同心同力建中原

(上接第一版)首先举办“中原经济区发展高层论坛”,省内外媒体竞相报道,一石激起千层浪,引起社会各界广泛关注。率先开展各民主党派、工商联和无党派人士联合大调研,在全省范围内扩大宣传、积极谋划。由省委书记、省长带领省四大班子领导和省各民主党派、工商联主要负责人,共同向民主党派中央和全国工商联汇报中原经济区战略设想,既是在更高层面宣传中原经济区,也是多党合作、共谋发展的重大创新。一时间,中原大地群贤毕至,高朋满座,各民主党派中央、全国工商联主要领导 26 人次、知名专家学者 141 人次来豫考察调研,建言河南,助推发展。

河南对外开放大格局的形成,统一战线功不可没。请进来,依托根文化资源,充分发挥海外联谊会、侨联、工商联、台联等统战组织的作用,加强协作,联谊、联心、联动,大招商、招大商,吸引海内外朋友进一步认识河南、投资河南、扎根河南。走出去,组织非公有制企业到南美、澳洲、非洲等地寻找商机、投资兴业,支持有条件的非公有制企业在境内外上市。对外合作联谊交流取得新进展,统一战线组织已成为全省重大经贸文化活动的重要承办单位。

促进发展惠及民生,统一战线成绩斐然。统一战线“十件实事”成为长期坚持的同心品牌,“百千万工程”被评为全国工商联系统十大亮点工程,“千企帮千村”活动扎实推进。非公有制经济三分天下有其二,成为河南经济发展最具活力的增长点。非公有制经济人士积极参与新农村建设、光彩事业、感恩行动及慈善捐款等社会公益事业,非公有制经济组织已成为改善民生的积极力量、带动创业就业的中坚力量。民主党派中央与省、市、县的合作向纵深发展。

服务和谐中原建设,统一战线贡献突出。多党合作事业取得新的进展,保持了宽松稳定、团结和谐的政治环境。全面贯彻党的民族宗教政策,民族团结、宗教和睦。非公有制经济人士健康成长,中国特色社会主义事业建设者队伍不断壮大。港澳台、海外人士情牵中原、心系河南,海外统战工作呈现新气象。

(六)谋转变而奋进,明方向而图强。

面对新形势新任务,面对新期望新要求,统一战线如何加快领导方式转变,如何服务科学发展,如何在建设中原经济区中彰显优势、再立新功?冷静反思,我们的差距在哪里?

——在思想认识上,有的对统一战线法宝作用认识不够到位,还存在着说起来重要、做起来次要、忙起来不要的问题,有的地方、有的部门对统一战线成员抱有偏见,在一定程度上挫伤了统一战线成员的积极性;

——在同心理念上,有的统一战线成员“长期共存、互相监督、肝胆相照、荣辱与共”的思想树立的还不够牢固,对多党合作制度有模糊认识,合作共事的能力有待进一步提高;

——在队伍建设上,思想不够解放,视野不够开阔,党外代表人士培养、选拔、管理、监督工作还尚需加强,有的领域还存在青黄不接现象;

——在体制机制上,创新不够,长期困扰统战工作的一些难题还没有突破的有效办法,有的工作领域还存在一些不稳定的因素。

正视差距,找准症结,才能明确方向,准确定位,乘势而上,奋发有为。

(七)抢机遇不懈怠,乘大势绘宏图。

建设中原经济区,大幕已拉开,舞台已铺就。这是一项宏伟的事业,需要凝聚各界智慧,汇聚八方力量,这也是一个难得的机遇,为统一战线大发展、大推进提供了有利的条件。统一战线必须抢抓机遇,继续上演大有作为的新活剧,一定要在多凝、善谋、促和、重干上下工夫。

