

致全省人民警察的慰问信

全省人民警察:

值此首个中国人民警察节到来之际,我们谨代表中共湖南省委、省人民政府,向你们致以诚挚慰问和崇高敬意!

中国人民警察节的设立,充分体现了以习近平同志为核心的党中央对人民警察队伍的高度重视和亲切关怀,集中彰显了党和人民对广大人民警察的殷切期望和激励鞭策。长期以来,在党的坚强领导下,全省人民警察义无反顾战斗在维护安全稳定最前沿、服务人民群众第一线,风里来、雨里去,经受住了一次又一次严峻考验,打赢了一场又一场硬仗,为建设平安湖南、法治湖南付出了辛勤努力,为增进人民群众获得感幸福感安全感倾注了热血汗水,为促进经济持续健康发展、社会持续安全稳定作出了重要贡献。刚刚过

去的一年,面对突如其来的新冠肺炎疫情和历史罕见汛情,全省人民警察闻令而动、听令而行,舍身忘我、英勇奋战,涌现出许多感人肺腑的先进典型和事迹,以实际行动诠释了“人民警察为人民”的铮铮誓言。实践证明,全省人民警察队伍是一支有着光荣传统和优良作风的队伍,是一支关键时刻拉得出、危急关头冲得上的队伍,是一支党和人民可信赖、可依靠的队伍!

今年是实施“十四五”规划、开启全面建设社会主义现代化国家新征程的第一年,是中国共产党成立100周年。全省上下正在深入学习贯彻党的十九届五中全会和习近平总书记考察湖南重要讲话精神,大力实施“三高四新”战略,奋力建设现代化新湖南。希望全省人民警察坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,认真

学习践行习近平总书记对人民警察的殷切期望和要求,始终铸牢对党忠诚的政治灵魂,始终牢记服务人民的根本宗旨,始终坚守执法公正的价值取向,始终淬炼纪律严明的作风形象,忠实履行好党和人民赋予的新时代使命任务,努力为实现“三高四新”战略、建设现代化新湖南营造安全稳定的社会环境、公平正义的法治环境、优质高效的服务环境,以优异成绩庆祝建党100周年!

祝大家节日快乐、阖家幸福!

中共湖南省委书记 许达哲
省人民政府代省长 毛伟明
2021年1月10日

(来源于省政府门户网站)

庆祝首个中国人民警察节
株洲公安举行集中授奖仪式

本报讯(记者 李卉 通讯员 阎俊)1月10日,市公安局举行系列活动,庆祝首个中国人民警察节。市领导杨玉芳、李晓葵等出席活动,向广大民警、辅警致以节日的问候。

“我志愿成为中华人民共和国人民警察,献身于崇高的人民公安事业……”1月10日上午,市公安局、各县市区公安(分)局,分别举行了升旗仪式,在迎风飘扬的警旗下,民警代表举起右手,重温入警誓词。

随后,与会人员在株洲分会场收听观看了公安部召开的中国人民警察节电视电话会议,并举行了集中授奖仪式暨先进事迹报告

会。仪式对2020年度获评省部级以上先进集体和个人、二等功及以上人员,以及“忠诚卫士”“最美基层民警”“最具魅力所队”的部分代表进行了集中授奖。据悉,市公安局刑侦支队政委杨承锋获评公安部二级英模,民警王德胜、麻志祥分别荣获2020年全省“最美基层民警”以及提名人荣誉称号。

先进事迹报告会上,“最具魅力所队”代表讲述人张迎、“忠诚卫士”代表谢松云、“最美基层民警”谢毓安、公安部二级英模杨承锋分别讲述了自己的英雄事迹和感人故事。

警察节这天
他们光荣入警

昨日,市强制隔离戒毒所隆重庆祝中国人民警察节。市强戒所党委书记、所长周运斌代表所党委向全所民警致以诚挚的节日问候,同时也向新入警的10名同志颁发“光荣入警”荣誉杯,并勉励他们牢固树立“四个意识”,永葆坚定的政治方向;勤于学习,永葆好学上进的优秀品质;严格自律,永葆清正廉洁的质朴作风;勇于担当,永葆奋发有为的精神状态。

(记者 李卉 通讯员 马星 摄影报道)

天元公安分局
举行演讲比赛庆祝节日

本报讯(记者 陈驰)昨日,是首个中国人民警察节。上午8点,天元区副区长、公安分局党委书记、局长张伟文率分局党委班子成员、所队室正职、部分民警代表共50人参加升警旗仪式,并带领全体民警重温入警誓词。

据悉,为纪念这个特殊的节日,1月8日下午3点,天元公安分局还举行了“庆祝首个中国人民警察节演讲比赛”,8名来自各个所队及办公室的民、辅警,讲述了自己的成长故事、凶险经历、个人收获。

