

学习资料选编

总第 71 期

杭州市萧山老年大学临时党总支编

2023 年 10 月 8 日

习近平在浙江考察时强调

始终干在实处走在前列勇立潮头 奋力谱写中国式现代化浙江新篇章



9月20日至21日，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平在浙江考察。这是20日上午，习近平在义乌国际商贸城考察时，同商户亲切交流。新华社记者 李学仁 摄

中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平近日在浙江考察时强调，要完整准确全面贯彻新发展理念，围绕构建新发展格局、推动高质量发展，聚焦建设共同富裕示范区、打造新时代全面展示中国特色社会主义制度优越性的重要窗口，坚持一张蓝图绘到底，持续推动“八八战略”走深走实，始终干在实处、走在前列、勇立潮头，奋力谱写中国式现代化浙江新篇章。

9月20日至21日，习近平在浙江省委书记易炼红和省长王浩陪同下，先后来到金华、绍兴等地，深入农村、商贸市场、陈列馆、文化园区等进行调研。

20日上午，习近平来到金华市义乌市后宅街道李祖村考察调研。近年来，李祖村人居环境大为改善，各类创业主体纷纷进驻，乡村旅游十分红火，被评为全国文明村。习近平先后在村党群服务中心、“共富市集”、扎染商铺等场所了解李祖村发展变化情况。得知李祖村年人均收入达到5.2万元，习近平十分高兴。他说，李祖村扎实推进共同富裕，是浙江“千万工程”显著成效的一个缩影，要再接再厉，在推动乡村振兴上取得更大成绩。乡村振兴为年轻人提供了展现才华的用武之地，希望更多的年轻人为乡村振兴发挥积极作用。离开村子时，当地群众簇拥到总书记身旁，热情欢送总书记。习近平对大家说，乡村振兴潜力无限、大有可为，乡亲们要努力奋斗，一起奔向共同富裕的美好明天。

随后，习近平来到义乌国际商贸城考察。他通过电子屏幕实时了解商贸城运营及“义新欧”班列运行情况，并走进市场同商户、小企业主代表亲切交流，详细询问市场行情。他强调，义乌小商品闯出了大市场、做成了大产业，走到这一步很了不起，每个人都是参与者、建设者、贡献者。商贸城要再创新辉煌，为拓展国内国际市场、畅通国内国际双循环作出更大贡献。

今年是毛泽东同志批示学习推广“枫桥经验”60周年。20日下午，习近平来到“枫桥经验”发源地诸暨市枫桥镇，参观枫桥经验陈列馆，了解新时代“枫桥经验”的生动实践。习近平指出，要坚持好、发展好新时代“枫桥经验”，坚持党的群众路线，正确处理人民内部矛盾，紧紧依靠人民群众，把问题解决在基层、化解在萌芽状态。

随后，习近平乘车来到位于绍兴的浙东运河文化园考察。他步行察看古运河河道和周边历史文化遗存，详细了解浙东运河发展演变史和当地合理利用水资源、推进大运河保护等情况。习近平强调，大运河是世界上最长的人工运河，是十分宝贵的文化遗产。大运河文化是中国优秀传统文化的重要组成部分，要在保护、传承、利用上下功夫，让古老大运河焕发时代新风貌。

21日下午，习近平听取了浙江省委和省政府工作汇报，对浙江各项工作取得的成绩给予肯定，对浙江提出了新要求。

习近平指出，浙江要在以科技创新塑造发展新优势上走在前列。要把增强科技创新能力摆到更加突出的位置，整合科技创新力量和优势资源，在科技前沿领域加快突破。强化企业科技创新主体地位，推动创新链产业链资金链人才链深度融合，加快科技成果落地转化。把实体经济作为构建现代化产业体系的根基，引导和支持传统产业加快应用先进适用技术，推动制造业高端化、智能化、绿色化发展。深化国家数字经济创新发展试验区建设，打造一批具有国际竞争力的战略性新兴产业集群和数字产业集群。加强科技基础能力建设，深化科技体制改革，打造科创高地。从全球视野布局产业链供应链建设，不断提升产业链供应链韧性和安全水平。坚定不移推动发展方式绿色转型，建立完善绿色低碳循环发展的经济体系。

