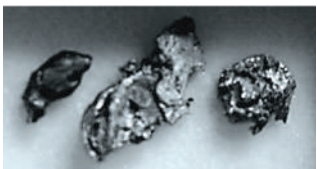


行进浙江·精彩故事  
工报记者走基层  
寻访最可爱的人

■记者羊荣江 实习生狄坤报道



在鲁世贵老人骨灰中找出的6块弹片。



3枚勋章见证鲁老的戎马生涯

从左至右,第一枚是红星功勋章,1927年八一南昌起义至1937年卢沟桥事件期间参加革命的同志可得(又称红军时期);第二枚是自由独立功勋章,1937年7月7日卢沟桥事件至1945年8月日本鬼子投降期间参加革命的同志可得(8年抗战时期);第三枚是解放功勋章,1945年8月日本鬼子投降至1949年10月1日解放期间参加革命的同志可得(4年解放战争)。

## 以“晒”代查 集约高效 富阳供电党支部坚持6年项目制成果“集中晒”

“打造检修政工品牌、拓展员工幸福空间”,“微服务、零距离”……2014年12月19日,随着一个又一个响亮名字的提出,一场别开生面的党支部项目制活动发布验收会在富阳市供电公司火热上演。

支部书记亲上阵  
图文并茂晒出自家绝活

据悉,该公司党委下属的14位党支部通过“年初选题、年中做题、年末结题”,一年来围绕各自主题开展了大量的活动。评

点会上,各支部均根据活动内容制作了精美展板,一溜儿排开“晒”成果。14名支部书记更是亲自上阵,以幻灯片方式生动晒出各自一年来在开展党支部项目制活动中所取的成果。

各支部互点互评  
客观犀利激起现场热潮

本次成果展示会除了安排图文并茂的成果发布外,还引入支部互评机制,发布人员相互点评,取长补短,让大家都受益匪

浅,不少评论内容客观犀利,引发现场热潮。所有成果发布完毕后通过集体投票形式进行评奖,公开透明,最终青云党支部、集团机关党支部等获一等奖。

以“晒”代查  
减负基层广受欢迎

本次成果发布会还有一大亮点颇受基层欢迎,那就是“以晒代查”,将成果发布验收会代替了原有的年终检查,减轻了基层迎检负担,更加集约高效。

## 上虞供电启动祝温村电网改造

绍兴市上虞区祝温村,这个因为有了好书记杭兰英而登上各大媒体的小村庄,如今已是浙江新农村建设的样板。日前,上虞区供电公司松厦供电所启动了祝温村电网改造工程。

走进祝温村,以为来到了世外桃源。这里田成方、树成行,平整的水泥马路连着每一户农家,新砌的标准沟渠通达每一块农田,匠心独运的民俗墙绘、文

化长廊和休闲公园更是展现着浓浓的乡村文化。

“一、二、三,放线!”在祝温村祝马自然村的一条小河边,矗立着一排崭新的电杆,十几名电力施工人员正在紧张作业。松厦供电所陈建桥师傅介绍,祝温村的农网改造是高点规划、高标准建设,主要包括全村10个自然村、6个台区的高低压线路改造、排灌

## 温岭供电:“文化超市”丰富员工工业余生活

一直以来,温岭市供电公司加强企业文化建设,对员工进行兴趣摸底,并对各俱乐部开展了可行性调研。截至目前,共设立摄影、球类、歌唱、钓鱼、读书等8个俱乐部。员工可以像在超市选购商品一样,根据各自的兴趣爱好报名参加各类俱乐部。

据悉,该公司摄影俱乐部2014年赴东海塘、三门等地开展采风两次,举办摄影知识培训两期,目前正在开展的photoshop数码后期基础培训更是吸收了该公司众多摄影爱好者,已经举办的三堂课,场场满座,人气爆棚;歌唱、羽毛球等俱乐部邀请专家为学

员们传经授道,不管是行家里手还是菜鸟学员,都受益匪浅;各种球类俱乐部除开展经常性训练的课外,还积极和兄弟单位举办友谊赛,交流情感,增进球技……

李敏霞

## 金华电网日均负荷预测准确率连续14年名列全省第一

1月6日,小寒,随着冷空气的来袭,金华的气温已下降了10℃以上,而金华电网的用电负荷也随着气温的下降而一路走高,达到440万千瓦。“根据天气预报,接下来气温还会继续下降,用电负荷将要再上升30万至40万千瓦。”金华供电公司电力调度控制中心负荷预测专职楼玲俊对今后几天的电网负荷做出判断。