经过激烈角逐,来自群丰派出所的辅警刑力戈夺得第一名。他演讲的题目是《平凡如我》,刑力戈说,辅警也是警,护一方平安,人民警察义不容辞。



▲警营开放日活动中,特警在进行展示 记者 李卉 摄

警营开放日
警民零距离

本报讯(记者 李卉 通讯员 阎俊)1月10日下午,市公安局组织开展“庆祝首届警察节 警民零距离”警营开放日活动。活动现场,特警“剑齿虎”装甲防爆车、搜排爆车整齐排列,特警队员现场邀请群众登车体验;频率干扰仪、X光机、排

爆机器人、排爆服等装备一一亮相,大家可以现场了解这些装备的特点与用途。

此外,治安、刑侦、经侦、特警、人境、交警、反恐等业务警种均到现场,与人民群众进行面对面交流。

讲课

□ 黄健生

我是一个讲课的,但不是老师。具体讲的什么课呢?简单点说吧,只要哪家公司聚集了大批老年人,并想推销什么产品,就有可能叫我讲上一课。我讲课的内容,大家看完这篇文章就知道了。

阜州保健品公司在沱县县城的电影院,给老年人免费发放鸡蛋,起初人少,只有十来个人,七天后,老年人已达两百人以上。于是,公司请我到那儿讲了一课。至于讲课费,与讲课时间和产品销售提成有关,这里我不便透露。

以下是我的一次讲课内容摘要。

老年朋友们:你们现在明白,到底为谁活着吗?为祖国、为社会、为人民……太遥远了,这么大年纪的人,已谈不上这些。现在我们活着,好好地活着,可以说,一是为自己,二是为子孙。

人的寿命有长短,这个我不说。但在有限活着的时间里,如果能吃、能睡、能做一些自己想做的事情,比什么都强。如果经常生病住院,打针吃药,这钱不仅打了水漂,身体也会每况愈下。活着为自己,就得保养好自己的身体。

活着为子孙,也得保养好自己的身体,不生病或者少生病,这样才不至于连累子孙,既浪费金钱,又浪费时间,还能让子孙安心工作,做好自己的事业。

怎样才能保养好自己的身体呢?目前只有两种方法,一是化学方法,二是物理方法。

化学方法基本上就是药物治疗或者调理,但这个很不受,是药三分毒,经常用药的人,身体好不到哪里去。

物理方法有很多,锻炼是一种,辅助的按摩理疗也是一种。但年纪大了,身体的各项机能都在走下坡路,锻炼强度不可过大;按摩理疗要懂得方式方法,否则适得其反。而按摩理疗,现在大部分在专业店里,价格贵不说,质量也参差不齐。

要保养身体,还有一些具体方法,一是食用保健品,二是买保健理疗产品。有人会说,这几种方法都用过,但没有效果。这里我要告诉大家,那是你们买到了假冒伪劣产品,真正的好产品,是很有保健功效的。

就拿食用保健品来说,真正有效的,基本上是名贵中药材制成,而这些药材本身就价格昂贵,加上工厂制作费用,价格可想而知;还有工厂利润、仓储运输、销售商报酬等等,到了消费者那里,价格当然很贵。没有效果的,多是假冒伪劣品。

而保健理疗产品,我就拿保健按摩椅来举例子。保健按摩椅,首先是真皮椅,这价格本身不会便宜;其次是高科技产品,医学成果汇聚其中,价格自然比较高。但作为保健按摩的产品,不会一下子产生很好的效果,需要长时间使用。真正没有用的,也多是假冒伪劣品。

我到贵县的人民医院、中医院看了一下,门诊大厅或者住院部大厅,都安装了保健按摩椅,坐在上面理疗的人还不少,如果真的没用,医院花高价买来干什么?而需要理疗的人,又坐在上面打开按摩功能干什么?

再说一下,这些东西,我们到底买得起还是买不起呢?当然买得起。在座的各位老年朋友,大部分都有退休工资,每月三五千应该少不了。有的人非常节约,每月的生活费也就那么一两千,总是能够剩下一些的。

剩下的钱,每年买个三五千元的食用保健品,或者花个二千元买个保健枕、保健腰带、保健护套什么的,或者花个七八千买个保健按摩椅什么的,都应该拿出手的。如果身体出问题了,这些钱就送给医院了,而且还会连累子孙。

话说回来,我今天不是来卖食用保健品,或者推销保健理疗产品的,我只是给大家提个醒,作个介绍,让大家不要进入保健产品的理解误区,更不要买那些假冒伪劣品。

如果大家真有需要买那些东西,我倒是可以帮助联系厂家,让真正的大牌厂家送货过来,质量有保证,价格嘛,由于免除了中间商,是可以优惠不少的。如果有人考虑好了要买,现在或者近两天领鸡蛋的时候,报个数来,我免费帮大家联系。但每个产品具体什么价格,我真的不知道,到时你们自己商谈。

