

习近平在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上发表重要讲话 实现中国梦是一场历史接力赛 当代青年要在实现民族复兴的赛道上奋勇争先

庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会10日上午在北京人民大会堂隆重举行。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平在会上发表重要讲话强调,青春孕育无限希望,青年创造美好明天。新时代的中国青年,生逢其时,重任在肩,施展才干的舞台无比广阔,实现梦想的前景无比光明。实现中国梦是一场历史接力赛,当代青年要在实现民族复兴的赛道上奋勇争先。共青团要牢牢把握培养社会主义建设者和接班人的根本任务,坚持为党育人、自觉担当尽责、心系广大青年、勇于自我革命,团结带领广大团员青年成长为有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年,用青春的能动力和创造力激荡起民族复兴的澎湃春潮,用青春智慧和汗水打拼出一个更加美好的中国。

中共中央政治局常委李克强、栗战书、汪洋、王沪宁、赵乐际、韩正出席大会。

中国共青团不愧为中国青年运动的先锋队

习近平指出,中国共产党一经诞生,就把关注的目光投向青年,把革命的希望寄予青年。一百年来,在党的坚强领导下,共青团不忘初心、牢记使命,走在青年前列,组织引导一代又一代青年坚定信念、紧跟跟党走,为争取民族独立、人民解放和实现国家富强、人民幸福而贡献力量,谱写了中华民族伟大复兴进程中激昂的青春乐章。一百年来,中国共青团始终与党同心、跟党奋斗,团结带领广大团员青年把忠诚书写在党和人民事业中,把青春播撒在民族复兴的征程上,把光荣镌刻在历史行进的史册里。历史和实践充分证明,中国共青团不愧为中国青年运动的先锋队,不愧为党的忠实助手和可靠后备军。

习近平给共青团提出4点希望

习近平指出,在新的征程上,如何更好把青年团结起来、组织起来、动员起来,为实现第二个百年奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗,是新时代中国青年运动和青年工作必须回答的重大课题。习近平给共青团提出4点希望:第一,坚持为党育人,始终成为引领中国青年思想进步的政治学校。要从政治上着眼、从思想上入手、从青年特点出发,帮助他们早立志、立大志,从内心深处厚植对党的信赖、对中国特色社会主义的信心、对马克思主义的信仰。要立足党的事业后继有人这一根本大计,牢牢把握培养社会主义建设者和接班人这个根本任务,引导广大青年在思想洗礼、在实践中锻造中不断增强做中国人的志气、骨气、底气。第二,自觉担当

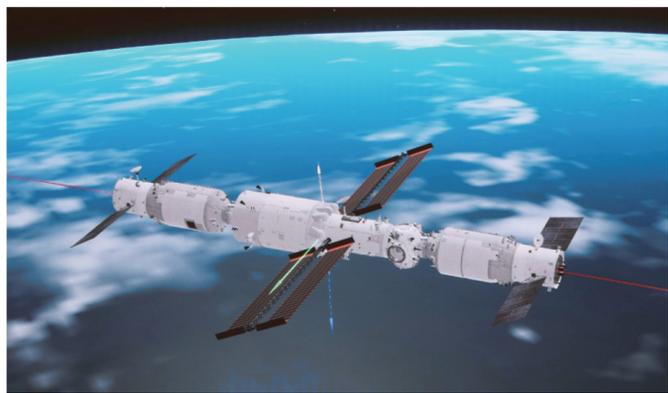
尽责,始终成为组织中国青年永久奋斗的先锋力量。要团结带领广大团员青年自觉听从党和人民召唤,胸怀“国之大者”,担当使命任务,到新时代新天地中去施展抱负、建功立业,争当伟大理想的追梦人,争做伟大事业的生力军。第三,心系广大青年,始终成为党联系青年最为牢固的桥梁纽带。要紧扣服务青年的工作生命线,履行巩固和扩大党执政的青年群众基础这一政治责任,千方百计为青年办实事、解难事,主动想青年之所想、急青年之所急,为青年提供实实在在的帮助。第四,勇于自我革命,始终成为紧跟党走在时代前列的先进组织。要把党的全面领导落实到工作的全过程各领域,走好中国特色社会主义群团发展道路,推动共青团改革向纵深发展。

团干部要做青年友,不做青年“官”

