



农民十万个怎么做丛书

中央农村工作领导小组办公室主任 陈锡文 作序推荐

陈文胜◎主编 王文强◎执行主编

农民十万个怎么做 生产生活篇

黄永忠 曲 婷 刘新荣◎编著



NONGMIN
WANGE ZENMEZUO
N SHENGHUO PIAN

- ✓ 增加农民生产管理本领
- ✓ 介绍农民消费娱乐方法
- ✓ 增长农民社会交往学问
- ✓ 提供农民饮食保健窍门

国家行政学院出版社

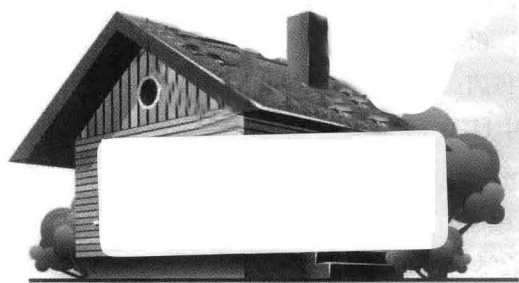


农民十万个怎么做丛书

陈文胜◎主编 王文强◎执行主编

农民十万个怎么做 生产生活篇

黄永忠 曲 婷 刘新荣◎编著



国家行政学院出版社

图书在版编目(CIP)数据

农民十万个怎么做. 生产生活篇 / 黄永忠, 曲婷,
刘新荣编著. —北京: 国家行政学院出版社, 2013. 2

ISBN 978-7-5150-0666-6

I. ①农… II. ①黄… ②曲… ③刘… III. ①科学知
识—普及读物②农村—生活—普及读物 IV. ① Z228

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 040496 号

书 名 农民十万个怎么做. 生产生活篇

编 著 黄永忠 曲 婷 刘新荣

责任编辑 汤中方

出版发行 国家行政学院出版社

(北京市海淀区长春桥路 6 号 100089)

电 话 (010) 68920640 68929037

编 辑 部 (010) 68928873

经 销 新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

版 次 2013 年 9 月北京第 1 版

印 次 2013 年 9 月北京第 1 次印刷

开 本 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张 12.5

字 数 165 千字

书 号 ISBN 978-7-5150-0666-6

定 价 22.00 元

总 序

自十六大以来，党中央始终把解决好“三农”问题放在全党工作重中之重的位置，着力统筹城乡经济社会发展，加快形成城乡发展一体化新格局。为此，连续发布了十个以“三农”为主题的中央“一号文件”，实施了一系列前所未有的强农惠农富农政策，通过取消农业税，对农民实行直接补贴，改革粮食流通体制、集体林权制度、农村金融体制，把国家基础设施建设和社会事业发展的重点放到农村，实行农村中小学免费义务教育，建立新型农村合作医疗、新型农村社会养老保险和农村最低生活保障制度，促进农村劳动力自由就业等重大举措，极大地解放和发展了农村社会生产力，使农业和农村发展取得了举世瞩目的成就。可以说，党的十六大以来的十多年，是党的强农惠农富农政策出台最密集的十多年，也是农民得实惠最多的十多年，是农民物质与精神文化生活水平提高最快的十多年。

只有调动了农民的积极性和激发了农民的创造力，农业的发展、农民的富裕、农村的兴旺才可能具有最坚实的基础。农业之所以能获得“九连增”、农民收入增长之所以能实现“九连快”，农村之所以能保持九年持续的和谐稳定，最根本的一条，就是中央在制定农村政策时始终把保障农民经济利益、尊重农民民主权利作为基本原则，着眼于提高农民增收能力，尽可能使农民平等参与现代化进程，共享改革

发展成果，因而使得蕴藏在亿万农民群众中最伟大的发展作用得到了发挥。

当前中国农村正在进入全面转型时期，“三农”发展面临着难得的机遇，但也面临不少复杂的问题。国际形势复杂多变，世界各国抢占农产品市场话语权的竞争越来越激烈。国内资源环境约束不断加剧，农业与工业、农村与城市争夺耕地、水资源、人力资源等资源要素的竞争日趋严峻，特别是农村劳动力素质偏低，青壮年劳动力不断进城务工，“空心村”不断增多，“谁来种地”、“谁来养猪”已成为无法回避的重要问题；农业科技含量、劳动生产率低，小规模分散经营与大市场之间矛盾日益突出，农村基础设施建设和社会事业发展仍然滞后，城乡居民收入总体上还存在较大差距，农民向非农产业转移就业和融入城市仍面临一系列体制障碍，农村改革和发展的任务仍然十分艰巨。

