# 党员档案 预备党员 1 入党申请书 2 入党积极分子考察表 3 考察期间 .

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2025-02-22

*党员档案预备党员1.入党申请书2.入党积极分子考察表3.考察期间思想汇报4.发展对象群众推荐意见5.发展对象民主测评结果汇总表6.发展党员公示情况表7.考察期间学习成绩8.院团委推优表9.党校干部培训考核表（结业证书复印件）10.政审报告或...*

党员档案

预备党员

1.入党申请书

2.入党积极分子考察表

3.考察期间思想汇报

4.发展对象群众推荐意见

5.发展对象民主测评结果汇总表

6.发展党员公示情况表

7.考察期间学习成绩

8.院团委推优表

9.党校干部培训考核表（结业证书复印件）

10.政审报告或阅档证明及必要的外调材料

11.支部综合考察报告

12.入党志愿书

13.支部接收预备党员表决结果汇总表

14.誓词

正式党员

15.转正申请

16.预备期间思想汇报

17.预备党员考察表

18.预备党员转正民主测评结果汇总表

19.预备党员转正支部表决结果汇总表

20.预备期间学习成绩

发展党员工作程序图

确定积极分子阶段：递交入党申请书 →班团（或系团委）组织推优 → 学生支委会确定为积极分子 → 总支讨论拟决定 → 上报积极分子简明表并领取《考察表》→ 指导填写《考察表》

培养教育考察阶段：确定培养联系人（正式党员）→ 积极分子至少每季度向组织汇报思想，同时培养联系人要对应一季度写一次培养考察情况 → 掌握积极分子思想动态选送党校培训 → 考察一年之后 → 培养联系人提出可否列为发展对象 → 支委会确定为发展对象 → 征求群众意见并做好民主测评工作[①公示发展对象（至少五天）；②院团委推优；③政审（或外调）等工作一并进行] → 总支审查 → 将材料上报组织部预审并上报发展对象简明表

预备党员接收阶段：领取《入党志愿书》→ 指导填写入党志愿书并审查填写内容 → 确定入党介绍人（正式党员）→ 召开支部大会接收预备党员并采取票决制作出决议 → 总支派人与发展对象谈话 → 总支审查相关材料 → 上级党组织（组织部）审批 → 举行入党宣誓

预备党员管理教育和转正阶段：预备期教育与考察 → 预备党员 → 季度写一次思想汇报、培养联系人 → 预备党员提出转正申请 → 培养联系人提出能否转正→ 征求党内外群众意见并做好民主测评工作 → 召开支部大会讨论并采取票决制作出决议 → 总之审查相关材料 → 上级党组织（组织部审批）→ 材料归档。

发展党员公示情况登记表

发展对象民主测评结果汇总表

应出席人数 人，实际出席人数 人，

发出民主测评票 张，收回 张。

计票人： 唱票人： 监票人：

测评时间： 年 月 日

党支部

支部书记（签名）：

说明：此表一式二份，学生党支部存档一份，上报备案一份。

预备党员转正民主测评结果汇总表

应出席人数 人，实际出席人数 人，

发出民主测评票 张，收回 张。

计票人： 唱票人： 监票人：

测评时间： 年 月 日

党支部

支部书记（签名）：

说明：此表一式二份，学生党支部存档一份，上报备案一份。

谣言：吃太咸了会得病？

导语：“人体每日摄入食盐不应过多，否则易患多种疾病。”这是真的吗？

吃太咸了会得病？

一、 网友评论：

1、 网友：冰冰 23 岁行政助理

我就是一个”重口味“的人，但身体很健康啊！

我就是一个特别爱吃咸的人，什么咸菜、咸烧饼都是我的最爱。大家都说吃太咸对身体不好，可我一点没这么觉得。前几天我还到医院去体检，各项指标都很正常。吃咸不会得病的！

2、 网友：小帅 34岁 销售

邻居家大爷常年吃太咸，结果得了心血管病。

邻居家有个大爷经常吃咸的东西，大家都劝他不要吃这么咸，可他就是不听。后来他被检查出了心血管疾病，我想这和常年吃咸有很到关系。

世界卫生组织建议每人每天钠盐摄入量不超过5克

二、 专家解答：

1、 世界卫生组织建议每人每天钠盐摄入量不超过5克。

世界卫生组织（WHO）建议每人每天钠盐摄入量不超过5克，而我国现在每人每日食盐约12克、美国提倡的人均2.3克/天宽松了许多。

2、 高盐饮食会导致高血压。

营养专家原表示，高盐饮食是高血压的三大原因之一，高盐饮食是我国高血压的最重要的危险因素。古人就知道“味过于咸，大骨气劳，短肌，心气抑”，即多食咸会影响血液和血液循环，伤及骨骼，并使心功能受到抑制。盐摄入平均每增加2克，收缩压和舒张压就分别增加2.0mmHg和1.2mmHg。

“有的人以为‘不吃盐没力气’，这是没有道理的。”专家表示，人对钠盐的依赖，只是长期以来味觉适应了高盐。除此之外，吃盐还包括酱料、酱油、零食里的盐，因此不放盐放酱油的做法，也同样会摄取盐分。

我们正常人钠的摄入量和排出量时刻处在一个比较平衡的状态，而且钠的排出主要通过我们的肾脏。如果在日常生活中摄入过多的盐分，钠的摄入量就会增加，这就给肾脏排除钠的功能增加负担。如果摄入钠的量过多的话，为了保证肾脏的正常功能，也为了保持钠在血液中的浓度不变，就需要多喝水，不过水喝太多的话就会使得血液中的水分有所增加，这就形成了“水钠潴留”的状态。这种状态就好比一个装满水的气球，水越多的话，气球产生压力就会越大，久而久之就会导致高血压的出现。这就是吃得太咸会引发高血压出现的原因，主要是钠在作怪。与此同时，如果血容量过大，加重心脏负荷，再加上自身的血管狭窄的话，就有引发冠心病的可能。

吃太咸还可能给身体带来多种疾病

3、吃太咸还可能给身体带来多种疾病。

肝肾疾病。摄入过多盐会超过肝肾代谢的承受力，加重心血管压力，血压越高，肝肾血流量越少，肝肾功能损害越大，易导致慢性疾病。

呼吸道炎症。高浓度食盐不仅抑制呼吸道细胞活性，降低其抗病能力，还会减少唾液，使口腔内溶菌酶减少，难以抵抗病毒感染。

胃癌。食盐中的高渗透液会破坏胃黏膜，一些腌菜、盐渍食品中所含亚硝酸盐在胃酸和细菌作用下会转变为亚硝胺，易致胃癌。

皮肤老化。体内钠离子增加会导致面部细胞失水，皱纹增多。

肥胖。英国通过对1600多名青少年进行研究发现，吃盐越多，甜饮料喝得越多，很容易带来肥胖问题。

骨质疏松。食盐主要成分是钠，人体每排泄1000毫克钠，大约会耗损26毫克钙。吃盐越多，钙越少。

吃黄瓜鸡蛋1周掉10斤

饭后吃啥排出体内致癌物

这样吃萝卜一冬不生病

几种零食一辈子都不要吃

吃火锅时少点5类蔬菜

防肝癌注意两吃两不吃

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找