

学习资料选编

总第 62 期

萧山老年大学临时党总支编

2023 年 1 月 1 日

习近平对非物质文化遗产保护工作作出重要指示强调

扎实做好非物质文化遗产的系统性保护

推动中华文化更好走向世界

中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平近日对非物质文化遗产保护工作作出重要指示强调，“中国传统制茶技艺及其相关习俗”列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录，对于弘扬中国茶文化很有意义。要扎实做好非物质文化遗产的系统性保护，更好满足人民日益增长的精神文化需求，推进文化自信自强。要推动中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展，不断增强中华民族凝聚力和中华文化影响力，深化文明交流互鉴，讲好中华优秀传统文化故事，推动中华文化更好走向世界。

11 月 29 日，我国申报的“中国传统制茶技艺及其相关习

俗”在摩洛哥拉巴特召开的联合国教科文组织保护非物质文化遗产政府间委员会第17届常会上通过评审，列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。目前，我国共有43个项目列入联合国教科文组织非物质文化遗产名录、名册，居世界第一。

(来源:2022年12月12日:新华网,原载:党建网·党建要闻)

习近平对爱国卫生运动作出重要指示强调

要更加有针对性地开展爱国卫生运动

切实保障人民群众生命安全和身体健康

李克强作出批示

在爱国卫生运动开展70周年之际，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平作出重要指示指出，70年来，在党的领导下，爱国卫生运动坚持以人民健康为中心，坚持预防为主，为改变城乡环境卫生面貌、有效应对重大传染病疫情、提升社会健康治理水平发挥了重要作用。希望全国爱国卫生战线的同志们始终坚守初心使命，传承发扬优良传统，丰富工作内涵，创新工作方式方法，为加快推进健康中国建设作出新的贡献。

习近平强调，当前，我国新冠疫情防控面临新形势新任务，要更加有针对性地开展爱国卫生运动，充分发挥爱国卫生运动的组织优势和群众动员优势，引导广大人民群众主动学习健康知识，掌握健康技能，养成良好的个人卫生习惯，践行文明健康的生活方式，用千千万万个文明健康小环境筑牢疫情防控社会大防线，切实保障人民群众生命安全和身体健康。

国务院总理李克强作出批示指出，爱国卫生运动 70 年来，开展了卓有成效的群众性卫生活动，为保障人民健康发挥了重要作用，是一项重大惠民工程。要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，贯彻党中央、国务院决策部署，坚持预防为主，创新机制和工作方式，深入推进城乡环境卫生治理，扎实开展健康教育和促进，为健康中国建设作出新贡献。当前新冠疫情防控优化调整措施在有序推进落实，要发挥优势，调动各方面科学防控积极性。各级政府要进一步加大工作力度，切实保障群众就医防疫用品需求，守护人民生命安全和身体健康。

爱国卫生运动是我们党把群众路线运用于卫生防病工作的成功实践。70 年来，爱国卫生运动始终坚持党委领导、政府主导、多部门协作、全社会参与，坚持“大卫生、大健康”理念，突出源头治理，取得明显成效。

（来源：新华社，原载：党建网·党建要闻）

八项规定是一个切入口和动员令

中央八项规定迎来出台十周年。十年之功，八项规定纠治了作风上的顽瘴痼疾，使党风政风焕然一新，营造出清朗清正的政治生态；社风民风持续向好，凝聚起砥砺前行的磅礴力量。12月6日，习近平总书记主持召开中央政治局会议，会议强调要持之以恒加固中央八项规定堤坝。[党建网](#)梳理了习近平总书记部分相关重要论述，与您一起学习领会。

八项规定是一个切入口和动员令，是我们改进作风的第一步

改进工作作风的任务非常繁重，八项规定是一个切入口和动员令。八项规定既不是最高标准，更不是最终目的，只是我们改进作风的第一步，是我们作为共产党人应该做到的基本要求。“善禁者，先禁其身而后人。”各级领导干部要以身作则、率先垂范，说到的就要做到，承诺的就要兑现。

——2013年1月22日，习近平在十八届中央纪委二次全会上的讲话

党的十八大之后，党中央讨论加强党的建设如何抓时，就想到要解决“老虎吃天不知从哪儿下口”的问题。后来决定就抓八项规定，下口就要真正把那块吃进去、消化掉，不要这吃一嘴那吃一嘴，囫圇吞枣，最后都没有消化。我们抓住作风建设这条主线，一以贯之，步步深入。

——2016年1月12日，习近平在第十八届中央纪律检查委员会第六次全体会议上的讲话

要认真落实新时代党的建设总要求，努力把各级党组织锻造得更加坚强有力，从各级领导干部做起，从一件件小事抓起，坚决防止不良风气反弹回潮，不断巩固和拓展落实中央八项规定精神成果。

——2018年3月7日，习近平在参加十三届全国人大一次会议广东代表团审议时的讲话

以严明纪律整饬作风，丰富自我革命有效途径

党的十八大以来，我们把全面从严治党纳入战略布局、着力从严从细抓管党治党，加强和规范党内政治生活、着力净化党内政治生态，严抓中央八项规定精神落实、着力从作风建设这个环节突破，严明党的政治纪律和政治规矩、着力真管真严、敢管敢严、长管长严，坚持反腐败无禁区、全覆盖、零容忍，着力遏制腐败滋生蔓延势头，惩治群众身边的不正之风和腐败问题、着力增强人民群众获得感，全面强化党内监督、着力发挥巡视利剑作用，推动全面从严治党不断向纵深发展。

——2017年1月6日，习近平在中国共产党第十八届

中央纪律检查委员会第七次全体会议上的讲话

必须坚决落实中央八项规定精神、以严明纪律整饬作风，丰富自我革命有效途径；必须坚持以雷霆之势反腐惩恶，打好自我革命攻坚战、持久战。

——2022年1月18日，习近平在十九届中央纪委六次全会上的讲话

把握作风建设地区性、行业性、阶段性特点，抓住普遍发生、反复出现的问题深化整治，推进作风建设常态化长效化。

全面加强党的纪律建设，督促领导干部特别是高级干部严于律己、严负其责、严管所辖，对违反党纪的问题，发现一起坚决查处一起。

——2022年10月16日，习近平在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告

锲而不舍落实中央八项规定精神，抓住“关键少数”以上率下

中央政治局的同志要带头严格执行中央八项规定精神，同时要从严抓好分管地方和部门贯彻执行中央八项规定精神的工作。要聚焦突出问题、紧盯关键节点，下大气力解决“四风”问题，不能虎头蛇尾，不能搞成“半拉子工程”，更不能搞形式主义走过场。

——2018年12月25日至26日，习近平在中央政治局民主生活会上的讲话

要加固中央八项规定的堤坝，锲而不舍纠“四风”树新风。形式主义、官僚主义是党和国家事业发展的大敌。要从领导干部特别是主要领导干部抓起，树立正确政绩观，尊重客观实际和群众需求，强化系统思维和科学谋划，多做为民造福的实事好事，杜绝装样子、搞花架子、盲目铺摊子。

——2022年1月18日，习近平在十九届中央纪委六次全会上的讲话

锲而不舍落实中央八项规定精神，抓住“关键少数”以上率下，持续深化纠治“四风”，重点纠治形式主义、官僚主义，坚决破除特权思想和特权行为。

——2022年10月16日，习近平在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告

（来源：2022年12月13日：党建网微平台，原载：党建网·党建要闻）

中共中央办公厅 国务院办公厅印发 《关于加强重特大事件档案工作的通知》

近日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于加强重特大事件档案工作的通知》（以下简称《通知》），对进一步加强重特大事件档案工作提出要求。

《通知》指出，重特大事件档案是党和国家组织应对自然灾害、事故灾难、公共卫生事件、社会安全事件等突发事件所形成的具有保存价值的历史记录。收集好、保管好、利用好重特大事件档案，对于总结历史经验教训、维护国家安全和社会公共利益、推进国家治理体系和治理能力现代化具有重要意义。

《通知》要求，加强重特大事件档案工作要以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻落实党中央决策部署和习近平总书记重要指示精神，以对党、对人民、对历史高度负责的态度，完善制度机制，坚持创新引领，推动资源共享，全面提高重特大事件档案工作现代化水平，更好地服务党和国家工作大局、服务人民群众。

《通知》提出，要认真贯彻实施档案法和相关法律法规，加强法规制度协同，完善重特大事件档案工作制度规定。着力强化重特大事件档案收集工作，从源头抓好重特大事件档案的形成和留存工作。各有关单位在重特大事件的预防与应急准备、

监测与预警、应急处置与救援、事后恢复与重建等各个环节，按照相关规定形成和留存各类文件材料，鼓励参加志愿服务的组织和个人留存相关记录并捐赠给有关单位。充分利用现代信息技术，科学推进重特大事件档案数据库建设，促进重特大事件档案资源整合。加强统筹协调，实现重特大事件档案跨地区跨部门跨层级查询利用，简化优化档案利用流程，加强重特大事件档案资源深度开发，不断提升重特大事件档案利用效能。

《通知》要求，各级党委（党组）要提高政治站位，加强组织领导和统筹协调，建立党委统一领导、党政齐抓共管、责任分工明确、部门协同联动的重特大事件档案工作机制，确保档案工作与重特大事件应对管理工作同部署、同推进、同落实。重特大事件应对管理议事协调机制应将档案部门作为成员单位。加大对相关基础设施建设、档案整理和数字化、档案开发利用、人员教育培训等方面的经费投入，为做好重特大事件档案工作创造良好环境和条件。

（来源：2022年12月13日：新华社，原载：党建网·党建要闻）

中央纪委国家监委公开通报十起违反中央八项规定精神典型问题

元旦、春节将至，落实中央八项规定精神必须坚定不移、严之又严。日前，中央纪委国家监委对10起违反中央八项规定精神典型问题进行公开通报。具体如下：

湖北省政府原党组成员、副省长曹广晶违规收受礼金，违规公款吃喝，接受可能影响公正执行公务的宴请和旅游安排问

题。2013年至2022年，曹广晶先后收受礼金共计75.8万元，其中多次发生在春节期间；2次在某国有企业内部食堂公款吃喝，相关费用由该企业支付；2次接受私营企业主安排的宴请；与家人接受私营企业主安排，赴湖南、贵州等地旅游，住宿、餐饮等费用均由私营企业主支付。曹广晶还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

