

# 中共中央关于制定国民经济和社会发展第十四个五年规划和二〇三五年远景目标的建议

(2020年10月29日中国共产党第十九届中央委员会第五次全体会议通过)

**(接上期)**

57. 保持香港、澳门长期繁荣稳定。全面准确贯彻“一国两制”、“港人治港”、“澳人治澳”、高度自治的方针,坚持依法治港治澳,维护宪法和基本法确定的特别行政区宪制秩序,落实中央对特别行政区全面管治权,落实特别行政区维护国家安全的法律制度和执行机制,维护国家主权、安全、发展利益和特别行政区社会大局稳定。支持特别行政区巩固提升竞争优势,建设国际创新中心,打造“一带一路”功能平台,实现经济多元可持续发展。支持香港、澳门更好融入国家发展大局,高质量建设粤港澳大湾区,完善便利港澳居民在内地发展政策措施。增强港澳同胞国家意识和爱国精神。支持香港、澳门同各国各地区开展交流合作。坚决防范和遏制外部势力干预港澳事务。

58. 推进两岸关系和平发展和祖国统一。坚持一个中国原则和“九二共识”,以两岸同胞福祉为依归,推动两岸关系和平发展、融合发展,加强两岸产业合作,打造两岸共同市场,壮大中华民族经济,共同弘扬中华文化。完善保障台湾同胞福祉和在大陆享受同等待遇的制度和政策,支持台商台企参与“一带一路”建设和国家区域协调发展战略,支持符合条件的台资企业在大陆上市,支持福建探索海峡两岸融合发展新路。加强两岸基层和青少年交流。高度警惕和坚决遏制“台独”分裂活动。

59. 积极营造良好外部环境。高举和平、发展、合作、共赢旗帜,坚持独立自主的和平外交政策,推进各领域各层级对外交往,推动构建新型国际关系和人类命运共同体。推进大国协调和合作,深化同周边国家关系,加强同发展中国家团结合作,积极发展全球伙伴关系。坚持多边主义和共商共建共享原则,积极参与全球治理体系改革和建设,加强涉外法治体系建设,加强国际法运用,维护以联合国为核心的国际体系和以国际法为基础的国际秩序,共同应对全球性挑战。积极参与重大传染病防控国际合作,推动构建人类卫生健康共同体。

60. 健全规划制定和落实机制。按照本次全会精神,制定国家和地方“十四五”规划纲要和专项规划,形成定位准确、边界清晰、功能互补、统一衔接的国家规划体系。健全政策协调和工作协同机制,完善规划实施监测评估机制,确保党中央关于“十四五”发展的决策部署落到实处。

实现“十四五”规划和二〇三五年远景目标,意义重大,任务艰巨,前景光明。全党全国各族人民要紧密团结在以习近平同志为核心的党中央周围,同心同德,顽强奋斗,夺取全面建设社会主义现代化国家新胜利!

(完)

## “奋斗百年路 启航新征程”优秀演讲稿选登

### 观影学党史 奋进六建心

□ 毛艳莉

大家是否记得2011年上映的《建党伟业》这部影片?影片叙述了从辛亥革命至中国共产党第一次全国代表大会召开所发生的一系列重大历史事件。电影再现了那段风雨飘摇的历史,重温了老一辈革命先烈为解救人民与水火之中、为拯救危难中的国家和民族、历经千难万险、不懈抗争,最终建立中国共产党的艰辛历程。

如果《建党伟业》是对历史的铭记,那2017年的《战狼》绝对是对国威的展示,爱国爱党热潮受到前所未有的追捧。56亿票房足以说明人们对我们伟大祖国的强烈认可。综合国力的强盛,彰显了国家的国际地位与影响力。《建国大业》、《金钢川》、《红海行动》等一系列爱国影片对我们这些出生在新社会、沐浴在党恩下的年轻人,是一次次热血沸腾的爱国主义教育。在中国大地上,卷起改天换地般的红色浪潮!

