

# 中共中央印发《中央党内法规制定工作第二个五年规划(2018—2022年)》

据新华社北京2月23日电 近日,中共中央印发《中央党内法规制定工作第二个五年规划(2018—2022年)》。《规划》深入贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神,着眼于到建党100周年时形成比较完善的党内法规制度体系,对今后5年党内法规制度建设进行顶层设计,提出了指导思想、目标要求、重点项目和落实要求,是推进新时代党内法规制度建设的重要指导性文件。

《规划》提出,要适应新时代坚持和加强党的全面领导、以党的政治建设为统领全面推进党的各项建设的需要,到建党100周年时形成以党章为根本、以准则条例为主干,覆盖党的领导和党的建设各方面的党内法规制度体系,并随着实践发展不断丰富完善。党内法规制度质量明显提高,执行力明显提升,系统性、整体性、协同性明显增强。



## 专家支招摆脱假日“美食综合征”

新华社长沙2月23日电 (记者 刘坤)很多人在节假日暴饮暴食后容易患上节后“美食综合征”,出现头昏、头痛、眼花、记忆力衰退、肢体麻木等症状。对此,医生建议在节后调整饮食结构。

长沙市第一医院神经医学中心主任、主任医师王爱民介绍,摆脱节日综合征,要坚持健康的生活习惯,注意饮食搭配,如果人体血液呈酸性,人就容易疲劳,同时抵抗力也会下降。在摄入酸性食物的同时,要吃些碱性食物,以求酸碱平衡。

王爱民说,不少人在节假日过多食

用副食品,食盐摄入就更多了,其血液中

钠含量偏高,不利于保持正常血压,多吃

含钾较丰富的紫菜、海带、香菇、芦笋、豆

苗、莴苣、芹菜等,能帮助钠的排出。

## 公告

山东奥龙农业机械制造有限公司行政专用章、财务专用章、合同专用章、法定代表人名章(张学香)自公告之日起声明作废,不再使用,并重新申请合法有效印章。

# 向着新征程扬帆奋进!

## ——从小岗精神看中国改革开放40年

新华社记者

一个村庄的位置可以有多高?

安徽,小岗村,以不到100米的海拔标记了中国改革开放的精神高地;

一枚手印的力量可以有多大?

立下生死契,按下18枚红手印,释放出中国改革开放的初始动力。

40年前,发端于小岗村的“大包干”成为改革开放一声春雷……正是从那一年起,中国共产党领导亿万人民开启了改革开放这场决定中国前途命运的伟大变革,中国特色社会主义由此开启了伟大的实践征程。

在中国迈入新时代的今天,让我们重温小岗精神,从波澜壮阔的伟大变革中汲取力量,以一往无前的奋斗姿态创造新时代改革开放的荣光。

**“改革开放的一声春雷”——小岗“大包干”成为改革开放的实践起点,在中国共产党领导下,亿万人民踏上了中国特色社会主义道路的新征程**

“我们世世代代在这田野上生活,为她富裕,为她兴旺……”——摘自歌曲《在希望的田野上》

冬日的皖东北,阳光普照。

“是党的解放思想、实事求是,给了我第二次生命。”当年起草“大包干”生死契的严宏昌坐在宽敞客厅里回忆。

1978年冬夜,小岗人托孤求生、立誓为盟,在一張破褶皱的薄纸片上,按上18枚鲜红手印,“分田到户”。

“小岗村当年的创举是我国改革开放的一声春雷”——2016年4月25日,习近平总书记来到小岗村“当年农家”院落的大包干签字室时这样称赞。

18枚红手印,见证了一段艰辛的岁月。

“一日三餐喝稀汤,正月出门去逃荒。”“大包干”之前小岗人讨饭所唱的凤阳花鼓词,反映了那时生活状况。

什么是社会主义?怎样建设社会主义?……这一重大课题,考验着当代中国共产党人。

“包干到户”调整了生产关系,改变了原有的分配方式,责任到人,极大释放了蕴藏在每个人身上的生产力。

次年,小岗整个生产队粮食总产13.3万斤,是前十余年产量的总和。

历史的走向,总是隽永深长——

在小岗农民按红手印的那个冬天,党的十三届三中全会作出了把党和国家工作中心转移到经济建设上来、实行改革开放的历史性决策,中国特色社会主义大道从此开启。

小岗改革火种得以幸存,还得益于安徽省委的支持,特别是党中央的肯定!