我的话就讲到这里了,现在请大家按顺序,到前台免费领取鸡蛋,每人四个。

饮一杯人生的下午茶

□ 马亚伟

我喜欢下午的时光。在我看来,清晨是用来警醒的,上午是用来奋斗的,晚上是用来思考的,只有下午才是用来休闲的。下午时分,没那么多要紧事了,要紧事上午已经做了,再有什么要紧事可以留到明天。所以完全可以把下午这段时光当做一段静静流淌的河水,沉浸其中,荡涤尘埃,慢慢享受清静舒适的感觉。

如果有可能,我一定会饮一杯下午茶的。我并没有小资情结,也并不刻意追求生活的精致与雅趣,只是觉得应该在这段时光里好好享受轻松。剪一段时光缓缓流淌,如果让我剪一段时光,我必定是要剪下午这一段的。剪,是一种心境,就像从花枝上剪下花朵一样,时光之剪上留有缕缕芬芳,可以让人轻松愉悦起来。光线饱满的午后,我从短暂的小睡中醒来,感觉神清气爽,于是准备净手煮茶。

午后安宁,我坐在阳台上,静静地看茶叶在水中曼妙舞蹈。它们是水中的精灵,遇沸水立即舒展开来,挥舞着衣袖浮浮沉沉,直至袅袅茶香弥漫。一缕茶香,满室清芳,自己钟爱的气味弥漫着,人也有些微醉之感。我把茶倒入杯中,慢慢品味,细细享受美好时光。“心随流水惹香茗,身似闲云捕茶清。”茶无需名贵,也不必懂得茶艺,茶饮的是一种随意散淡的心境。

享受这样一段时间,实在是对自己的一种善待啊!舌尖与茶香碰撞的瞬间,我忽然间生出对生活的感恩之心,能够剪出这样一段时光留给自己,人生的所谓烦恼又算得了什么?有这么多美好等着我

们去品味,一切都以云淡风轻。我啜饮清茶,总想轻吟一声:“活着真好!”

我年轻时并不懂得饮一杯下午茶的真趣,人到中年后,人安静下来,才开始品味到茶中的妙处。董桥有篇文章叫《中年是杯下午茶》,我不喜欢他的说法。他在文中说:中年最是尴尬,是天没亮就睡不着的年龄,是只会感慨不会感动的年龄,是只有哀愁没有愤怒的年龄,是吻女人额头不是吻女人嘴唇的年龄……董桥的文中透露出太多中年的无奈和悲哀,说出了中年的热情减退和力不从心。

这或许是大多数中年人的心理。我身边的很多中年人,每日忙碌地奔走着,自以为怀揣梦想却总是被现实打败,自以为憧憬明天却总是沉浸在往日的辉煌中,终于在“上有老下有小”的困顿中无所适从。他们总说:“哪有闲心喝什么下午茶!”

我要说的是,无论何时,都不要忘了饮一杯人生的下午茶。人到中年更应该留一段时光给自己。中年不尴尬,反而多出了一份从容。中年人的事业和家庭都处在比较稳定的状态,人生优雅平和的风景已然初现,正是应该学着欣赏人生之时。所以,真的不用那么急着赶路,更没有必要因青春逝去而失落。人生最美是中年,善待自己,找回一份淡然和宁静,找回一份轻松和优雅。

饮一杯人生的下午茶,学会张弛有度的生活之道,便能把生活过成一首悠长的诗。

老蒋的幸福晚年

□ 熊荟蓉

老张和老蒋是街坊邻居,都是鳏寡老人,都有拆迁款五十万,都有两个儿子,但他俩的晚年生活完全不一样。

老张整天蹬着三轮车走街串巷收废品,回家就是种菜浇水、洗衣做饭,无有闲暇。

老蒋每天早上五点多钟就在自家门前打太极拳。

六点刚过,卖菜的阿东就来了:“蒋伯,最嫩的秋葵、苕尖,最新鲜的土鸡蛋,放在您门口呢!”

接着,是早点铺的大杨:“蒋伯,没加糖的水豆腐,三鲜豆皮、葱煎包放在您方桌上了。”

老蒋慢悠悠地吃完早餐,就踱步到“老年俱乐部”找老友杀几盘象棋,然后回家做午饭。午休两个小时,下午练字,晚饭后散步。

老蒋的儿孙隔三岔五都来看他。每次来,都拎着大包小包。每次走,都比蜜甜:“爸爸注意休息!

息!爷爷保重身体!”

老张羡慕不已:“你的人缘儿可真好。街坊邻居都听你使唤,儿孙也孝顺。哪像我,叫谁谁不动。就连两个儿子,不到过年不回来……”

老蒋笑着说:“你的五十万都分给两个儿子了,就别指望他们把你挂在心上了!”

老张蹙着眉头问:“自己的儿子嘛,钱不给他们给谁?”

“你百年后,钱当然是儿子的。但你还活着,钱就不该给出去。”老蒋说,“我的五十万就留在我手里。儿孙们谁来看我,每次每人给两百元红包。至于外面那些人,他们给我送生活用品,帮我做点啥,我都用微信发红包。我估计啊,再活二十年,这五十万也发不完……”

老张一声长叹:“钱在,幸福才在啊!”