习近平强调，浙江要在推进共同富裕中先行示范。要把缩小城乡差距、地区差距、收入差距作为主攻方向，进一步健全城乡融合发展体制机制。坚持就业优先政策，在推动传统产业转型升级和发展新兴产业中注重扩大就业容量，解决好重点群体就业问题。深化收入分配制度改革，健全多层次社会保障体系。全面推进乡村振兴，积极发展乡村特色产业，深化“千村示范、万村整治”工程。加强平安浙江、法治浙江建设，在推进基层治理体系和治理能力现代化上创造更多经验。

习近平指出，浙江要在深化改革、扩大开放上续写新篇。要以重点领域改革为牵引，全面推进各领域体制机制创新。以服务全国、放眼全球的视野来谋划改革，稳步扩大规则、规制、管理、标准等制度型开放。发挥各种开放平台的功能作用，创新利用外资、做大外贸的方法和渠道。主动适应国际经贸规则重构走向，在服务业开放、数字化发展、环境保护等方面先行先试。坚持“两个毫不动摇”、“三个没有变”，鼓励和支持民营企业积极参与全球范围产业分工和资源配置，提升核心竞争力。

习近平强调，浙江要在建设中华民族现代文明上积极探索。要更好担负起新时代新的文化使命，赓续历史文脉，加强文化遗产保护，推动优秀传统文化创造性转化、创新性发展。坚守中华文化立场，积极发展反映时代要求、具有时代特色的新文化，发展中华文明的现代形态。弘扬伟大建党精神，广泛培育和践行社会主义核心价值观，发展社会主义先进文化。繁荣发展文化事业和文化产业，持续推进城乡公共文化服务标准化、均等化，加强公民道德建设，推进书香社会建设。运用杭州亚运会亚残运会、世界互联网大会等窗口加强文化交流传播，不断提升中国文化感染力和中华文明影响力。

习近平指出，要坚持和加强党的全面领导、加强和改进党的建设。树立正确政绩观，坚持立足实际、科学决策，坚持着眼长远、打牢基础，坚持干在实处、务求实效，防止形式主义、官僚主义。加强干部教育培训和实践锻炼，健全干部担当作为激励保护机制，激发干部干事创业活力，构建亲清统一的新型政商关系。各级党组织要加强对第二批主题教育的组织领导和工作指导，把握不同层级、不同领域、不同对象的特点，结合实际，分类指导，上下联动抓整改，让群众看到实效。

(来源:党建网·党建要闻,本文有删节)

【党建评论 2023-37】

把握网络强国建设的“变”与“不变”

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央推动我国网信事业发展取得历史性成就，发生历史性变革，我国正从网络大国向网络强国阔步迈进。广大党员干部要深刻认识和把握其中的“变”与“不变”，从中汲取前行力量，不断推动新时代网络强国建设大步向前。

“变”的是一字之差的“战略目标”，“不变”的是“共治共享、合作共赢”的发展理念。党的十八大以来，党中央高屋建瓴，明确提出把我国从网络大国建设成为网络强国的战略目标。一字之变，变的是战略定位，中国将为其他国家提供更多“中国智慧”“中国方案”，向国际社会加快传递网络强国的勇毅担当。随着网络技术的日新月异，信息化革命浪潮深刻席卷全球经济格局、利益格局、安全格局，在应对推动互联网高质量发展方面，我国团结合作、发展共赢的理念从未改变。要树立你中有我、我中有你的命运共同体意识，跳出小圈子和零和博弈思维，坚持合作共赢理念，信任而不是猜忌，携手而不是挥拳，协商而不是谩

