



吕俊杰家庭

吕俊杰，北京工商大学电商与物流学院教授，博士生导师。丈夫王元卓是中国科学院计算技术研究所研究员、博士生导师，从事大数据和人工智能的科研和管理工作。家中有两个女儿。吕俊杰家庭秉承“言传身教、立德树人”的家教理念，努力通过高质量陪伴，让孩子们养成优良品德，积极向上、全面健康地成长。并获得了2021年全国“最美家庭”、2021年度“十大首都最美家庭”、2021年“海淀最美家庭”和2021年第一季度“首都最美家庭”称号。

一、学习传统文化，培育良好品行。

- ▶ 注重从小对孩子们进行中国传统文化的教育和熏陶，在中国传统的节日里，通过在家中营造浓厚的仪式感，让孩子们切身体会中国传统文化的博大精深和蕴含的传统美德。每年过了腊月二十三的小年，就开始每天晚上带着女儿们进行各种具有家庭特色的活动。写春联、剪窗花、画葫芦，孩子们不但学会了很多手工技艺，更是在传承节日习俗中，体会和根植家国情怀。



二、注重阅读陪伴，亲子共同成长。

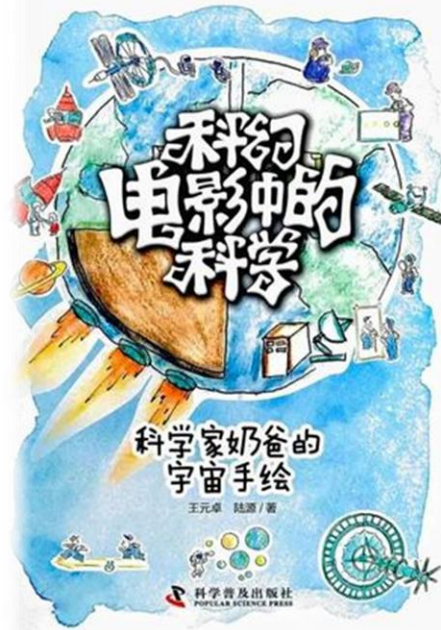
- ▶ 孩子2岁时进行亲子阅读，根据孩子的兴趣选择一些简短有趣的故事读给孩子听。慢慢地，开始让孩子自己读书，从易到难，循序渐进，并和家长分享故事的情节。阅读，就在不知不觉间，成了孩子每天最重要的必修课，几年时间，小女儿的阅读量已经有一百多万字。阅读不仅为孩子打开了了解世界的窗口，增加了孩子“腹有诗书”的自信，更是良好生活和行为习惯的养成。亲子共读的时光，也是陪伴孩子的共同成长之路。



2021年带小女儿一起参加海淀最美家庭颁奖礼，大女儿因小学毕业答辩没能一起参加

三、培养创新意识，启迪科学思维。

- ▶ 抓住一切孩子们可能感兴趣的机会比如一起看书、看电影、经历的自然现象、生活中出现的物理、化学现象等等，给他们讲解科学知识。家长带着孩子们连续七年种植蔬菜，经历春耕秋收，帮助孩子掌握了大量的种植知识，从小养成热爱劳动、勤俭节约的好习惯。丈夫通过手绘的方式为孩子们讲解科学知识，通过10部经典的科幻电影，为孩子们手绘讲解100个知识点。目前已经出版了《科幻电影中的科学》系列的《科学家奶爸的宇宙手绘》和《科学家奶爸的AI手绘》两本科普图书，两个女儿也一起参与书的创作。这两本手绘科普书网上累计阅读超过1亿人次。



邹欣家庭

- ▶ 邹欣家庭是书香世家，一直秉承乐善好施的信念。祖辈在重庆出资创办江津救济院和两所平民学校--聚奎学校和新本女子学校（现重庆工商学校），外公外婆父亲母亲以及丈夫和自己都曾经或者仍然在大学任教和工作。一直践行“师也者，教之以事而喻诸德也”的家训，所谓师者，不应仅是教授书本知识，更应是教育学生做人做事的道理和道德准则。全家互敬互爱，积极进取，热爱生活，乐于助人，家庭和睦，邻里和谐。小家平凡而普通，一家人真诚待人、互敬互爱、和睦相处，知书达理有浓郁的读书氛围，节能减排低碳生活从娃娃做起。



家族祖训云“兄弟睦家之肥，子孙贤族乃大”。

- ▶ 互敬互爱是家庭幸福的基础和美丽源泉，邹欣家庭不仅对在小家相互尊敬爱护，相互信任，在工作中相互理解、相互支持；邹欣父亲对待近亲远戚也是尽己所能帮扶，还连续多年资助数十名贫困学生读书，一直到他们工作。邹欣立足本职工作，面对寻求帮助的学生，竭尽所能提供帮助，给予学业和人生发展的指导。