“凤阳花鼓”中唱的那个凤阳县,绝大多数生产队搞了大包干,也是一年翻身,改变面貌。有的同志担心,这样搞会不会影响集体经济。我看这种担心是不必要的。”小岗村民文化广场上,一本摊

开的《邓小平文选》雕塑镌刻着这一讲话。

冰河解封,大地开化。

中国改革从农村起步,向城市延伸。农民工进城、个体户、企业承包经营等新事物如雨后春笋不断涌现,对外开放、特区设立等重大举措不断推出……

“党始终同人民想在一起、干在一起”,改革就有了战无不胜的力量,就能不断从胜利走向新的胜利。

穿越时空,一脉相承。

2004年,“省城干部”沈浩被选派到小岗任村党委书记,当他两次任职将满时,村民两次按下红手印“请愿”连任。2009年,沈浩因积劳成疾心脏病突发逝世于小岗村,噙满泪水的小岗人又一次按下红手印,修建陵园让他永远“留在”小岗。

从按红手印首创“大包干”,到三次按红手印留住“沈书记”——这四次红手印,是党心民心团结一心、持续开创改革新局的最好见证。

“走自己的路,建设有中国特色的社会主义”——这是改革的方向、历史的宣示,也是人民的选择。

**“新的伟大革命”——改革开放恰如撬动历史的支点,以雷霆万钧之势席卷神州大地,中国特色社会主义道路越走越宽广**

“天地间荡起滚滚春潮,征途上扬起浩浩风帆……”——摘自歌曲《春天的故事》

2018年,一条停靠“凤阳小岗”附近的高铁进入勘察准备阶段。

路的变迁,让人百感交集。“大包干”之前小岗的土路蜿蜒逼仄,1997年第一条水泥公路诞生,2008年改革大道通车。

40年来,路似守望者,目睹亿万中国人沿着改革开放从站起来到富起来,奔向强起来。

冲破僵化思想桎梏,改革开放释放空前发展动力——

1983年,严宏昌一家吃饱肚子不再是问题。他去了趟浙江农村,发现义乌人在用“鸡毛换糖”等方式发展经济。他带回塑料切割机,办起小岗第一个工厂。

在安徽芜湖,年广久经营的“傻子瓜子”很红火,但也陷入争议。

这件事惊动邓小平,他说,“让‘傻子瓜子’经营一段,怕什么……”

被压抑已久活力一旦释放,无数个“年广久”汇成中国蓬勃发展的洪流。

历史,以令人感慨万千的方式,奔涌向前。

在十年前区划调整后,小岗行政村现辖23个村民组,4000多村民,人均收入超1.8万元。

今日中国,经济总量世界第二,外汇储备世界第一,高铁、共享单车国际驰名……

全方位多层次领域展开,改革开放让中国

特色社会主义充满活力——

凤阳的名片——凤画,画中凤凰“九尾十八

开”的《邓小平文选》雕塑镌刻着这一讲话。

“冰河解封,大地开化。”

中国改革从农村起步,向城市延伸。农民工进城、个体户、企业承包经营等新事物如雨后春笋不断涌现,对外开放、特区设立等重大举措不断推出……

“党始终同人民想在一起、干在一起”,改革就有了战无不胜的力量,就能不断从胜利走向新的胜利。

穿越时空,一脉相承。

2004年,“省城干部”沈浩被选派到小岗任村党委书记,当他两次任职将满时,村民两次按下红手印“请愿”连任。2009年,沈浩因积劳成疾心脏病突发逝世于小岗村,噙满泪水的小岗人又一次按下红手印,修建陵园让他永远“留在”小岗。

从按红手印首创“大包干”,到三次按红手印留住“沈书记”——这四次红手印,是党心民心团结一心、持续开创改革新局的最好见证。

“走自己的路,建设有中国特色的社会主义”——这是改革的方向、历史的宣示,也是人民的选择。

**“新的伟大革命”——改革开放恰如撬动历史的支点,以雷霆万钧之势席卷神州大地,中国特色社会主义道路越走越宽广**

“天地间荡起滚滚春潮,征途上扬起浩浩风帆……”——摘自歌曲《春天的故事》

2018年,一条停靠“凤阳小岗”附近的高铁进入勘察准备阶段。

路的变迁,让人百感交集。“大包干”之前小岗的土路蜿蜒逼仄,1997年第一条水泥公路诞生,2008年改革大道通车。

40年来,路似守望者,目睹亿万中国人沿着改革开放从站起来到富起来,奔向强起来。

冲破僵化思想桎梏,改革开放释放空前发展动力——

1983年,严宏昌一家吃饱肚子不再是问题。他去了趟浙江农村,发现义乌人在用“鸡毛换糖”等方式发展经济。他带回塑料切割机,办起小岗第一个工厂。

在安徽芜湖,年广久经营的“傻子瓜子”很红火,但也陷入争议。

这件事惊动邓小平,他说,“让‘傻子瓜子’经营一段,怕什么……”