四川省人大常委会原党组副书记、副主任王铭晖违规收受礼品、礼金，接受可能影响公正执行公务的宴请和旅游安排问题。2013年至2021年，王铭晖先后收受礼品、礼金折合61万余元；多次接受私营企业主安排的宴请，食用高档菜肴、饮用高档酒水，其中多次发生在元旦、国庆等节日期间；同意其家人多次接受私营企业主安排，赴云南以及日本、新西兰等地旅游，相关费用均由私营企业主支付。王铭晖还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

云南省政协原党组成员、副主席黄毅违规收受礼金，接受可能影响公正执行公务的宴请，违规出入私人会所问题。2013年至2022年，黄毅先后收受礼金折合47.5万元；多次接受私营企业主在酒店、公司内部食堂等场所安排的宴请，饮用高档酒水；多次要求某私营企业主在私人会所为其安排宴请，并饮用高档酒水，相关费用均由私营企业主支付。黄毅还存在其他

严重违纪违法问题，被开除党籍，涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

中国人寿保险（集团）公司原党委书记、董事长王滨违规收受礼品、礼金，接受可能影响公正执行公务的宴请和旅游安排问题。2018年至2021年，王滨多次收受管理和服务对象所送礼品、礼金；多次接受私营企业主安排的宴请；同意其家人接受私营企业主安排赴澳大利亚旅游，相关费用均由私营企业主支付。王滨还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

中国储备粮管理集团有限公司原党组成员、副总经理徐宝义违规收受礼品、礼金，接受可能影响公正执行公务的宴请，违规出入私人会所，公车私用问题。2013年至2022年，徐宝义先后收受礼金共计24万元和高档白酒37瓶；多次接受管理和服务对象安排的宴请和私营企业主在私人会所安排的宴请，并打牌赌博；违规使用公车，接送本人参加吃请以及家人出行。徐宝义还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

安徽省淮北市政府原党组成员、副市长胡亮违规收受礼品、礼金，接受可能影响公正执行公务的宴请和旅游安排问题。2013年至2021年，胡亮先后收受礼金共计3万元和高档白酒43箱；多次接受私营企业主安排的宴请，饮用高档白酒；与家人多次接受私营企业主安排，赴福建、青海等地旅游，相关费

用均由私营企业主支付。胡亮还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

湖南省常德市人大常委会原副主任、石门县委原书记谭本仲违规收受礼品、礼金，违规公款吃喝，不顾实际使用大额财政资金建设景观工程问题。2013年至2020年，谭本仲先后收受礼金共计134万余元和高档烟酒等礼品，其中多次发生在元旦、春节期间；任石门县委书记期间，以公务接待为名，变相用公款大吃大喝，公款消费100余万元，其中消费高档酒80余万元；脱离实际、不顾财力，强行要求斥资6000余万元启动修建石门县历史文化墙项目。谭本仲还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，判处无期徒刑，剥夺政治权利终身，并处没收个人全部财产。

上海市奉贤区原副区长、长兴岛开发建设管理委员会原专职副主任顾佾违规收受礼金，接受可能影响公正执行公务的宴请，违规出入私人会所，由他人支付应由个人支付的费用问题。2013年至2021年，顾佾先后收受礼金共计152万余元；多次接受私营企业主安排的宴请；多次接受私营企业主在私人会所安排的宴请；购买个人车辆费用由私营企业主支付。顾佾还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

吉林省农业投资集团有限公司原党委书记、董事长袁维森违规收受礼金，接受可能影响公正执行公务的宴请，违规长期占用办公用房问题。2013年至2020年，袁维森在春节等节日期间和利用父亲去世、儿子结婚等时机，先后收受礼金折合45万余元；多次接受私营企业主安排的宴请；在工作单位已为其安排办公室的情况下，仍违规长期占用其在原单位任职期间的办公室，供其个人使用。袁维森还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，判处有期徒刑十三年，并处罚金100万元。

陕西省长安银行股份有限公司原党委书记、董事长赵永军违规收受礼品、礼金，接受可能影响公正执行公务的旅游安排问题。2013年至2020年，赵永军先后收受礼金共计45万元和20箱高档白酒等礼品，其中多次发生在春节期间；多次接受私营企业主安排的宴请；与家人多次接受私营企业主安排，赴海南、贵州以及日本、老挝、马尔代夫等地旅游，相关费用均由私营企业主支付。赵永军还存在其他严重违纪违法问题，被开除党籍、开除公职，判处有期徒刑十一年零六个月，并处罚金120万元。

中央纪委国家监委指出，党的二十大对锲而不舍纠治“四风”作出新部署，释放了作风建设只有进行时、没有完成时的强烈信号。踏上新的赶考之路，必须始终把中央八项规定作为长期有效的铁规矩、硬杠杠，抓住“关键少数”以上率下，以

钉钉子精神一抓到底，坚决打赢作风建设攻坚战持久战。上述通报的 10 起案例，反映出在持续正风肃纪的高压态势下，仍有少数党员干部政治意识缺失，特权思想严重，不收敛不收手，花样翻新搞“四风”。各级党组织要时刻保持作风建设永远在路上的坚韧和执着，进一步增强坚定不移全面从严治党的政治定力，把落实中央八项规定精神作为一项政治纪律和政治规矩，以斗争精神抓作风、反“四风”，将严的基调、严的措施、严的氛围长期坚持下去，永远吹冲锋号。各级纪检监察机关要认真履行监督责任，持之以恒正风肃纪反腐，在细、实、严上狠下功夫；对享乐奢靡问题露头就打，对顶风违纪行为从严查处，对失察失管失责情况严肃问责，坚决防反弹回潮、防隐形变异、防疲劳厌战；重点纠治形式主义、官僚主义问题，坚决破除特权思想和特权行为，把新时代党的伟大自我革命进行到底。

中央纪委国家监委强调，节假日是“四风”问题易发多发的节点，也是严格遵守中央八项规定精神的“考点”。元旦、春节将至，各级纪检监察机关要精准研判所在地区、单位“四风”形势，严肃查处公款吃喝、公车私用、在隐蔽场所接受宴请、通过快递和电子手段收送礼品礼金等享乐奢靡问题，靶向纠治工作中层层加码、麻痹松懈、任性用权、不担当不作为等形式主义、官僚主义问题。要加大监督检查、明察暗访、教育引导的力度，既让铁纪“长牙”、发威，又让干部醒悟、知止，

推动广大党员干部牢记“三个务必”，真抓实干、团结奋斗，以好作风好形象奋进新时代！

(来源:2022年12月23日《人民日报》04版,原载:党建网·党建要闻)

三部门加强互联网信息服务深度合成管理

新华社北京12月11日电 国家互联网信息办公室、工业和信息化部、公安部近日联合发布《互联网信息服务深度合成管理规定》。规定强调不得利用深度合成服务从事法律、行政法规禁止的活动，要求深度合成服务提供者落实信息安全主体责任，将于2023年1月10日起施行。

据悉，近年来，深度合成技术快速发展，在服务用户需求、改进用户体验的同时，也被一些不法人员用于制作、复制、发布、传播违法和不良信息，诋毁、贬损他人名誉、荣誉，仿冒他人身份实施诈骗等，影响传播秩序和社会秩序，损害人民群众合法权益，危害国家安全和社会稳定。出台规定是防范化解安全风险的需要，也是促进深度合成服务健康发展、提升监管能力水平的需要。

规定要求，深度合成服务提供者建立健全管理制度和技术保障措施，制定公开管理规则、平台公约，对使用者进行真实身份信息认证，加强深度合成内容管理，建立健全辟谣机制和申诉、投诉、举报机制。

规定明确，深度合成服务提供者对使用其服务生成或编辑的信息内容，应当添加不影响使用的标识。提供智能对话、合成人声、人脸生成、沉浸式拟真场景等生成或者显著改变信息内容功能的服务的，应当进行显著标识，避免公众混淆或误认。

国家互联网信息办公室有关负责人表示，深度合成服务治理需要政府、企业、社会、网民等多方主体共同参与，推动深度合成技术的依法、合理、有效使用，积极防范化解深度合成技术带来的风险，促进互联网信息服务健康发展，维护网络空间良好生态。

(来源：2022年12月12日新华网，原载：党建网·党建要闻)

【党建评论】

坚持党性党风党纪一起抓

党风问题关系执政党的生死存亡，加强纪律建设是全面从严治党的治本之策。党的二十大报告对“坚持以严的基调强化正风肃纪”作出战略部署，强调“坚持党性党风党纪一起抓”，这体现了管党治党的系统思维，是对正风肃纪规律性认识的进一步深化。

党性、党风、党纪是一个统一的有机整体，党性是根本，党风是党性、党纪的外在表现，党纪是党性、党风的重要保障。新时代十年，党中央深刻把握党性党风党纪内在联系，先后组

组织开展五次集中性学习教育，推动全党赓续红色血脉、砥砺初心使命，持之以恒正风肃纪，以钉钉子精神纠治“四风”，严格执纪问责，党风政风为之一新，党的创造力、凝聚力、战斗力大大提升。新征程上，要始终坚持党性党风党纪一起抓，坚持一体推进不敢腐、不能腐、不想腐，坚持纠树并举、破立并进，促进党员干部在正风肃纪中增强党性，通过增强党性提高正风肃纪的自觉性坚定性。

抓住党性这个根本，从思想上固本培元。作风问题本质上是党性问题，能否坚持廉洁自律更是衡量党性强弱的重要标尺。信仰坚定、党性坚强，铭记党的性质宗旨，才能自觉弘扬优良作风、严守党的纪律。因此，整饬作风、严明纪律，必须从政治上看，从理想信念、党性修养这个本源上抓。要推动全党自觉用习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂，不断坚定对马克思主义的信仰、对社会主义和共产主义的信念、对党和人民的忠诚，在严肃的党内生活中锤炼党性，不断增强对不良习气的免疫力和抵抗力，永葆共产党人政治本色。开展有针对性的党性教育、警示教育，用廉洁文化滋养身心，促进党员干部提高党性觉悟，增强拒腐防变能力，涵养富贵不能淫、贫贱不能移、威武不能屈的浩然正气。

推进作风建设常态化长效化，以过硬作风展示党性坚强、党纪严明的良好形象。党的作风是党的形象，是观察党群干群关系、人心向背的晴雨表。党的作风正，人民的心气顺，党和

人民就能同甘共苦。要锲而不舍落实中央八项规定精神，狠刹潜规则、歪风邪气，深入整治隐形变异“四风”，重点纠治形式主义、官僚主义，对普遍发生、反复出现的问题深化整治，督促推动党员干部明规矩、知底线、守纪律。纠“四风”树新风并举，弘扬党的光荣传统和优良作风，促进党员干部特别是领导干部带头深入调查研究，扑下身子干实事、谋实招、求实效，始终同人民同呼吸、共命运、心连心。

