



关心员工首先要关心身体健康，
送健康是给员工的最大福利。

—— 董配永

在董氏集团提起小麦粥，员工们交口称赞，都说它不仅口感好、味道好，更重要的是有营养、御百病，久喝不厌。员工们心里清楚，这是董主席关心员工身体健康，煞费苦心，为员工办的又一件大好事。

据清代《饮食辩录》载：“小麦粥。主宁神、敛汗、止渴、除烦”。从中医学角度来讲，小麦具有养心安神、润肺健脾、益肾养肝、除烦止渴、清热生津、利小便、止自汗盗汗、治疗痘疹和热疮、汤火疮溃烂、跌打损伤的瘀血、调节经络等功效。可以有效改善睡眠，对于心悸不足或者是心阴亏虚、失眠、烦躁等症状，具有很好的改善作用。从营养学的角度来讲，小麦粥可以补充人体所需要的粗纤维、钙离子和蛋白质，不但可以促进肠道蠕动，而且可以改善视疲劳，在一定程度上平衡体内的离子水平。在日常饮食中增加粗粮的摄入对健康有益，小麦就是很好的粗粮，小麦粥不仅可以养心气、止烦渴、平肝气、补虚劳、壮血脉、养五脏，而且可以增加饱腹感，能够以促进食欲。

让员工喝小麦粥凝聚着董主席股股心血和浓浓爱意。保障员工身体健康是董主

麦粥飘香沁人心

本报记者 徐林



席多年来一直挂怀的事情，也是董主席认准的路。董主席睡眠不好，晚上睡不着觉，早晨起得早，有时半夜醒。以前胃肠不适，大便不通畅，吃其他有机食品效果不明显。自打喝小麦粥以后，感觉躺在床上入睡快，一觉能睡到天亮。同时肠胃也无不舒适感，大便通畅正常，感觉神清气爽。董主

席深谙养生之道，经过深思熟虑，便要求熬小麦粥让员工、家人和朋友共同分享。

一个多月过去了，上方山基地中央厨房每天早晚两次熬小麦粥，员工们喝了以后普遍感觉身体舒服，工作起来有劲头。六名厨师负责300多人的就餐，每天起早贪晚，干劲十足，抱柴烧火、蒸饭熬粥、

炒菜做汤样样都干得出色。员工周大勇、范富余感觉喝小麦粥以后上下通气，有精神有劲头，早晚打理菜园，白天干活夜间值班，也不觉得累。董主席的一个老朋友多年便秘。喝了集团的小麦粥后，不到半天肠胃就通了，她对集团的小麦粥特别认可，情有独钟。凡是喝过集团小麦粥的人都夸小麦粥好喝，喝完感觉身体舒服。这些生动的实例，更加坚定了董主席推广小麦粥的信心。

在董主席的安排和倡导下，上方山基地的熬粥经验很快就在马矿、深通、鑫发、绥校等单位推广，小麦粥正在惠及越来越多的人，为集团有机食品开发增添了一道靓丽的色彩。

细雨无声润万物，麦粥飘香暖人心。

一碗小麦粥，凝聚着董主席的良苦用心，展现着他对员工的关怀和厚爱。桃李不言，下自成蹊。喝小麦粥也温暖着每个员工的心，员工们在感到健康、幸福和快乐的同时，也发自内心的感激董主席。小麦粥承载着健康和祝福，伴随着浓浓的情和深深的爱，正在香飘四面八方，惠及千家万户……

小麦粥中见大爱

雷建国
刘万钧

夏季到来，暑气重湿气大，人们容易中暑得病。为了保证广大员工身体健康，集团董主席要求各单位食堂给广大员工熬小麦粥。马矿员工刘立华说：“主席给集团员工提供的小麦粥，养胃解暑促消化，成了我们餐桌上的‘奢侈品’。非常感谢主席对员工和家属健康的关爱，送健康就是我们最大的幸福。”