(八)凝,就是凝聚人心,汇集力量。“集腋成裘,聚沙成塔。”作为各种力量的政治联盟,统一战线离不开共同理想的感召、共同目标的激励、共同利益的维系,根本归结于人心的凝聚。统一战线参与中原经济区建设首要任务,就是始终坚持以荣辱与共坚定信念、以民主协商扩大共识、以和谐共赢深化合作、以求同存异弥合分歧,深入践行社会主义核心价值体系,积极促进政党关系、民族关系、宗教关系、阶层关系和海内外同胞关系和谐,畅通诉求表达渠道,处理好各方面成员的利益关系,引导他们在前进目标上同向、奋斗进取上同力、合作成果上同享,广泛团结各界人士,有效凝聚各方力量,最大程度形成整体合力。

(九)谋,就是参政议政,献计出力。“不谋万世者不足以谋一时,不谋全局者不足以谋一域。”为全局谋,是统一战线的应尽责任和不懈追求。只有胸怀全局、善谋全局,才能更好地发挥自身的聪明才智,才能更好地彰显统一战线的优势作用。当前,我们的全局就是坚持科学发展,加快中原经济区建设,促进中原崛起河南振兴。统一战线要以服务全局为大方向,充分发挥智囊团、思想库的作用,参政参到点子上,议政议到关键处,围绕经济社会发展的重大问题,深入考察调研,多谋长远之道、多献务实之策、多建睿智之言、多立科学之论。

(十)和,就是和而不同、和谐共存。“和也者,天下之达道也”。运用求同存异、体谅包容的艺术和方法,引导统一战线广大成员正确认识当前经济社会发展形势,以平等、民主、包容的态度对待差异,以沟通、协商、引导的方式增进共识,多办体察群众情绪、反映群众诉求、维护群众利益的实事,多做顺民意、解民忧、惠民生的好事,协助党和政府做好协调关系、沟通思想、理顺情绪、化解矛盾的工作,为建设中原经济区、加快中原崛起河南振兴营造更加和谐稳定的环境。

(十一)干,就是崇尚实干、摒弃空谈。“道虽迩,不行不至;事虽小,不为不成”。只有干,才能有成效,只有干,才能出成果,只有干,“十二五”规划、中原经济区宏伟蓝图才能真正实现。

——找准定位科学干。锁定中心,站位全局。必须站位全局,以战略的思维,宽广的视野,主动把统战工作放到中原经济区建设的全局中来谋划,深入研究在全局中处于什么样的发展地位、能够发挥什么样的作用、作出什么样的贡献;必须遵循客观规律,从实际出发,从易到难,循序渐进,上下结合,抓好基层,打好基础;必须找准切入点,把握关键点,紧扣着力点,主动融入、创新载体、搭建平台、谋定后动。

——发挥优势务实干。因势利导,求真务实。统一战线涵盖民主党派、无党派、民族、宗教、非公经济、港澳台、海外等多个领域,具有参政议政、民主监督的政治优势,群英荟萃、智力密集的人才优势,协调关系、化解矛盾的功能优势,联系广泛、内引外联的资源优势。认识优势,就会发挥作用,善用优势,则能形成合力,用好优势,才能助推发展。

服务发展怎么干?主动投身经济建设主战场,着力服务开放经济、非公经济、民族经济、知识经济。

参政议政怎么干?畅通政治参与渠道,引导党外人士、专家学者围绕建设中原经济区积极建真言、踊跃献良策。

改善民生怎么干?继续办好统一战线“十件实事”,引导非公有制经济人士致富思源、富而思进,积极履行社会责任。

服务社会管理创新怎么干?引导统一战线成员为加强和创新社会管理献计出力,引导非公有制经济组织构建和谐劳动关系,加强城市少数民族群众管理和服务,推进宗教事务管理的法制化、社会化和民主化,引导统一战线成员加强自我管理。

海外联谊怎么干?以博大精深的中原文化和姓氏祖根地文化为抓手,多层次、多渠道、多形式地开展凝聚力工程,吸引港澳台、海外人士寻根谒祖、扎根创业、育根发展。

——大胆探索创新干。尊新必兴,守旧必衰。观念要创新。增强战略意识、前瞻意识、责任意识,敢于先行先试,不甘人后,力争上游,勇闯新路,闯出一片新天地。思路要创新。跳出统战抓统战、跳出河南看河南,坚持把党委、政府最关心的事情作为工作重点,紧紧围绕中原经济区建设部署任务,开展工作。运作要创新。善于借船出海,借梯登高,借智聚力,借势造势,注重相互协作、上下联动、左右互动,调动各界人士干事创业的积极性、主动性和创造性。机制要创新。健全协调、合作、协商、学习、培训、调研等各项机制,健全党委统一领导、统战部牵头协调、各有关部门和人民团体各负其责的“大统战”格局。