骂，以各国共同利益为重，推动全球网络建设朝着更加开放、包容、普惠、平衡、共赢的方向发展。

“变”的是纷繁复杂的“网络环境”，“不变”的是“举旗亮剑、敢抓敢管”的担当姿态。习近平总书记深刻指出：“没有网络安全就没有国家安全，没有信息化就没有现代化。”在建设网络强国征程中，要一以贯之加强党的领导，坚持党管互联网，牢固树立正确的网络安全观，居安思危、未雨绸缪，时刻绷紧网络安全“意识防线”。要保持敢于“站出来”亮剑的担当姿态，真抓真管，面对虚假诈骗、谩骂诋毁、教唆暴力等行为，不能置身事外、独善其身，要立足自身岗位，敢于“亮剑”、重拳出招，带头主动发声、正面宣传，持续形成高压的“正向”态势，助力营造风清气正、健健康康的网信发展环境。

“变”的是与时俱进的“人民需求”，“不变”的是“民有所呼、我必有应”的服务初心。习近平总书记多次强调，要“让互联网成为了解群众、贴近群众、为群众排忧解难的新途径，成为发扬人民民主、接受人民监督的新渠道”。网络不仅拓宽了群众的视野、丰富了人民的生活，更承载着人民日益增长的美好生活需要。在建设网络强国征程中，要始终保持服务为民、人民至上的初心，走好网上群众路线，充分运用大数据技术精确感知群众的“冷暖需求”，为群众做好贴心服务。在关注“每条留言”“每个诉求”“每件小事”上下功夫，坚持网上问政、网下发力，通过信息化手段不断畅通沟通渠道、感知民生民意、回应群众关切，真正把服务窗口延伸到群众“手中”，实现“数据多跑路”“群众少跑腿”，让人民切实享受到建设网络强国的美好成果。

（来源：党建网，原载：党建网·党建评论）

善听群众“拍砖声”

拍砖，是指提批评意见、反对意见。群众的“拍砖声”听起来虽不顺耳，但往往是群众的心里话，暗藏着“金点子”。要走到群众中间去，敞开大门听意见，善听群众“拍砖声”，破解“意见密码”，于细微点滴处发现问题、破解难题，办好为民实事，推动主题教育走深走实。

一些地方、单位和干部听取意见走过场，群众意见沦为摆设。有的表面虚心诚恳，实则左耳进右耳出，自动过滤尖锐意见，不以为然、听不进去；有的征求群众意见“鸿雁传书”，没有认真梳理、交办督办，而是存档了事、无人问津；有的热热闹闹发问卷，假模假样抓整改，专挑“软钉子”捏，对那些难啃的“硬骨头”问题视而不见；有的对征求到的意见“过筛子”“搞变通”，对符合单位利益的意见就上报，对不符合单位利益的就“美化处理”。这些问题，不但致使群众意见缩水，也损害群众利益，破坏党在群众中的威信。

善取“拍砖声”，既是群众工作方法，也是作出正确决策、破解群众急难愁盼问题的关键一招。群众的意见就像一面“明镜”，如果不关心、不研究群众意见，工作就会失去方向，决策就会失去依据，干群之间就会形成一道“无形的墙”。越是周听不蔽、广开言路，自觉接受群众的监督和评判，越能了解基层的社情民意、工作的优劣得失，越能得到群众发自内心的拥戴。只有真听意见，才能听到真意见。要认真倾听群众的意见和呼声，既听有益谏言，也听逆耳忠言，从牢骚话里品苦衷，从刺耳话里听需求，及时准确体察群众情绪，收集真想法，发现真问题。

言为心声，言能听，道乃进。要端正态度。有真诚的态度，才能听到真问题、好意见。深入基层、融入群众，用好调查研究“传家宝”，倾下身子、洗耳恭听，坦诚接受意见建议。要开门纳谏。通过走村入户、发放问卷等方式切实了解群众最急最忧最盼的现实问题，让群众能直接提又能侧面提，能当面提也能匿名提，把心里真实的想法说出来。梳理意见时要“原汁原味”，坚持一是一、二是二，对于牵扯多方利益、群众反映强烈的意见，不能“藏着捂着”，要梳清楚、理明白，如实追根溯源，找准问题症结。要抓实整改。突出问题导向，对群众反映集中、呼声大的，要立行立改、尽快解决；对于老大难的问题，制定整改措施和完成时限，公开办理进度，让群众感受到新变化、新气象。

（来源：中国组织人事报，原载：党建网·党建评论）

【党史故事 2023-28】

邓恩铭：“千万别和这贪官共事”