2021年,党已经走过了100年艰辛而辉煌的风雨历程。当海外新冠疫情不受控制肆虐蔓延时,我们的祖国实现全民免费接种疫苗;当祝融号探测器成功着陆火星乌托邦平原的那一刻,标志着我国首次火星探测圆满成功。我们由衷的感慨,国家的和平、稳定、

繁荣与富强,是国家赋予国民最大的权益保障!祖国已经在我们每个人心里铸下钢铁般的堡垒,让我们披荆斩棘、砥砺前行!

强大的国家离不开强盛有力的企业支撑。河南六建自1954年成立以来,始终拥护党的领导。深入贯彻党的十九大,以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,紧跟时代步伐。河南六建以人为本,尊重劳动、尊重知识、尊重创造;与员工同甘共苦,鼓励员工积极探索,大胆创新;河南六建在党的感召下,以“追求顾客满意,致力企业发展”为宗旨,在实践中丰富和发展“诚信求实,学习创新”的企业精神,这就是我们的六建心!

我们每位六建人,以奋进新时代的昂扬斗志,全身心的投入工作。在工作中牢固树立政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识,坚定维护党的领导。团结奋进,与企业共发展!

我们对党有着不灭的热血,对党心存淳朴、浓烈,又深厚的感情和爱党、敬党,跟党走决心,“不忘初心、牢记使命”。值此建党百年之际,我向党献上最真挚的敬意!最后让我们每位六建人怀揣一颗炽热的六建心,为实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗!



秋韵

当灿烂的朝霞从古老的东方升起,当金色的铁锤镰刀在红旗中闪闪发光,当英特纳雄耐尔的号角在中华大地吹响。她,就是我们最崇高而伟大的中国共产党。她,就是我们中华民族强盛的导航。

1921年7月,浙江嘉兴南湖的一艘红船上传出巨大的呐喊,犹如春雷般唤醒了沉睡已久的东方雄狮,亮出了中国共产党的伟大旗帜,点燃了神州大地上的星星革命之火。习近平主席曾说过:“从上海石库门到嘉兴南湖,一艘小小的红船,承载着人民的重托,民族的希望,越过急流险滩,穿过惊涛骇浪,成为领航中国行稳致远的巍巍巨轮。”从此,炎黄子孙们的理想有了归一,有了值得托付的导航人——中国共产党。从井冈山上的隆隆炮声,到遵义会议的灿烂光芒,再到二万五千里漫漫征途……中国共产党在中华大地上驱赶着黑暗,卷起了改天换地般的红色浪潮。

伟大的中国共产党闪烁着真理的光辉,展现着信念与理想,一代又一代共产党人团结带领中国人民接力奋斗,创造了一个又一个彪炳史册的人间奇迹,谱写了气吞山河的壮丽史诗。今百年华诞之际,亦是基本实现社会主义现代化化的起步之年。在一个时代与另一个时代的交汇处,作为一名新时代的六建人,更应在守护初心的同时,担负起属于我们这个时代的责任。

胸怀千秋伟业,恰是百年风华。新蓝图已经绘就,新征程已经开启。同志们,让我们接过先辈手中的火炬,努力拼搏、奋发图强,紧跟党的步伐,传承党的精神,明天的六建定会蒸蒸日上,明天的中国定会繁荣昌盛,美丽富强!