——坚持不懈持续干。人贵有恒,恒则事成。引导统一战线广大成员,持续好的思路,持续好的气势,持续好的做法,坚持求真务实、真抓实干,要有“众里寻他千百度”的毅力和“衣带渐宽终不悔”的韧劲,从现在做起,从一点一滴做起,从一个项目一个项目做起,从我们能够做的事情做起,咬定青山不放松,一步一个脚印,坚持不懈,持之以恒,抓住不放,一抓到底,务求实效,把中原经济区建设的宏伟蓝图变为现实。

(十二)建设好中原经济区,要求我们观念必须更新,思维必须创新,责任必须用心,方法必须求新,唯有如此,统一战线工作才能日日进,年年新。

(十三)同心同行建中原,关键在落实。

必须把统一战线广大成员谋划中原经济区的热情转化为实干精神、实际行动,进一步增强使命感、责任感、紧迫感,真正把心思和精力放在研究问题、谋划工作、推动发展上。

必须把同心同行建中原活动推动好、宣传好、落实好,注意总结好经验、树立好典型、推广好做法,注重效率、效益、效果、效应,使同心同行建中原各项活动真正见到实效。

必须把统一战线联系广泛、协调各方的优势利用好、发挥好、调动好,让思路进规划绘宏图,让项目进盘子变财富。

(十四)泰山不让土壤,故能成其大;河海不择细流,故能就其深。

把不同党派、不同民族、不同信仰、不同阶层的力量凝聚起来、调动起来、发挥出来,同心同德,同向同行,谱写中原崛起、河南振兴的新篇章,统战法宝必将在中原大地熠熠生辉。

今天你健身了吗?

新华社记者 刘卫宏

辽宁锦州:万人雨中徒步共健身 新华社发

8 月 8 日是中国第三个“全民健身日”。虽然酷热难当,尽可挥汗如雨,今天,你健身了吗?

过去的十多年,随着经济社会的巨大发展与变化,我们多吃喝了一点、少运动了一点,稍一“享受”生活,就发现身边的“小胖墩”、“啤酒肚”,以及血脂、血糖、尿酸都高的“三高白领”越来越多。一个不留神,体检时发现自己也成了“亚健康”人。

从 2009 年开始,国务院将每年 8 月 8 日确定为“全民健身日”。这不仅是纪念北京奥运会的成功举办,更希望借此改变我们的生活习惯,促进我们树立经常健身的健康理念。

最近这两三年,也许你以往去麻将馆的闲暇时间,现在去了羽毛球馆;也许你以往去朋友家喝酒聚会的愉快周末,现在是约上朋友去运动场;也许你现在能走路就不坐车,能走楼梯就不坐电梯……全国经常性参加体育锻炼的人口在渐增。越来越多的人意识到,许多疾病与我们不健康的生活方式有关,缺乏运动就是其中最重要的因素之一。正因如此,“请人流汗”现在成为一种新时尚。

用健身换健康的意识,更多是出于自发。“全民健身日”的设立,普及并强化了这种意识。设立“全民健身日”更重要的现实意义在于,极大地促进各级政府为推动全民健身而提供越来越好的公共服务体系。

全民健身,需要全民的健身意识,也需要政府的引导,更需要政府为开展全民健身活动而提供的保障。如果老百姓还在马路边“吃”着尘土冒着危险跑步锻炼,而“有关部门”仅在“全民健身日”这天,象征性地举行万人长跑、万人太极、万人渡江,那就有损“全民健身日”的积极意义。

