

安徽人的生活指南

市场星报

全国数字出版转型示范单位

新闻热线 62620110
广告垂询 62815807
发行热线 62813115总编办 62636366
采编中心 62623752
新闻传真 62615582
Email admin@scxb.com.cn零售价 1元/份
全年定价 240元法律顾问 安徽美林律师事务所
杨静 律师承印单位 安徽新华印刷
股份有限公司安徽财经网
www.ahcaijing.com星报传媒
全媒体矩阵

官方微信 scxb123

掌中安徽
APP客户端掌中安徽
微信

星报官方微博



安徽24小时



星报艺术中心



小记者



医药与健康



财经安徽

人民日报社论：
为民族复兴提供有力宪法保障

九鼎重器，百炼乃成。第十三届全国人民代表大会第一次会议，表决通过了宪法修正案。这是时代大势所趋、事业发展所需、党心民心所向，是推进全面依法治国、推进国家治理体系和治理能力现代化的重大举措，对更好发挥宪法在新时代坚持和发展中国特色社会主义中的重大作用，为实现“两个一百年”奋斗目标 and 中华民族伟大复兴的中国梦提供有力宪法保障，具有重大现实意义和深远历史意义。

习近平总书记强调，坚持依法治国首先要坚持依宪治国，坚持依法执政首先要坚持依宪执政。从中央政治局决定启动宪法修改工作，到《中共中央关于修改宪法部分内容的建议》在党内外一定范围征求意见；从党的十九届二中全会审议通过《中共中央关于修改宪法部分内容的建议》，到全国人大常委会形成《中华人民共和国宪法修正案（草案）》的议案，提请第十三届全国人民代表大会第一次会议审议并通过，这次宪法修改，始终贯穿科学立法、民主立法、依法立法精神和原则，是我们党领导立法、保证执法、支持司法、带头守法的生动实践，是坚持党的领导、人民当家作主、依法治国有机统一的生动体现。

“法与时转则治，治与世宜则有功。”宪法是治国安邦的总章程，是党和人民意志的集中体现，在我们

党治国理政活动中具有十分重要的地位和作用。在保持宪法连续性、稳定性、权威性的基础上，推动宪法与时俱进、完善发展，这是我国法治实践的一条基本规律。从1954年我国第一部宪法诞生至今，我国宪法一直处在探索实践和不断完善过程中。1982年宪法公布施行后，分别进行了5次修改。通过修改，我国宪法在中国特色社会主义伟大实践中紧跟时代步伐，为改革开放和社会主义现代化建设提供了根本法治保障。实践证明，及时把党和人民创造的伟大成就和宝贵经验上升为国家宪法规定，实现党的主张、国家意志、人民意愿的有机统一，是我们党治国理政的一条成功经验。

中国特色社会主义进入新时代，这是我国发展新的历史方位。我国宪法必须随着党领导人民建设中国特色社会主义实践的发展而不断完善发展。确立习近平新时代中国特色社会主义思想在国家政治和社会生活中的指导地位，把“中国共产党领导是中国特色社会主义最本质的特征”写入宪法总纲第一条，完善国家主席任期任职制度，深化国家监察体制改革……这次宪法修改，根据新时代坚持和发展中国特色社会主义的新形势新任务，把党的十九大确定的重大理论观点和重大方针政策载入国家根本法，把党和人民在实践中取得的重大理论创新、实践创

新、制度创新成果上升为宪法规定，体现了党和国家事业发展的新成就新经验新要求，必将更好地发挥宪法的规范、引领、推动、保障作用，在法治轨道上更好地坚持和发展中国特色社会主义。

习近平总书记指出，“维护宪法权威，就是维护党和人民共同意志的权威。捍卫宪法尊严，就是捍卫党和人民共同意志的尊严。保证宪法实施，就是保证人民根本利益的实现。”修改宪法是为了更好实施宪法，更好发挥宪法的国家根本法作用。全面贯彻实施宪法，是建设社会主义法治国家的首要任务和基础性工作。我们要以这次宪法修改为契机，把实施宪法摆在新时代全面依法治国的突出位置，采取有力措施加强宪法实施和监督工作，为保证宪法实施提供强有力的政治和制度保障，把依法治国、依宪治国提高到一个新水平。