党的一大代表邓恩铭自1917年随二叔黄泽沛到济南读书，至1931年英勇就义，十几年间再没回过家乡。在繁忙的革命工作之余，在腥风血雨的险恶环境中，他始终记挂着家乡的亲人。

为了不让父母牵挂，不给家里增添困难，他选择了坚强，苦辣酸甜一肩扛。他给父亲去信说：“植树节快到了，朱大人后头我们家的祖坟边，一定要多栽柏枝树，中间杂一两株樟树，景致更加好看，千万不要再误了。北门城外同西龙坛也应该栽一点来点缀点缀。今年三菊、小印的书籍，等男回济南一定寄来。春天气候不一，总乞千万珍重玉体为要。”

其牵挂父亲、弟弟、妹妹之情跃然纸上。面对几千年升官发财、光宗耀祖的世俗，邓恩铭以在青岛做官的堂叔为例提醒父亲，情真意切：“无论做官为宦，

总要处处体贴百姓，不要助人为恶，剥夺人民。二叔做官数年，一清到底，到那(哪)里，那里的百姓没有不爱戴的，所以名誉很好！因此，父亲千万要像二叔一样才好，不要使人家背地恶骂。接陆老康来信，说蒋县长如何不好，被人控告，有私逃消息。如果属实，千万别和这贪官共事，至要，至要！”

【党史故事 2023-29】

任弼时：长征路上的半截皮带

在中国国家博物馆中，收藏着两条见证了红军长征过草地时艰苦岁月的半截皮带。其中一条来自红二方面军政委任弼时，半截黑乎乎的电带上至今保留着用刀切割的痕迹。谁能想到，这条不完整的皮带，在红军长征过草地时就是救命粮。

任弼时与贺龙等人率部长征过草地时，许多战士因为饥饿昏倒。在找不到替代食物的情况下，任弼时和李少清将皮带切成若干段，放到锅里煮。为做好长期斗争的准备，他们规定每次每人只能吃3小块。虽然味道难闻、难以下咽，但他们风趣地将其称为吃“煮牛肉”。吃剩下的半截皮带一直被任弼时精心保管。1938年，任弼时从太行山区返回延安时，将其交给李少清保存。新中国成立后，李少清将其捐赠出来。

在漫长而艰苦的长征途中，每一次胜利与挫折都凝结着红军官兵生死相依、情同手足的深厚情谊。在长征路上，红军官兵响亮地提出：“强帮弱，大帮小，走不动的扶着走，扶不起的抬着走，不落一人，不掉一马！”有人走不动了，战友便过来扶着、背着他走；有人饿昏了，战友便把自己仅有的半块干粮递给他……正是凭借这种“官兵一致同甘苦，革命理想高于天”的革命意志，红军成功走出草地、走向胜利。

(来源：2023年8月17日《中国国防报》，原载：党建网·党史故事)

【近期杭萧要闻摘编 2023 (109-116)】

亚运会 110 周年庆典活动在杭隆重举行。9 月 24 日（周日）晚，亚洲奥林匹克理事会在杭州洲际酒店举行主题为“**One Asia**”（同一个亚洲）亚运会 110 周年庆祝活动。亚奥理事会、杭州亚组委、亚洲 45 个国家（地区）奥委会的代表参加。第一届亚运会于 1951 年在新德里举行，但其根源可以追溯到 110 年前的 1913 年马尼拉远东运动会。今年恰逢亚运会 110 周年。110 年来，体育作为桥梁纽带将亚洲凝聚在一起。经过一代代亚奥理事会的团结携手、接续努力，在体育领域取得了辉煌成就。各类体育盛事也极大地促进了亚洲的文化、经济、社会的发展。亚奥理事会代理主席拉贾·兰德·辛格发表讲话，他说：“亚运会不仅仅是体育比赛，也是拥抱我们的文化和遗产的时刻。”浙江省副省长李岩益代表浙江省政府欢迎各国嘉宾，并表示浙江将以极致的标准做好赛事服务保障工作，为亚运会 110 周年写上浓墨重彩的一笔。活动中，亚奥理事会代理主席辛格、中国奥委会主席高志丹和哈尔滨市长张起翔共同签署了哈尔滨主办城市合同，哈尔滨将在 2025 年举办第九届亚洲冬季运动会。此外，亚奥理事会为祝贺杭州亚运会博物馆的落成，向亚运博物馆赠送历届亚运会火炬共 18 支，象征亚洲友谊长存。当晚还表彰了“亚运会趣味跑”活动中获奖的亚洲国家奥委会，以及中国吉利集团等参与“亚运走十城”的赞助商和组织者。来自亚洲 8 个国家的艺术家表演了庆典活动的主题曲《**Send All the Love**》，歌曲以亚洲各国的乐器、音乐和舞蹈为特色，凸显了亚洲多元文化的融合，深深吸引了在场观众。