严明党的纪律，为作风建设、锤炼党性提供重要保障。没有严明的纪律作保证，作风建设、党性教育就难以持久地进行下去。要全面加强党的纪律建设，督促领导干部特别是高级干部严于律己、严负其责、严管所辖，对违反党纪的问题，发现一起坚决查处一起，对依然不收敛不收手、顶风违纪的，从严从重处置。深入总结作风建设新特点新成效，把纠正“四风”新要求纳入党纪条规，把实践经验上升为制度规范，锲而不舍抓执行，为作风建设筑牢党纪屏障。以严格的执纪、深入的教育，引导党员干部把党章党规党纪刻印在心上，把他律要求转化为内在追求，自觉以身作则，夯实党性根基。

党性党风党纪一起抓，关键是做好统筹，把思想建设、作风建设、纪律建设等贯通协同起来，惩治震慑、制度约束、提高觉悟一体发力，同时发力、同向发力、综合发力，推动各项措施在政策取向上相互配合、在实施过程中相互促进、在工作成效上相得益彰，不断取得正风肃纪新成效。

(来源：2022年12月1日中央纪委国家监委网站，原载：党建网·党建评论)

【党建评论】

以“四个坚持”建设高素质干部队伍

育才造士，为国之本。党的二十大报告提出，“全面建设社会主义现代化国家，必须有一支政治过硬、适应新时代要求、具备领导现代化建设能力的干部队伍。”党的干部是党和国家事业的中流砥柱，只有坚定政治方向、树牢宗旨意识、加强作风建设、增强斗争本领，才能应时代所求、发展所需、人民所盼，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴贡献力量。

坚持政治“铸魂”，提升对党忠诚的精神境界。旗帜鲜明讲政治，既是马克思主义政党的鲜明特征，也是我们党一以贯之的政治优势。面对波谲云诡的国际形势、复杂敏感的周边环境、艰巨繁重的改革发展稳定任务，每一名新时代党的干部都必须保持高度的政治清醒和坚如磐石的战略定力，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂、强基固本、守正笃实。新时代党的干部要牢记“国之大者”，把讲政治当成一切工作的“生命线”，坚定政治信仰、坚守政治底线、强化政治领导、提高政治能力，始终同党中央保持高度一致，在经受风高浪急甚至惊涛骇浪的

重大考验中不断砥砺对党绝对忠诚的政治品格和政治素养，淬炼思想“内核”，提升精神境界。

坚持宗旨“塑形”，践行执政为民的本质要求。“民惟邦本，本固邦宁”，我们党来自人民、根植人民、服务人民。党的二十大报告指出，江山就是人民，人民就是江山。中国共产党领导人民打江山、守江山，守的是人民的心。治国有常，利民为本。为民造福是立党为公、执政为民的本质要求。只有始终坚持以人民为中心的发展思想，保持党同人民群众的血肉联系，牢牢把握为民造福这一制胜法宝和本质要求，树牢宗旨意识，践行初心使命，我们才能在新征程中乘风破浪、奋勇向前，披荆斩棘、无往不胜。新时代党的干部要厚植为民情怀，注重在思想上牢固树立马克思主义的群众观点，牢固树立立党为公、执政为民的理念，深入贯彻党的群众路线，不断学习和掌握群众路线的工作方法，做到“民之所忧，我必念之；民之所盼，我必行之”，以群众满意为标准，随时回应人民群众的关切和期待，做到永远根植人民、造福人民，始终和人民在一起。

坚持作风“壮骨”，拧紧务实清廉的思想阀门。千丈之堤，以蝼蚁之穴溃；百尺之室，以突隙之烟焚。党的奋斗历程告诉我们，作风问题无小事，直接关系党的形象，关系人心向背，关系党的事业兴衰成败。历史充分证明，作风建设永远在路上，永远没有休止符，永远不能掉以轻心。百年征程波澜壮阔，百年奋斗成就辉煌。历经沧桑而初心不改、饱经风霜而本色依旧

的中国共产党之所以能够成功，优良作风是关键。源洁则流清，形端则影直。新时代党的干部肩负新时代新征程党的使命任务，必须牢记“打铁必须自身硬”，永葆“赶考”的清醒和坚定，持续增强党的先进性和纯洁性。贪如火，不遏则燎原；欲如水，不遏则滔天。要常修为政之德、常思贪欲之害、常怀律己之心，以务实清廉之行筑牢拒腐防变之基，在树志气、磨骨气、增底气中自信自强、守正创新，踔厉奋发、勇毅前行，以优良作风铸造“铮铮铁骨”，以奋斗精神凝聚全面建设社会主义现代化国家的磅礴伟力。

坚持斗争“强体”，练就善作善成的过硬本领。当今世界正经历新一轮大发展大变革大调整，在此百年未有之大变局中，中华民族的伟大复兴，绝不是轻轻松松、敲锣打鼓就能实现的。惟其艰难，方显勇毅；惟其磨砺，始得玉成。党的二十大报告给出了前进道路上破题开局、推进发展的最优解——坚持发扬斗争精神。实践充分证明，建设伟大工程，推进伟大事业，实现伟大梦想，必须进行伟大斗争。新时代是奋斗者的时代，全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，需要千千万万党的干部发扬斗争精神、坚定斗争意志、把准斗争方向、明确斗争任务、掌握斗争规律、讲求斗争方法。忆往昔，百年征程砥砺同心；看今朝，千秋伟业催人奋进。在全面推进中华民族伟大复兴的实践中，广大干部只有不断激扬勇毅前行的精神力量，永葆踔厉奋发的战斗意志，培树敢打“攻坚战”、

敢啃“硬骨头”的坚毅勇气，锻铸敢想敢为、善作善成的过硬本领，才能吹响建功新时代的嘹亮号角，迈出奋进新征程的铿锵步伐，才能全力战胜前进道路上各种困难和挑战，依靠顽强斗争打开事业发展新天地。

（来源：2022年12月1日中央纪委国家监委网站，原载：党建网·党建评论）

【党建评论】

做实做细经常性纪律教育

陕西深入开展以“严守纪律规矩，加强作风建设”为主题的纪律教育学习宣传月活动，以学知纪、以考督纪、以案明纪；海南举行“家庭式”廉政谈话会，督促新提拔和进一步使用的省管干部筑牢廉洁从政的思想根基，管好家属子女，严守党的纪律；贵州省铜仁市开展群众身边腐败和不正之风典型案例展进乡镇活动，以案释纪释法……各地坚持因地制宜，采取多种形式，分级分类开展党章党规党纪教育，不断筑牢广大党员干部廉洁自律防线。

纪律严明是我们党的光荣传统和独特优势。加强纪律教育是落实全面从严治党要求、加强党的纪律建设的一项基础性、经常性工作。党的二十大报告强调“全面加强党的纪律建设”。

《中共中央纪委关于认真学习宣传贯彻党的二十大精神的通知》明确要求，开展经常性纪律教育，严格执行党的各项规章

制度。“明制度于前，重威刑于后。”用纪律管全党、治全党，就要加强纪律教育，有规在先、抓早抓小，引导党员干部增强纪法意识，知敬畏、存戒惧、守底线，习惯在受监督和约束的环境中工作生活，更好发挥纪律建设治本作用。

融于日常、做在经常，实现常态化。纪律教育不是一时一事的要求，必须持之以恒、久久为功。要开展经常性纪律教育，把党章党规党纪作为党校、干部学院和党委（党组）理论学习中心组必修课，通过集体学习、党规党纪学习测试、廉政谈话、警示教育、专题组织生活会等多种形式把纪律要求刻印在党员干部心上。把“纪律教育周、教育月”等主题性活动和日常教育结合起来，既润物细无声式做实日常教育，又抓住节点，集中一段时间开展主题活动，巩固学习成果。将纪律教育和党性教育、廉洁文化教育贯通起来，正面引导和警示教育结合，推动党员干部夯实党性根基，把他律要求转化为内在追求，不断增强遵规守纪的自觉。

增强针对性，提高纪律教育实效。具体才能生动，生动才能深入。纪律教育要注重分层分类实施，菜单化、精准化提供内容，用身边事教育身边人，坚决防止“大呼隆”“走过场”“一锅煮”。抓住领导干部这个“关键少数”，督促领导干部特别是高级干部严于律己、严负其责、严管所辖，在遵守和执行纪律上走在前、作表率，从而带动广大党员干部真正把纪律严起来、把规矩立起来。紧跟时代发展，创新教育形式，通过

网络新媒体途径，努力提供沉浸式、场景化体验，不断增强纪律教育实效性感染力。

把加强纪律教育与严格纪律执行密切结合起来。严格执纪，是最有力的纪律教育。没有严格执纪作保证，纪律教育就缺少内在“刚性”。必须把纪律教育有机融入监督执纪问责全过程，以从严执纪的惩戒震慑强化教育效果。要始终保持高压态势、严的基调，强化日常监督执纪，深化运用“四种形态”，发现苗头就及时提醒纠正，触犯纪律就立即严肃处理，做到真管真严、敢管敢严、长管长严，使纪律始终成为带电的高压线。深化以案促改、以案促治，做好查办案件“后半篇文章”，查处一案、警示一片、教育一方。不断健全完善党内法规体系，把制度的篱笆扎得更紧，以有纪可依、执纪必严、违纪必究的有力行动，推动全党形成遵规守纪的浓厚氛围。

（来源：2022年12月7日中央纪委国家监委网站，原载：党建网·党建评论）

【党建评论】

家风建设是领导干部终身课题

家是最小国，国是千万家。家风不仅关乎家庭小家之兴衰，更关乎民族大家之未来。关于“家庭家教家风”的相关表述曾出现在党的十九届四中、五中、六中全会的报告中，党的二十大报告将“加强家庭家教家风建设”作为“推进文化自信自强，

铸就社会主义文化新辉煌”的重要内容加以强调，这是家庭家教家风建设首次被写进党代会报告，充分彰显了加强家庭家教家风建设对于全面建设社会主义现代化国家、增强实现中华民族伟大复兴的精神力量、巩固全党全国人民团结奋斗的共同思想基础的重要作用。

