

共思伟人崇高风范 共叙亲情友情乡情 共谋家乡科学跨越发展

纪念周恩来同志诞辰120周年筹备工作暨周总理家乡经济社会发展汇报咨询会交流内容摘登



周恩来总理作为中华民族的儿子，既是全国各族人民敬爱的总理，也是淮安人民培养的优秀领袖，他的一生为国为民鞠躬尽瘁，死而后已。他在青少年时代，就富有革命理想，立志为中华之崛起而读书。在天津南开中学读书时，18岁的他发表了许多诗篇和文章。其中有一首诗写道：“险夷不变应尝胆，道义争担敢息肩”。抒发了他忧国忧民和发愤图强的情怀，表达了他立志革命到底的崇高理想。19岁的周恩来，为了寻求救国救民的真理，远涉重洋到日本留学。临行时赠给同学一首诗写到“大江歌罢掉头东，邃密群科济世穷。面壁十年图破壁，难酬蹈海亦英雄”。表示他决心钻研社会科学，挽救国家的危亡，以古人那种“面壁十年”的刻苦精神，来改造当时的社会，即使壮志难酬，蹈海而死，也不愧为中华儿女，充分表现了他年轻时的远大抱负。

周总理精神不仅属于淮安、属于江苏，也属于全党、全国人民，是我们全党在新时代奋力前行的宝贵精神财富之一。从改革开放到至今的几十年里，淮安有了翻天覆地的变化，经济社会一个台阶又一个台阶地向上攀登，是中国发展的缩影。淮安人民的优秀品质是中国人民优秀品质的缩影，敬爱的周总理高尚的人格品质是中华民族优秀传统文化的缩影。面对新时代、新机遇，淮安人民要紧抓当前，进一步读懂新理念、新思想，进一步汲取总理宝贵的精神财富，提升文明素养，在这个伟大的新时代，紧紧抓住面临的新机遇，争取作出更大的新作为。



全国人大常委会原副委员长许嘉璐

我原来在上海人民艺术剧院工作，1956年调到北京中央实验话剧院。我们每次演出，周总理都来看；我们排戏时，周总理也经常过来看，为我们提出宝贵意见。有一次，周总理看我们的《桃花扇》演出，看完半场，因为临时有急事要离开，他笑着对我们说：“今天，我只看了半场，下次我还要把那半场给补上。”时隔不久，周总理在工作繁忙的情况下，真把那半场给补上了。

1958年，大跃进时期，周总理提出出来要深入生活，文艺工作者要投身到火热的斗争当中去。周总理说了之后没几天，我们就下乡了，到张家口温泉屯体验生活。在张家口，我们根据当地的事自己编了一些小的话剧表演给农民看；回京后，在颐和园，周总理看了我们的汇报演出后特别高兴。那天我们也特别幸福，因为演出结束后我们和周总理一起吃了饭。

作为周总理的家乡人，这几年，我感觉家乡的变化很大，尤其是建筑房子、家乡的小吃、淮扬菜很不一样。不仅如此，我还发现我们淮安饭馆的招牌上的字、门上的对联也比其他地方有特色，体现了我们淮安深厚的文化底蕴。



国家话剧院原院长、著名表演艺术家石维坚

家乡淮安的整体面貌，包括经济、规划、城市建设、布局、定位都给人耳目一新的感觉。家乡的美食美景以及儿时的记忆时常会在我的脑海浮现，是家乡的水土养育了我们，所以我们一定要把淮安人的优良作风传承下去。

在周总理诞辰120周年之际，作为北京淮安商会的一员，我们要把周总理大公无私的精神传承下去；作为企业家，我们要积极利用好北京的资源 and 家乡对接，更好地为家乡经济发展作出贡献。



淮安北京商会副会长余晨

淮安，一个人杰地灵的地方，有讲不完的历史故事，无论是旅游还是美食，都是很多中国人向往的地方。明年，淮安高铁通了以后，会吸引全国各地乃至国外的游客到淮安感受咱们的漕运码头、河下古镇，还有淮扬菜等等。