## “奋斗百年路 启航新征程”优秀演讲稿选登

### 沐浴党的光辉,豪情迈向未来

□ 孙一博

这5种“养胃王”让你的胃越来越好

胃病讲究的是三分治疗七分养,若想养胃,就需注意饮食。下面5种适合胃病患者的食物,没有胃病的也可以吃,具有很好的养胃功效。

- 1. 小米**  
小米味道甘甜,中医认为,小米不仅能滋阴养胃,还能健脾除湿,对胃是非常有好处的,能够达到健脾和胃、改善消化不良等方面的作用,同时还能达到防止反胃、呕吐等不适症状表现的作用。可以煮成小米粥,粥类有利于消化,不会增加胃肠道负担,非常适合脾胃虚弱的人。还可以在小米粥里加入南瓜,南瓜里面含有可溶性的膳食纤维,能在胃壁形成保护层,减少胃酸对黏膜的刺激。
- 2. 牛奶**  
适量的喝牛奶能促进胃黏膜的修复,对于胃部不舒服,特别是胃溃疡的朋友很有益处。同样,酸奶的作用也是一样的,它不仅养胃还能促进消化、中和胃酸。
- 3. 山药**  
山药具有健脾益气的功效,对于胃部的不适,特别是其中所含有的淀粉酶,能够加快人体碳水化合物的代谢,起到刺激胃肠道蠕动,促进肠内内容物排空的效果,对于有脾胃虚弱消化不良的人来说,是非常不错的。
- 4. 白萝卜**  
家里的老人经常说,“吃萝卜顺气”,白萝卜确实有助于促进胃肠道的蠕动,达到助消化的效果。不过白萝卜性寒凉,并不适合脾胃虚寒的人,所以患有慢性胃炎胃溃疡的人,每次吃白萝卜不要吃太多,尤其是不建议生吃,最好是炒着或炖着吃。
- 5. 猴头菇**  
猴头菇不但可以健脾养胃,还可以补中益气、益肾填精,对于脾胃虚弱导致的食欲不振有改善作用。

**“安康杯”安全知识** 每期竞赛

上期答案:  
公司营销战略

---

编印单位:河南六建建筑集团有限公司  
地址:洛阳市王城大道48号  
电话:63346820  
邮编:471009  
投稿邮箱:hnjljy@vip.sina.com  
发送对象:本企业内部  
印刷日期:2021年11月1日  
印数:1500份  
承印:洛阳市报业印刷有限责任公司

河南六建集团主办  
内部资料 免费交流  
河南省连续性内部资料(洛阳)第0017号  
2021年11月1日  
总第605期  
http://www.hnlj.com.cn

洛阳市A级纳税信用等级企业  
全国建筑行业报刊评比精品内资

HE NAN LIU JIAN JI TUAN



河南六建微信公众号(扫码关注)

## 集团公司获评全国建筑业AAA级信用企业

近日,中国建筑业协会下发文件公布2021年度建筑业AAA级信用企业名单,集团公司榜上有名,获评全国建筑业AAA信用企业。

此次评选经企业自愿申报,各地区和有关行业建筑业(建设)协会推荐,信用信息核实、专家评审和网上公示,确定集团公司等431家企业为2021年度全国建筑业AAA级信用企业。(企管部)

## 集团公司积极开展2021建筑工程“质量月”活动受到省建协通报表扬

近日,河南省建筑业协会通报表扬“积极开展2021建筑工程“质量月”活动的会员单位。集团公司因在此次活动中积极工作,受到了表扬。

今年九月,省建协根据《市场监管总局等20个部门关于开展2021全国“质量月”活动的通知》及《省住建厅关于开展2021年建筑工程“质量月”活动的通知》等相关文件精神,深入实施质量提升行动,大力推进质量强国建设,开展了建设领域“质量月”系列活动,在广大会员单位大力积极配合下,活动取得了良好效果。为弘扬工匠精神,激励先进,推动我省建设工程质量持续提升,省建协决定对47家会员单位通报表扬,以此激励会员单位牢固树立质量意识,认真总结先进经验和做法,营造人人关注质量,重视质量,追求质量的文化氛围,为推动全省建设事业高质量发展作出更大的贡献。集团公司等会员单位积极组织参加并开展了多项独具特色的活动,促进质量提升,取得较好效果。(红伟)

## “洛阳市见义勇为爱心企业”有六建

近日,洛阳市见义勇为协会对2021年度“99公益日”活动优秀组织单位、爱心企业和先进个人做出表彰,集团公司被授予“见义勇为爱心企业”。

今年由河南省见义勇为基金会联动全省见义勇为基金会(协会、促进会)参与“99公益日”活动,宣传了见义勇为英雄事迹,弘扬了见义勇为精神,让崇敬英雄、学习英雄、关爱英雄成为新时代社会风尚。集团公司勇于承担社会责任,热心公益事业,以实际行动支持见义勇为工作,表现突出,得到了洛阳市见义勇为协会的表彰。(红伟)