区委常委会（扩大）会议传达学习习近平总书记在浙江考察调研时的重要讲话精神。9 月 26 日上午，区委常委会召开（扩大）会议，传达学习习近平总

书记在浙江考察调研和出席杭州第19届亚运会有关活动时的重要讲话精神以及省委、市委相关会议精神，研究部署我区贯彻落实工作。市委常委、区委书记王敏主持会议并讲话。会议指出，要深刻领悟习近平总书记莅临浙江考察和出席杭州亚运会开幕式的重大意义，强化贯彻落实总书记重要讲话精神的政治责任感、使命感、荣誉感。在全面贯彻落实党的二十大精神开局之年，在“八八战略”实施二十周年之际，习近平总书记再次莅临浙江考察调研，出席杭州亚运会开幕式，并在杭州举行一系列重要外事活动，是浙江改革发展历程中一件具有里程碑意义的大事，充分体现了习近平总书记对浙江和浙江人民的深情厚望。全区上下要深刻认识习近平总书记莅临浙江考察调研和出席杭州亚运会开幕式的重大政治意义、历史意义、现实意义，深刻领悟总书记重要讲话精神为推进中国式现代化提供了创新理论支撑，为全省奋进新时代阔步新征程提供了系统行动指南，为全省干部群众拼搏实干勇毅前行提供了强大精神动力，始终胸怀感恩之心、永葆奋进之志，用实干实绩更加坚定捍卫“两个确立”、坚决做到“两个维护”，以勇敢立潮头、永远立潮头的拼劲、闯劲把习近平总书记的关怀厚爱 and 殷切希望不断转化为推动萧山重返巅峰、续写传奇的坚实支撑和不竭动力。会议强调，要全面掀起学习宣传贯彻热潮，持续推动习近平总书记重要讲话精神落地生根、见行见效。要把学习好、宣传好、贯彻好习近平总书记重要讲话精神作为当前和今后一个时期全区的首要政治任务，以最迅速的行动抓好传达学习，以最健全的机制抓好闭环落实，以最优异的成绩实现“两战全胜”，确保习近平总书记重要讲话精神在萧山不折不扣落地落实，奋力交出全年经济社会发展高分报表，以萧山一域之精彩为省市大局出彩贡献新的更大的力量。

全国科普日暨我区第37届科普宣传周活动启动。9月12日下午，2023年全国科普日暨萧山区第37届科普宣传周活动在湘湖畔的世界旅游博览馆拉开序幕，并举办主场活动——“中外科学对话”。区政协主席叶建宏参加，十二届浙江省政协副主席周国辉应邀出席。活动现场，浙江省科普联合会的重要科普品牌Sci2U（Science to you，译为“科学到你身边”）首次亮相，以“为绿色发展插上科普翅膀”为主题，分“全球共识、科技助力、绿色亚运”三个篇章开展科普分享。联合国前副秘书长兼环境规划署执行主任、中国生物多样性保护与绿色发展基金会高级顾问 Erik Solheim，杭州市水生植物学会理事长陈煜初等中外专家通过“线上+线下”方式，向公众科普前沿绿色发展理念和案例，引发人们对生态文明和绿色发展的关注与思考，也与即将到来的杭州亚运会“绿色”办赛理念相呼应。