短期负荷预测是供电企业的一项基础性工作,目的是为电力系统安

全调度、经济运行提供负荷预测数据,而提高预测准确率是保证电网安全稳定运行、合理编制电网运行方式、做好电网供需平衡的重要环节。多年来,金华供电公司在负荷预测工作方面善于积累经验、勤于总结规律,建立“1+N”模式(即一个负荷预测专职(1)和全体调度员(N)共同承担管理模式),取得了优异成绩——日均负荷预测准确率一直保持在96%以上,并从2001年起,连续十四年名列全省第一。 徐风华

答案很简单,中医讲究对症下药,再好的药材要是没有好的配伍,就不会有好的作用。

元代名医朱丹溪经过多年临床实践,提出江浙人的基本体质为“阴常不足,阳常有余”,即我们常说的“阴虚”。而后清代江南名医叶天士在《温热论》中则补充说,“吾吴湿邪害人最广”,意思是说,在江浙一带,气候湿热,空气湿度大,人们容易得湿热症。

可见,阴虚湿热体质自古就是江浙人最普遍存在的体质。北京中医药大学王琦教授《中医体质分类判定标准的研究及其应用》的研究成果也证实了这点,认为浙江人多属于湿热体质。

由于阴虚之人体质虚弱、代谢差,直接导致内分泌紊乱,水液不能正常排出,久之化热,成为湿热;而湿热之物滞留于体内,影响气血循环,阻碍阴精生长,久之导致阴虚。所以,阴虚和湿热常常互为因果而恶性循环。

这个时候,我们仅仅利用铁皮石斛滋阴是不够的,还需要搭配其他中药药材来达到祛湿的目的。浙江大学食用菌研究所研究员赵培洁说,铁皮枫斗颗粒如果配上灵芝、西洋参等为原料组方,就能让三种原料协同作用,凉而不寒,滋阴而不抑阳,安神而不嗜睡,大大扩展了铁皮石斛的适合人群。这主要是因为灵芝归心、肺、肝、肾经,在扶正补气的同时可

枫斗打粉服用,但对于磨粉间的卫生等级要求极高,微生物和重金属容易超标。

现代人营养过剩、运动少  
不含糖的铁皮枫斗颗粒是首选

一般来说,煎煮铁皮石斛可以析出其中的有效成分,但往往需要花费4—5个小时,这对精力有限的中老年人朋友,亦或是追求快捷便利的年轻人来说,这种方式终究不太合适。

那有没有一种简单、有效的进补方式? 答案是“有”。经现代工艺提取工艺制成的铁皮枫斗颗粒就是一个不错的选择,既安全,又容易被人体吸收。

市场上的铁皮枫斗颗粒产品配方大多是石斛和西洋参配伍为主,有些还添加了葡萄糖。然而现代人大多营养过剩、运动少,本来就要减少糖分的摄入,如果长期服用含糖或淀粉成分为辅料的铁皮枫斗颗粒,无形中摄入了大量的糖分,不但对身体无益还可能有害,特别是对糖尿病患者来说是相当危险的。

因而,配方中不含糖的铁皮枫斗颗粒是养生上选。

铁皮石斛配伍灵芝  
更适合调理江浙人易阴虚湿热的体质  
铁皮石斛滋阴的效果虽好,但为什么有些人吃了效果不特别明显呢?



### 人物简介

鲁世贵,四川达县人,1918年9月9日出生,1933年9月1日入伍,随红四方面军参加长征,1937年3月入党,1969年11月因病离职休养,正师职,离休前任浙江省绍兴军分区副政委。战争年代三次负伤,被评为6级伤残革命军人,1955年被授上校军衔,1988年7月被授予二级红星功勋荣誉章。

鲁世贵,四川达县人,1918年9月9日出生,1933年9月1日入伍,随红四方面军参加长征,1937年3月入党,1969年11月因病离职休养,正师职,离休前任浙江省绍兴军分区副政委。战争年代三次负伤,被评为6级伤残革命军人,1955年被授上校军衔,1988年7月被授予二级红星功勋荣誉章。



鲁老的二级红星功勋荣誉章

## 义乌打造医疗器械集散中心 市场展位免费提供给优质生产商

刚跨进新年,来自全国各地的数百家知名医疗器械生产商就汇聚在义乌国际博览中心的美森医疗器械产品展示销售中心,探讨如何更快更有效地把美森医疗器械产品展示销售中心,成为中国乃至全球最大的医疗器械产品展示销售市场。

