

老干部建言献策 革命精神大放光芒

我市召开“浙西南革命精神”内涵研究老干部座谈会

阅读提示

老干部们围绕着什么是“浙西南革命精神”、怎样当好浙西南革命传人、如何弘扬革命红区精神,在以“丽水之干”担纲“丽水之赞”中找到新定位等议题展开讨论,探讨新时期丽水人的共同精神追求和价值取向。

□ 记者 陈春

本报讯 1月8日下午,我市召开“浙西南革命精神”内涵研究老干部座谈会,通报研究弘扬践行“浙西南革命精神”总体方案及相关情况,并就“浙西南革命精神”精准提炼、价值转化、成果运用等问题,向参会的老干部代表征求意见。

深入研究、挖掘、提炼“浙西南革命精神”内涵,大力学习、弘扬、践行“浙西南革命精神”,既是贯彻落实市委四届四次全会精神,推动“八八战略”再深化、改革开放再出发,高质量谱写“八八战略”丽水新篇章的客观要求和政治担当,也是适应新时代新任务新要求,把“浙西南革命精神”与“丽水精神”结合起来,推进“丽水精神”与时俱进,高举“丽水之干”旗帜的内在要求和实际行动。

当日下午,我市召集来自市人大、市政协、市委统战部、丽水学院等单位的离退休



老干部代表,向他们通报研究弘扬践行“浙西南革命精神”总体方案及相关情况,并向他们征求意见。

会上,老干部们回顾了丽水发展与改革的奋斗历程,并结合自身多年工作实践,分别阐述了对“浙西南革命精神”内涵的理解,提出了自己对表述语的想法,并着重围绕什么是“浙西南革命精神”、怎样当好浙西南革命传人、如何弘扬革命红区精神,在以“丽水之干”担纲“丽水之赞”中找到新

定位等议题展开讨论,探讨新时期丽水人的共同精神追求和价值取向。

下一步,我市将继续在更大范围、更广层面上着眼于“浙西南革命精神”的提炼、传播、转化,全面梳理浙西南的红色文脉和红色文化资源,对浙西南革命历史进行挖掘,提炼其历史价值与现实价值,并就培育新型文化业态、深化红色文化保护、挖掘和弘扬等方面进行研究,形成有一定理论深度、真知灼见的调研成果。

旧的不去新的不来

一天,我正奋笔疾书,突然听到在屋外择菜的老伴下命令:“快把电饭锅里的剩饭热一热。”

我不耐烦地应对:“今天不是停电吗?”

她更不耐烦:“活人还能让尿憋死?放在煤气炉上不是一样能加热吗?”

我想想也是,就快步将电饭锅端起放在煤气灶上,“嘭”一声拧开了煤气,又迅速返回桌前。

不一会,老伴大喊:“什么烧糊了?”我跑到厨房一看,原来是电饭锅的三个塑料支腿烧着了。老伴大发雷霆:“你怎么能把电饭锅直

接放在炉子上?”我还嘴硬:“不是你让我放的吗?”

她更来劲:“我让你放内锅,那是金属的,谁让你连塑料外壳一起烧啊!”我这才醒过味来,赶紧给自己找个台阶下:“旧的不去,新的不来嘛。”

(韩长绵 80岁)

小寒重养肾,切忌补过头



5日小寒节气一过,进入一年中最寒冷的日子。小寒过后要注重养肾,具体做法可归纳为“三宜”。

一宜补虚益肾 小寒要重视“补肾防寒”,可在菜肴中加入温性食材,比如枸杞子、莲子、黑木耳、黑芝麻、核桃等。要注意的

是,过量进食热量较高的羊肉、牛肉等食物,往往会产生内热,而体外依旧寒冷,温差大很容易出现感冒反复。

二宜按摩强肾 我们还可通过按摩来达到护肾暖身的作用。平时可多按摩阳池穴(它是支配全身血液循环及荷尔蒙分泌的重要穴位),主治手脚冰凉。刺激阳池穴,要慢慢进行,时间要长,力度要缓。

三宜喝茶驱寒 小寒过后要注意给身体“供暖”,推荐日常喝点红糖姜茶,姜为辛温散寒之品,红糖温中补中,这个茶有驱寒、发散的作用,对冬季驱寒和治疗外感风寒都有很好的效果。

具体做法是:取50克生姜,洗净、去皮、切片,用1000毫升沸水冲泡,然后根据各人的口味适当添加红糖即可。姜片一天之内可以反复冲泡。茶中还可加些枸杞,有滋阴的作用。

(王国玮)



鹧鸪天·九州梦

万仞山峰志欲酬,一团枫叶染深秋。中华改革争朝夕,时代飞奔追上游。

频努力,苦追求,目标不达不言休。汗挥待到圆佳梦,国富民强话九州。

(市区 常青 75岁)

赞老科协群

英才会聚阳光地,笑语欢声满目春。满腹经纶人未老,才华横溢更精神。

(龙泉 吴炜 69岁)



每当走在斑马线上,看到来来往往的大小车辆减速慢行,甚至停下来礼让行人,我总会一边快步向前走,一边情不自禁地向驾驶员伸出大拇指,表示我的赞许和谢意。昨天晚饭前,家里的燃气灶突然点不着火,我拨打96345求助,过了两分钟,一位维修工来电说,你换一下电池试试,如果还是不行,我立马过来检修。我换上新电池,一按开关,一切恢复正常。看着这蔚蓝色的火苗,我心里油然升起一股暖意。幸福,其实非常简单,它就是一种自我感觉。若胸中常怀感恩之心,你就时时处处都生活在幸福之中!

(市区 徐龙年 75岁)

只要用心发现,幸福就在身边。多观察多体会留住那些让人愉悦、满足、心动的时刻。您生活中的每一个“幸福一瞬间”,火热征集中。来稿请寄:丽水市中山街北126号丽水日报报业传媒集团704办公室,或发送至邮箱c215166610@163.com。