尽？那当然是继续嗨起来！陈露、麦文慧等六名同学的街舞串烧，着实令人大开眼界。Jazz、breaking、popping，多个舞种让观众们应接不暇，他们灵活的动作和恰到好处力度，都展现出舞者们高超的技巧，也带动了全场观众的热情。



06 《交换余生》

欢呼的浪潮声过后，温柔的歌声安抚着观众们躁动的心情。张梦娜、陈慧莹同学唱出她们与至诚的故事。因为缘分，她们与至诚书院相识、相知、相连。往后余生，她们与至诚之间的牵绊，也将延绵不断。



07 《木瓜》

现代的歌舞扣人心弦，古代的诗与琴同样令人沉醉其中。得一琴社四位成员抚琴朗诵，一字一句之间，尽显古人高雅风度。投我以木瓜，报之以琼琚，愿至诚与宿生们心心相印，珍重情意永相好。

余韵悠长的琴声过后，观众们皆平静了下来。第二轮中场游戏《争先恐后》则又调动了全场的气氛。观众们踊跃地上台抢答，果真是“争先恐后”。

有趣的游戏和台上观众的表现也让台下笑声连连，整个一方草坪洋溢着欢快的气息。



08 《酒醉的蝴蝶 & Kill This Love》

近日来，汕大掀起了一场广场舞热，我们的 party 怎么能少得了这一股热潮呢？宿管阿姨赖粧英与 ATP 第四中队第二小队橙墨带来的广场舞将 party 推至最高潮，观众纷纷鼓掌尖叫。

缘分让至诚与汕大的师生在花花世界中相遇，春去秋来又一年，我们与至诚的缘分也将越来越深。



09 《等你下课》

出发去上课时，我们一起走过至诚前的台阶；下课之后，我们又一起踏进至诚的大门。马驰骋、莫沈霏两位同学悦耳的歌声，还有温暖的歌词，将至诚默默守候着学子归来的形象深深刻画，令人动容。



10 《为你轮滑，倾我至诚》

Party 的尾声，是由轮滑协会带来的惊喜节目。他们在至诚前的路上展开了精彩的轮滑表演。他们并非脚踩风火轮，却灵活矫捷，躲过障碍物是小菜一碟，跳过两米的距离同样是轻而易举的。观众们惊叹称赞着，无不他们的表演中饱含的热情所吸引。

最后，“庆·缘悠长”至诚日 party 圆满结束，在这个值得纪念的时间节点，至诚大家庭度过了难忘的庆典。

祝愿至诚书院更加温馨美好，与至诚宿生及全校师生的缘分愈发悠长！

第三十四届运动会圆满结束，至诚健儿载誉而归

2020年11月28日-12月13日，运动会如火如荼地进行着。而身姿矫健的至诚健儿们，也踊跃参加。11月14日的项目相当丰富，男子引体向上，女子仰卧起坐，10×50米迎面接力……在诸多活动中，至诚的健儿们都取得了优秀的成绩。男子引体向上，体魄强健的至诚选手力拔山兮气盖世；10×50米迎面接力中，至诚书院的男子团体更是获得了第二的名次。此后，还有羽毛球、乒乓球团体赛，三人篮球比赛，足球、排球比赛以及“滚雪球”等趣味项目，大家玩的不亦乐乎。其中，至诚的男子呼啦圈接力赛也获得了第一名的好成绩。在十几天的激烈竞争后，至诚书院女子团体总分排名第六，男子团体总分排名第二。同时，至诚书院还获得第三十四届运动会“优秀组织奖”，充分体现了至诚健儿们的团队凝聚力。



至12月13日，汕头大学第三十四届运动会已经全部落下帷幕。精彩纷呈的运动会展示了至诚宿生的矫健之姿，掩不住的汗水滑落诠释了至诚人的拼搏奋进，一路的相伴见证了至诚书院团结一致的凝聚力。至诚人，至诚魂，至诚精神永传承。期待与校运会明年再见，届时的至诚健儿也一定能够在赛场上焕发光彩！

第十三届全体导生中期总结大会圆满结束

2020年即将过去，新的一年即将到来。在大家备战期末的时候，导生们也进行了他们的中期总结大会，总结本学期工作。



至诚书院党总支姚熠书记、至诚书院辅导员林峰老师、陈生辉老师来到了现场。首先，由主持人梁晟以欢乐愉快的语调为至诚书院第十三届全体导生中期总结大会开场；导生主任郑晓敏带领大家重温了至诚学规，作为大会的启动仪式。接下来，便由三大区的导生代表对本学期的工作进行总结。在汇报中，导生代表杨子丞还提出了“发光体”的概念，鼓励大家在自我发光发热的同时照亮他人。



随后，由辅导员老师进行点评。生辉老师为导生带来总结、分享、鼓励以及对于导生创新活动形式的寄语，希望导生能在接下来的学期探索发展小区文化建设新形式，小区间多进行交流；希望来年能有新活力的加入导生团队。林峰老师对导生团队的建设发表了一些独到的见解。在日常工作方面，肯定了导生在处理各项事件时拥有的责任感；在专业学习方面，鼓励导生带领同学们参加活动和比赛，或与团支书合办特色团日等建议拓宽了导生们进行特色小区建设的思路。然后是导生主任总结与荣誉导生发言。导生主任郑晓敏、荣誉导生代表项梦佳也分别进行了发言。在总结中，导生主任提出：希望导生在以后的工作中，感到疲倦、懈怠时，他们能够回想起最初竞选时的理想，希望导生们不忘初心，牢记使命，努力将小区建设为一个温馨和谐大家庭。



最后，姚熠书记代表书院表达了对各位导生的感谢，对导生工作给予了高度肯定的同时提出了新的要求，鼓励导生们更好的完成工作。会上引人入胜的点评很好的启发了在场导生们。2021 我们一起走入，困难时期我们一同走过，相信吧，阳光满溢的未来会在前方。

至诚书院党总支开展《习近平谈治国理政》第三卷 专题学习党课

2020年9月30日下午，至诚书院党总支组织开展党总支书记上党课活动，姚熠书记带领大家一起学习《习近平谈治国理政》第三卷。姚熠书记分享了她的学习心得并为大家梳理了全卷的脉络。林峰老师、崔薇薇老师、陈生辉老师以及至诚书院全体党员、发展对象和入党积极分子参加了本次党课。



姚熠书记表示，习近平总书记这种“功成不必在我，功成必定有我”的境界与担当，值得我们深入去学习和领会。人格是一个人精神修养的集中体现，要“以人格力量凝聚党心民心”。永远保持对人民的赤子之心，是中国共产党人的政治底色，也是我们党生生不息的力量源泉。



“治国理政不是束之高阁和纸上谈兵，而是要走进基层落到实处。”姚熠书记给在场全体党员提出要求，要时刻关注党中央在关心什么、强调什么，深刻领会什么是党和国家最重要的利益、什么是最需要坚定维护的立场，切实把增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”落到行动上。各党支部通过传阅《习近平谈治国理政》第三卷，继续深入领会，共同学习，共同进步。