邹欣家庭践行“立身以立学为先，立学以读书为本”。

- ▶ 在家庭中家长是孩子的标杆，只有家长在日常生活中不断地学习成长，才能在孩子心中树立良好的榜样精神。邹欣外公90岁高龄每天看新闻关心国家大事小情；邹欣外婆80多岁仍然每天学习基金理财的相关知识。邹欣父亲出生在农民家庭，通过自己勤奋刻苦学习，如今成为博士生导师和三级教授，个人目标是培养优秀学生，做出高水平的研究成果。邹欣夫妇讲究科学培育下一代，利用自身留学背景，给孩子营造良好的英语学习氛围，培养读书爱好从日常生活点滴做起。

“判天地之美析万物之理”着眼小家心怀大家。

- ▶ 邹欣家庭倡导低碳生活，在邹欣父母亲的言传身教下，一家人不仅在生活中注重节约用电，合理循环用水，珍惜粮食，拒绝塑料袋，在一点一滴中注重节能环保。热心参与社区垃圾分类倡导工作，引导孩子共同参与到垃圾分类中来。



邹欣家庭真诚待人、互敬互爱、和睦相处，营造知书达理有浓郁的读书氛围，坚持节能减排低碳生活，培养孩子热爱读书和健康的生活方式。

赵勇家庭

- ▶ 幸福的家庭都是相似的，最美的家庭一定有最动人的风景、最优良的家风。赵勇与爱人李如意相识14年，自2016年结婚以来，夫妻恩爱、孝敬老人、热心助人、邻里和睦，他们用平凡生活中的点点滴滴诠释了家与爱的真谛，赢得了周围人们的赞美。



一、爱岗敬业、无私奉献

- ▶ 赵勇同志工作责任感强，对待工作精益求精，工作九年多以来，他认真完成各项工作、勇于创新，能够做到常思考勤总结，在平凡的工作岗位上闪闪发光。他团结同事，始终以党员标准严格要求自己，努力做到全心全意为师生服务。曾获得北京工商大学优秀共产党员、优秀党务工作者、优秀教育工作者、优秀工会干部，优秀工会积极分子等荣誉称号，多次年度考核、师德考核优秀，这些荣誉的取得，与他爱人的理解与支持是分不开的。



二、身体力行，弘扬家庭美德

- ▶ 比尔盖茨说过，人生有最不能等的三件事：孝、爱和善，它们才是幸福的源泉，夫妻二人深深地懂得这个道理，也是亲身去做的。赵勇同志身为一家之主，他以宽容和理解善待每一位家庭成员，做到“多一点理解，多一点关怀”。作为儿子，他孝敬老人，关心老人，尊崇孝道，在忙碌的工作过程中他仍然坚持抽空陪伴老人；作为丈夫，他爱护妻子，与妻子互相关心，互相支持，夫妻感情融洽，从不为小事争吵；作为父亲，他身体力行，言传身教，坚信“父母是孩子的第一任老师”这句真理，努力培养孩子积极阳光的生活态度，成为孩子眼中的光，成为他心中的榜样。

三、热心公益，做社会正能量的传播者。

- ▶ 坦诚相待是赵勇全家的处事态度，一直以来他们和邻居和睦相处，热心帮助。他们希望通过自己的微薄之力，用实际行动，为创造美丽和谐的社会贡献一份力量。作为双党员家庭，他们积极参与街道和社区组织的各项活动，配合社区开展垃圾分类、桶前值守工作，参与党员社区报到活动，自觉维护居住区的公共卫生和公共利益等，受到社区居民的一致好评。



四、崇尚科学，勤俭持家。

- ▶ 赵勇家庭倡导文明科学的生活方式，注重科学理财、合理消费、勤俭节约。夫妻二人常教导孩子：“虽然现在的生活条件越来越好了，但是勤俭持家的传统不能丢，生活中点点滴滴要从每件小事做起”。平时做到人走灯灭，养成随手关灯的良好习惯，注意节约每一度电和每一吨水。这一勤俭节约的意识已深入到每一个家庭成员之中，并成为全家人一种良好的生活习惯。
- ▶ 他们用自己的行动诠释初心和使命！用自己的付出彰显责任与担当！他们在平凡的岗位上发光发热。多年来，赵勇一家始终相信：幸福的家庭需要用心运营，需要每位成员的深度参与、相互支持和共同成长。