可喜的是,随着“全民健身日”的设立和《全民健身条例》的颁布施行,中央财政连年斥资推进多项全民健身工程,省级政府基本都将全民健身事业写入政府工作报告,并将全民健身所需经费纳入财政预算。

比金钱更容易浪费的是时间,比时间更容易挥霍的是健康。身体是“1”,事业爱情功名利禄都是后面的“0”,没有这个“1”,“神马都是浮云”。为了身体的老本儿不“坐吃山空”,不能让政府修建的体育设施“空置浪费”,今天,我们去健身吧。**(据新华社重庆 8 月 7 日电)**

□标题新闻

●我国天文学研究取得系列原创性成果

●西藏“十二五”期间将加快发展文化产业

●江苏:110 接处警结果将向报警人反馈

●郑州:中小学老师布置的作业须自己先做一遍

●江西今年将投资 20 亿元改造农村电网

●伦敦北部发生小规模骚乱

●北约驻阿富汗 4 名士兵遇袭身亡

●新加坡副总理说全球经济形势更加严峻

●联合国欢迎“伊斯兰青年运动”撤出索马里首都

均据新华社电

北京前门历史文化节开幕

8 月 6 日,演员在开幕式上表演老北京叫卖。

当日,第二届前门历史文化节拉开帷幕。本届前门历史文化节历时 10 天,以“古韵前门 焕发青春”为主题,通过举办中华老字号发展前门论坛、天街亮宝会等系列活动,展现前门古老文化底蕴。

新华社记者 公磊 摄

关注立秋

8 月 8 日 4 时 33 分迎来立秋

新华社天津 8 月 7 日电(记者周润健)根据国家天文台出版的 2011 年《中国天文年历》,8 月 8 日 4 时 33 分将迎来今年的立秋节气,意味炎热的夏天即将过去,凉爽的秋天即将来临。

作为我国权威的天文测算部门,紫金山天文台负责实施我国的日历编算和发布,每年编算次年的农历日历,其中包括朔望和节气时刻,时间均精确到分钟,作为标准在每年出版的《中国天文年历》中正式发表,并以《日历资料》的形式对外发布。

由于各种各样的原因,社会上的一些年历在立秋的具体时间上可能会有不同,公众应以紫金山天文台的发布为准。

天文教育专家、天津市天文学会理事赵之珩介绍说,立秋,是二十四节气中的第 13 个节气,每年 8 月 7 日或 8 日,太阳达到黄经 135 度,为立秋。《月令七十二候集解》:“秋,揪也。物于此而揪敛也。”立秋是秋季开始的标志,此时农作物快成熟了。有农谚说:“雷打秋,冬半收”“立秋晴一日,农夫不用力”。

我国古代将立秋分为三候:“一候凉风至;二候白露生;三候寒蝉鸣。”是说立秋过后,刮风时人们会感觉到凉爽,此时的风已不同于暑天中的热风;接着,大地上早晨会有雾气产生;并且秋天感阴而鸣的寒蝉也开始鸣叫。

天文专家表示,今年的立秋仍处在“三伏天”内,暑热还一时难消,但总的趋势是天气逐渐凉爽。此时节,公众要密切注意天气预报,一旦出现“秋老虎”,要注意防暑降温,补充水分、保证睡眠,多食用蔬菜瓜果,清热祛暑。

立秋既是节气又是节日

新华社天津 8 月 7 日电(记者周润健)8 月 8 日迎来今年的立秋节气。民俗专家表示,在我国,立秋不仅是一个重要节气,也是我国重要的岁时节日,民间至今流行着“贴秋膘”“啃秋”等习俗。

古人把“立秋”当作夏秋之交的重要时刻,一直非常重视这个节气。早在周代,逢立秋日,天子要亲率三公九卿诸侯大夫到西郊迎秋,举行祭祀仪式。

数千年的文化传承使立秋的民俗相当丰富,天津社科院教授王来华介绍说,我国很多地方有在立秋这天以悬秤称人的习俗,将此时的体重与立夏时对比。因为在炎热的夏天,人本就没有什么食欲,饭食清淡简单,两三个月下来,体重大都要减少一点。秋风一起,胃口大开,想吃点好的,增加一点营养,补偿夏天的损失,补的办法就“贴秋膘”,也就是在立秋这天吃各种各样的肉,如炖肉、烤肉、红焖肉、红烧肉等,“以肉贴膘”。“适当的‘贴秋膘’有益于恢复体力,但是若贴补过分,相对运动不足,消耗的热量过低,则易导致‘秋胖’”。