最后，姚熠书记指出，在座的每个人都是“小火种”，要通过自身影响更多的人，让书院变得越来越好！

学新四史，不忘初心；知新四史，牢记使命

2020年11月4日下午，至诚书院特邀党建组织员——原商学院党总支陈莫添书记到书院参加学习“四史”主题座谈交流会，至诚书院党总支姚熠书记，第二、三党支部书记崔薇薇老师、陈生辉老师参加了座谈会，会议由崔薇薇老师主持。



陈莫添书记出生于1949年，和共和国同龄，他是自汕大1981年建校后第一位校团委书记，原商学院党总支书记。他精神矍铄、笑容满面，非常具有感染力。

陈莫添书记首先为大家介绍新四史的内容包括了党史、新中国史、改革开放史和社会主义发展史。作为大学生要树立正确的历史观，学习新四史，知史明智，知史担当，以史鉴今，以史知政，知史爱党，知史爱国。



陈莫添书记还给在座的大学生党员提出具体要求：要从思想上淬炼自己，政治上历练自己，实践上锻炼自己，专业上训练自己。不断提高综合素质和能力，以适应新时代年轻干部必备的基本素质和要求。

陈莫添书记为至诚书院的党员师生们上了生动又宝贵的一课，诚如习总书记所说：只要青年都勇挑重担、勇克难关、勇斗风险，中国特色社会主义就能充满活力、充满后劲，充满希望。至诚书院党总支接下来还将组织大学生党员系统、全面地学习四史，以史鉴今，以史明智，充分发挥基层党支部战斗堡垒的作用。让大学生党员更加严格地要求自己，争做优秀共产党员。

至诚书院特色团日活动进行时

为深入学习宣传贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神，大力弘扬以爱国主义为核心的伟大民族精神，深入学习宣传贯彻生命至上、举国同心、舍生忘死、尊重科学、命运与共的伟大抗疫精神，校团委决定在全校范围内举办 2020 年汕头大学“让青春为祖国绽放”特色团日活动。

至诚书院团委积极响应校团委的号召，在各团支部组织举办特色团日活动，比如学习《习近平谈治国理政》第三卷，学习优秀毕业生党员分享心得，以及“战疫青春，榜样力量”故事分享会等等主题活动，使团员们通过深入学习，得到思想上的提升。

团支书组织团日活动，邀请团员们品尝甜品，过后大家还一起学习手语操，为团日活动增添色彩。



团支书召集团员们展开对《习近平谈治国理政》第三卷的学习，团员积极参与学习中，并在学习后与其他团员分享交流心得。



开展特色团日活动，一来团员们可以通过互相分享近期心得，增强团员之间的联系与沟通，二来通过学习《习近平谈治国理政》，使团员们紧跟党中央思想步伐，为实现中华民族伟大复兴而努力奋斗。

团委联建共建签约仪式暨“战疫”青年优秀事迹分享会 圆满举办

继今年7月份工学院党委与公诚管理咨询有限公司第五分公司党总支签署党建共建协议，为进一步推动党建带团建工作的开展，2020年11月4日，共青团汕头大学至诚书院委员会与共青团公诚管理咨询有限公司委员会隆重举办了团委联建共建签约仪式暨“战疫”青年优秀事迹分享会。

至诚书院党总支书记姚熠、公诚咨询党委青年委员陈伟峰、至诚书院团委副书记林峰、公诚咨询团委书记李元元以及双方的优秀青年出席了本次签约仪式暨分享会。

团委联建签约仪式

林峰老师向大家简单介绍了至诚书院，随后为公诚咨询公司的同事们分享了关于至诚书院团委成立以来所取得的成绩以及各种奖项、称号，日常所负责的一些事项包括平日所承办的大型活动，与其他单位的合作项目等，并表示对此次联建共建活动的高度重视，希望借此进一步高效落实书院的党建工作，跟上新时代的党建步伐。

至诚书院党总支书记姚熠向大家分享了团建联建的想法和好处，对双方进行合作交流及相互学习表达了美好期盼以及大力支持，并希望这样的团建联建共建的交流活能够经常进行，进而推动校企党团同步进步、同步发展，为国家培养出更多高素质人才。



随后，双方签订了联建共建协议，并合影留念。



“战疫”青年交流分享会

双方“战疫”青年进行了分享。



公诚咨询“战疫”青年：张海洋

公诚咨询“战疫”青年张海洋在疫情期间积极参与到家乡红十字会的物资搬运，且他还有另一重身份便是国家的造血干细胞捐献者，这种献身公益的精神是非常值得我们青年党员、青年团员学习的。



汕头大学至诚书院“战疫”青年：招敏莹

汕头大学至诚书院“战疫”青年招敏莹同学把自己在疫情期间志愿去村口值班站岗量体温的感动事迹分享给大家，并向大家传递了大学生积极参与志愿活动的精神，倡导同学们热心公益、像人民公仆一样积极为人民服务。



公诚咨询“战疫”青年：董林欢（武汉支援）

公诚咨询“战疫”青年董林欢讲述到，他因被滞留武汉而主动参与了火神山医院通讯基础设施的建造中，冒着生命危险的他们仅用10天，就完成了火神山医院的建成，这是一场与病魔赛跑的较量，在泥土打滚的他们展示的正是当代青年应有的风采。

领导们表示听完各位“战疫”青年的分享颇有感触，这场疫情战役的胜利，离不开所有普通百姓，离不开各位优秀志愿者代表们，更离不开各级党组织的正确领导！通过这场战役交流分享会，各位青年团员们更是充分认识到党的领导的重要性，下定决心提升自我，为党组织贡献力量。



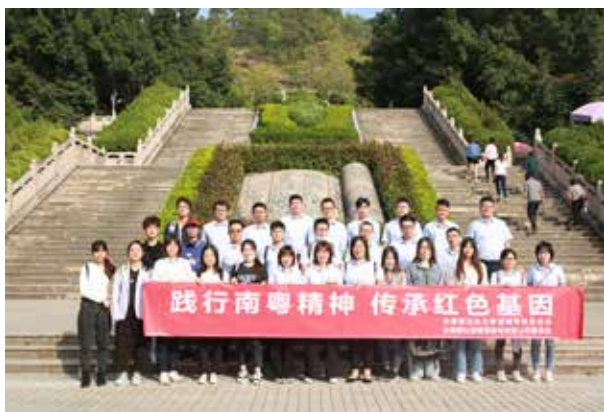
至诚书院党团师生重走习总书记潮州视察之路

览韩文公祠，品昌黎精神：

汕头大学至诚书院青年们与公诚咨询进行红色文化党建学习之旅的第一站便是韩文公祠。双方书记带领各有志青年一同学习韩愈数百年前为潮州人民整治灾祸，兴立学堂的事迹，希望进一步培育青年党员、团员们成长、成才。各位青年也从中学习到了为人民服务的昌黎精神，领略了习总书记以人民为中心的家国情怀。