人是生产力中最活跃的因素。适应新的发展形势，解决“三农”发展面临的系列问题，不仅要坚持工业反哺农业、城市支持农村和多予少取放活方针，进一步破除体制机制障碍，继续加大强农惠农富农的政策力度；更为重要的是要坚持以人为本，将推进农村改革发展与提高农民能力素质紧密结合起来，进一步发挥农民的主体作用，不断提高农民的文化素养和科技水平，增强农民自主意识和自我发展能力，培养有文化、懂技术、会经营的新型农民，适应农村转型发展的需要。这无疑是新时期加快农村发展的重要课题。

陈文胜研究员主编的《农民十万个怎么做》丛书，立足于中国城乡社会变迁、传统农业向现代农业转型的背景，以提高农民素质、促进农民增收、维护农民权益、改善农村民生为出发点，着力于帮助解

决与农民的日常生活息息相关的现实问题，具有较强的时代性、实用性和可操作性。同时，该丛书遵循农民喜好与思维特点，采取一问一答的形式，以新理念、新技术、新政策、新内容，以及生动的案例、活泼的讲解、通俗的语言、新颖的编排，为广大农民奉献了一套内容丰富、易懂好用、特色鲜明的知识丛书。丛书分为五册，分别从生产生活、技术信息、增收致富、环境保护、权益维护等方面，为农民答疑解惑。

党的十八大报告提出了“促进‘四化’同步发展”、“推动城乡发展一体化”的发展思路，为深化农村改革、进一步推进农村经济社会持续发展指明了方向。如何进一步发挥广大农民的积极性、主动性、创造性，以推动农民自身进步作为加快农村社会转型、实现城乡发展一体化的最坚实的力量，还需要“三农”理论与实际工作者的不断深入研究与探索。《农民十万个怎么做》丛书以提升农民自身发展能力来促进“三农”问题的解决，做到了把理论放在田野中，把文章写在大地上，把文风揉进泥土里，贴近农村现实，贴近农民生产生活，无论是出发点还是落脚点、无论是内容还是形式都值得肯定。衷心希望该丛书能够达到编写的初衷，切切实实服务于农民，让广大农民朋友真正从中受益。

是为序。

中央农村工作领导小组办公室主任

陳錫文

总序	陈锡文 1
----------	-------

Part 生产管理要有本领	1
1. 进行农业标准化生产, 该怎么做?	2
2. 生产经营无公害农产品, 该怎么做?	4
3. 寻找合适的农业生产项目, 该怎么做?	6
4. 把握农产品市场需求, 该怎么做?	8
5. 培育、购买和贮藏种子, 该怎么做?	10
6. 选择和养护农用薄膜, 该怎么做?	14
7. 选用肥料和科学施肥, 该怎么做?	16
8. 科学合理使用农药, 该怎么做?	19
9. 正确使用生物农药, 该怎么做?	24
10. 正确选用和购买饲料, 该怎么做?	26
11. 科学配制和投放饲料, 该怎么做?	28
12. 发展特色种植、养殖业, 该怎么做?	30
13. 发展生态种植、养殖业, 该怎么做?	33

14. 进行循环种养, 该怎么做?	35
15. 利用庭院进行生产, 该怎么做?	37
16. 进行间作套种, 该怎么做?	39
17. 进行轮作种植, 该怎么做?	41
18. 进行精细养殖, 该怎么做?	43
19. 种植反季节作物, 该怎么做?	45
20. 种植“时令菜”, 该怎么做?	48
21. 发展规模养殖, 该怎么做?	50
22. 预防农业生产风险, 该怎么做?	53
23. 科学使用农业机械, 该怎么做?	55

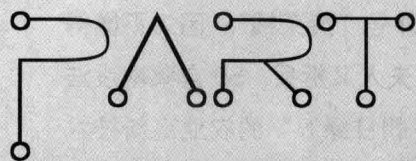
Part 社会交往要有学问 59

24. 发生了家庭矛盾, 该怎么做?	60
25. 对方有重大过错造成家庭破裂, 该怎么做?	63
26. 要参加红白喜庆活动, 该怎么做?	65
27. 操办婚丧活动, 该怎么做?	67
28. 外出走亲访友, 该怎么做?	70
29. 家有客人来访, 该怎么做?	72
30. 向人借钱借物, 该怎么做?	73
31. 规避交往陷阱, 该怎么做?	75
32. 离家外出旅行, 该怎么做?	77