良好家风的培铸，需要丰厚的精神财富作支撑。孔子庭训“不学礼，无以立”，诸葛亮诫子“静以修身，俭以养德”，包拯家训“后世子孙仕宦，有犯赃滥者，不得放归本家”。诸如此类的中国传统家风箴言，跨越时空、源远流长。毛泽东“恋亲不为亲徇私，念旧不为旧谋利，济亲不为亲撑腰”的亲情观，周恩来“任何场合都不要说出与总理的关系，不要炫耀”的“十条家规”，习仲勋教育子女“勤俭持家、低调做人”。这些红色家风故事，大严大爱、历久弥新。可以说，无论是中华优秀传统文化中的家训传承，还是革命前辈红色家风的代代赓续，积善成德、明德惟馨，启迪、教化着一代又一代人。

“所谓治国必先齐其家者，其家不可教而能教人者，无之。”良好家风是社会文明高塔的“累土”，作为“关键少数”的领导干部，其家风状况在这其中更具有关键性作用。

领导干部的家风具有鲜明的政治属性，不仅关系自己的家庭，而且关系着党风政风，与政党的价值取向、政治目标紧密相连。从近年查处的腐败案件来看，家风败坏已成为领导干部违纪违法的重要诱因。有的领导干部特权思想作祟，信奉“一

人得道、鸡犬升天”；有的亲情观错位，把家族利益凌驾于纪法之上；有的上梁不正下梁歪，利用权力带领全家“抱团贪腐”。

“落马”干部用自己的政治生命、家庭幸福和人身自由为代价，警示着家庭家教家风建设的重要性。

党的十八大以来，习近平总书记从治国理政的高度，在多个重要场合反复强调加强家庭家教家风建设的重要意义。2022年6月在四川三苏祠考察时，习近平总书记再次强调，党员、干部特别是领导干部要清白做人、勤俭齐家、干净做事、廉洁从政，管好自己和家人，涵养新时代共产党人的良好家风。党的二十大报告又明确指出，全面加强党的纪律建设，督促领导干部特别是高级干部严于律己、严负其责、严管所辖；严肃查处领导干部配偶、子女及其配偶等亲属和身边工作人员利用影响力谋私贪腐问题。

殷殷嘱托、言犹在耳。清正廉洁是为官者的本分，亦是为官者家风的本色。党员领导干部一定要始终保持清醒警醒，从家风败坏的反面典型中引以为戒、惕厉自省，既要自己以身作则，又要对亲属子女看得紧一点、管得勤一点，把家庭家教家风建设作为必修课、常修课，廉洁修身、廉洁齐家。

积善之家，必有余庆，积不善之家，必有余殃。加强家风建设是领导干部的终身课题，也是全面从严治党的重要抓手。领导干部要切实把家风建设摆在重要位置，不弃微末，久久为功，明大德、守公德、严私德，牢牢守住亲情关、廉洁关，用

“修身”“齐家”成就“积善之家”，以纯正家风涵养清朗党风政风社风。

（来源：2022年12月9日《学习时报》，原载：党建网·党建评论）

【红色文物/党史故事】

廖容标：被毛泽东称赞为“菩萨司令”



新中国首次授衔的中将廖容标，原名廖之秀。他英勇善战，屡建奇功，朴实谦和，爱兵爱民。抗日战争时期，他领导的山东人民抗日救国军第五军因作战灵活、纪律严明被当地百姓称为“菩萨军”，廖容标被称为“菩萨司令”。这个称号还得到毛泽东的赞许，他在一次干部会议上说：“山东八路军出了个‘菩萨司令’，他就是我们的廖容标同志。”

八路军出了个“廖菩萨”

廖容标1912年出生于江西赣县的一户贫苦农民家庭，1929年加入中国工农红军，1931年1月加入中国共产主义青年团，同年3月转为中国共产党党员。土地革命战争时期，廖容标作

战顽强，屡立战功，先后任县政治保卫队班长，游击队分队长，连长、营长、团长，并参加了五次反“围剿”战争和两万五千里长征。

1937年7月，抗日战争全面爆发。9月，廖容标按组织安排，以“北平流亡学生”的身份，前往山东发动抗日武装起义和开展敌后游击战争。同年12月26日，廖容标组织长山中学师生、民先队员、抗日积极分子100余人举行黑铁山抗日武装起义誓师大会，并正式成立山东人民抗日救国军第五军，廖容标任司令员。由于军纪严明、爱护百姓，短短半年间，部队就扩充到5000余人，从清河平原到鲁中山区，黑铁山起义部队的战歌响彻云端。

在部队行军打仗过程中，廖容标总是挨家挨户访贫问苦，宣传抗日。战士们也严格执行群众纪律，积极帮百姓解决困难，深受群众爱戴。1938年初春，廖容标率部队来到淄川县罗村，为避免惊扰当地老百姓，廖司令下令让战士们在寒风凛冽的河滩边原地休息。村里老百姓看到这一景象后，深受感动，一致请求部队进村休息。面对村民们热情送来的食物和慰问品，廖司令一一婉拒，坚决“不拿群众一针一线”，只提出买下村里由土匪退回来的已经发了霉的煎饼，给部队作给养，并带头洗净煮沸食用，边吃边说：“老百姓的血汗快让土匪榨干了，我们不能再增加群众负担。”村里的老百姓不禁感慨道：“这支部队打鬼子剿土匪厉害，还跟咱们穷人心连心，真是救苦救难

的‘菩萨军’。”从那以后，“菩萨军”的称号就在鲁中南地区传诵开来，廖容标也被老百姓称为“廖菩萨”“菩萨司令”，后来这个美名还传到了延安毛泽东那里。

让日寇闻风丧胆的“菩萨军”

廖容标的部队之所以被赞誉为“菩萨军”，不仅在于他们能够严格执行三大纪律八项注意，从不侵民扰民，处处以百姓的利益为重，还在于廖容标用兵好机动、多奇计。他灵活运用游击战术，使得部队如鱼游水，神出鬼没，往往出奇制胜。第五军成立短短1个多月内，就进行了3次战斗——首袭长山城、伏击小清河、血战白云山，三战三捷，以弱胜强，威震鲁中。

小清河伏击战是廖容标领导的在清河平原地区向日本侵略者打响的第一枪，也是长山一带武装抗日的第一枪，它沉重打击了敌人的嚣张气焰，极大提升了小清河两岸军民的抗日热情，鼓舞了全省乃至全国人民的抗战士气。1938年1月19日，廖容标带领第五军第三中队隐蔽在小清河陶塘口伏击敌人。等到中午，日军的一艘汽艇从上游开了过来，廖容标把握时机，火速开枪投弹，全歼日军12人，包括旅团长、联队长和高级参谋各1人，给了不可一世的日本侵略军当头一棒。这场伏击战后来还载入了当时山东抗日根据地的小学语文课本。

在任山东鲁中军区第一军分区司令员时，廖容标还留下了一段“泰山顶上巧设伏兵捉日寇”的传奇。1943年7月28日上午，廖容标带领20余人在泰山南天门观察地形时，哨兵突

然跑来报告说有一股伪军正在登山。廖容标当机立断，迅速组织设伏，成功将 12 名伪军抓获。没过多久，一队日军也出现在廖容标的视野之中。廖容标从容不迫，指挥队伍作战，最终歼灭日军 9 人，俘虏 1 人。经过审讯，这名俘虏名叫间本，是日军派驻山东的情报局长，这次巧设伏兵的胜利被当地人传为佳话。

一次次的成功伏击战使日军大为震惊，他们抓来老百姓追问事情原委，群众哪能说出实情，便说是一支“菩萨军”神兵天降，来无影、去无踪，谁也搞不清，气得日军只好在战报上写“这是一支八路主力所为”。从此以后，廖容标指挥的“菩萨军”越传越响，越传越神，廖容标也被传为能呼风唤雨、撒豆成兵、百发百中的“菩萨司令”。

传承好作风的“菩萨司令”

1955 年 9 月，廖容标被授予中将军衔。10 月，他调任安徽省军区司令员。廖容标保持了革命战争年代那种忘我的奋斗精神，雷厉风行，狠抓落实，把各项工作抓得有声有色。他廉洁奉公，不谋私利，到下面检查工作，总是轻车简从，反对组织迎送，不住高级宾馆，严禁请客送礼。对官僚主义作风严重的干部，他经常严肃批评，毫不迁就。廖容标常对身边的工作人员说：“艰苦朴素，厉行节约，历来是我党我军的优良传统，这个传家宝任何时候都不能丢。”

20世纪50年代，廖容标把自己购买的1台价值不菲的电冰箱捐送给军区门诊部专作贮放药物之用。60年代初，他所在的党小组有个参谋，家庭负担重，生活困难，在党小组讨论对其进行帮扶时，廖容标主动捐助150元，并让小组长告诉那位参谋说是组织救济的，不要说是他给的。三年困难时期，他在和县视察工作时，看到一个瘦小的5岁女孩十分可怜，将其收作养女关心爱护。他对子女要求很严，常用“鸟笼里养不出大凤凰”这句江西民谚来教育孩子，让他们生长在优越家庭不要有优越感，要到艰苦的地方去锻炼。小儿子参军才3个月，廖容标坚决把他送上抗美援朝战场，要求他一不怕苦、二不怕死，活着要立功，死了也是光荣。正是因为廖容标对亲属子女和身边工作人员严格教育、严格管理，对待百姓关怀备至、热心救助，干部群众私下还一直称他为“菩萨司令”。

1975年9月，廖容标由南京军区副司令员改任南京军区顾问。很多人感到意外，他却十分坦然，说：“我考虑的不是当顾问以后无职无权的问题，而是怎样在有生之年为人民多做些有益的工作。”由于工作过度劳累，他的身体日渐虚弱，于1978年10月和11月两次病倒，最后被确诊为肝癌。病危之际，廖容标仍不忘嘱托子女“严格要求自己，努力学习，勤奋工作，做一名优秀共产党员。”1979年5月2日，廖容标因病医治无效，与世长辞，享年67岁。

（来源：2022年12月6日《学习时报》，原载：党建网·党史故事）

【红色文物/党史故事】

曾思玉：用“空炮计”破敌



1944年，鲁西南抗日根据地军民在共产党、八路军的领导下，向日伪军连续发动局部反攻，进一步缩小了敌占区，巩固和扩大了根据地。

1944年夏，八路军冀鲁豫军区八分区奉上级指示，集中兵力，准备对郓城地区伪军刘本功部发起攻击。刘本功听到消息后，自恃兵力充足、武器精良，又有多处坚固据点可以固守顽抗，一面派出兵力增援各据点，一面骄横狂妄地向八分区司令员曾思玉下了一封“挑战书”，叫嚣他的伪军把守的郓城至甄城的封锁线“坚不可摧”。