步入韩文公祠正祠，品读各大文豪为韩愈书写的碑文，深入感受韩愈身先士卒、忧国忧民的精神，通过韩文公祠的学习游览，希望青年朋友们能践行南粤精神，传承红色基因。

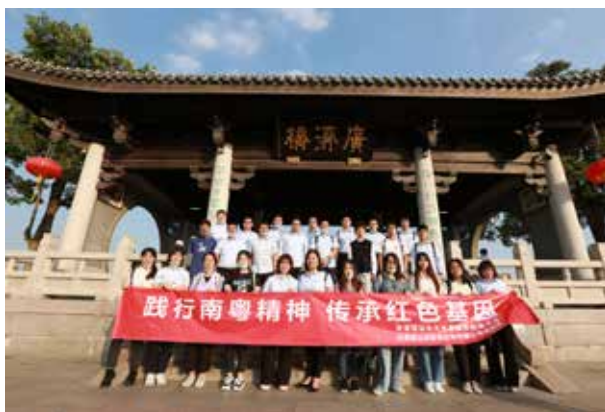
双方书记在了解韩愈生平后，对如何更好地在团建工作上向新青年们传达新时代昌黎精神上进行深入交流，积极探索新时代团建工作的新方法、新思路。



行广济桥，看历史瑰宝：

对新青年而言，亲身感受是最好的学习方法。走在四大古桥之一的广济桥上，至诚与公诚青年们无一不被古人建桥便通的智慧所震撼，桥上罗列的潮汕经典手工艺品木雕、瓷雕、皮影戏等，更是极大的加强了双方青年们对于潮汕本土文化的崇敬，进一步坚定了青年代表们提升自我，投身国家的决心。

双方青年一同参观广济古桥，了解体会潮州古典文化，热烈地进行探讨交流，互相交换参观心得。



潮州古城融古今繁华：

重温习总书记视察之旅接近尾声，最后青年们来到习总书记探访过的潮州古城，走进里面繁华的牌坊街。潮州古城仿佛一扇门，打通了古代与现代的繁华，行人络绎不绝，当地商贩们展现出他们极具地方特色的手工艺品、当地美食等等。汕大青年们通过深入的学习交流以及亲身感受，深刻明白了经济的发展与文化的延续是相辅相成的，从古城的发展再看到中华民族的伟大复兴，党的领导与教育必不可少。

最后，至诚党团师生们在潮州古城进行合影留念，重走习总书记潮州视察之旅也就此结束了。虽然只有短短几小时的游览时间，但至诚师生们真切地感受到了潮州深厚的文化底蕴。正如习总书记所说，潮州是一座有着悠久历史的文化名城，潮汕文化是岭南文化的重要组成部分，是中华文化的重要支脉。这是中华文化的瑰宝，我们要呵护好她，建设好她，坚定改革创新，发扬传承精神！



心得体会：

通过与公诚公司团委深入的交流和学习，我体会到步入社会后公诚公司青年在抗疫时展现的责任与担当，新青年跨过时代通过行动将这份一心为民的昌黎精神传达给新新青年，敢于直面困难，在国家需要的时候挺身而出，这是中华青年应该有的觉悟。

——杨俊杰

说到战疫青年分享交流会，如果不是本次的战疫青年分享会，我可能真的没有机会可以这么近距离的感受到当时国家抵抗疫情的艰苦，这让我更加学会了珍惜。最后便是重温习总书记之旅了，这是一种很奇妙的感觉，走总书记走过的路，悟总书记所说的话。正如总书记所说，潮州真的是座历史悠久的古城，需要我们慢慢感悟、慢慢参透。

——朱园淋

“不忘初心使命，传承红色基因” 党史教育暨入党宣誓活动

2020年11月15日下午，至诚书院开展“追寻总书记足迹，践行初心和使命”系列活动。一是“追寻总书记足迹，践行初心和使命”——“重走习近平总书记汕头视察之路”；二是“不忘初心使命，传承红色基因”党史教育暨入党宣誓活动。



在参观中共中央至中央苏区秘密交通线汕头交通中站旧址（红色交通站）、开埠文化陈列馆、侨批文物馆，了解革命奋斗历史，传承改革开放精神的同时，通过老党员重温入党誓词及新党员宣誓活动，让每一名共产党员意识到要自觉承担应负的责任，自觉投身于为人民服务、为共产主义事业奋斗终身的伟大事业中去。

参观结束后，至诚书院全体党员在红色交通站门口进行党员宣誓活动，全体党员在领誓人王娱同志的带领下，双眼注视着党旗，庄严宣誓。



本次入党宣誓仪式使新发展的党员经历了一次精神洗礼，为党组织注入了新鲜血液，进一步壮大了党员队伍。同时，也有助于广大学生党员铭记入党誓词，牢记自身的使命。随后，大家还陆续参观了附近的开埠文化陈列馆和侨批文物馆，进一步了解了汕头的开放历史。

开埠文化陈列馆

汕头市开埠文化陈列馆是汕头市一张亮丽的文化名片，浓缩展示了 1860 年 1 月 1 日汕头开埠以来的发展历程，馆内一张张老照片，一件件珍贵的藏品都体现着汕头开埠后的历史进程。汕头开埠的历史脉络、开埠的意义以及开埠带来的繁荣景象，在展品内容上一一呈现。

在参观汕头市开埠文化陈列馆的过程中，党员们见证了汕头从昔日被动开埠，到建立经济特区的苦难与辉煌，也深深感受到汕头经济特区建立以来，敢试敢为、敢为人先、埋头苦干的特区精神在这片热土上开花结果，生根发芽。



侨批文物馆

汕头侨批文物馆于 2004 年 4 月 24 日在汕头市落成揭幕。该馆由香港知名人士庄世平先生、饶宗颐教授倡导，潮汕历史文化研究中心主持建立的，是中国首家侨批文物馆。广东潮汕地区是中国的著名侨乡，有分布在世界各地的侨胞已逾千万。潮汕话把“信”称为“批”。侨批亦称“银信”，是海外华侨通过民间渠道或金融、邮政机构寄回国内，连带家书或简单附言的汇款特殊凭证。

在侨批文物讲解员的带领下，党员们了解了侨批兴起发展的历史，更深深为侨胞这种家国情怀所触动。



小公园开埠区

作为海内外潮人的精神家园，小公园开埠区见证了汕头城市发展的沧桑变化，更留存了大量的历史建筑和重点文物。此次活动从红色交通站—开埠文化陈列馆—侨批文物馆，让至诚书院的党员们见证了汕头历史变化的一面。

至诚书院参加广东省首批新时代高校党建示范创建和质量创优党建工作标杆院系验收汇报

2020年11月30日，至诚书院在广州体育学院参加由中共广东省委教育工委举办的首批新时代高校党建示范创建和质量创优工作创建期满集中汇报。本次会议，由专家评委现场听取首批入选广东省新时代高校党建示范创建和质量创优工作的各培育单位负责人汇报，再结合审议各培育单位提交的《验收申请书》、支撑材料等进行综合评议。至诚书院党总支姚熠书记代表书院党总支进行汇报。



至诚书院作为首批入选广东省新时代高校党建示范创建和质量创优工作党建工作的28个“党建工作标杆院系”之一，自2018年8月立项以来，书院党总支秉承“围绕中心抓党建，抓好党建促发展”工作理念，以创建“全省党建工作标杆院系”为动力，在学校党委的坚强领导下，书院党总支以落实《加强党的基层组织三年行动计划》为抓手，通过“五个强化”实现党建“五个到位”，打造“一站式”书院党建育人新模式形成可复制推广经验，实现基层党建全面进步全面过硬，实现党的基层组织建设全面提质，为汕头大学改革发展提供坚强保证。