被压抑已久活力一旦释放,无数个“年广久”汇成中国蓬勃发展的洪流。

历史,以令人感慨万千的方式,奔涌向前。

在十年前区划调整后,小岗行政村现辖23个村民组,4000多村民,人均收入超1.8万元。

今日中国,经济总量世界第二,外汇储备世界第一,高铁、共享单车国际驰名……

全方位多层次领域展开,改革开放让中国

特色社会主义充满活力——

凤阳的名片——凤画,画中凤凰“九尾十八

开”的《邓小平文选》雕塑镌刻着这一讲话。

“冰河解封,大地开化。”

中国改革从农村起步,向城市延伸。农民工进城、个体户、企业承包经营等新事物如雨后春笋不断涌现,对外开放、特区设立等重大举措不断推出……

“党始终同人民想在一起、干在一起”,改革就有了战无不胜的力量,就能不断从胜利走向新的胜利。

穿越时空,一脉相承。

2004年,“省城干部”沈浩被选派到小岗任村党委书记,当他两次任职将满时,村民两次按下红手印“请愿”连任。2009年,沈浩因积劳成疾心脏病突发逝世于小岗村,噙满泪水的小岗人又一次按下红手印,修建陵园让他永远“留在”小岗。

从按红手印首创“大包干”,到三次按红手印留住“沈书记”——这四次红手印,是党心民心团结一心、持续开创改革新局的最好见证。

“走自己的路,建设有中国特色的社会主义”——这是改革的方向、历史的宣示,也是人民的选择。

**“新的伟大革命”——改革开放恰如撬动历史的支点,以雷霆万钧之势席卷神州大地,中国特色社会主义道路越走越宽广**

“天地间荡起滚滚春潮,征途上扬起浩浩风帆……”——摘自歌曲《春天的故事》

2018年,一条停靠“凤阳小岗”附近的高铁进入勘察准备阶段。

路的变迁,让人百感交集。“大包干”之前小岗的土路蜿蜒逼仄,1997年第一条水泥公路诞生,2008年改革大道通车。

40年来,路似守望者,目睹亿万中国人沿着改革开放从站起来到富起来,奔向强起来。

冲破僵化思想桎梏,改革开放释放空前发展动力——

1983年,严宏昌一家吃饱肚子不再是问题。他去了趟浙江农村,发现义乌人在用“鸡毛换糖”等方式发展经济。他带回塑料切割机,办起小岗第一个工厂。

在安徽芜湖,年广久经营的“傻子瓜子”很红火,但也陷入争议。

这件事惊动邓小平,他说,“让‘傻子瓜子’经营一段,怕什么……”

被压抑已久活力一旦释放,无数个“年广久”汇成中国蓬勃发展的洪流。

历史,以令人感慨万千的方式,奔涌向前。

在十年前区划调整后,小岗行政村现辖23个村民组,4000多村民,人均收入超1.8万元。

今日中国,经济总量世界第二,外汇储备世界第一,高铁、共享单车国际驰名……

全方位多层次领域展开,改革开放让中国

特色社会主义充满活力——

凤阳的名片——凤画,画中凤凰“九尾十八

开”的《邓小平文选》雕塑镌刻着这一讲话。

“冰河解封,大地开化。”

中国改革从农村起步,向城市延伸。农民工进城、个体户、企业承包经营等新事物如雨后春笋不断涌现,对外开放、特区设立等重大举措不断推出……

“党始终同人民想在一起、干在一起”,改革就有了战无不胜的力量,就能不断从胜利走向新的胜利。

穿越时空,一脉相承。

2004年,“省城干部”沈浩被选派到小岗任村党委书记,当他两次任职将满时,村民两次按下红手印“请愿”连任。2009年,沈浩因积劳成疾心脏病突发逝世于小岗村,噙满泪水的小岗人又一次按下红手印,修建陵园让他永远“留在”小岗。

从按红手印首创“大包干”,到三次按红手印留住“沈书记”——这四次红手印,是党心民心团结一心、持续开创改革新局的最好见证。

“走自己的路,建设有中国特色的社会主义”——这是改革的方向、历史的宣示,也是人民的选择。

**“新的伟大革命”——改革开放恰如撬动历史的支点,以雷霆万钧之势席卷神州大地,中国特色社会主义道路越走越宽广**

“天地间荡起滚滚春潮,征途上扬起浩浩风帆……”——摘自歌曲《春天的故事》

2018年,一条停靠“凤阳小岗”附近的高铁进入勘察准备阶段。

路的变迁,让人百感交集。“大包干”之前小岗的土路蜿蜒逼仄,1997年第一条水泥公路诞生,2008年改革大道通车。

40年来,路似守望者,目睹亿万中国人沿着改革开放从站起来到富起来,奔向强起来。

冲破僵化思想桎梏,改革开放释放空前发展动力——

1983年,严宏昌一家吃饱肚子不再是问题。他去了趟浙江农村,发现义乌人在用“鸡毛换糖”等方式发展经济。他带回塑料切割机