接到“挑战书”时，曾思玉和军分区政委段君毅正在召开军分区连以上干部会。曾思玉便把刘本功的“挑战书”念给大家听，到会干部都怒不可遏，纷纷请战，表示要彻底摧毁刘本功“坚不可摧”的封锁线。分区部队随即展开了以“讨伐汉奸刘本功”为目标的练兵热潮。曾思玉又把“挑战书”给兵工

厂、炸弹所的指战员传阅，大家立即掀起了一片大干、快干的热潮。他们克服重重困难，很快造出了九二步兵炮炮弹 200 发，供部队攻坚使用。

8 月 3 日，讨伐刘本功的战斗打响了。曾思玉命令八分区部队携带九二步兵炮和炮弹向刘本功伪军封锁线上的据点发起猛攻，短短一个星期的时间里，就拿下敌人的 34 个据点，歼灭刘本功的伪军 27 个中队、近 3000 人，解放村镇 600 多个。战斗中，九二步兵炮和 200 发炮弹“发挥了重大作用”。

当曾思玉率领八分区部队携带九二步兵炮攻打敌人封锁线上最后一个据点时，发现炮弹全部打光了，而新的炮弹一时还不能运抵前线。曾思玉经观察后发现，该据点是混凝土结构的炮楼，上面枪眼众多，地基建在大块岩石上，居高临下，如果单用炸药包、集束手榴弹爆破，可能无法炸毁。曾思玉看着身边的九二步兵炮，一个主意浮现在他的脑海中。

第二天中午，曾思玉让战士们把大炮架在炮楼守敌看得见的一处高地，旁边放上几箱装满石头的空炮弹箱，然后用炮筒瞄准炮楼，摆出要开炮的架势。炮楼顶部的守敌发现八路军准备“炮击”，吓得连忙龟缩进了炮楼。曾思玉见状，立即派宣传部门的同志向敌人发起政治攻势：“你们不要再为大汉奸刘本功卖命啦。八路军先礼后兵、优待俘虏。看到没有？大炮架好啦！开几炮就能把你们的炮楼炸平！”

八路军这门九二步兵炮的威名，据点里的伪军早有耳闻，面对黑洞洞的炮口，他们个个胆战心惊，里面的伪军很快举起白旗，全部缴械投降。就这样，八路军不费一枪一弹，顺利拿下了这个坚固据点，彻底粉碎了刘本功的封锁线。

（来源：2022年11月24日《人民政协报》，原载：党建网·党史故事

【红色文物/党史故事】

张国华：为解放西藏作出突出贡献的中将



1955年，张国华被授予中将军衔。

张国华，1929年参加红军，1931年加入中国共产党，后参加中央苏区反“围剿”和长征，参与开辟鲁西抗日根据地，率部参加邯郸、淮海、渡江、西南等战役战斗。新中国成立后，他率部进军西藏，指挥昌都战役，完成和平解放西藏任务，扎根西藏17年，为西藏的社会主义革命和建设事业作出了不可磨灭的重要贡献。1955年，他被授予中将军衔。

刘伯承赞他“会捉战机，会打游击”

张国华1914年12月出生于江西省永新县一户贫寒农家。1929年3月，张国华加入永新县西北特委领导的游击队，后随

部队编入工农红军第四军。他作战勇猛，常带头冲锋，先后担任团党支部书记、团政治指导员、教导团政委、军分区政委等职。

1946年6月，全面内战爆发后，豫皖苏地区成为国共争夺的战略要地。在这关键时刻，中央军委决定成立豫皖苏军区，任命张国华为司令员、吴芝圃为政委。1947年3月，国民党为了加强对豫皖苏地区的控制，调集10万兵力，对豫皖苏解放区实施大规模的进攻。面对国民党军的重兵进攻，张国华、吴芝圃命令各军分区武装采取就地坚持、敌进我进、主动歼敌的作战方针，开展游击战争。张国华亲率军区独立旅跳出敌军包围圈，转至外线作战。他采取夜战、奔袭和拦截、尾击、腰斩等多种形式，时而攻城夺镇，时而围点打援，时而集中，取得相对优势，时而分散，避强击弱、声东击西，打得敌人晕头转向。仅用2个月时间，就攻克了国民党军10余个据点，建立了6个县级政权，一举粉碎了敌军大规模进攻，为人民解放军的战略进攻创造了有利的条件。

1947年6月30日，刘伯承、邓小平指挥晋冀鲁豫野战军强渡黄河，揭开了解放战争战略进攻的序幕。为配合鲁西南战役，迎接刘邓大军挺进中原，张国华率部主动出击，连克亳县、太和、睢县、太康等地，歼敌6000余人，有力配合了刘邓大军的战略行动。当刘邓、陈粟、陈谢3路大军挺进中原时，刘

伯承对张国华等领导豫皖苏军区开创的新局面表示肯定，称赞张国华“会捉战机，会打游击”。

坚决把五星红旗插上喜马拉雅山！

1949年2月，人民解放军进行整编，豫皖苏军区部队和其他部队合编，组建第二野战军第十八军，张国华任军长，谭冠三任政委，下辖3个师共2.9万余人。3月至12月，张国华率第十八军参加了渡江战役、湘赣战役、衡宝战役、进军大西南和成都战役等，历经豫、皖、浙、赣、湘、黔、滇、川8省份，指挥大小战斗74次，歼灭国民党军1.7万余人。

成都战役胜利后，第十八军进驻川南，张国华任川南人民行政公署主任。正当这时，中共中央西南局、第二野战军根据毛泽东的指示，决定由第十八军执行进军西藏、解放西藏的历史任务。1950年1月10日，张国华、谭冠三赶赴重庆，受到刘伯承、邓小平的接见。刘伯承强调指出，解放西藏是“一个非常重要、非常艰巨、非常光荣的任务”。张国华、谭冠三深知这三个“非常”的分量，当即坚定地表示“坚决完成任务！”

第十八军由去“天府之国”的川南，突然改去高原严寒的西藏，有些指战员思想一时转不过弯来。为了扭转部队情绪，提高部队官兵对解放西藏重要意义的认识，张国华、谭冠三组织部队反复进行人民军队光荣传统教育和爱国主义教育，广泛开展思想动员，使全军进军西藏的积极性大大提高。1950年3

月，在进军西藏誓师大会上，张国华带领全军指战员庄严宣誓：
坚决把五星红旗插上喜马拉雅山！

10月6日，为了打通和平解放西藏的道路，在西藏上层反动集团陈兵抵抗的情况下，张国华指挥部队发起昌都战役，24日取得战役的完全胜利。这次战役打开了进藏大门，推动了西藏和平解放进程。1951年5月23日，张国华作为中央人民政府谈判代表团成员，参加了《中央人民政府和西藏地方政府关于和平解放西藏办法的协议》签字仪式。当天下午，毛泽东在中南海听取张国华的工作汇报时高兴地称办了一件大事，这是一个胜利，提出下一步实现协议要靠我们的努力。张国华率领部队艰难跋涉，终于在1951年10月26日到达拉萨。各路进藏部队也按计划纷纷抵达预定地区，实现了西藏的和平解放。

毛泽东评价“打了一个军事政治仗”

1962年，当西藏平叛斗争和民主改革运动取得节节胜利之时，印度军队却在中印边境不断集结，并制造事端，进行挑衅，蚕食中国领土。中国政府在忍无可忍的情况下，决定实行自卫反击。张国华奉中央军委之命，抱病亲临前线，指挥了这次战役。他根据敌我双方的兵力部署和地形情况，本着“慎重初战，初战必胜；不打则已，打就打疼打好”的原则，在克节朗战役中向中央建议对印军左右两翼实施同时出击，全歼印军第七旅的大胆作战计划。建议得到批准后，他号召指战员发扬不怕苦、不怕死的精神，战胜自然困难和侵略者两个敌人，共歼印军近

2000人，收复了非法的“麦克马洪线”以南达旺河以北部分中国领土，打出了国威，打出了军威。在西山口—邦迪拉战役中，张国华根据战区地形、道路和双方部队的实际情况，采取集中优势兵力，大胆迂回包围，断其退路的战略战术；实施侧后突击与正面进攻相结合和“打头、切尾、斩腰、剖腹”的战法，将印军分割数段各个歼灭，取得了战役的全面胜利。

作战期间，张国华住在阴暗潮湿的地堡里，不断感冒发烧，但他依旧和参谋人员一起守在作战室，分析战情，甚至吸着氧气指挥战斗。在行军中，有时因山高坡陡不能骑马，同志们劝他坐担架，都被拒绝。经过一个月的反击作战，张国华直接指挥部队歼敌7000余人，保卫了国家领土。1963年2月，张国华在中央工作会议上向毛泽东汇报中印边境自卫反击作战情况。毛泽东听了高兴地说：“这次是打了一个军事政治仗，或者叫政治军事仗。”

由于长期在高原环境和高强度压力下工作，张国华的身体越来越坏，以致积劳成疾。1972年2月20日，张国华在主持召开会议时猝然发病，倒在会场，第二天与世长辞，年仅58岁。正如他生前所说，“我不愿躺在床上呻吟，只有战场才是我的归宿”。

（来源：2022年11月25日《学习时报》，原载：党建网·党史故事）

【近期萧山要闻摘编】

清廉萧山建设推进会暨“一把手”专题警示教育活动举行。

12月16日上午，清廉萧山建设推进会暨“一把手”专题警示教育活动举行。市委常委、区委书记王敏强调，要深入学习贯彻党的二十大精神 and 习近平总书记关于全面从严治党的重要论述精神，对标对表清廉浙江、清廉杭州建设推进会各项部署任务，全方位构筑“一把手”廉洁防线，高水平推进新时代清廉建设，为加快打造中国式现代化区域样板，当好全市领头雁、成为全省排头兵、争做全国先行者提供坚强有力的政治保障。王敏在肯定清廉萧山建设取得的阶段性成效后指出，要绷紧思想之弦，充分认识清廉萧山建设的重要性、紧迫性。从上级部署要求来看，我们要把严的基调、严的措施、严的氛围长期坚持下去，始终保持“赶考”的清醒和坚定，把新时代党的伟大自我革命进行到底。从萧山发展阶段来看，当前的萧山，正处于前所未有的重要历史机遇期。越想抓住机遇、乘势而上，越要增强底线思维、树立底线意识，切实发挥清廉建设的“压舱石”作用，营造风清气正的政治环境、公平透明的营商环境、平稳有序的社会环境。从清廉建设实践来看，萧山作为大区，必须时刻保持清醒和坚定，准确把握新时代清廉萧山建设的阶段性特征 and 变化趋势，持续深化党风廉政建设和反腐败斗争，进一步破解难题、补齐短板，坚决扛起全面从严治党政治责任。王敏强调，要把握工作之要，持续细化清廉萧山建设的路线图、施工图。聚焦“两个维护”，一以贯之强