## 规范质量行为 提升建筑品质 ——集团公司2021年“质量月”活动回顾



9月15日,“质量月”活动启动仪式。



为“质量月”活动授旗



观看虚拟质量讲解



“质量月”经审活动

## 幼儿园举办秋季运动会

沐浴着温暖的阳光,伴随着孩子们的欢声笑语,在雄壮嘹亮的运动员进行曲中,2021年10月26日公司幼儿园秋季运动会在师生的翘首盼望中拉开帷幕。(3-6岁儿童学习与发展指南)指出:“发育良好的身体、愉快的情绪、强健的体质、协调的动作、良好的生活习惯和基本生活能力是幼儿身心健康的重要标志,也是其它领域学习与发展的基础。”为贯彻落实《指南》精神,幼儿园积极组织幼儿开展丰富多彩的体育活动,促进儿童生长发育、增强体质。

本次运动会的主题是“我运动、我健康、我运动、我快乐”。运动会开始前,园领导和老师们布置场地,设计丰富多彩的运动项目,以保障运动会的顺利开展。英姿飒爽的小小运动员们,排着整齐的队伍,迈着坚实的步伐,随着《运动员进行曲》的音乐节奏,雄赳赳气昂昂地进入比赛现场。

本次秋季运动会活动内容丰富,富有趣味性,符合幼儿年龄特点,不仅使幼儿在活动中树立了团队合作意识,而且培养了幼儿活泼大胆、积极进取、勇敢坚强、不怕困难的优良品质,同时也感受到参与集体活动的快乐!

活动场处处洋溢着欢声笑语,孩子们齐心协力、默契配合,为运动会增添了精彩的一笔,呐喊声、欢呼声更是把运动会推向了高潮。(幼儿园)

**“安康杯”安全知识每期竞赛(370)**

370. 我国安全生产的方针是( )。

A.安全第一、预防为主 B.质量第一、兼顾安全 C.安全至上 D.安全责任重于泰山



10月21日,集团公司开展秋冬季消防安全会知识培训。

为加强公司消防安全管理,普及消防安全知识,进一步提高广大员工消防安全意识,10月21日下午,集团公司特邀河南省公安消防咨询服务中心邓刚教员,在公司六楼会议室开展秋冬季消防安全知识培训,集团公司副总经理郭向阳,各二级单位书记、工会主席、安全负责人,各工程项目经理、技术负责人、施工员、安全员及机关职能部门有关人员等120余人现场参加培训,另有400余人通过视频方式远程参加了培训。培训由安全部经理王建峰主持。

培训以“落实安全责任、推动安全发展”为主题,内容涉及消防安全四个能力、三级责任防火制、火灾隐患排查、家庭火灾预防、火场逃生基本知识、灭火器的正确使用以及如何正确报警等诸多方面,不仅从理论上向大家讲授了关于消防的各种安全防范知识,而且还讲述了大量实际生活中的真实案例。消防案例教训深刻,发人深省,使大家进一步增强了消防安全防范意识。

结合消防培训内容,郭向阳对当前消防工作重点和11月消防月活动进行部署,要求各分公司、工程项目部严格执行集团公司《施工现场消防管理要点》规定,积极开展即将到来的“11月消防月”消防活动,加强消防知识宣传、培训,开展消防隐患排查,组织消防应急救援演练,切实提高项目和员工消防意识。下一步,安全部将加大施工现场消防安全检查力度,随机开展模拟消防演练活动,检验各项目应对突发消防事件的反应能力,提升全员消防安全意识,筑牢集团公司安全生产防线。(安全部)



着重强调做好秋冬季消防安全工作

## 集团公司组织秋冬季消防安全知识培训