习近平指出,团干部要铸牢对党忠诚的政治品格,高扬理想主义的精神气质。要自觉践行群众路线,树牢群众观点,同广大青年打成一片,做青年友、不做青年“官”,多为青年计,少为自己谋。要培养担当实干的工作作风,不尚虚谈、多务实功,勇于到艰苦环境和基层一线去担苦、担难、担重、担险,老老实实做人,踏踏实实干事。要涵养廉洁自律的道德修为,心有所畏、言有所戒、行有所止,不断锤炼意志力、坚忍力、自制力,做一个一心为公、一身正气、一尘不染的人。

习近平强调,在实现中华民族伟大复兴的征程上,中国共产党是先锋队,共青团是突击队,少先队是预备队。入队、入团、入党,是青年追求政治进步的“人生三部曲”。共青团要履行好全团带队政治责任,规范和加强少先队推优入团、共青团推优入党工作机制,着力推动党、团、队育人链条相衔接、相贯通。各级党组织要高度重视培养和發展青年党员,特别是要注重从优秀共青团员中培养和發展党员,确保红色江山永不变色。(据新华社)

天舟四号货运飞船成功发射 中国空间站建造阶段大幕正式拉开



▲这是在北京航天飞行控制中心拍摄的天舟四号货运飞船与空间站组合体完成自主快速交会对接示意图。据新华社

我国10日凌晨用长征七号运载火箭成功将天舟四号货运飞船送入太空,中国空间站建造阶段大幕开启。这是我国空间站建造阶段的首次发射,也是空间站货物运输系统的第4次远征。

夏夜已深,椰风阵阵。文昌航天发射场内,天舟四号货运飞船和长征七号运载火箭整装待发。

“天舟四号是我国进入空间站建造阶段的首发航天器,承担着为神舟十四号航天员提供物资保障、空间站在轨运营支持和空间科学实验等任务。”航天科技集团五院货运飞船系统副总设计师党睿说。

“各号注意,30分钟准备!”1时26分,发射任务01指挥员王宇亮的口令响彻发射场。

文昌航天发射场是我国唯一的滨海发射场,隶属西昌卫星发射中心。2017年以来,天舟系列货运飞船相继从这里飞赴太空。

“5、4、3、2、1!点火!”1时56分,伴着隆隆巨响,长征七号运载火箭托举着天舟四号货运飞船腾空而起,在夜空中划出一道绚丽的轨迹。

长征七号是我国新一代中型运载火箭。这次是长征七号首次实现在一个月内完成测试和发射。

“这一次,火箭的测发周期较天舟三号任务时减少4天。”航天科技集团一院长征七号运载火箭型号办副主任设计师沈丹介绍。

约10分钟后,飞船与火箭成功分离,进入预定轨道。2时23分,飞船太阳能帆板顺利展开工作,发射取得圆满成功。

天舟四号货运飞船入轨后顺利完成状态设置,于北京时间10日8时54分,采用自主快速交会对接模式,成功对接空间站天和核心舱后向端口。(据新华社)

延伸阅读 总师揭秘:天舟四号都装了啥?

作为中国空间站建造阶段发出的第一件“太空快递”,天舟四号为满载状态,物品种类丰富多样。

航天科技集团五院货运飞船系统总设计师白明生介绍,天舟四号装载了共计200余件(套)货物,其中包括货包货物和直接安装货物,将为神舟十四号航天员6个月在轨驻留、空间站组装建造、开展材料科学实验等空间应用领域提供物资保障。

“其中一件货物是力矩陀螺,重达170公斤,是目前已运输的物资里最重的。”白明生说,除此之外,天舟四号还搭载了3个实验项目,均来自征集活动。

而在货物装载方面,科研人员对天舟四号也进行了持续优化和改进。

“天舟四号携带了补加推进剂约750公斤,与天舟三号时相比差不多,但上行物资总重约6000公斤,比天舟三号多了300公斤,货物的运输能力有了进一步的提高。”白明生介绍,“这次没有再带舱外航天服,上边已经有3套了。”

与天舟三号相比,天舟四号的货物取用将更加方便。比如,天舟四号增加了货包色彩标识,航天员查找货物将更加直观。货物舱中的货格与盖板,天舟四号增加了更加便捷的尼龙搭扣连接方式,在轨可随时开合。

此外,科研人员还对货包内的缓冲泡沫进行分块小型化优化设计,减小空间占用,更便于收纳存储。(据新华社)