化政治建设。聚焦“四风”纠治，锲而不舍正风肃纪。聚焦反腐成效巩固，一体推进“三不腐”。聚焦亲清政商关系深化，助力优化营商环境。聚焦清廉单元打造，不断提升基层治理效能。聚焦清廉文化建设，擦亮清廉萧山鲜明底色。要紧盯关键之人，从严锻造清廉萧山建设的领头雁、领航员。既要确保自身正派，更要确保身边干净、队伍过硬。既要抓“八小时内”用权规范，更要管“八小时外”言行规矩。既要杜绝逾越红线、底线，更要树立高站位、高标准。通过发挥表率作用，把标杆立起来、把“范儿”亮出来，一级做给一级看、一级带着一级干。要夯实保障之基，努力绘就清廉萧山建设的新图景、新篇章。做到责任更协同、工作更系统、氛围更浓厚，构建形成党委统一领导、纪委监委监督推动、职能部门主动作为、各行各业各领域共同参与的工作格局，纵深推进清廉萧山建设。

区现代社区建设领导小组第五次会议暨现代社区未来乡村建设大比武举行。12月15日，区现代社区建设领导小组第五次会议暨现代社区未来乡村建设大比武举行。区委副书记、区长姜永柱强调，要深入贯彻中央、省市相关会议精神，进一步增强信心决心、把握理念方法、明确方向路径，加快打造“产城人文”深度融合的现代社区标志性成果，为打造中国式现代化萧山样板提供坚强支撑。姜永柱指出，要肯定成绩、正视不足，进一步增强未来乡村建设的信心和决心。自区委十六届二次全会以来，在各级各部门的共同努力下，未来乡村建设跑出了加

速度、拼出了新高度、展现了新作为，取得了明显的阶段性成效。但对标现代社区未来乡村建设的高分答卷、对照人民群众的期盼期待，仍有一定差距。姜永柱强调，要举旗定向，厘清思路，进一步把握未来乡村建设的理念和方法。要牢固树立“一盘棋”思想，站在促进“产城人文”深度融合的高度，聚焦城市和乡村融合发展、传承和创新双向并举、建设和运营同向发力、眼前和长远协调推进，进一步明确推进路径，完善手段举措，强化制度保障，努力打造具有“萧山味道”的未来乡村新样板。

4家萧企获评全省“高质量发展领军企业”。以“新时代新征程新飞跃”为主题的第六届世界浙商大会近日开幕。大会表彰了30家“高质量发展领军企业”，鼓励浙商企业在高质量发展中勇当“两个先行”排头兵。其中，我区的万向集团、浙江荣盛控股集团、传化集团、浙江恒逸集团等4家萧企入选。连续21年上榜中国企业500强的万向集团，名列2022中国企业500强第165位，中国制造业企业500强第72位；在2022中国跨国公司100大及跨国指数榜单中，名列第54位；在2022中国战略性新兴产业领军企业100强榜单中，名列第31位。荣盛控股作为国内民营石化龙头企业，名列世界500强第180位、中国企业500强第59位、中国民营企业500强第10位、浙江民企百强榜第一。近年来，荣盛不断做强做精做优石化“链主”。随着浙石化炼化一体化项目一期全面投产、二期陆续投产，进一步完善石化全产业链，市场竞争力和抗风险能力显著提升。

2015年起，传化启动智慧物流系统和数字化智能工厂的建设，并大量引进IT技术人员，走上边实践，边探索的变革发展之路。通过数字化不断创新实践，传化的业绩有了显著提升，过去六年，传化集团营业总收入从236亿元增长至1445亿元，利润总额从14亿元增长到92亿元，人均创造利润年复合增长38%以上。恒逸集团是全球最大的纺织原料供应商，名列世界500强第264位、中国企业500强第82位、中国民营企业500强第17位。大会开幕式上，传化集团董事长徐冠巨通过视频表达心声：“传化集团从化工企业起步，向多产业、国际化、多品牌发展，并以凤凰涅槃的精神，坚定推进变革与数字化。浙商的今天是奋斗出来的，浙商的明天更要弘扬奋斗和创新精神。”

2022 国际机器人组织峰会在机器人小镇举行。12月15日，以“机器人服务全人类”为主题，2022国际机器人组织峰会在萧山机器人小镇举行，国内外机器人领域专家学者及企业家就人工智能技术、数字技术以及服务机器人产业发展与应用等热点话题展开讨论与交流。萧山经济技术开发区作为萧山高质量发展的主阵地、产业链作战的主战场，正稳步开展机器人产业创新发展专项行动，围绕萧山机器人小镇升级版建设，坚持全链条发力、“研发—设计—制造”一体化发展，加快形成创新资源聚集、产业链条集中的机器人产业布局，搭建更多产业协同创新平台，优化创新要素供给，打造机器人行业产业大脑多应用场景，努力把萧山建设成为具有全球影响力的机器人

产业创新策源地和应用示范高地。开幕式上，举行了萧山机器人小镇升级版建设启动仪式，开发区将着力把萧山机器人小镇打造成为人与机器人和谐发展的未来生活示范小镇，科技与文化融合的现代化小镇，机器人全产业链集聚发展的国内一流、国际知名的特色小镇。作为本次承办单位的萧山机器人小镇，利用自身机器人产业平台优势，积极举办中国（杭州）国际机器人西湖论坛、国际机器人组织峰会、人工智能与数字经济论坛、长三角新智能时代科技创新大会等高端行业盛会，聚集国内外专家同台探讨产业发展，营造了浓厚的创新创业氛围，推动小镇机器人产业集聚。

“宪法进农村”主题宣传月萧山会场活动举行。12月15日，2022年浙江省“宪法进农村”主题宣传月萧山会场活动在临浦镇横一村举办，旨在进一步提升农村基层法治水平，为全面推进乡村振兴、加快农业农村现代化提供强有力的法治保障。活动现场，播放了萧山区农业农村局十大法治工作亮点视频，并先后为十位“十大优秀企业”代表人赠书，为十位“法律明白人”、十位“法治带头人”颁证，为五位“乡村振兴普法公益律师团”代表及十户“农村学法用法示范户”授牌和赠书。近年来，我区紧紧围绕“亚运国际城·数智新萧山”目标，稳步推进法治政府建设，首次创建为法治浙江（法治政府）建设示范区。在“宪法进农村”方面，萧山突出宣传宪法关于农业农村农民的有关规定，以及民法典、乡村振兴促进法等涉农重点法律法规，大力推进美

丽乡村、法治乡村的融合，切实发挥法治对农业农村高质量发展的支撑作用、对农村改革的引领作用、对乡村治理的保障作用、对政府职能转变的促进作用，有效夯实了基层政权建设的根基。接下来，我区将以现行宪法公布施行 40 周年为契机，全面推动宪法学习宣传、贯彻覆盖“三农”领域，让宪法“飞入寻常百姓家”。

北塘路改造完成试通车。12月15日，改造提升后的北塘路试通车。北塘路（原名三益线）改造前为过境车辆集货运主要通道，随着城市的发展，开发区管委会积极回应居民对道路环境有机更新的迫切需求，筹集资金、征求民意，制定精细化提升改造方案，及时解决各类施工影响，历经近一年的时间，完成道路及绿化景观改造。此次道路及景观提升项目于2021年12月20日开工，实施范围东起浙赣铁路，西至博奥路，全长约4.6公里，宽度约75米，红线工程面积32.1万平方米，概算总额4.6亿元，开发区管委会全额投资建设。主要包括道路、河道、管线、景观、建筑、停车场、照明、桥梁和交通等九个分部工程。改造后的北塘路配备了完善的智能交通系统，南北两侧的园路作为人行通道及健身跑道实现了人车分流，通过对新旧园路的巧妙结合及新老苗木的合理搭配营造优美景观环境，并结合儿童游乐设施与健身器材等设备，成为了一个集休闲、娱乐、健身、文化为一体的综合性公园，为居民茶余饭后的生活增添了别样的趣味。

浙江各级党政机关企事业单位带头不再查验核酸阴性证明。

记者从12月17日召开的浙江省新冠肺炎疫情防控工作领导小组会议上获悉，会议明确：倡导“非必要不做核酸，非必要不查核酸证明”。除养老院、福利院、托育托幼机构、中小学等场所，为方便群众办事，全省各级党政机关、企事业单位带头，不再查验核酸阴性证明。同时保持现有便民核酸采样点布局不变、规模不变、效率不变，方便确有需要的群众进行核酸检测。

跨湖桥“爱心驿家”获评全国最美站点。近日，全国总工会发布2022年“最美工会户外劳动者服务站点”名单，浙江省萧山湘湖国家旅游度假区总工会跨湖桥爱心驿家榜上有名，为全区唯一。走进跨湖桥“爱心驿家”，映入眼帘的是洁净温馨的大厅，摆放有序的书籍。约30平方米的空间内，微波炉、电冰箱、应急药箱等便民设施一应俱全，几名户外工作人员正在休憩闲聊。“驿站对我们户外工作人员帮助很大，过来喝口热水，休息一下挺舒服的。平时要是受伤了，驿站里面都有包扎的创可贴和消毒酒精。”湘湖国家旅游度假区安保人员顾先生说。据了解，跨湖桥“爱心驿家”位于跨湖桥遗址博物馆入口处，节假日日均客流超1万人次。景区保障人员较多，工作量较大，因此跨湖桥“爱心驿家”一经投用，变成为湘湖景区环卫工人、执法队员等户外工作人员就餐、饮水、休息的温馨港湾。

此外，跨湖桥“爱心驿家”还先后举办快递小哥交流会、暑期送清凉等各项活动，让户外职工真正感受家的温暖。

所有医院门急诊取消 48 小时核酸阴性核验。12 月 16 日 19 时，杭州市人民政府新闻办公室举行杭州市新型冠状病毒肺炎疫情防控工作第五十八次新闻发布会。杭州市卫健委、杭州市经信局、杭州市疾控中心相关负责人出席发布会介绍有关情况，并回答记者提问。市卫生健康委党委副书记、副主任应旭旻回答：调整优化医疗救治工作的流程。为方便市民看病就医，从 12 月 17 日 0 时起，全市所有医疗机构门诊急诊取消核验 48 小时核酸证明。我市已经正式上线杭抗原小程序，市民通过自我抗原检测并且上传结果，健康码首页将根据核酸或者抗原结果综合判定阴性时间。幼儿园、中小學生核酸检测后，如果出现共管阳性，可以抗原检测代替单人单管核酸检测。如果抗原检测阴性，可以进入校园。