中国绿发会专家来萧调研。日前，国家一级学会——中国生物多样性保护与绿色发展基金会（以下简称“中国绿发会”）杭州服务站，在正式“落户”湘湖的第二天，便开展了首次调研活动。调研组一行来到我区义桥寺坞岭江河荟浙江翠自然保护体验地，开展“生物多样性保护与绿色发展”主题调研。调研组走访参观了位于寺坞岭江河荟浙江翠自然保护体验地的“探索山岭”“大山你好”等展厅，并与该自然保护体验地主理人就生态修复、生物多样性、科普研学等内容进行了深入探讨，详细了解该自然保护体验地的整体建设、生物多样性保护和发展规划等情况。调研组对寺坞岭江河荟浙江翠自然保护体验地的建设成绩表示肯定，认为其充分发挥了地域优势，突出了科普特色，打造出了具有萧山特色的生物多样性体验地。在随后召开的座谈会上，与会专家结合正在进行的2023年全国科

普日暨萧山区第 37 届科普宣传周活动，围绕生物多样性、绿色发展、科普研学等方面展开了热烈讨论。

杭州四年时间完成 1115 个老旧小区改造。自 2019 年启动改造至今，全杭州市已累计完成改造 2000 年前建成的城镇老旧小区 1115 个，累计新增养老托幼、文化活动等公共服务场地约 15.3 万平方米、健身活动场地及设施约 13.9 万平方米，盘活各级企事业单位存量用房 324 处、约 9.6 万平方米，惠及住户超 41 万户，市民对老旧小区改造工作的支持率为 98.8%、满意率为 93.2%。自此，一个个“高龄”小区不断实现“逆生长”，蝶变为一个个传统现代交融的美好共同富裕家园。在超额完成第一轮老旧小区改造四年行动后，今年杭州启动了“新三年”行动计划，按照“力争到 2025 年底前全面改造完成 2000 年底前建成的城镇老旧小区”目标，打造更多有完善设施、有整洁环境、有配套服务、有长效管理、有特色文化、有和谐关系的“六有”宜居小区，让市民群众的幸福感在家门口不断升级。

浙江成功创建 564 个省级无障碍社区。无障碍环境建设，是残疾人平等、充分、便捷地参与和融入社会生活的重要保障。近年来，浙江大力推进无障碍环境建设，通过为残疾人家庭开展无障碍改造、在社区增设扶手栏杆、在商圈配置无障碍卫生间、政府网站上增加无障碍浏览功能等一系列措施，从设施改造、信息交流、社会服务等领域进行提升改造，帮助残疾人、老年人等有无障碍需求的社会成员走出家门、融入社会。早在 2018 年，省政府就颁布了《浙江省实施〈无障碍环境建设条例〉办法》。此后，浙江每年把残疾人家庭无障碍改造、老年人适老化改造、重要公共服务场所无障碍改造等纳入民生实事项目。浙江还密集出台标准规范，率先在全国制定《乡村景区无障碍环境建设导则》《城市居住区无

障碍设施设计标准》等 11 项无障碍领域地方标准、团体标准，全面提升全省商业、养老、旅游等行业的无障碍服务水平。无障碍环境建设在解决“有没有”的同时，更要解决“好不好”“管不管用”的问题。借助举办杭州亚运会、亚残运会的契机，杭州同步推进赛事侧和城市侧无障碍环境建设，对交通运输、城市道路、体育健身、旅游景点等十大类重点区域实施专项整治，开展城市无障碍环境有机更新。截至目前，全省已有 564 个社区成功创建。

杭州推出 3 块钱的水上公交。近日，杭州武林门新码头建成投入使用。新的武林门码头距原码头约 300 米，门头清爽大气，周围绿植环绕。通过楼梯或电梯可下至地下一层客运中心。客运中心地下一层的候船大厅，整体色彩采用了蓝白配色，象征着湖泊与海洋，打破了以往水上交通枢纽单调的氛围。通过安检后，水上公交与运河游船分别在左右两边各自有候船区域。水上公交等候区内的电子牌清晰显示着各条线路船只的出发时间以及方向，同样蓝色的软椅提高了游客等候的舒适度。乘客们反映，“以前老码头的候船区虽然在长廊下，但是依旧是户外区域，夏天热、冬天冷，等候时间长了有点受不了。现在的武林门新码头，候船区在室内，有空调，冬暖夏凉。”另一边运河游船等候区，则与“有意思书房”沉浸式结合，在等船的同时，乘客还可以翻阅书籍、购买运河文创产品，大大丰富了游客的文旅体验。