本次验收汇报会议，分场次开展首批“双创”入选项目的8个“党建工作示范高校”、28个“党建工作标杆院系”、48个“党建工作样板支部”，共84个培育单位负责人进行验收汇报，姚熠书记与来自省内兄弟院校的各位领导就广东省新时代高校党建示范创建和质量创优党建工作进行深入学习与交流。

不忘初心担使命 砥砺前行促发展

——汕头大学至诚书院顺利通过广东省首批党建标杆院系验收工作

习近平总书记指出：“办好我国高等教育，必须坚持党的领导，牢牢掌握党对高校工作的领导权，使高校成为坚持党的领导的坚强阵地。”国家教育部和广东省委近年来相继出台多项政策文件进行部署。

2018年5月，教育部党组出台《关于高校党组织“对标争先”建设计划的实施意见》，教育部办公厅和思想政治工作司下发《关于开展新时代高校党建示范创建和质量创优工作的通知》（教思政厅函〔2018〕23号）和《关于开展首批新时代高校党建示范创建和质量创优工作验收的通知》，广东省委教育工委面向全省高校发布开展的《关于开展首批新时代高校党建示范创建和质量创优工作通知》，正式启动全省高校培育创建党建工作示范高校、标杆院系、样板支部的实施计划，并于当年年底公布8个“党建工作师范高校”、28个“党建标杆院系”、48个“党建工作样板支部”共84个培育创建单位成为我省首批入选教育部、广东省新时代高校党建示范创建和质量创优工作培育创建单位。

汕头大学至诚书院成为全省首批党建标杆院系培育创建单位，通过两年培育建设于2021年1月14日顺利通过验收工作。

两年来，在学校党委的正确领导下，至诚书院党总支以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，牢固树立“四个意识”，坚定“四个自信”，做到两个“维护”，聚焦关键，从严求实，严格按照广东省委教育工委相关文件精神和通知规定，对标《新时代高校党建“双创”工作重点任务指南》，始终本着“凝心聚力抓党建，创先争优促发展”的初心，坚持精益求精抓质量、久久为功抓示范，切实做到党组织领导和运行机制到位、政治把关作用到位、思想政治工作到位、基层组织制度执行到位、推动改革发展到位，党建工作创新提质成效明显。

书院党总支以党建“双创”示范建设工作为切入点，强化党建制度完善与书院文化建设，明确导向，重抓落实，把书院文化建设与党建工作的内容、方法和途径进行有机融合，丰富内容和载体，充分发挥基层党组织和党员建设先进文化的示范作用，形成以书院文化建设促党建工作落实，以党建工作促书院文化发展，以书院文化建设推动书院科学管理的良好局面，实现基层党建全面进步全面过硬，实现党的基层组织建设全面提质，实现党建标杆院系“五个到位”，为汕头大学改革发展提供坚强的保证。

下一步，书院党总支将继续严格按照“党建工作标杆院系”要求开展党建工作，进一步解放思想，提升党员队伍战斗力，紧紧围绕汕头大学发展战略，按照学校统一部署，进一步凝心聚力，为学校实现内涵式发展、办人民满意的教育提供坚强的政治保证、思想保证和组织保证。

爱国主义教育（一）

东山岛踏寻红色足迹，实践学习“谷文昌”精神

在建党一百周年到来之际，为进一步加强爱国主义教育，引导大学生树立正确的理想和信念，培育和践行社会主义核心价值观。至诚书院党总支组织师生党员、团干及学生干部于2020年12月5日前往福建省漳州市东山县开展了爱国主义主题教育之红色游学活动。

此次东山红色游学之旅，让至诚书院师生党员、团干及学生干部的思想进一步得到提升，也更加坚定了对党的理想信念。作为新时代的大学生，我们要继承和弘扬“谷文昌精神”，做“心中有党、心中有民、心中有责、心中有戒”的“四有”党员，不断艰苦奋斗，为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴！

第一站：参观谷文昌纪念馆

12月5日上午，至诚书院师生首先来到谷文昌纪念馆，一同感受谷文昌书记“一腔赤诚为人民”的为民情怀和“清正廉洁”的务实作风，学习其坚定的理想信念和敢于担当的品质。



“不治服风沙，就让风沙把我埋掉”，这是谷文昌书记任职期间为解决东山岛“春夏苦旱灾，秋冬风沙还”立下的铮铮誓言。在东山工作14年，他带领全县人民战风沙、抗旱涝，植树造林、兴修水利，改善交通、发展生产。先后8次的大规模种树失败没有打垮谷文昌书记的坚定信念，1958年春天，终于有9株木麻黄树苗成功活下来。“有九颗，就有九百颗、九千颗、九万颗，就能绿化全东山！”这是谷文昌书记多年的坚持换来的“绿色希望”。

木麻黄不会忘记，人民不会忘记，国家不会忘记。正是谷文昌书记的坚持与付出，让一座风沙肆虐的海岛变成生机盎然的东海绿洲，为东山县未来的发展奠定了坚实的基础。

在纪念馆中，全体师生怀着崇敬的心情，全神贯注地聆听讲解员的讲解。整个展馆一共由“序言、走进东山、执政为民、艰苦奋斗、求真务实、致力发展、绿色丰碑、永久怀念”八个部分组成。通过大量珍贵的历史图片、模型、文字记录等的还原，大家的眼前浮现出谷文昌书记带领东山干部群众在恶劣的环境下坚持与风沙“斗智斗勇”的画面，他是人民公仆，是“县委书记的好榜样”，是“四有”干部的典范！

第二站：参观战地文化园，回顾东山保卫战

1953年7月16日，国共两军在大陆的最后一战——东山保卫战打响，葫芦山反登陆阻击战成为该战役的第一个战场。面对抢滩登陆后国民党来犯之敌，湖尾山（村）守备军民团结一致，承担了阵地阻击任务，英勇抗击。经过两天一夜的激烈战斗，顽强抗击数倍于己之敌的进攻，扼守主阵地，迟滞了国民党军进攻。东山岛战斗的胜利，是大陆军民反击台湾国民党军窜扰的最大一次胜利，写下了辉煌的历史篇章，涌现了许多可歌可泣的动人故事。



全体师生参观了战地文化园，走进了昔日的防空洞。洞中的战备营、前沿观察哨、会议室等军事设施虽然历经几十年风雨洗礼，却依旧保持着较为完整的风貌，置身其中，依稀可以感受到当年前沿阵地战火纷飞的场景。

保存完好的碉堡战壕，见证了峥嵘岁月；昔日前线阵地，如今已成“美丽乡村”。通过战地文化园之行，党员干部们深刻感悟到今天幸福稳定又安康的生活是多么的来之不易，是无数革命先烈抛头颅、洒热血，无数仁人志士前仆后继、义无反顾才换来了今日之中华。我们应该铭记先辈们的付出，将先辈们的宝贵精神发扬光大，让先辈们的伟大事业薪火相传。不忘初心，牢记使命，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力奋斗。

党员学习心得

在谷文昌纪念馆内，四处可见的都是谷文昌书记的语录，“只要对百姓有利的事，哪怕排除万难也要做到；凡是对党的威信有害的事，哪怕再小也不能做。”我们要学习他一心为民的精神，也要学习他坚守党性原则的操守，在未来能够真正做到“心中有党，心中有民，心中有责，心中有戒”。