周总理精神延续至今，已融入到我们的血液和骨髓当中，值得我们一辈辈后代学习。包括国外的一些华人，一提到周总理，都引以为豪。所以，作为在淮安投资的企业家，我们不但要把周总理的精神融入到我们日常工作中，更要让更多的中外游客了解周总理精神、传播周总理精神。



老北京传统小吃协会会长、北京万丰小吃董事长侯嘉

我的父亲周恩寿曾经向周总理提出，驸马巷老家的房子太破旧，再不修就要倒塌了，淮安县委也已经说明，要帮着把房子修葺一次。周总理当时明确回答：“不用了，淮安县委来人，我已经给他们讲过了，院里的住户不需搬迁，我们的房子，尤其是我住过的房子，要塌就让塌掉，塌平了最好，不许翻盖维修。我平生最恨的就是封建主义的那一套：衣锦还乡、光宗耀祖，只要活着，就不许搞。”同时他还坚决平掉淮安、重庆、绍兴的三处祖坟，更加体现了周总理的殡葬思想和无私奉献、甘当人民公仆、谦虚谨慎的精神。

1988年，我第一次踏入老家淮安，参加周恩来纪念馆的奠基仪式。近30年里，我每年都有两三次机会回到淮安，每次的感觉都不一样。特别是近几年，家乡有了翻天覆地的变化，我也感觉自己已经融入到家乡发展的氛围之中，心里感到由衷的高兴和自豪。

在纪念周恩来总理诞辰120周年的筹备活动中，区委区政府围绕纪念版块、宣传版块、文化版块、经济版块、工程版块“五大版块”，工作做得很具体，落实得很到位，体现了“隆重、热烈、节俭、实效”的原则。特别是恩来干部学院主体竣工并顺利开班，成为又一个传承和弘扬周恩来精神，打造干部党性教育基地、恩来思想研究中心、淮安形象展示窗口、城市功能引领的平台，充分展示建设好周总理家乡的象征意义。



周总理亲属代表周秉德

近年来，中核投资在江苏淮安先后成功投资、建设和运营淮安区污水处理厂一期、二期和一级A提标改造、淮安区化工集中区污水处理厂、淮安区乡镇污水处理厂和淮安区城镇污水处理厂污泥处理处置中心等项目，乡镇污水处理厂项目采用的远程监控系统管理模式，处于江苏省乃至全国行业领先地位，已成为江苏省乡镇污水处理运行的典范；中核投资同时在淮安欧美工业园、达方电子等屋顶光伏发电项目先后投入约1.5亿元发电总容量达到15MW。

未来，中核投资将进一步加大在淮安区的投资力度，与淮安区人民政府构建长期战略合作伙伴关系，紧密跟踪流域治理、城市污水处理厂三期扩建、白马湖地面水厂扩建以及化工区污水处理厂改扩建等项目。我们相信，凭借中核投资在环保综合治理、城市发展建设、产业园区开发、投融资平台搭建等方面的丰富经验，中核投资必将能为淮安地方经济建设做出更大的贡献。



中核投资有限公司总经理艾轶伦

淮安人杰地灵，人才辈出，是一代伟人周恩来总理的故乡，又是全国历史文化名城。淮安不但是令人向往的地方，更是一片投资的热土。经淮安区政府办、民政局等部门的推介、招商，在淮安区委区政府的大力支持下，2016年底我们成功与淮安区政府签订了投资10个亿的英东康复养老养护中心项目；2017年6月，占地113亩的项目用地依法摘牌。项目实施建筑面积15万平方米，主要内容是：老年人住宅、养老服务用房及活动用房，以及为养老配套的商业用户，项目建成后可以容纳1000名老人的养老养护。项目将以实现健康、快乐的老年新生活为目标，融居家养老和机构养老优化为一体，争创国家民政部样板养老社区。项目规划在得到相关部门批准后，计划今年5月开工，两年半全部建成。

