

用红色基因筑牢理想信念底色

——参加山西省人大瑞金培训班学习归来有感

□ 康彦红

生机勃勃的初夏时节,有幸参加山西省人大组织的人大代表瑞金培训班,进行为期一周的学习。

瑞金是我一直向往的地方。我曾无数次在书本上,在影视剧里看到她,如今,站在这块红土地上,不禁感慨万千。在一周的时间里,静研历史、追本溯源、深入思考、履职当下,于我而言,何其幸运,又何其珍贵!

瑞金作为红色故都,是共和国的摇篮,是中央红军长征出发地,是人民代表大会制度的发祥地,是无数党员干部提升学习路上取之不尽用之不竭的精神宝库。学习中,从专题授课到现场教学,从苏区精神到红井故事,从一苏大会到八子参军,每一天,我都被深深感动着。专家学者丰富的教学内容,超高的理论水平让我增长了见识、开阔了视野,他们以极端敬业的精神,把研究的理论成果和工作经验毫无保留地传授给大家;严谨的选题,完全针对人大代表急需的理论知识,结合实际,安排政治理论、经济发展、人大制度实践等丰富的教学内容,让代表们享受了一次知识“大餐”。现场教学,让我对红色文化挖掘、文旅融合发展、乡村振兴实现途径,有了较为深刻的认识。

当坐在一苏大会旧址里,我的脑海里再一次涌现出理想和信念这两个关键词。我想看看,那面鲜红的党旗上到底写着什么?看着南湖上那只游船,星星之火燎原,照亮苦难的大地;写着南昌城头一声枪响,井冈山上红米饭南瓜汤;写着铁流滚滚两五千里,自力更生创奇迹;写着进京赶考前的叮嘱和两个务必,还写着无数共产党人步履不停,舍生忘死,颠沛流离,仍心系天下。

从瑞金出发,我们党用十八年的时间迎来

新中国的诞生。从赣水河边到汾河两岸,江西山西,同为老区,底色相同。无论苏区精神还是吕梁精神,都是我们党革命精神的具体体现,是我们党从领导到领导力的关键注解,而这背后,正是信念的力量。唯如此,我们才能解释,一百年前,前辈们为什么能像雄鹰一样飞到欧洲去倾听大革命的余音流淌,飞到苏俄去领受工农革命的风暴,为什么会有又一批热血青年抛弃殷实富裕的生活,毁家纾难走进山林建立革命武装?为什么一批批纤弱的知识分子能唤起民众千百万,用热血托起沉沦的大地?

作为一名红色党史宣讲人员,我曾无数次地给人们讲起吕梁的红色故事。从1925年,吕梁山上成立第一个党组织一汾阳特别支部,到1949年晋绥边区结束历史使命,我们党领导吕梁人民24年红旗不倒、信仰不绝。张叔平铁钉穿身志不屈,牛友兰毁家纾难为抗战,续范亭飞马告急挽狂澜,刘胡兰视死如归热血溅;舍生取义的贺昌,向死而生的李林,英勇机智的蒋三……这一个个名字都写在了党旗上,写在了他们为之奋斗的新中国的史册里。

百年党史,血雨腥风。哪里有什么史上最牛的创业团队,只是一群以民族复兴为己任,不屈不挠,矢志不渝,坚定人民利益至上的人!

1919年,毛泽东在他创办的《湘江评论》上发表文章中提出“什么力量最强?民众联合的力量最强”。

密切联系群众,维护好人民群众的物质利益,是我们党实现政治利益和文化利益的基础条件,也是我们党的最大的政治优势和组织优势。

我们党的军队能得到人民拥护,固然是因群众纪律好,人称“哪家住八路,灶里有柴烧,

缸满院扫净”,更重要的是能解决中国农民祖祖辈辈最期盼的土地问题。从三大纪律、八项注意,到缸满院净,从减租减息到平均地权,党时刻惦记每家每户的疾苦,人民群众也就坚决自然拥护共产党,把“最后一块布,最后一碗米,最后一个儿子”交到党的手里。八路军从出兵山西四万五千人,到最后百万雄师过大江,靠的就是人民群众的拥护。