——陈智浩

今天的东山，绿化率达到了80%以上。当地“先祭谷公，后拜祖宗”的习俗，恰恰证明了谷文昌谷书记扎扎实实地为百姓带来了福祉。身为共产党员，谷文昌用实际行动诠释了我党为人民谋幸福的初心与为民族谋复兴的使命。习总书记说过：青春是用来奋斗的。而谷文昌将青春奋斗的身影留在了东山岛的土地上，奉献给了国家和人民。他是我们的榜样！

——王娱

谷先生的心里是无时无刻不装着人民的！他是真的能够把百姓疾苦和民生幸福铭记于心、外化于行！无论什么时代，一心为民的共产党人永远闪耀着最伟大的光辉，精神传扬世代！

——刘金池

爱国主义教育（二）

至诚书院邀请刘元根院长讲授专题党课

为继续弘扬敢闯敢试、敢为人先、埋头苦干的特区精神，激励广大学生在新时代改革开放大潮中勇担使命，为全面建设社会主义现代化国家作出更大的贡献，2020年12月9日下午，至诚书院党总支邀请马克思主义学院刘元根院长作主讲嘉宾，开展红色主题党课，党员及入党积极分子逾120人参加了学习。

刘院长以《关于习近平总书记出席深圳经济特区成立40周年和视察广东重要讲话精神》为主题，从历史的角度回顾了改革开放这一伟大创举的来由。



首先，刘院长指出，以深圳经济特区为例，改革开放四十多年来，民主政治、五位一体、全面深化改革保证了其方向的正确性，从而积累下了许多宝贵经验，从历史使命，历史担当的角度来看，需要在更高起点上推进改革开放，动员全党全国全社会乘势而上，为开启全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军而团结奋进。

刘院长强调，在改革开放推进过程中，越往前探索越困难，因而在引进技术人才，坚持发展创新和巩固经济发展外，也要加强物质文明和精神文明建设。



最后，刘院长对习近平总书记视察广东讲话精神进行了解读，并提出“学习讲话精神，努力迎头赶上”。由习近平总书记在汕头视察时发表的重要讲话总结到，汕头要努力抓住建设粤港澳大湾区、共建“一带一路”等重大机遇，找准定位，迎头赶上。打好“侨”牌，焕发活力，并且进一步落实习近平总书记的重要讲话。

爱国主义教育（三）

弘扬“金刚川”精神，致敬历史与英烈

2020年12月13日，国家公祭日，在这个特殊的日子，至诚书院党总支组织了一场特别的观影活动，党总支姚熠书记、三位党支部书记林峰、崔薇薇、陈生辉老师和各支部党员、发展对象一同观看纪念中国人民志愿军抗美援朝出国作战70周年主题电影《金刚川》，一同追忆红色岁月，弘扬爱国主义精神。



《金刚川》电影讲述的是1953年，抗美援朝战争进入最终阶段，志愿军战士要在第一时间赶往金城参加最后一场大型战役，如果没能及时赶到，对战况的影响可想而知。志愿军战士们要通过一条名为金刚川的川流，才能继续赶往金城。志愿军工兵连修建了一条木桥，可供战士们通过。但是，美军也知道只要阻止志愿军通过金刚川，自己就能在金城大战中有更大的优势，于是配备着榴弹炮、延时炸弹、燃烧弹以及多发子弹的轰炸机、战斗机不断轰炸木桥与志愿军战士们，而让美军惊讶的是，每次把桥炸烂，志愿军战士们都能在短短几个小时内重新修复木桥。

在电影逐渐响起片尾曲的几分钟，大家迟迟未散去，沉浸在最后的片段中。120分钟的时间里，一次次目睹志愿军同样的阵亡，党员们对此都留下了深刻的感受。

抗美援朝战争的胜利，可以说是立国之战，奠定了新中国在国际上的重要地位，产生了深远的影响。回到当下，我们应该珍惜现在美好的生活，铭记历史，不为延续仇恨，只为警醒：吾辈自强！

——刘浚维

如今的幸福生活来之不易，我们都应该铭记历史，缅怀先烈，不忘初心，砥砺前行。愿这盛世长存，不负你傲骨英魂！

——官彩红

电影内外是不一样的生活，看完电影后，我最大的感触就是要珍惜现在来之不易的和平。因为我们现在安宁的日子，是无数先人用血汗换来的，没有他们那个时候的舍己为人，就没有现在的我们。我永远感谢敬畏他们！

为什么战旗美如画，英雄的鲜血染红了她。为什么大地春常在，英雄的生命开鲜花。如今的幸福生活来之不易，我们要铭记历史，缅怀先烈。那些为了老百姓的美好生活付出生命的革命先辈，祖国不会忘记，人民不会忘记！让我们致敬这群最可爱的人！

——付丽娜

七十年，不是终点，我辈青年，应当继承和弘扬伟大的抗美援朝精神，将这一曲“英雄赞歌”传唱下去，为实现中华民族伟大复兴而努力奋斗。

——王美霖

书院领导赴山东科技大学泰山科技学院考察交流

为更好地推进至诚书院与其他高校书院间交流，并建设至诚书院对外交流平台，2020年11月19日，书院党总支书记姚熠受邀前往山东科技大学泰山科技学院。

山东科技大学泰山科技学院是2004年经教育部批准成立的全日制普通本科大学，面向全国招生。新校区位于济泰联合发展区——泰安市岱岳区山口镇，占地1000余亩，泰山脚下，风景秀丽，西临济泰高速，八车道环山路沿校而过，交通便利。校园建筑为传统四合院式书院风格，是彻底实现全校书院制的大学。



本次访问，姚熠书记分享了目前至诚书院的发展近况，介绍了汕头大学全面推进书院制的改革，并就深化书院制改革等问题与东岳书院辅导员们进行了座谈交流、探讨，并达成了建设书院间互访机制的共识。

考察期间，姚熠书记表示至诚书院愿与国内外各高校的兄弟书院搭建合作关系，资源共享，学习共鉴，为社会培养更多优秀人才。

华南农业大学领导一行来访至诚书院

2020年11月26日上午，华南农业大学党委组织部副部长鲍金勇、工程学院党委副书记林伟波等一行5人来访至诚书院。汕头大学党委常委、组织部部长苏文记，党委组织部副部长李治伟，至诚书院党总支书记姚熠、弘毅书院党总支书记王风奇，党委组织部组织业务主管刘敏泉老师，书院辅导员崔薇薇与来宾进行座谈。双方就书院制党建工作、学生党建经验做法，研究生导师管理办法等内容进行了深入交流。



苏文记部长代表学校对鲍金勇副部长、林伟波副书记一行表示诚挚的欢迎。苏文记部长表示，华南农业大学有悠久的发展历史和良好的办学传统，具有独特的学科优势和办学特色，希望汕头大学能够和华南农业大学互相学习，加深合作，苏文记部长还介绍了汕头大学的发展规划和办学方针。华南农业大学党委组织部副部长鲍金勇对苏文记部长的热忱接待表示感谢，此次来访是希望能够在书院制建设、党建工作等方面与汕大交流。姚熠书记为来访嘉宾详细地介绍至诚书院的整体情况及党建工作特色。弘毅书院党总支部书记、研究生院团委书记王风奇向来宾介绍了研究生导师管理工作情况。座谈交流结束后，姚熠书记、王风奇书记分别带领来宾参观至诚书院和弘毅书院，感受书院文化与特色，来访嘉宾对我校书院制改革的理念和成果进行了高度评价。