立秋除了“贴秋膘”,在一些地方还流行“啃秋”习俗。和“咬春”一样,人们相信立秋时吃西瓜可免除冬天和来春的腹泻,整个秋天不生病。城里人在立秋日买个西瓜回家,全家围着啃,就是“啃秋”了,而农村人的“啃秋”则豪放得多,他们在瓜棚下、树荫里,三五成群,席地而坐,抱着西瓜啃,抱着山芋啃,抱着玉米棒子啃。“啃秋”抒发的,实际上是一种丰收的喜悦。

“啃秋”在有些地方也称为“咬秋”。天津讲究在立秋这天吃西瓜或香瓜,称“咬秋”,寓意炎炎夏日酷热难熬,时逢立秋,将其咬住。江苏等地也在立秋这天吃西瓜以“咬秋”,据说可以不生秋痱子。在浙江等地,立秋日取西瓜和烧酒同食,民间认为可以防疟疾。

除了“贴秋膘”和“啃秋”之外,我国民间还有吃水饺、面条、饮水清暑、祭祀土地神、插戴楸叶等习俗。民俗专家表示,种种趣味盎然的立秋习俗,体现了人们追求幸福生活的朴素情感,也给我国的民间节日增添了丰富多样的色彩。

起居宜“早睡早起” 饮食需“少辛多酸”

新华社天津 8 月 7 日电(记者周润健)8 日是传统节气中的重要节气“立秋”,它标志凉爽的秋季即将到来。营养专家提醒,值此时节,公众在起居和饮食上应该有所讲究,起居宜“早睡早起”,饮食需“少辛多酸”。

天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳玲说,中医认为,天人相应是养生的一种方法。立秋后,自然界的阳气开始收敛、沉降,人应当开始做好保养阳气的准备。因此,在起居上,应做到“早睡早起”,这是因为早睡可以顺应阳气的收敛,早起可使肺气得以舒展。秋季适当早起,还可减少血栓形成的机会,对于预防脑血栓等缺血性疾病发病有一定意义。

立秋时节,暑热未尽,虽有凉风时至,但天气变化无常,早晚温差大,白天仍然炎热。此节气中多加强夜里的睡眠时间很有道理,正好借此以补偿夏日的睡眠不足。秋季早睡,完全符合“养收之道”的养生原则。“一般来说,秋季以晚 9 点至 10 点入睡,早晨 5 点至 6 点起床比较合适。”

李艳玲提示说,睡前可吃些养心阴的食物,如冰糖百合莲子羹、小米红枣粥、藕粉或桂圆肉水等,有益健康;睡前用温水泡脚,可助睡眠。

她还提示说,立秋以后气温由热转凉,人体的消耗也逐渐减少,食欲开始增加。因此,立秋时节为人体最适宜进补的时候,人们可以根据这一节气的特点科学地摄取营养和调整饮食,以补充夏季的消耗,而进补的原则是“少辛多酸”,尽量少吃葱、姜、蒜、韭菜、辣椒等辛味之品以及辛辣、油炸、酒和干燥的膨化食品等辛味之物,适当多食酸味水果和蔬菜以助养肝。

此外,还要谨记“秋瓜坏肚”。立秋之后,不论是西瓜还是香瓜都不能多吃,否则会损伤脾胃的阳气。需要提醒的是,秋季虽然是进补的季节,但也不能盲目进补,要视自己的身体需求而定。普通人从日常饮食即可得到足够的营养,不用补。

同舟共济

何平

“能用众力,则无敌于天下;能用众智,则无畏于圣人”。团结一切可以团结的力量,调动一切可以调动的积极因素,形成浩浩荡荡的大军,和衷共济,共创伟业,这是统一战线的真谛。