在苏区,毛主席提出要做群众的贴心人,在延安抗大,主席讲到“要把屁股端端地坐在人民的这一边”。时至今日,“以人民为中心”仍然是我们党的宗旨。2017年,习近平总书记视察晋绥边区革命纪念馆时深情的讲到:没有人民群众的支持,就没有人民战争的胜利。他讲这句话,是因为他有感于吕梁人民的伟大,有感于吕梁人民为革命事业做出的巨大牺牲和贡献。吕梁是革命老区,革命战争年代吕梁养兵十万,牺牲一万,无数吕梁儿女为了民族解放事业抛头颅洒热血。后人称,一部《吕梁英雄传》,十万晋绥子弟兵。中共中央西北局书记、陕甘宁晋绥联防军政委仲勋同志曾在他的回忆文章中明确写道:没有晋绥人民的支援就没有西北战场的胜利。

作为一个红色文化宣讲者,我从业二十多年,红色故事讲解几万场,可是直到如今,我每次讲到这里,都心潮澎湃,震撼无比。在这块充满劫难的土地上,在这些压不垮、打不到的人民心中,爱国,它从来不是一个抽象的概念,它是一种生于斯长于斯的深刻情感,它是我们和这块土地的生命关乎,它也从来不是一个模糊的词语,它需要的是一种共同努力,方能最终彼此成全。

我们党刚成立时只有57人,到1945年七大召开时也只有121万人,不足当时中国人口

的0.3%,就这“唤起工农千百万”的0.3%的人,代表了最广大的人民的利益。我们从人民群众中来,我们依靠人民,我们一切为了人民。

一路走来,从毛泽东“共产党人好比种子,人民好比土地”,到邓小平“我是中国人民的儿子”,从江泽民“代表中国最广大人民根本利益”,到胡锦涛“群众利益无小事”,再到习近平总书记“坚持人民至上”,无不道出我们党与人民群众的深厚情谊和对人民群众的赤子情怀。在这点上,反观苏联,从中足以映照出,我们党把密切联系群众,真正的作为生命线来紧紧恪守,毫不懈怠。

在上世纪90年代,苏共历经70多年艰辛建设起来的苏联社会主义事业毁于一旦。导致苏联解体的原因很多,但失去人民群众的拥护,无疑是最根本的原因。在苏联解体前夕,苏联的《西伯利亚报》曾以“苏共代表谁”为题,在群众中进行调查,结果认为苏共代表党的官僚和干部的竟占85%,认为代表劳动群众的只占7%。这一教训令人深思。

学习永无止境,努力方能前行。短短几天的学习,深受触动的同时也更坚定了自己做好一名合格的人大代表的信心和决心!作为一名长期致力于吕梁红色文化宣传的基层人员,在以后的工作中,必将继续贯彻落实好习总书记来到吕梁时的谆谆告诫,大力弘扬吕梁精神,讲好吕梁的红色故事,讲好我们党的红色故事,以这次学习培训为契机,自觉主动提升代表履职能力,充分发挥代表作用,大力全情投入吕梁的文化建设和旅游发展,为美丽幸福吕梁贡献自己的力量!

(作者系山西省人大代表、吕梁市人大代表、晋绥边区革命纪念馆宣教科科长)



多棱镜

彩礼本是一种传统风俗,然而随着经济社会的发展和人民生活水平的提高,彩礼也随之“叫高”,特别是“天价彩礼”让这一风俗走了形变了味。

对于经济条件比较宽裕的女方家庭来说,彩礼基本都要随嫁妆带到男方,作为男女双方日后的生活所用。但在实际中,一些地方彩礼风俗中也存在“攀比风”,使“彩

让“天价彩礼”归于“礼性”

□ 梁振明

“彩”价码暴涨。有的女方家认为,要彩礼高,表明女方的身价也高。这种现象,也推动了“天价彩礼”的形成。

作为男方的父母,为了儿子婚姻大事,东拼西借把彩礼置办全了。但为了筹集儿子结婚的彩礼,攒下的养老金花完了,东抓西借下的钱要还。

天价彩礼、婚礼大操大办给许多家庭

带来沉重负担,对社会风气造成不良影响,这些问题应引起社会的高度重视。

整治天价彩礼陋俗,需要社会各方紧密配合,上下联动,协同作战,逐步形成节俭办婚事为荣,要天价彩礼为耻的社会风气。要倡导文明节俭的“集体婚礼”、“旅行结婚”等婚庆形式,创建风清气正的社会环境。