美森医疗器械产品展示销售中心是中国义乌国际小商品城集团有限公司和浙江义乌美森进出口总公司合作组建的,力求通过网上与网下市场的融合发展、出口与进口市场的融合发展、商品供应商与贸易服务商的融合发展,以及医疗器械专利与产品有效孵化发展等方面进行积极探索。力求以医疗器械展示平台为基础,把义乌打造成全球医疗器械集散中心,并将构建成国内最大的

医疗器械电子商务平台。美森通过广阔的立体化销售渠道,与海量的生产商和采购商开展广泛的合作,形成规模巨大的医疗器械展销中心和研发中心。

“美森医疗”为全球优质医疗器械商家提供完全免费的展示空间,以此吸引全世界的医疗器械商家前来展示销售,召唤采购商前来采购产品。中心尽管对所有入驻义乌美森进出口总公司合作企业的入驻企业实行严格的审核。直销中心运营公司会与各企业和商家签订保证书,制定严格的资金结算制度、产品售后服务、代理进出口、产品退税、对外项目招投标等一系列的制度与规则,实现由单一模式向复合型销售服务模式转型升级。

胡丽文

## 平湖烟草迎接全市团干部考察

近日,平湖市团市委组织全市团干部到“省级示范青年文明号集体”——平湖市烟草专卖局当湖专卖管理所开展工作交流。

100余名团干部通过听取PPT汇报、现场观摩等方式对该所的工作情况和服务质

量进行了参观考察。团市委组织的此次活动是对当湖管理所“省级示范青年文明号集体”活动成果的充分肯定,同时,该所借助活动平台向全社会展示了烟草行业争先创优、服务社会的良好行业形象。

钱浏



浪费钱不说,还迟迟不见效果。

也许你会问,铁皮石斛不都一样吗,怎么还有吃得对不对一说。现在,我们就带着这个问题来看一下。

新鲜铁皮石斛不易保存  
铁皮枫斗打粉不易鉴别

首先,我们要搞清楚,不是所有的石斛都叫铁皮石斛。石斛在我国共有74种和2变种,能够药用的有约39个品种,可分为铁皮、紫皮、金钗、霍山、流苏等,铁皮石斛(干品称铁皮枫斗)因表皮呈铁绿色而得名,其多糖、石斛碱、氨基酸等有效成分含量最为丰富,也最为珍贵。

选择新鲜铁皮石斛的话,最好选三年生的,生长周期长,有效成分含量沉淀就多,嚼起来味甘黏牙,渣少或无渣;而品质低劣的,则胶质含量低,味苦而渣多。

新鲜铁皮石斛可以鲜食、榨汁或煎煮,由于性偏寒,吃的时候最好加入红枣、枸杞或生姜。不过,新鲜铁皮石斛不易保存,民间往往把它加工成铁皮枫斗以便储存、运输。

制成干品后的铁皮枫斗外观上和其他石斛类枫斗差不多,消费者很难用肉眼鉴别,如果没有权威检测机构出具的合格报告,一不小心就有可能买到冒牌的,甚至是农残超标的普通枫斗,品质难以保障。另外,很多人喜欢把铁皮

# 铁皮石斛,您吃对了吗

不含糖



药材地道 天然有机

寿仙谷无糖型铁皮枫斗颗粒受追捧

一个养生方,有好的配伍还不够,最后还是要看药材是否地道。如果有条件,最好选择有机的铁皮枫斗类产品。有机是目前国际上公认的安全等级最高的产品,整个生产过程中没有任何环节能让污染成分有机可乘,是真正安全天然产品。

寿仙谷药业是铁皮枫斗国家质量标准制定单位,也是铁皮石斛行业协会

会长单位。目前,由寿仙谷药业研发的不含糖的铁皮枫斗颗粒,就是一款回头率很高的铁皮枫斗类产品,在杭州的胡庆余堂国药号(坊坊街),方回春堂、张庆泰等百年国医馆和杭州大厦、万象城、世纪联华等大型商超均有销售。配方里铁皮石斛、灵芝和西洋参,全部来自寿仙谷有机国药基地,并采用仿野生有机模式种植,栽培和生产过程中不使用任何化学合成肥料,尤其,铁皮石斛需3年才能长成,最大的特点就是原料好,有效成分高。由寿仙谷培育的铁皮石斛新品种“仙斛1号”,经过鉴定多糖含量高达47.1%,远远高于国家药典标准。