宅家“云”赏 风光无限

无限的云空间为人们提供了全新的体验,通过新技术手段,突破了时间、空间的限制,人们端坐于家中,也能遍赏天下美景。当然,云旅游并不只是用手机看看远方的美景而已,如今还可以通过互动式体验,增加参与感与获得感。



▲大熊猫吃完竹子自己擦嘴巴。(网络视频截图)

云直播 近距离观看熊猫

近日,花城App推出了云端慢直播,每天10:30—18:30,只要点点手机,就可以“进入”广州长隆野生动物世界,近距离观察熊猫“滚滚”的生活。“云关注”熊猫吃竹子、散步、睡觉成为不少人居家生活的娱乐节目之一。而在熊猫专属时间以外的时间里,打开慢直播链接,还可以随时

“云邂逅”孟加拉虎、狮子五胞胎、企鹅、黑猩猩、长颈鹿、火烈鸟等动物明星,游客可以云逛“东非大草原”。此外,通过“你提问,我回答”,共建“滚滚”小百科的方式,动物园与游客开启了全新的云旅游互动新玩法。

云泼水 开启“周游”天下新体验

最近,在云南西双版纳,“泼水节”在线上举行,吸引了许多人围观。对于线上围观的观众来说,虽然不能到现场体验泼水的清凉乐趣,但也可以在线上直达“云”现场,通过弹幕评论的形式刷出“水滴”的表情一同参与活动。此外,借助在云上直播泰国国家干节(泼水节)的契机,飞猪首届“云泼水”大赛的推出也吸引了很多人的

关注。身在曼谷的主播带着网友体验了一把泼水节活动现场,网友们通过参与线上泼水大赛的游戏方式互动。

不少旅游目的地通过将节庆活动、特色活动搬到线上的方式,增加游客对旅游目的地的关注度。通过游戏、大赛等新奇有趣的互动线上活动方式,更容易形成话题。

云游团 在线参与“私家团”交朋友

当云旅游成为一种线上新体验,单是跟着镜头看美景已难以满足人们的需求。有交流、有互动,还能结交朋友的“云游团”成为云旅游互动新玩法。

在某直播旅行App上,除了分门别类地融合各种热门目的地直播外,还特别推出“云游团”这一新玩法。“云游团”通常是由当地的资深导游或驴友通过直播方式,带领游客云游美景。不同的是,这个直播并不是向所有人开放,而是采

用在线招募的方式招募网友免费报名参与,通常名额有限。这类“云游团”有点类似于云旅游直播的“私家团”,内容也更偏向于特色化,比如去看元阳梯田的直播,就会聚焦正在灌水的元阳梯田背后的故事,还有去探访西江千户苗寨的原生态“灯光秀”等。云游之余,还能与带领者以及“团友”互动交朋友,实现社交功能。

(摘编自《广州日报》)

生活宝典

紫苏炒青瓜预防感冒

雨雨绵绵,天气潮湿,容易引发胃口不佳、感冒等不适。在这给大家推荐一道养生菜——紫苏炒青瓜,经常把它端上餐桌,可起到理气和胃、预防感冒的作用。

取鲜紫苏叶10片,青瓜300克,豆角100克,蒜蓉、花生油、食盐、蚝油适量。将青瓜洗净切片,紫苏洗净切碎,豆角洗净切段。热锅下油,爆香蒜蓉与紫苏,再下青瓜及豆角炒熟,调味即可。在这道菜中,紫苏既能带出素食中的香气,又因其性温能中和食物之凉性,是春季素食中不可多得的一种药食两用之物。加之紫苏又能解表,作为预防感冒的食疗材料,是非常不错的选择。

黏糊糊的食物营养价值高

生活中,每当处理一些滑溜溜、黏糊糊的食材时,你可能会感到很不舒适。但是,我要告诉你,这些黏糊糊的食物营养价值特别高。

银耳:其黏液成分银耳多糖可延缓衰老、抗氧化,还能增强人体免疫力。秋葵:其黏液包含着丰富的可溶性膳食纤维,能够促进胃肠道蠕动,减少胆固醇吸收。建议在烹饪时,秋葵最好不要切片,尽量保证其完整性。

山药:其黏液成分是山药多糖,具有抗氧化、保护免疫力等作用。山药多糖易溶于热水,所以对于淀粉含量高、适合做主食的铁棍山药来讲,宜切成段蒸了直接吃,或蒸熟后做成山药泥、山药糕,切成块煮到粥里也可以。(摘编自《快乐老人报》)