玲珑少年 风华舞台

文水县举行2024年中小学校园文化艺术节展演活动



向『打防管治宣』要整治实效 交城县开展校园及周边秩序整治百日专项行动

本报讯(记者 李亚芝)

少年儿童是祖国的希望,民族的未来。让每一名少年儿童都能伴随时代的脚步茁壮成长是全社会共同的心愿。为加大对未成年人违法犯罪的防治力度,有效降低未成年人违法犯罪率,为未成年人健康成长营造优良环境,交城县坚持源头治理和综合治理,坚持“打防管治宣”一体推进,从4月17日开始,在全县范围内开展为期三个月的校园及周边秩序整治百日专项行动,重点对涉生涉校、涉未成年人的突出隐患问题进行排查整治,全面净化校园及周边环境,切实保护未成年人身心健康,守护校园净土,真正成为自由、欢乐与知识的殿堂。

成立专班,明确分工。成立百日专项行动工作专班,负责统筹组织实施,定期分析研判,及时研究解决行动过程中存在和发现的疑难问题。县委政法委负责百日专项行动实施过程中校园周边相关整治情况的统筹调度、进度跟踪、督查通报等事项。县教育局负责校园内相关整治情况的统筹协调、文件资料收集等,各成员单位要积极落实部门职责,切实开展专项治理。

强化组织,周密部署。各单位、各乡镇、各学校切实予以高度重视,加强组织领导,组建整治专班,制定细化方案,公布举报电话,畅通举报渠道,及时化解矛盾纠纷,做到及早预防、及时疏导、快速干预、有效控制,有效降低未成年人违法犯罪,确保百日专项行动取得实效。

部门联动,强化协作。各单位、各乡镇、各学校在县委、县政府领导下,切实加强横向联动、纵向联通,强化协同配合,明确任务分工,强化工作履职,加大打击力度,强化宣传警示教育,完善防治办法,积极构建综合防治体系,切实形成工作合力。

深入宣传,营造氛围。各单位、各乡镇、各学校深入总结整治情况和典型工作经验,积极发挥互联网+法治宣传新兴媒体作用,通过县融媒体中心及互联网媒体平台宣传报道,强化宣传引导,加大赋分权重,强化督导检查,对领导不重视,整治力度不大,敷衍应付的单位、乡镇,将采取通报、约谈、挂牌督办、重点管理等综合手段。教育部门要将百日行动工作纳入责任督学挂牌督导范围,会同检察、公安等相关部門对各学校专项治理行动开展情况进行联合检查,指导学校不断改进防治措施,确保各项工作落实到位。

近年来,随着生活水平的提高和饮食结构的改变,儿童肥胖问题日益严重。因此,有必要对儿童肥胖症进行早期干预,接下来浅谈一下儿童单纯性肥胖的成因及预防措施,为广大家长提供帮助。

医学上对体重超过按身长计算的平均标准体重20%的儿童,称为小儿肥胖症。超过20%—29%为轻度肥胖,超过30%—49%为中度肥胖,超过50%为重度肥胖。

肥胖症分两大类,无明显病因者称单纯性肥胖症,儿童大多数属此类;有明显病因者称继发性肥胖症,常由内分泌代谢紊乱、脑部疾病等引起。有研究表明,小儿肥胖症与冠心病、高血压和糖尿病等有密切关系。

常见因素:一般认为与营养过度、心理因素、缺乏活动、遗传因素等有关。

1、营养过度。营养过多致摄入热量超过消耗量,多余的热量以甘油三酯形式储存于体内致肥胖。婴儿喂养不当,如每次婴儿哭时,就立即喂奶,久之养成习惯,以后每遇挫折,就想找东西吃,易致婴儿肥胖,或太早喂婴儿高热量的固体食物,使体重增加太快,形成肥胖症。另外妊娠后期过度营养,成为出生后肥胖的诱因。

2、心理因素。心理因素在肥胖症的发生上起重要作用。情绪创伤或心理障碍如父母离异、丧父或母、虐待、溺爱等,可诱发胆小、恐惧、孤独等,而造成不合群,少活动或以进食为自娱,导致肥胖症。