闹革命,搞建设,谋开放,促统一,统一战线是法宝;因党生,伴党行,助党进,随党兴,统一战线是旗帜;增团结,聚人心,汇力量,襄盛举,统一战线是纽带。

观世情国情,察党心民意,我们清醒而自警:政权在手,未必人心在握;众志成城,方能无往不胜。用领导方式转变加快发展方式转变,统一战线重任在肩,使命光荣。

统一战线是一项修河疏道工程,汇聚方方面面的力量,变涓涓细流为滔滔大河,堆星星细壤成巍峨高山。善用合力,同心协力,无尽似江海,不竭如日月。

同舟共济,当融合先进之观念。海纳百川,有容乃大,不拘一格,兼容并蓄。建设中原经济区,就要立意高远,求同存异,民主协商,扩大共识,深化合作,和谐共赢,让智慧的源泉充分涌流。

同舟共济,当聚合四海之英才。力在亿众,智在群贤,治国经邦,人才为急。中原崛起、河南振兴的宏图伟业,呼唤着千千万万有识之士,参政议政,献计出力,让人才的潜能淋漓发挥。

同舟共济,当汇合八方之活力。拆除藩篱,吸纳要素,给力中原,建设河南,使河南成为资本聚集的洼地、投资兴业的宝地、人才荟萃的高地,让创造的动力汹涌澎湃、发展的潮流势不可挡。

“同舟”的《同心同力建中原》,让人读后有“不识统战真面目,只缘身在统战中”之感,文章结合统战工作,立足河南实际,深刻阐明一个道理:聚众心而能兴,合众力而能为,集众智而能胜。

遗失声明

●周口市禧龙餐饮有限公司营业执照正、副本丢失,注册号:411602020002095,声明作废。

2011 年 8 月 7 日

关注富民 服务“三农”

养猪技术 36 秘笈(连载)

母猪部分

秘笈十五:养好母猪的十六字方针

我们在母猪饲养过程中只要坚持十六字方针,就不会出什么大的问题。十六字方针就是一个合理的投料计划问题,讲求的是“看膘投料,看仔投料,定时定量,适期适膘”,而且母猪的给料计划是按照最低量原则投喂的,在饲喂过程中看膘情再做调整。我们有的专家总是喜欢给养猪朋友一个量的指标,其实在饲养员的手里,一公斤左右的料量根本是没有差别的,除非是用秤。所以一般在母猪饲喂上采取的是总群定量法。假如有 100 头母猪,每天估算是 400 斤还是 500 斤定量供应,原则上在一个养猪场母猪是唯一的定量户口。

秘笈十六:保护母猪耳根部

我们要特别注意保护母猪的耳根部,因为一头母猪一年要做很多次的疫苗,还要做一些针剂保健,如果把母猪的耳根部做坏了,那是很糟糕的事,肌肉不能正常吸收了,会影响疫苗和药物的效果。

在这里要特别提醒养猪朋友的是,我们用于母猪防疫或治疗的针头质量一定要好,不但有弹性,也要有刚性,绝对断不得。

秘笈十七:母猪定位栏要有小圈房做补充

所谓的小圈房是指面积在 10 平方左右,料槽长度在 1.5-2.0 米左右并隔断或无料槽,最好还带有向阳的运动场的棚舍,每间可以饲养 3-5 头断奶母猪。

目前随着养猪的发展,涌现了一批规模养猪企业,特别是在资本市场和国家相关政策的支持下,很多外行人士加盟到养猪这个行业里来了,他们没有从事过养猪生产,大都邀请一些国内的知名专家帮助设计,往往忽视了猪场设施是为了完成生产指标并方便生产而建设的,不是为了应付相关部门验收或供外人来参观的。特别是在生产母猪栏舍设计上,全部是定位栏。我们的母猪群一定有一些特殊的母猪,如返情的、难产的等,断奶后需要在小圈房里进行饲养管理。配备一定数量的小圈房是高产母猪群管理中必须的。

(未完待续)

本栏目由周口日报社和周口中食富民牧业有限公司联办