小麦粥喝起来挺好的，熬起来可不简单。尽管工序并不复杂，但耗时很长，浸透着主席的心血和厨师们的汗水。就拿上方山中央食堂来说吧，用的是大铁锅，烧的是劈柴或柴草，属于传统原生态工艺。早餐喝的粥，头一天下午四点半就得开始点火烧水；晚餐喝的粥，早上五点半就要开始操持。一锅水六百斤，一个多小时才能烧开。将麦子淘净放入锅中熬制，先用大火熬制三个小时，再用文火熬两个多小时，然

后还得在锅里闷两个多小时，总共需要八个小时。这样熬出的小麦粥香浓郁、麦粒熟而不烂，软硬适度，麦粥色泽鲜艳，浓而不腻，稀稠适度。

据了解，熬粥用的是集团自己种植的有机小麦，富含人体所需营养。具有清热解暑、养胃健脾、滋补肾脏、缓解盗汗、润肠通便、降低血脂、改善睡眠等多种功效，是夏季最好的养生食品。

董主席与员工心连心，时刻关注大家的身体健康，他把对员工的爱融入到具体的一日三餐。一碗碗黏糊糊、香喷喷的小麦粥，饱含着董主席对广大员工的无限深情。

真是“一人进董氏，全家保健康”啊！

小麦粥，我喜欢！

马矿公司 刘立华

健康是吃出来的！喝着董主席提供的小麦粥，我对这句话又有了更加深刻的理解。

给予黄金不如给予点金之术，给予幸福必先给予健康。

咱们董氏小麦粥做法讲究，工序严谨，一丝不苟，干净卫生，在提供营养和热量的同时，更是养胃，促消

化，解暑之美味。我们非常感谢董主席和夫人对员工健康的关爱。

民以食为天。董主席多年来不惜重金提前布局农业、养殖业，旨在造福员工健康，功在当下利在千秋。董主席高瞻远瞩，身体力行，发展传统农牧业，让

我们远离垃圾食品，为我们把好“病从口入关”。看看社会上的垃圾食品，都是害人的黑科技和狠活。

跟着苍蝇找厕所，跟着蜜蜂找花朵；跟着乞丐学要饭，跟着千万赚百万。只有跟着董主席才是我们唯一的光明幸福之路！



一个考生家长的血泪控诉

姜玉多

有网友爆料，今年高考出分那天晚上，锦州市有两个成绩不理想的考生跳楼了。都说新闻要有真实性，此刻我却无比希望这只是博人眼球的假消息。

不知何时起，受西方腐朽文化和思想的影响，很多家长特别重视速成教育，为了求得高分各地补课盛行，不惜牺牲孩子正常的作息时间和宝贵的睡眠，让孩子补课到凌晨。有的家长花高价请教师一对一补课。有的条件不好借钱也要补，甚至卖房给孩子补课。

有一个家长为了让孩子考上好学校，每天都安排一对一辅导，三年花了三十多万。孩子每晚十二点左右才能睡觉，第二天家长又逼着五点起床。孩子天天晚上踏入补课中，得不到休息，白天上课精神萎

靡如此恶性循环，致使孩子没能考出理想成绩，分数刚过了二本线。

校外补课是教育部门管理失控和打击不力、个别教师为谋私利乐此不疲、家长被迫迎合的产物。它对教育公平的破坏性很大，是教育系统的毒瘤，是补课教师的腐败，助长了一些教师以职谋私、以教谋私。有些参加补课的教师，课堂上不讲重点，甚至故意留有余地，逼着学生补课，家长苦不堪言。

这种现象已经成了社会通病，也把孩子培养成了畸形。孩子不想学，自己教育不了，只能用补课这种增加教育成本的方式证明父母的重视和努力，否则就是不负责任。孩子上了一天的课，本来就疲惫不堪，课后还在各补课班之间疲于奔命。家