3、缺乏活动。儿童一旦形成肥胖,由于行动不便,更不愿意活动,以致体重日增,形成恶性循环。某些疾病如瘫痪、原发性肌病或严重智能落后等,导致活动过少,消耗热量减少,发生肥胖症。

4、遗传因素。肥胖症有一定家族遗传倾向。双亲胖,子代70%—80%出现肥胖;双亲之一肥胖,子代40%—50%出现肥胖;双亲均无肥胖,子代仅1%出现肥胖。单卵孪生者同病率亦极高。

肥胖症小儿常有心理障碍如孤僻、自卑感等,也可作为肥胖的起因和维持肥胖的因素之一。

肥胖症可见于任何年龄小儿,以1岁以内,5—6岁或青少年为发病高峰,患儿食欲极好,喜食油腻、甜食,懒于活动,体态肥胖,皮下脂肪丰厚、分布均匀,面颊、肩部、乳房、腹壁脂肪积聚明显。腹部偶可见白色或紫色纹。男孩会阴部脂肪堆积,阴茎被掩盖。体重超过同龄小儿,且身高及骨龄皆在同龄小儿的高限,少数可超过,智力正常,性发育有正常或提前。

肥胖症的干预措施:

1、限制饮食。限制饮食既能达到减肥目的,又能保证小儿正常生长发育,因此,开始时不宜操之过急,使体重骤减,只要求控制体重增长,使其体重下降至超过该身长计算的平均标准体重的10%,即可不需要严格限制饮食。

重度肥胖儿童可按理想体重的热量减少30%或更多,饮食应以高蛋白,低碳水化合物及低脂肪为宜,动物脂肪不宜超过脂肪总量的1/3。并供给一般需要量的维生素和矿物质。为满足小儿食欲,消除饥饿感,可多进食热量少、体积大的食物,如蔬菜及瓜果等。宜限制吃零食和甜食及高热量的食物,如巧克力等。

2、增加运动。肥胖儿童应每日坚持运动,养成习惯。可先从小运动量活动开始,而后逐步增加运动量与活动时间。应避免剧烈运动,以防增加食欲。

3、行为治疗。肥胖儿童行为应自我监测,记录每日体重、活动、摄食及环境影响因素等情况,并定期总结。父母应帮助孩子评价执行情况及建立良好饮食与行为习惯。

所有的儿童肥胖都离不开我们日常的防护。一旦发现儿童体重超过正常水平,应及时去医院进行检查。

健康 知识

省级非遗技术“透骨拔毒疗法”进吕梁日报社

本报讯(记者 高茜)5月8日,省级非物质文化遗产“透骨拔毒疗法”代表性传承人蔚俊康带队走进吕梁日报社,为报社职工缓解颈、肩、腰腿、关节痛等症状。

“透骨拔毒疗法”是传承200多年的省级非遗技术,在皮部涂抹药酒后,通过特制木棒富有节奏地轻轻拍打,对祛寒除湿、解除劳损效果显著。蔚俊康从小耳濡目染,时常瞧见祖辈运用此方治疗骨关节风湿类疾病,便对这个“小物件”产生了浓厚的兴趣,年轻时就能在祖辈指导下为患者进行理疗,日复一日年复一年,在长期的实践中,熟练掌握了这项技艺,成为第十代传人。

现场活动中,蔚俊康用丰富的理论知识结合实际案例,深入浅出地为大家剖析了颈椎病、肩周炎等病因,并通过实地治疗为报社职工带来了一场真正的“福利”。

左手持肩臂涂药,右手持特制木棒富有节奏地进行拍打。只见治疗师时而如“蜻蜓点水”,时而又如“猛虎下山”,手法干净利落,如行云流水,上下飞舞,快如闪电,一拍一收间,令人目不暇接,轻重缓急,富有韵味,不时将药液均匀地涂抹于患处,半个小时后,原本肩膀酸痛的女职工便觉得疼痛有所缓解,笑容满面地说:“别看这个个小东西,老祖宗留给我们的技艺真是管大用。”活动结束后,大家都希望以后能多组织这样的活动,在有效保护和传承非物质文化遗产项目的同时,用这一优秀技法为更多的人解除疼痛,共同传承中医经典。