拍卖公告

受委托我公司定于2022年5月31日上午9:28时在攸县攸发集团二楼大会议室对攸县春联、联星、皇图岭、丫江桥、酒埠江、黄丰桥、鸾山共计7个市场监督管理所资产,进行公开拍卖(详细资料见拍卖文件)。

标的物自公告之日起开始展示。凡有意参加竞买者,请在2022年5月30日16:30时前将相应拍卖保证金交

到湖南省攸县国有资产管理局账上。并持有效证件及缴款凭证到株洲市彩泉拍卖有限责任公司驻攸县办事处办理报名手续。
报名地址:攸县联星街道永佳社区文化园商业街1号
联系电话:13974193629(文)
株洲市彩泉拍卖有限责任公司
2022年5月11日

养花技巧

这些水不宜在天热时浇花

天气变热,很多花友开始自制一些有机液肥来浇花。但是,有些没有经过充分发酵的液肥,不但不能为花卉补充养分,反而容易招小虫子。下面这三种水,就不要轻易拿来浇花。

牛奶水:牛奶对植物生长确实有益,但是用牛奶养花,需要先进行发酵,不然在花盆里发酵容易产生热量,将植株的根系烧伤,引起根系腐烂。可将过期的牛奶倒入塑料瓶内,加上10倍清水一起密封发酵1—2个月,发酵完成后兑水稀释,再去浇花。

啤酒水:用啤酒浇花,并不是将啤酒打开以后,直接浇进花盆里,而是提前打开瓶盖,放置一两天时间,等到啤酒里的酒精成分挥发掉,再去兑水浇进花盆里。这样不仅不会烧根,还能为植株提供丰富的营养,让它生长更加旺盛。

淘米水:很多人习惯直接把没有发酵过的淘米水倒入花盆里,这样不仅没有效果,反而容易烧根,滋生小虫子。由于发酵的淘米水臭味比较大,可以在发酵时掺入一些橘子皮、橙子皮、香蕉皮等一起发酵,这样不仅养分全面,还能减轻异味。养花时经常洗一些,会让叶子油绿光亮。(摘编自《徐汇报》)

中医知识

常按3个穴位改善黄褐斑

坚持按摩3个穴位,并做好防晒工作,可以改善黄褐斑。

按摩合谷穴:此穴位于第二掌骨桡侧中点。有通经活络,促进气血运行的作用。

按摩血海穴:此穴位于股四头肌内侧面隆起处(即绷紧大腿时膝盖内侧的凹陷处)。有通经活血、润养面部的功效。

按摩太冲穴:此穴位于第一、第二跖骨间隙后方凹陷处。有疏肝通络、舒缓情绪的作用。

每日坚持按揉上述穴位两三次,每个穴位按摩两分钟,可以祛斑生新、改善黄褐斑。



建议久坐一族常按两穴位

久坐族平时应多按摩两穴位,预防泌尿系统疾病。

按摩太溪穴:太溪穴在脚的内踝与跟腱之间的凹陷处。按摩该穴,可滋阴益肾、清利湿热。

水泉穴:水泉穴与太溪穴是邻居,就在太溪穴下1寸处。按摩该穴,有清热益肾、疏利下焦的作用。

每个穴位按摩5分钟即可,对预防和治疗轻症的尿路感染效果非常好。(摘编自《沈阳晚报》)



防骗提醒

疫情期间谨防这些诈骗

近期,一些不法人员利用人们对疫情的关注进行诈骗,千万要小心。

“疫情排查”类诈骗:诈骗分子伪装成“疫情防控中心”或“卫健委”工作人员,谎称进行线上排查,要求受害人提供联系方式、身份证号码及验证码等相应信息,从而盗取受害人银行卡内资金。

虚假“密接信息”类诈骗:诈骗分子冒充防疫中心工作人员,以受害者是“密切接触者”为由,向受害者发送冒充“自查程序”的钓鱼链接,要求受害者填写个人信息和支付密码等敏感信息,从而盗取受害者个人财产。

“核酸结果查询群”诈骗:诈骗分子伪装成“疫苗接种普查调查员”或“回访员”,以社区工作人员名义添加好友,再将受害人拉群,群内发布刷单、赌博等违法违规信息。若被做任务拿返利诱惑,会落入刷单诈骗。

“快速核酸检测结果”诈骗:聊天群里出现“快速出核酸检测结果”等信息,声称只要额外付费便能办到,这是骗钱的套路。(摘编自《武汉晚报》)