长也心疼，但是大把的银子花出去了，在补课班打个瞌睡都得掏钱。半大孩子的逆反心理在重压之下越来越强烈，同时家长看着孩子不像自己要求那样拼命，也觉得付出的委屈，于是就有了“半夜的吼叫”这种网络流行语。很多家长为了提高孩子的分数，不管孩子学习时间多长，也不管孩子压力多大，就是不让孩子停下来，生怕孩子成绩上不去。殊不知，这不仅给困难家庭带来了新的压力，也毁了孩子。孩子在健康成长的年纪难以承受如此负荷，往往累坏了身体，也压垮了精神。当今这个社会太畸形，病态的社会给家长制造了焦虑，如果社会不再有唯分数论、唯文化论的风气，就不会有那么多家长花钱给孩子补课。

很多家长把考大学当成孩子出人头地的唯一途径。条条大路通罗马，三百六十行、行行出状元。家长首先要改变以文凭论成败的心态，多培养孩子动手能力、吃苦耐劳精神，培养勇于担当、勇于拼搏奋斗的精神。也唯有坚持不懈地培养孩子坚韧不拔的精神，孩子将来才会有出息。

有人说，现在的孩子心理脆弱，承受不起批评和打击，不知感恩、不懂回馈，说不得、碰不得。事实上，与孩子相比，家长更需要心理建设，父母望子成龙很正常，但方法错误会害了孩子、苦了家庭。给自己和孩子找到准确的定位，明确自我认知，是教育好孩子的基础。培养孩子如何做人做事，树立正确的人生观、价值观，才是成长和成才的王道。

下班喝粥去！

鑫发公司 张永宝

“下班了，快点喝粥去啊！”“喝粥了？”我还没等问清情况，叫我的同事小高已了无踪影。习惯性地打开手机微信，原来早就通知了：“中午下班后，请大家到三楼会议室品董氏有机小麦粥，自备餐具。”

我收起手头工作，带着碗筷，怀着好奇的心情来到三楼会议室。一进会议室我真惊呆了，能容纳五十多人的会议室座无虚席，还有几拨人围在一起站着吃的。“给我盛满啊！”“还有我，再来一碗。”“帮我拿根葱，酱豆腐能递过来一下不。”“拍黄瓜再来点，拌土豆丝还有么。”“秋葵拌的挺好正好就粥吃，再给我半个馒头……”大家连说带笑，现场非常热闹。

为了保障小麦粥的口感，后勤科的工作人员凌晨2点左右就开始用大铁锅熬制，经过8个小时才熬制出来。免费为员工提供小麦粥，不

哪个老板都能想到的，也不是说做就能做到的。

饮水思源，知恩图报。每当我品尝小麦粥的时候，就想起了董主席穿着背心、顶着烈日躬身割麦的场景，想起了夕阳西下董主席在麦田里拾麦穗的场景，想起了董主席与大家一起晒麦子的场景……

鑫发公司按照集

团董主席的要求，为员工熬制有机小麦粥，把董主席的关怀和厚爱送到大家的心坎上。

掘进队队长李凤军说：小麦粥非常好喝，口感清香爽滑，粥中的小麦颗粒煮烂后，口感软糯，有一定的嚼劲。小麦粥可以养心安神，滋补心经，对于失眠、睡眠质量不好的人，有很好的调理功效。感谢公司领导 and 后勤人员的辛苦付出，感谢董主席对我们大家的关爱！

采煤队职工艾玉猛说：我从进入董氏集团就吃有机食品，最近又喝到了从来没喝过的有机小

董氏有机小麦粥真好

鑫发公司 张桂银

麦粥，口感相当好，营养价值很高，真是难得的夏季养生佳肴啊！

对食材和美食颇有研究的李德昌，从中医学角度诠释了小麦粥的功效：一是可以起到滋补心经、养心安神的作用。二是能够益肾补气，可缓解盗汗、腰膝酸软、骨质疏松。

喝一碗小麦粥暖心养胃回味无穷。大家都说有爱的味道，尝出了董主席视员工为家人的亲情味。



小麦粥送到地头 农民工暖上心头

董意川

集团绥棱天华农场按照董主席的要求，把有机小麦粥送到田间地头，前来参加人工除草的农民工朋友面对这种特殊待遇，竖起大拇指连连称赞。他们说，喝了小麦粥解暑又充饥，铲起地来特别有力！有的人还把剩下的粥装起来，说带回家去让孩子们尝尝。