茅湾里印纹陶博物馆国庆节起试运行。坐落于萧山进化镇大汤坞新村的茅湾里印纹陶博物馆，背倚蜈蚣山，西临全国重点文物保护单位茅湾里窑址。遗址出土有大量的印纹硬陶器及施青黄色釉的原始青瓷碎片、红烧土块、釉渣等，是专门烧制印纹硬陶和原始青瓷的窑址群落，属于春秋战国时期，距今大约 2500 年。到目前为止，它是全国唯一一个以印纹硬陶为主题的专题博物馆。“茅湾里印纹

陶博物馆是萧山吴越文化和陶文化的重要载体。它将推动茅湾里窑址的保护和传承，从而将这一国家级文化资源打造成为萧山向全国乃至世界展示古陶瓷文化的窗口。”萧山博物馆副馆长任芳琴表示，10月1日，博物馆将试运行，很适合市民假日来打卡。

(本栏目资料来源：杭州网、萧山网)

【中老年保健养生小知识】

谨防错误的保健养生法加害自己(4)

养生，是当今人们普遍关注的问题。人人都希望自己有强健的体魄。但环顾四周，有很多人的养生，其实是错误的，对身体有害无益。应当尽量避免。

——**每天都喝很多水。**每天适量补充水分固然对身体有好处，但这并不代表喝水量越多越好。每个人身体所需的水量都是不同的，如果水分摄入过多，可能会加重肾脏的负担，还可能会发生电解质不平衡。

——**认为多吃补品身体才好。**人们常常会购买许多所谓的名贵药材来给身体进补，如人参、鹿茸、冬虫草等。其实，一个健康的人不必进补，否则效果只会适得其反。另外，不清楚自身体质而盲目乱补，也会使人身体越补越虚弱。

——**认为中药没有副作用。**吃西药会引起副作用已经被人们所熟知，于是人们想当然地认为，中药是纯天然的，所以是没有副作用的。其实，是药三分毒，不管是中药、西药，都或多或少有副作用，因此服药之前一定要在医生的指导下进行，否则容易造成肝肾损伤。

【启迪你思考的哲理小故事】

管理者说话得看对象、时机和分寸

有一个秀才去买柴，他对卖柴的人说：“荷薪者过来！”卖柴的人听不懂“荷薪者”（担柴的人）三个字，但是听得懂“过来”两个字，于是把柴担到秀才前面。秀才问他：“其价如何？”卖柴的人听不太懂这句话，但是听得懂“价”这个字，于是就告诉秀才柴的价钱。秀才接着说：“外实而内虚，烟多而焰少，请损之。（你的木材外表是干的，里头却是湿的，燃烧起来，会浓烟多而火焰小，请减些价钱吧。）”卖柴的人因为听不懂秀才的话，于是担着柴就走了。

道理：管理者最好用简单、易懂、不绕弯的言词来传达讯息，而且对于说话的对象、时机要有所掌握，有时过分的修饰反而达不到想要完成的目的。

【令你恍然大悟的趣味语文】

成语故事（12）：不可救药。周朝有位卿士叫凡伯。凡伯不但有诗才，而且善于治理国事。后来，他在周厉王身边辅佐朝政。可是，周厉王飞横跋扈，枉法断事。奸臣则百般谄媚讨好。凡伯直言相劝，列数朝政弊端，奸臣却在周厉王耳边说他的坏话。周厉王对凡伯十分厌烦，从此，奸臣出入宫廷，不把凡伯放在眼里。凡伯十分愤慨，写了一首诗，后来收入《诗经》。诗中抨击奸臣说：“作恶多端，不可救药！”“不可救药”：病重到不能用药救活。后比喻事物坏到无法挽救的地步。

（本期完）