下一步，我们在建好英东养老项目的同时，还将在特色小镇、养老产品的生产等相关项目上寻求合作机会，以实际行动，不辜负淮安人民的厚望，为建设绿色、和谐、美丽新淮安贡献力量。



中海外建设集团有限公司董事长孙斌

我曾经两次在影视剧中扮演周恩来总理，周恩来总理曾和我的父亲六龄童、我的二哥小六龄童，在1957年的表演舞台上合影，为他们留下了光辉的、永恒的历史瞬间。作为一名“家乡人”，我愿意和在座的领导、朋友们一起把周恩来总理家乡建设好，为淮安的发展作出积极的贡献。



淮安区荣誉市民、著名表演艺术家六小龄童视频发言

本版摄影：李峰

遗失声明

遗失：严爱梅保险手册一本，证号：1002629024，声明作废。

有三个特征大多寿命长

一、心率偏慢 每个人的心跳速度是不同的，有的人每分钟只跳六十多次，有的人却要跳动九十多次。每分钟相差三十次，一天即是相差四万次！心脏跳得太快，肯定会让心脏耗费太多力量，引起劳损，缩短寿命。心率慢，但能保证它的正常收缩和舒张活动，满足人体血管中的血液循环需求，且是长期稳定，功能健全的慢心率，则与长寿成正比。

二、肺活量大 肺活量是指一次尽力吸气后，再尽力呼出的气体总量。大多数人的肺活量会随着年龄的增长而下降，然大多长寿老人可以保持年轻时的肺活量。目前国外有很多机构已将肺活量作为检测衰老的首选项目之一。

三、手握力大 美、英两国的研究人员发现，握力大的长者不但身体强健，体内各个器官正常运行，而且反映人的骨密度更高，人也就更长寿。

男人8个长寿习惯

胸口痛一定要去检查 干体力活或运动后，有些男性会出现胸口痛的情况，一般情况下，休息片刻胸痛会停止，但应提高警惕，这可能是心脏病的早期症状，最好去医院进行健康咨询并检查一下。

注重隐秘的睾丸癌 20岁至40岁的男人易患肿瘤，睾丸癌是其中之一。假如发现及时，该病的治愈率达85%。男性平时应经常自查性器官，最好是在温水澡后进行，假如发现皮肤上有鼓起的小包，应立即去医院检查。

不要病重才去医院 很多男性嫌看病麻烦，据统计，80%的重病患者承认，自己就是由于长期不就医，以致小病误成大病，贻误了最佳治疗时机。每年例行体检是保持健康的最好方法。

尽量少吃油腻和油炸食物 男人的口味一般都较重，爱吃油腻和油炸食物，这样轻易增加患血管疾病的危险。因此，应多吃些清淡食物，多吃植物油少吃动物油，平时多吃些蒜和鱼类，适量喝点红葡萄酒，这样能降低胆固醇含量。

不抽烟最佳 吸烟会增加患心血管病、肺癌和呼吸器官疾病的风险。想拥有健康最好戒烟，一时戒不了应多吃胡萝卜、甜椒、葱蒜、菠菜和水果等，经常喝茶。

关心自己身上的痣 身上的痣假如不再增加或出血，痣本身不会有什么危险。要经常注重自己的痣有没有异常现象，避免痣的恶变带来严重后果。

保持一定的体力活动 现代男性的体力活动越来越少，发胖人群逐年增加，多余的体重会对心脏和关节造成很大负担。因此，男性最好经常散步，经常参加体育锻炼。

了解家族病史很重要 据现代医学证实，许多病理都带有它的遗传性。所以男性也应该清楚自己的家属病史，做到心中有数及时预防，并有针对性地做好日常保健工作。

健康教育

世界葡萄酒看法国 法国葡萄酒看克林伯瑞

克林伯瑞葡萄酒 法国原装进口 创始于1821年

淮安区店 85920058 清河店 83653909

六瓶起送