信息港小镇连续两年获浙江省命名类特色小镇考核优秀。近日，浙江省命名和创建特色小镇 2021 年度考核结果公布，萧山信息港小镇连续两年在命名类小镇考核中获评优秀，为全区唯一。信息港小镇切实发挥特色小镇“小区域大集聚、小载体大创新、小平台大产业、小空间大贡献”的支撑作用，奋力打造全省领先的产业经济高质量发展特色平台。

浦江发现疑似陨石。是晚的微博热搜，被浦江发现疑似陨石石块霸屏。12月15日傍晚5点50分左右，一道火光划过天空，不久后，金华浦江潭溪镇城头村有村民说，自己捡到了一块黑乎乎的“陨石碎片”，足足有七两重。钱江晚报·小时新闻记者跟踪报道发现，在城头村附近的寺前村、毛店村，接连有村民称自己捡到了陨石碎片，最重的一块有三斤四两。12月16日一早，行星科学专家、火星叔叔郑永春博士和中国航天科普大使、中国科学院国家空间科学中心研究员、博士生导师周炳红从北京赶来浙江，目前他们鉴定了三斤四两这块“石头”，确实是陨石。

全区血液库存告急！12月26日，记者从区无偿献血服务中心了解到，受疫情影响，街头无偿献血人数急剧下降，团体献血活动减少，我区血液库存告急。目前，血库存量在600个单位，按照日常的发放量来算，只够满足全区临床用血需求一个星期左右，血液库存已降至警戒线以下，血液保障面临严峻的困难与挑战。区无偿献血服务中心呼吁广大爱心人士挽袖献热血。区无偿献血服务中心副主任俞丽帅说：“旺角城的采血车这两天也因为缺少献血人员而临时取消了。上个星期，街头献血只有18人，献血量为6100毫升，只有平常献血人数的20%。我们联系了所前镇政府和浙江东南网架股份有限公司，好在两个团队有113个参加应急献血，献血量达37800毫升，保障全区这个星期的临床紧急用血需求。根据目前的库存血量，我们已经限额发放，全力保障危重抢救病人的临床用血需求。”为应对全区血液库存紧张

局面，我区无偿献血服务中心从 12 月初就启动了《萧山区无偿献血服务中心采供血应急预案》，工作人员从全区无偿献血名单中筛选了一批“献血积极分子”，工作人员挨个打电话招募。近期，疫情态势紧张，很多市民会有顾虑，未感染新冠的人群献血是否会增加感染的风险？对此，俞丽帅表示，一个健康成年人献血不超过自身总血量的 13%，对身体没有不良影响。一个健康成年人的总血量约占体重的 8%，如果 50 公斤的人献血 200 或 400 毫升，即占自身总血量的 5%或 10%，体重重的人占比会更低。另外，献血是采集人体的外周血，献血后肝、脾、肺等储血脏器中的血液会迅速补充至外周血中，恢复循环血容量。因此，献血并不会影响健康，也不会增加感染风险。此外，全区各个献血场所也都加强了疫情防控措施，严格执行清洁消毒制度。

（本栏目均来自“萧山网”）

【中老年养生保健小常识】

国外老年人奇特的健身法

骑驴子：近年来，驴子在法国突然吃香。许多城市的宠物商店均出售或出租驴子，而骑驴者大多是下乡郊游的老人。一位 60 多岁的长者说：“驴子生性老实，脾气温和，步速又慢，老年人骑着散步尤为合适！”

泡浮箱：越来越多的美国老人开始热衷“泡浮箱”。“浮箱”是以玻璃钢为原料制成的，里面注入一定浓度的药水和天然芳香剂。当老年健身者赤身浸入“浮箱”后，即处于半浮半沉的“绝妙状态”之中。“浮箱”门关闭后，水温渐渐升高，香味愈来愈浓，健身者渐渐进入高质量的深度睡眠。“浮箱”有降低血压、软化血管、减少中风和预防心脏病发作之效，也能防治多种皮肤病。

诗朗诵：在日本，朗诵诗歌被人们视作一种既健体又健心的活动。日本广播公司 10 年前创办的诗朗诵函授中心共接纳了 4 万余名学员，其中 60 岁以上的老人占 6 成以上。老年学员们纷纷将自己的诗朗诵录音带寄往函授中心，再由教师作出评点和指导。日本的健康专家们认定，老人经常朗诵诗歌可增加肺活量，改善记忆力，预防老年痴呆症的发生。

学爬行：自从巴西老年病治疗专家查尔沃医生创办了“爬行俱乐部”以后，在巴西老人中掀起了一阵“爬行热”。那些身患心血管疾病、痔疮、消化功能紊乱、失眠等症的老年人纷纷在地板上学起了爬行。爬行运动不仅能预防和缓解 20 余种老年病，且不易使老年健身者受伤。

赤足跑：在英国，老人们最时兴的健身活动首推赤足跑。赤足跑一般在户外进行，场地多为草坪、自行车道或路面光滑的乡间小道。

【抗疫小顾问】

杭州何时达感染高峰？专家最新研判

本周起，韵味杭州·杭州日报联动杭城多家医院推出大型“医直播”活动，针对即将到来的疫情高峰，邀请专家、医生就市民朋友关心的问题答疑解惑。

12月22日上午，“医直播”活动邀请到浙大一院感染病科主任盛吉芳教授，做客直播间，就阳后如何缓解症状、什么情况需要去发热门诊，家庭中如何防治等问题与网友们在线沟通。

浙大一院感染病科主任盛吉芳教授：

1.当下在杭州流行的毒株有什么特点或共性吗？

总体来说都是奥密克戎株，主要是 BA. 5. 2 和 BF. 7 以及一些小的分支。存在一定的致病率，但是毒力还是下降的，传播传染比较快。大家还是要小心谨慎，注意日常的防护，吸入的病毒少症状也会比较轻，对于生活的影响也会比较小。BA. 5. 2 和 BF. 7 在致病方面有没有什么差别，毒力差别不大。至于临床症状，有的人说的北方感染的毒株病症比较重，南方轻，是不存在的。北方天气寒冷，大多关着门，因此病毒浓度更高，气候寒冷对呼吸道黏膜刺激比较大，抵抗力也会差一些，所以北方的病人咽喉疼痛的症状更明显。

2.您预计杭州感染的高峰期会在什么时候？

目前杭州感染还在爬坡期，就医的病人比没有开放前增加了10倍。大杭州有1000多万人口，我觉得百分之七八十的人都会感染，感染以后才能形成免疫屏障。我预计大概3个月左右迎来高峰期，当然还要看人群活动、人群接触的情况，现在大家都不出门，这样也会延长高峰来临的时间。我们当然也不希望高峰来的像洪水猛兽一样，要力争有效削峰、平稳度峰、适当延峰，是有必要的。

3.疫情防控措施优化调整了半个月，目前浙大一院发热门诊接诊情况如何？

门诊接诊的量明显比放开以前增加了，增加的病人大概是10倍，原来可能100多个，现在是1000多个。以往一天是2个医生坐诊，现在有8到10个医生同时坐诊，也是为了减少病人排队等待的时间，但是时间上还是有冲突，一般下午傍晚比较忙，病人排队比较长。我建议，如果大家觉得症状可控，也没有其他危险因素，可以居家观察，监测体温、氧饱和度、呼吸，服用一些退热、对症治疗的药，不用都挤到发热门诊。

现在也是流感高发期，不少病人或是其他呼吸道感染，如果来发热门诊容易再感染新冠。没有基础病、年龄不大，我觉得可以居家观察。

4.目前，浙大一院有没有接诊重症、危重症患者？

我们现在收治的病人，基本都是有基础疾病的，比如尿毒症、脑梗、老慢支、心梗、哮喘、高血压、糖尿病等老年人，基础病加重情况的病人我们有收治。像新冠真的引起肺实变的重症、危重症患者目前还没有，普通型的肺渗出的病人有收治，但是渗出的量、症状比较轻，用一些药很快就吸收了。

5.疫情防控从之前的“防传染”到目前的“保护脆弱人群、防重症”，医院做了哪些准备？

一是腾挪病房，挪出专门收治新冠阳性病人的病房，专门组织力量来救治有基础病、老年人等重症病人。

二是根据国家以及省卫健委的要求，重症监护床位都留置到位，我们医院有 8.7%重症救治床位。

三是物资准备、医务人员培训，不光是我们医院医务人员的培训，我们还给 11 个地市重症救治队伍也进行了培训，大家都严阵以待。我们通过疾控中心的网络，也查看了 11 个地市的病人收治情况，基本和我们医院差不多，有基础病的、老年人容易有各种各样的问题。年轻人引起肺实变的情况比较少，大多还是没接种疫苗的、年龄大的、基础病的病人，这种还是风险比较大。

6.感染之后有什么症状？身体会发生哪些变化？

感染之后最突出的症状就是全身酸痛，咽干咽痛，发热。发热是一个清除病毒的过程，机体发热以后不让病毒生长，长期存留。有些病人还有会有腹泻呕吐等消化道问题，也有会有很严重的头痛、四肢酸痛。绝大多数症状集中在上呼吸道，就像流感一样。

7.感染之后，什么情况下需要去医院就诊？

感染以后，有基础病、或是老年人，特别是 75 岁以上，氧饱和度下降，用了退热药三天，体温持续不退保持在 38.5℃ 以上，或是有胸痛咳嗽、胸闷，氧和不好的病人，以及有尿毒症、肝硬化等基础病病人还是及时到医院评估一下比较好。

8.自己居家治疗需要准备哪些药品，该怎么用药？

预防用药没有必要，备药 5 到 7 天的量足够了，备一些退热镇痛药，比如布洛芬、中药等等。一般人的病程是三到五天，真正发烧一般是两三天。

9.家中有人感染了，其他人该怎么预防？

全程戴好口罩，吃饭分食，居住也分开，进行有效的消毒处理。在这个过程中，自己也要监测体温情况。如果本身打过疫苗可能会好一些。有条件分楼层最好，洗手间也要分开。自身注意保暖，因为寒冷也会加重感染后的症状。