华南师范大学领导一行来访至诚书院

2020年12月2日下午，华南师范大学地理科学学院党委副书记何雪梅一行5人来访至诚书院，就人才培养、学生党建工作、学生工作进行考察调研、交流和学习。至诚书院党总支部书记姚熠和书院辅导员林峰、崔薇薇和陈生辉老师热情地接待了来访嘉宾，并表示了热烈的欢迎。



在座谈会上，姚熠书记为来访嘉宾介绍了至诚书院的整体架构、运行机制和目前学生党建工作情况，并分享了关于人才培养，学生工作等经验。座谈交流介绍后，姚熠书记、崔薇薇和陈生辉老师带领来宾参观了至诚书院内宿生自助餐饮区，党团活动室、舞蹈房、视听室与健身房等功能房。通过参观书院环境和功能房等相关育人场所，来访嘉宾们直观地感受和了解了至诚书院的管理模式和“诚敬谦和”的育人理念。

参观结束后，来访嘉宾们表示本次来访受益匪浅，同时还表达了对书院热情招待的感谢，并在至诚书院门口合影留念。



“立冬晴，小北斗，户外行”

——至诚北斗户外拓展协会开展户外拓展培训

2020年11月7日立冬，至诚北斗户外拓展协会开启了为期两天一夜的户外拓展培训。

早上七点半，整装待发，一路向北，向揭阳的桑浦山进发。在正式爬山前，“小北斗”们还进行了充分的热身运动。一路上，层崖翠接蔚蓝天，依着山石，攥着灌木，扶着登山杖，他们携手共进，跨过了许多艰难险阻。

正午时分，按照预定计划抵达了中途休息站，稍作休整，又继续出发。在晚霞开始渲染天空之时，他们也抵达了终点。

营地里，“小北斗”们搭帐篷架天幕煮饭做菜；夜幕降临，是“小北斗”们对一天行程的心得分享和体会总结。每一刻的疲惫都将化为幸福感。



第二天，破晓时分，便踏上归途。除了垃圾什么都不带走，除了脚印什么都不留下。走过归途的荆棘路，迎着初阳，至诚北斗户外拓展协会的立冬户外拓展培训完美落幕。



户外绝不仅仅是指北针，地图，煤气罐，帐篷，天幕，更是一种坚持不懈，团队合作的户外精神，一种挑战自然，敬畏自然的精神，这就是北斗的信念。

@ 北斗拓展协会

“重新出发，虽败犹荣”

——至诚男女篮再次集结“院际杯”篮球赛

2020年“院际杯”如期而至，至诚男女篮积极备战。至诚男篮更是更换全新阵容，重新集结，整装待发，剑指总冠军！去年的“院际杯”中，至诚男篮遗憾止步季军，错失冠亚之战。而今年，他们重振旗鼓，势在必得！

从11月14日到12月13日，历经五周的热血奋战，至诚男篮女篮不断拼搏，从小组赛厮杀，挺进冠军赛，勇夺亚军。

尽管仍有遗憾，但虽败犹荣。作为历史最悠久的球队，至诚男女篮“战功”累累，在院际杯、体育节历次赛事中均有现身决赛现场，为至诚书院打下一角江山。赛事虽已落幕，但热情并未散场。至诚健儿们的矫健身姿，仍在散发光芒。相信就在不久的将来，他们会用更辉煌的成绩呐喊：不负热血！不负青春！



“生而为藤，星火凝聚”

——至诚书院常青藤服务与学习协会全体大会召开

2020年11月4日下午三点半，汕头大学至诚学院常青藤服务与学习协会全体大会在D座教学楼409教室顺利召开。与会人员包括会长团以及五大部门的部长和干事。

会长蔡雨龙首先代表发言，介绍了常青藤协会的工作职能和工作规划，并且给常青藤协会带来了一系列的建议。接着便是五个部门的部长依次发言：



项一部长马驰骋代表发言，介绍了 TEDx Shantou University 承办的 TEDx 大会和 TEDx Adventure 等系列活动；项二部长周嘉梨所在部门，是为高中生服务的部门，负责承办中学生素质拓展训练营，高中社团交流活动等，通过这些活动“传递梦想，回顾当初。”实践部长黄怡梵表示，实践部主打公益、潮汕文化传承和宣传体验，主要活动为潮汕活化，为丰富汕大学子的精神世界，让其能感受更多潮汕文化魅力。秘书部长莫沈霖和宣传部部长陈宇帆则是概括了部门负责的工作内容。秘书部的整体工作内容，如沟通协会、策划举办协会内部活动以及多项文书工作等。而宣传部则是负责技术支持、宣传、记录和报道，打造协会整体对外形象。

至此，至诚书院常青藤服务与学习协会全体大会圆满结束，但常青藤的故事未完待续，常青藤的成员也将秉承常青精神，在时代的洪流中抵御风浪，不忘初心。



“快乐运动，健康生活”

——至诚书院“快乐运动，健康生活”系列活动圆满结束

2020 年 11 月 -12 月，至诚书院开展了“快乐运动，健康生活”系列活动，鼓励学生走出寝室，积极运动，锻炼健康的体魄，锻就强大的灵魂。活动分为 3 个部分：北斗体能训练营、“宁静以致远，运动以常青”体能训练活动、“赢在起跑线上”跑步打卡活动。书院为参与活动的学生提供体能训练营训练，并对训练成果和坚持情况良好的同学进行了奖励，活动得到了圆满的“收官”。

不开心的时候，流泪不如流汗；开心的时候，越运动越是开心。

快乐运动，健康生活！希望大家能够继续坚持运动，让运动成为至诚人的习惯与日常！

“给一年后的自己” ——“时光胶囊”活动在至诚书院展开

2020年12月23日，至诚书院的媒体中心将“时光胶囊”带到了一楼大厅，开始了为时一天的“时光胶囊”活动。活动的内容，就是“写给未来的自己”。活动开始的几天前，媒体中心于公众号发布相关推文并鼓励转发，让更多的至诚宿生能行动起来，给一年后的自己写信。信的内容不限，可以是对未来的规划或愿望清单，可以是记录一年以来的美好回忆，也可以是对未来自己说的“悄悄话”。贴心的媒体中心还为宿生们准备好了信封、信纸，等待大家的到来。



写完信之后，将信装进信封，选一个自己中意的贴纸封口，写上寄信的对象，然后投进“时光胶囊”，静待时间的沉淀。在“时光胶囊”收集信封的活动当天晚上，媒体中心也将往届的“时光胶囊”开箱，由相关人员上门派送，让大家能够准时收到一年前的自己的来信。