翻开宪法序言，从站起来、富起来到强起来，中华民族伟大复兴的历程清晰可见。中国特色社会主义的伟大实践，在国家根本法上留下辉煌篇章。踏上新征程、奋进新时代，维护宪法作为国家根本法的权威地位，更好发挥宪法治国安邦总章程的作用，中国特色社会主义道路就一定能够越走越宽广，我们就一定能实现中华民族伟大复兴的中国梦。

■ 据新华社电

高铁吃泡面事件
不能“自顾自”

■ 殷建光

时评
ShiPing

最近几天，网上流传着一段高铁吃泡面的视频：一名男子在高铁上吃泡面，被一名女子怒怼。视频中的女子怒吼“整个高铁都知道不能吃泡面”，情绪激动，且言辞激烈。这段视频引起了网友的讨论，有人认为这位女子素质太差，也有人认为高铁上吃泡面，味道确实让人反感。（3月11日《扬子晚报》）

据悉，高铁、动车上一般不卖泡面，如果是自己带的话，没有规定高铁、动车上不能吃。这就意味着，泡面属于高铁的“无禁食规定”食品，乘客可以吃。况且，对于长途旅行者，不允许吃喝没有人情也不现实，吃泡面充饥未尝不可。

但是，高铁上吃泡面虽不是违法违规的举动，但也应顾及到旁边乘客的感受。以视频中发飙的女乘客为例，之所以大动干戈，是因为她的孩子对泡面过敏，曾跟这名男子沟通过，但对方执意不听，她这才发泄不满。

笔者以为，这样的事件发生于双方在公共场合的“自顾自”。一方面，对于吃泡面的乘客，

如果能够体谅这位母亲爱护孩子的心情，到高铁其他地方，比如车厢连接处或到餐车食用，未尝不可；另一方面，于这位女乘客而言，自己抱着孩子暂时躲避一下，或者言行不过激，也可以让事件得到缓和。关键是双方都懂得退让一步。

这样的事件印证了一个道理，就是在公共场合切莫“自顾自”。尽管一些情况或行为，法律并没有禁止，但也应顾及到社会公德。倘若即便不违法却违背了公德，也会给他人带来不便，以及干扰，引起旁人的反感不说，更会诱发一些没有必要的怒怼乃至口角。所以，公共场合法律规矩与道德规则同样都需要遵循，切莫任性给自己和旁人添堵。

同时，在互联网时代，一些事件往往会一瞬间成为社会热点。以高铁吃泡面事件为例，被拍摄视频后，迅速传遍网络，引起了社会的关注，尤其对当事人的面部没有进行技术处理，既侵犯了其隐私权和名誉权，更有可能造成安全隐患，比如，一些网民人肉当事人，无异于网络暴力。所以，在网络热点事件中，网民也不能“自顾自”，而不顾法纪和道义。

微|声音

等困了再睡可能就晚了

不少人睡前总要玩会儿电脑、看会儿手机，一直折腾到眼睛都睁不开了再睡觉。其实，夜里大脑已极度疲劳，若神经系统持续紧张，长此以往可能导致神经衰弱、记忆力下降，甚至引发失眠，造成想睡的时候睡不着。最好要养成规律作息、按时睡觉的习惯。

@生命时报

喝对了茶，让你天天都是女神

柠檬茶能减肥瘦身，保持皮肤的活力和弹性；山楂茶能消除油脂，排出体内废物；由白菊花和上等乌龙茶焙制而成的菊花茶能去体内毒素，对体内积存的有害化学或放射性物质有抵抗、排除的功效；玫瑰花茶对内分泌失调有一定的帮助。

@人民网

非|常道

专家：中国有必要缩短工时
国人工作时间可更短点

专家表示，我国实行5天工作制，即职工每日工作8小时，每周工作40小时。但因加班时间过长，带薪休假制度未得到很好执行，国内劳动者普遍感到工作时间太长。我国确有进一步缩短工时的必要。

@环球时报