10.有基础疾病的老年人，感染后有哪些特别注意事项？

基础病不同，注意的方面也不一样。碰到比较多是脑梗方面，要观察有没有抽搐的情况。

糖尿病的病人，感染后血糖容易升高，酮症酸中毒，高渗昏迷，降糖药要加大剂量；

高血压的病人，血压会升高，安静镇静，不要焦虑，要及时吃降压药；

我们也碰到比较多消化道出血的病人，因为镇痛药，对胃是有刺激的，肝硬化病人，得了新冠以后上消化道出血，有呕血、黑便的，在饮食也要注意；

尿毒症透析的病人，注意内环境平衡，感染以后血里面乳酸、代谢堆积物会增加，我们要及时给与透析，维持电解质平衡；

老慢支，心功能不好的病人，收治以后我们注意不要让他出现心衰的情况，补液不能太多，容易出现心功能衰竭，引起肺渗出，特别是左心衰容易出现咯血、粉红色的泡沫痰等症状；

哮喘的病人，在病毒感染过后，我们会根据炎症指标，来决定要不要使用抗生素来治疗。

每个病人不一样，我们在诊治过程中一定要了解清楚病人的基础病情况，不同的基础病有不同的治疗方法。

11.怎么判断自己是否康复？

一般时间上 5-7 天，体温正常，呼吸症状改善，咽喉部、全身酸痛改善。核酸 CT 值 35 以上，基本是康复了。

12.康复多久后才没有传染性，可以和他人接触？

康复以后，连续 2 次间隔 24 小时，核酸 CT 值都在 35 以上，就没有传染性了。

13.痊愈后家里怎么消毒？

开窗通风最要紧，一般的消毒剂，对新冠病毒都是有用的，但是建议家里也不要喷太多的消毒剂。家里的物件、被褥床单、衣物都可以去太阳下面暴晒，用紫外线来杀灭病菌。

14.痊愈了会二次感染吗？

短期内不会重复感染，目前也没有碰到这种情况，尤其现在都是奥密克戎株。以往有碰到过感染了德尔塔，后来又感染了奥密克戎，但是这种情况也是比较少见的。

15.怎么提高个人免疫力？

多运动，注意营养均衡，多休息少熬夜，戴口罩，勤洗手。

(来源:萧山网,原载:12月23日萧山网·杭州新闻)

【启迪你思考的哲理小故事】

猴子为啥迟迟变不了人

猴子想变成人，它知道要变成人要砍掉尾巴，猴子决定砍掉尾巴。动手前猴子被三件事困住了：①砍尾巴的时候会不是很疼？（改变是有一定痛苦的）②砍了后身体还能不能保持灵活性？（改变会有一定风险）③活了这么久，一直以来就和它一起，跟了很多年了，不忍抛弃它。（改变在情感上会有些许难受）

启示：所以，直到今天，猴子也没有变成人。要成就一些事就必须舍弃另一些事，舍不得你所拥有的，就得不到更好的！改变，也许会痛苦一阵子！不改变，就可能痛苦一辈子！事业与情感都是如此。

和尚该如何云游

一和尚要云游参学。师傅问：“什么时候动身？”“下个星期。路途远，我托人打了几双草鞋，取货后就动身。”师父沉吟一会儿，说：“不如这样，我来请信众捐赠。”

师父不知道告诉了多少人，当天竟有好几十名信众送来草鞋，堆满了禅房的一角。隔天一早，又有人带来一把伞要送给和尚。和尚问：“你为何要送伞？”“你的师父说你要远行，

路上恐遇大雨，问我能不能送你把伞。”但这天不只一人来送伞，到了晚上，禅房里堆了近 50 把伞。

晚课过后，师父步入和尚的禅房说：“草鞋和伞够了吗？”“够了够了！”和尚指着堆在房间里小山似的鞋和伞，“太多了，我不可能全部带着。”这怎么行呢？”师父说：“天有不测风云，谁能料到你会走多少路，淋多少雨？万一草鞋走穿了，伞丢了怎么办？”师父又说：“你一定还会遇到不少溪流，明天我请信众捐舟，你也带着吧……”

和尚这下明白了师父的用心，他跪下来说：“弟子现在就出发，什么也不带！”

启示：做一件事情，重要的不是身外之物是否完备，而是有没有决心？有决心了，拟定目标了，一切都不是问题！

授人以鱼不如授人以渔

从前，有两个饥饿的人得到了一位长者的恩赐：一根鱼竿和一篓鲜活硕大的鱼。其中，一个人要了一篓鱼，另一个人要了一根鱼竿，于是他们分道扬镳了。得到鱼的人原地就用干柴搭起篝火煮起了鱼，他狼吞虎咽，还没有品出鲜鱼的肉香，转瞬间，连鱼带汤就被他吃了个精光，不久，他便饿死在空空的鱼篓旁。另一个人则提着鱼竿继续忍饥挨饿，一步步艰难地向

海边走去，可当他已经看到不远处那片蔚蓝色的海洋时，他浑身的最后一点力气也使完了，他也只能眼巴巴地带着无尽的遗憾撒手人间。又有两个饥饿的人，他们同样得到了长者恩赐的一根鱼竿和一篓鱼。只是他们并没有各奔东西，而是商定共同去找寻大海，他俩每次只煮一条鱼，他们经过遥远的跋涉，来到了海边，从此，两人开始了捕鱼为生的日子，几年后，他们盖起了房子，有了各自的家庭、子女，有了自己建造的渔船，过上了幸福安康的生活。

启示：一个人只顾眼前的利益，得到的终将是短暂的欢愉；一个人目标高远，但也要面对现实的生活。只有把理想和现实有机结合起来，才有可能成为一个成功之人。有时候，一个简单的道理，却足以给人意味深长的生命启示。

爱迪生的爸爸怎么没有发明电灯？

有一小男孩问爸爸：“是不是做父亲的总比做儿子的知道得多？”

爸爸回答：“当然啦！”

小男孩问：“电灯是谁发明的？”

爸爸：“是爱迪生。”

小男孩又问：“那爱迪生的爸爸怎么没有发明电灯？”

爸爸语塞。

启示：人到老年，切记不要倚老卖老。岁数大不是本钱，有些经验总结，并不适合现在下一代。

【令你恍然大悟的趣味语文】

成语故事（3）

道不拾遗。春秋时，郑国政治家子产由于平定贵族旧势力的叛乱有功，成了郑国的正卿（官名）。他采取了一系列措施，促进郑国经济发展；同时还主张依法治国，制定了严厉的刑法来处置犯罪行为，因此，国内没有盗贼。“道不拾遗”（路上丢失东西，别人不会捡去）；街上的桃树、枣树长满了果实，也没人爬上去摘。由于子产把国家治理得很好，郑国富强起来了，虽然连续三年受灾，老百姓也没受冻挨饿的。

“道不拾遗”常与“夜不闭户”连用，形容社会风气良好。

大义灭亲。春秋时期，卫国的州吁杀死哥哥卫桓公，自立为国君。州吁驱使百姓打仗，激起人民不满。他担心自己的王位不稳定，就与心腹大臣石厚商量办法。石厚就去问自己的父亲，怎样巩固州吁的统治地位。石对儿子说：“诸侯即位，应得到周天子的许可，他的地位就能巩固。”石厚说：“州吁是杀死哥哥谋位的，要是周天子不许可，怎么办？”石说：“陈桓公很受周天子的信任，陈、卫又是友好邻邦。”石厚没等父亲把话说完，抢

着说：“你是说去请陈桓公帮忙？”石连连点头。

州吁和石厚备了许多礼物，却被陈桓公扣留了。原来，这是石的安排。卫国派人去陈国，把州吁处死。卫国的大臣们认为石厚是石的儿子，应该从宽处理。石就派自己的家臣到陈国去，把石厚杀了。史官认为石杀子是“大义灭亲”。

成语“大义灭亲”，现在指为了维护国家和人民利益，对犯罪的亲属不徇私情。

志在四方。春秋时，晋献公在宠妾骊姬的挑拨下，杀了太子申生，公子重耳和夷吾分别逃亡到狄国和梁国。后来，晋献公死了，夷吾在秦穆公和齐桓公的帮助下做了国君，他怕重耳回来争夺王位，就派人去杀他。于是，重耳又从狄国历尽艰险，逃到了齐国。齐桓公对重耳以及追随他的子犯、赵衰、狐偃等人都十分优待，还把一个本家姑娘齐姜嫁给了重耳。重耳在齐国一住七年，日子过得舒服极了，他也不想再回晋国去了。齐桓公死后，齐孝公做了齐国国君，齐国开始衰弱。子犯、赵衰、狐偃等一起来到桑园里秘密商议，要想办法让重耳离开齐国。这事让重耳的妻子齐姜知道了。齐姜是个女中豪杰，希望丈夫能做一番大事业，就对重耳说：“公子，你有远大的志向，我很高兴。你走吧！男子汉大丈夫总得做一番事业，留恋妻子和贪图安逸是没有出息的！”重耳听了很惊讶，说：“我并没打算离开你，离开齐国呀，我不走！”齐姜听了，知道重耳不想走，就和子犯等人商量了一个计策，用酒把重耳灌醉后，把他送出了齐国。后来，重耳在六十二

岁的时候，终于回到晋国，当上了晋国的国君，史称晋文公。

成语“志在四方”，常比喻人要树立远大的志向。

退避三舍。春秋时候，重耳逃亡来到楚国。楚成王认为重耳日后必有作为，就以国君之礼相迎，待如上宾。一天，楚王设宴招待重耳，忽然问道：“你若有一天回晋国当上国君，该怎么报答我呢？”重耳略一思索说：“美女侍从，珍宝丝绸，大王您有的是；珍禽羽毛，象牙兽皮，更是楚地的盛产。晋国哪有什么珍奇物品献给大王呢？”楚王说：“公子过谦了。话虽然这么说，可总该对我有所表示吧？”重耳笑笑回答道：“要是托您的福，果真能回国当政的话，我愿与贵国友好。假如有一天，晋楚两国之间发生战争，我一定命令军队先退避三舍（一舍等于三十里），如果还不能得到您的原谅，我再与您交战。”四年后，重耳真的回到晋国当了国君，就是历史上有名的晋文公。晋国在他的治理下日益强大。公元前 633 年，楚国和晋国的军队在作战时相遇。晋文公为了实现他许下的诺言，下令军队后退九十里，驻扎在城濮（pú）。楚军见晋军后退，以为对方害怕了，马上追击。晋军利用楚军骄傲轻敌的弱点，集中兵力，大破楚军，取得了城濮之战的胜利。

成语“退避三舍”，现在常用来比喻不与人相争或主动让步。

（本期完）