夜深了，一年前的信送到了大家手中，“含着泪我一读再读，却不得不承认，青春是一本太仓促的书”。而崭新的信也被装进了时光胶囊，让时间慢慢冲淡一切，静待一年后的惊喜。至此，“时光胶囊”活动落下了帷幕，但大家的旅途仍在继续。愿我们都能砥砺前行，不负韶华，让自己的未来更加美好。

“至音有你，一路相依，铭记于心” ——敬一 & 至诚，十大歌手决赛落幕

“至音有你，一路相依”十大歌手决赛，给所有的观众和听者都带去了一场酣畅淋漓的视听盛宴，在2020年11月29日顺利落下帷幕。

敬一的黄源长、黄智超、王锴分别以《成全》《流浪记》《当你老了》一举横扫了决赛的前三名。殿军则是至诚的罗开宇，最佳人气奖也由至诚的龚毓仪摘得。



除了获奖的同学，其他同学的表现也是十分精彩。选手们倾情演唱，将自己对音乐的爱融在美妙的歌声里，现场的观众也为选手们热情应援。

寒风起，歌声扬。最美不过心灵与歌声的遇见。

“冬至的汤圆饺子一来，心便暖了” ——至诚书院“导生‘喂’你”冬至日活动

2020年12月20日，情暖冬至，导生“喂”你，冬至汤圆饺子一来，心便暖了。



下午15:30到16:30，为了让大家感受到“家”的温暖，导生们早就开始为大家准备惊喜。各个自助餐饮区都是他们忙碌的身影，细心的准备和布置，满满的心意与关怀。

下午 16:30，在导生们细心的准备和布置后，热滚滚的汤圆和饺子出锅啦，为这个寒冷的冬天增添一份温暖。



风里雨里，导生“喂”你，离家在外求学，此时此刻，书院就是我们的家。热乎的汤圆饺子，暖暖你的胃，顺便暖暖你的心。感谢可爱的导生们！



12月21日就是冬至啦，冬至是北半球一年之中夜晚最长的一天，愿导生们的陪伴，一碗汤圆饺子的温度能融化掉这一年所有的不快乐。

太阳开始从南半球回归，生活的美好就在不远处，书院与你的故事仍在继续。

姜浩：行有不得，反求诸己

姜浩，中共党员，17 级数学与应用数学专业；
至诚书院团支书；SLC 适应性课程导生；
数学系副班长；数学系导生。

荣获：

2017 年数学系校友奖学金；
2018 年国家励志奖学金；
2018 泰迪杯数据挖掘大赛优胜奖；
2018 年全国大学生环保知识竞赛全国优胜奖；
2019 年优秀共青团员；
2019 年国家励志奖学金；
2019 年二等学业奖学金；
2019 年学生工作积极分子；
2019 年全国大学生数学建模竞赛广东省一等奖；
2020 年优秀共青团员；
2020 年二等学业奖学金；
2020 年国家奖学金。



“当时我第一次坐在 SLC 的教室里，师兄师姐在讲台上和我们分享在汕大的经历，告诉我们如何适应大学生活，当时就想着，如果有一天，我能站在 SLC 的讲台上，那种感觉该有多棒！”第一次参加 SLC 适应性的课程，让姜浩受益匪浅，在刚入大学时还不懂的很多问题，在这里都得到了师兄师姐的亲切解答。从那时起，姜浩就向往有一天也能站在 SLC 的教室里，为新生提供帮助，在他眼里，这是一种回报，一种责任心的传承。

除了在 SLC 发光发热，姜浩还在大二担任了数学系导生，当谈到为什么想要当数学系导生时，他说道，“我觉得当导生应该是一件很开心的事情吧，记得刚来汕大的时候，师兄师姐非常的热情，来学校的第一天，导生们就带我们熟悉校园，让陌生的学校有了家的感觉。一直到他们毕业，我们都还保持着联系。导生不仅在学业上关心我们，在生活上也给我们很多建议，还为我们的职业规划提供了帮助，内心有被导生感动到。”

当谈到未来规划时，姜浩渴望在未来成为一名教师，目前考研的方向正是关于数学教育的。“在我做家教的体验中，我感觉到还有很多家长没有认识到孩子教育的重要性，教育对于个人乃至整个家庭的发展都是举足轻重的，所以我想投身教育事业，尽我的能力为中国的教育事业出一份力。”

最后，他想对师弟师妹说，作为一个大学生还是应该以学业为第一要务，当然也要尽可能参加活动，争取全面发展。学习不只是刷刷 gpa 绩点，拿到好成绩。更多的是对于知识的掌握，技能的运用，这种能力会伴随我们一生，对于我们进入社会或是深造都很有帮助。

王娛：在探索中不断前行

王娛，中共党员，2017 级理学院光电信息科学与工程专业学生；

曾任汕头大学大学生骨干理论宣讲团成员、至诚书院第二党支部宣传委员；

曾任汕头大学青年志愿者协会副会长、“萤火虫”爱心行动大队队长、至诚书院团支书、理学院物理系新生导生等。

现已保送至华南理工大学。

荣获：

2019-2020 年度国家奖学金；

连续两年获得国家励志奖学金、汕头大学“社会服务突出贡献奖”；连续三年获得物理系校友奖学金；

优秀学业一等、二等奖学金；

2018 年广东省大中专学生志愿者暑期“三下乡”社会实践活动先进个人；

汕头市“优秀共青团员”；

三年内荣获汕头大学“优秀共青团员”、“青年志愿者标兵”、“社会服务积极分子”、“校园服务积极分子”、至诚书院学生工作积极分子等多项荣誉称号。



王娛在大一加入了校青协“萤火虫”项目三部“薪火乡传”。对她来说，青协不只是一个志愿组织，更像是一个大家庭，正是因为这种归属感，让王娛产生了留任的想法，“留任当队长意味着我需要付出更多的时间与精力。作为青协副会长，我应该更加全面地考虑问题，同时我也需要统筹规划整个项目，我不仅要对自己负责，还要对青协负责，对公益负责。”

大二时，王娛担任了青协副会长兼“萤火虫”队长。“接过师兄师姐的接力棒，我要做的不仅仅是为需要的人提供帮助，还需要将自己在志愿服务期间的感悟、收获和经验分享给师弟师妹们，将这份责任与爱传递下去。”对于王娛来说，这是一种理念，是所有青协人所需要的，这种乐于助人、用心奉献的精神如一道光为未来指路。“义教，其实并不是说说而已。我们经常要在课前做大量准备工作，想要给小朋友分享一个新的知识，首先我们需要自己对知识非常了解，然后去不断试验，找到一种最适合小孩子的学习方法，对于我们来说，虽然这个过程很繁琐，但是看到小孩子脸上的笑容，心里的焦虑都散去了。”

当谈到对公益的理解时，王娛分享了她的看法，“其实参与公益活动这个过程，首先你是在帮助有需要的人，而帮助他人的同时对自己也是一种提升，提升自己服务的能力。”这也恰恰契合汕大的“服务学习”模式。在她心里，公益不只是帮助他人，还有一种号召。她热爱公益，将自己投身公益，为了这个美好的社会，她想成为一个温暖而有力量的人。参加志愿服务活动对她来说是一个成长的过程，是心灵的升华，每一次都是一份新的收获，这就是她加入“萤火虫”的初心。

对师弟师妹，她想说，“多尝试，以挖掘自己的无限可能。如果没有清晰的目标，那就凡事都做到最好，往高处走。在有扎实的学习基础、保持成绩的前提下，尽可能多参加校园文化活动，这对你们是很有益的，人与人之间最大的差别其实就是经历，勇敢尝试吧！重视过程，不问结果，有所收获就好了，向着心中的答案，出发吧！”

洪尔浼：积“跬步”以至“千里”

洪尔浼，汕头大学优秀共青团员，2017级商学院会计学专业学生；

曾任至诚书院常青藤服务协会实践部部长，三楼二区导生；

现已保送至深圳大学。

荣获：

国家奖学金；国际企业管理挑战赛全国二等奖、国际企业管理挑战赛全国三等奖；

“科云杯”全国大学生本科组财会职业能力大赛全国三等奖；

连续3次一等学业优秀奖学金；

校园文化活动积极分子奖；

汕头大学优秀共青团员；

整合思维批判性论文写作优秀奖；

至诚书院优秀学生干部；

至诚书院常青藤协会优秀部长。



在刚进入大学时，洪尔浼师姐和大多数同学一样在学习和生活中带着未知与好奇，不过由于至诚书院的导生制度，小区的导生师兄很耐心地帮她熟悉书院生活，让她很快找到了学习与生活的节奏。大一时洪尔浼师姐加入了至诚常青藤的实践部以及商务实践中心的市场策划部，利用课余时间，她与小伙伴们一起学习实践，在这些经历中，她深深体会到了自主学习的重要性。“大学的学习除了上课跟着老师学习，下课之后自己的主动学习也很重要。”

当问及洪尔浼师姐学习成绩好的秘诀是什么时，她认为并不局限于老师课堂上所讲授的知识，而是要学着去挖掘这门课程中除了课堂所授知识之外的其他知识，这是十分重要的。我们要建立起有关课程的思维导图，学着去深入地思考一些问题，并且去寻找有效率的学习方法。“不是说盲目的努力就行，而是要有目标、朝着正确的方向去努力，用适合自己的方法去努力。”

“首先希望学弟学妹珍惜大学四年的生活，大学生活是很美好的一段旅程，在这段旅程中多多去感悟和体会，让自己有所收获。”“其次就是要做好自己每个阶段的一个规划，要给自己定下目标。这样可以让努力更有动力，也可以在一定程度上减轻自己的焦虑感。如果暂时定不了长远的目标，给自己定一个短期内的小目标也是可以的哦。有迷茫、焦虑期也是很正常的，可以通过与朋友、师兄师姐、老师的沟通以及自己的思考去走出这个时期，对迷茫和焦虑不要过于恐惧，每个人都会有这个阶段的，可以把这个阶段当成是我们思考的一个阶段。”“最后就是想跟学弟学妹说，不管在学习、组织社团还是实习中，都要找到适合自己的方法，要找到自己在课程中、在活动中、在工作中的兴趣点，这样会使你更享受整个过程，也会让你有更多的收获。”“在保持谦逊态度的同时，要对自己有信心，要相信自己，我也很相信大家都是很棒很优秀的人！”

朱松玮：梦想不设限，未来由你定



朱松玮，2015 级行政管理专业学生，

曾担任汕头大学万变金刚篮球队大前锋

在赛场上，他奋勇拼搏，与球队一起奋斗至今，

荣获了多个篮球奖项：

2017 年中国大学生 CUBA 男子篮球联赛东南赛区第八名、

2017 年中华人民共和国第十三届学生运动会亚军、

2017 年广东大学生男子篮球联赛亚军、

2018 年中国大学生 3X3 男子篮球联赛广东赛区第一名、

2018 年广东大学生男子篮球联赛冠军、

2018 年中国大学生 CUBA 男子篮球联赛预选赛广东赛区第二名、

2019 中国大学生 3X3 男子篮球联赛广东赛区第一名、

2019 年中国大学生 CUBA 男子篮球联赛预选赛广东赛区第二名、

2020 年中国大学生 CUBA 男子全明星 MVP、

现已被四川五粮金樽篮球俱乐部以第四顺位录取，成为汕大历史上第一位 CBA 球员。

至诚书院，是他生活了五年的地方，对他而言，充满了家的感觉。平时，他也会和舍友一起去自助餐饮区来一顿火锅，闲暇时参加至诚举办的活动，如荧光夜跑等。在昔日至诚的专访中，他回忆起自己的篮球路，也聊过自己的心路历程。可以说，球场上的他，表现出所向披靡的风采，而在至诚生活的日子，他更像是一个邻家大男孩。

朱松玮对朋友很热情，也秉承着“私下朋友，球场实力”的原则。和书院老师很聊得来，有时候也会一起吃饭。此外，他其实是一个小迷弟，有着自己喜欢的偶像，钟爱的女神，他会“偷偷”关注他们的动态。当然，他自己也十分“宠粉”。在空闲的时候，他常常会到粉丝群里与粉丝们互动，也会特地拍一些照片、视频给关心他的粉丝送福利。作为汕大人，作为至诚人，在这五年生活中，朱松玮有了独一无二的大学经历，也结交了许多志同道合的朋友，同样赢得了很多人的青睐和仰慕，有了更多粉丝的支持。

朱松玮在小学二年级的时候被篮球教练选上，从此开启了他的篮球之路。在小学时期，他每日勤练篮球，愈是练，愈是喜欢，愈是离不开这个运动了。而这五年的辛苦，更是为他日后的篮球之路打下了扎实的基础。初中的时候，他进了学校的篮球队，参与了不少的比赛。到了高中，他成为了一名特长生。每日下课后便开始训练，锻炼体能，磨练技术，三年如一日。而后，在机缘巧合下，他来到了汕大，成为了万变金刚篮球队的一员。从小学到大学，生活每天千变万化，但朱松玮一直坚持在篮球路上，从未离开。



在多年的篮球路上，他认识了很多志同道合的朋友。从小一起打球的发小，一起哭过笑过的球场上的铁哥们、赛场上互相欣赏的对手，他们既是陪伴他走篮球道路的益友，又是他不断激励自己突破自己的动力。问到他的毕业规划，他表示，就想好好打篮球，提高境界，希望日后能在篮球上得到更大的突破。

在自己的篮球生涯中，朱松玮的父母一直在挺力支持着他并希望他能好好打，日后打上篮球赛。朱松玮还表示，他的父母对他要求很严格，自己曾因为达不到他们的要求而苦恼，也曾因为不用功而被骂过，与父母僵持。但是自己越长大越明白父母的用意，也加倍努力的投入篮球训练中，不辜负父母期望。朱松玮也一直很感谢自己的教练。他表示，没有教练当初的赏识和用心的教导便不会有如今的他。他每一次回到上海，都会去拜访自己的教练或与他们吃饭。



朱松玮留下一句话，既激励自己，也勉励大家。

胜败乃兵家常事，只要能控制自己情绪，凡事都有成功的可能。



至诚生活 Veritas Life

感谢大家对至诚书院各项工作的大力支持！

更多信息请登录至诚书院网站：
<https://veritas.stu.edu.cn/>

关注至诚书院微信公众号



本期编辑：至诚书院花火媒体中心

设计：至诚书院花火媒体中心

编审：崔薇薇