Part 消费娱乐要有方法	81
33. 利用电视来休闲娱乐, 该怎么做?	82
34. 利用网络来休闲娱乐, 该怎么做?	85
35. 提高书画艺术欣赏水平, 该怎么做?	88
36. 组织或参加乡村文体活动, 该怎么做?	91
37. 如果迷上了电子游戏和网络游戏, 该怎么办?	92
38. 制订一个家庭消费计划, 该怎么做?	94
39. 希望购买的商品物美价廉, 该怎么做?	96
40. 识别假冒伪劣产品, 该怎么做?	98
41. 去选购自己满意的服装, 该怎么做?	100
42. 想选购称心如意的家电, 该怎么做?	103
43. 去选购机动车时, 该怎么做?	104
44. 要选购金银饰品、珠宝等贵重物品时, 该怎么做?	107
45. 要避免进入传销圈套, 该怎么做?	109
46. 预防消费诈骗, 该怎么做?	112
47. 避免商业广告误导, 该怎么做?	114
48. 预防网上购物风险, 该怎么做?	117
Part 饮食保健要有诀窍	120
49. 要了解什么是“QS 认证”(质量安全), 该怎么做?	121
50. 要了解什么是绿色食品, 该怎么做?	122

51. 要了解什么是转基因产品, 该怎么做?	124
52. 选购营养价值高的食用油, 该怎么做?	125
53. 选购质量好的水果, 该怎么做?	127
54. 选购放心肉时, 该怎么做?	129
55. 选购新鲜禽蛋时, 该怎么做?	131
56. 选购新鲜水产品时, 该怎么做?	133
57. 选购豆制品时, 该怎么做?	135
58. 选购优质鲜牛奶和奶粉时, 该怎么做?	136
59. 选购质量好的酒水饮料, 该怎么做?	139
60. 如何防止选购到过期食品?	140
61. 养成正确的卫生习惯, 该怎么做?	143
62. 掌握科学的烹调方法和科学搭配饮食, 该怎么做?	145
63. 降低蔬菜和水果上残留的农药, 该怎么做?	148
64. 哪些食品不能同时食用?	149
65. 喝了假酒, 该怎么做?	151
66. 需要储存大米, 该怎么做?	153
67. 需要储存面粉, 该怎么做?	155
68. 需要储存和保鲜水果, 该怎么做?	156
69. 需要储存和保鲜肉类, 该怎么做?	157
70. 需要储存和保鲜鸡蛋, 该怎么做?	159
71. 要正确使用冰箱贮藏食品, 该怎么做?	160
72. 要鉴别食品是否变质, 该怎么做?	162

73. 选择合适的治病途径, 该怎么做?	164
74. 要到大医院治病, 该怎么做?	167
75. 在医院治病遇到“医托”, 该怎么做?	169
76. 要识别虚假的医药广告, 该怎么做?	172
77. 区别中药与西药, 该怎么做?	174
78. 及时发现大病前兆把握治病时机, 该怎么做?	176
79. 要对病人进行家庭护理, 该怎么做?	178
80. 要优生优育, 该怎么做?	179
81. 要养生保健乐享人生, 该怎么做?	182
后记	185



生产管理要有本领

不要小看自己是农民，其实，只要你在务农，你就是一个生产管理者，成年累月在进行生产管理。有些农民的农业生产开展得井井有条，年年丰收，把家庭整理得殷殷实实的，他们成功的关键因素之一是懂得科学的生产管理。因此，做一个有作为的农民，必须首先提高生产管理的本领。

1 进行农业标准化生产，该怎么做？

按照一定标准开展农业生产活动是现代农业发展的必然趋势，作为现代农民，懂得农业标准化生产非常重要。



农业标准化生产有“钱”途

农民钱某曾经为自己的蔬菜出口惹上了国际官司。那是2005年7月，钱某按惯例将自己承包的50亩地的蔬菜销往日本的超市。然而，意外发生了，一群日本小学生因为吃了菠菜产生腹痛腹泻住进了医院。经追查产地发现是中国钱某的菠菜。为此，钱某吃了官司，赔偿了2000万日元，也有了新外号“菠菜钱”。因为不懂得按照规定的农业标准来生产，钱某赔了夫人又折兵，50亩菜地没法干了。就在这时，村里来了一家叫做“朝日绿源”的农业高新技术有限公司，要租用1000亩土地种蔬菜。这家公司是由日本朝日啤酒株式会社、日本住友化学株式会社、日本伊藤忠商事株式会社三家世界500强企业共同出资组建的，他们不仅知道日本人喜欢什么样的中国蔬菜，也擅长把握日本农业生产的标准。钱某喜出望外，把50亩地以每亩每年1000元人民币的租金转租给了日本公司，同时应招到“朝日绿源”公司打工。通过认真学习和实践锻炼，2年后，钱某不仅了解了中国农业部制定的有关菠菜生产的10多项农业标准，还掌握了按日本农业标准种植菠菜的技术。2007年底钱某离开了“朝日绿源”公司，自己租了100亩地种菠菜。这次，他一丝不苟地按照日本农业标准来种植、包装、运输菠菜，并通过“朝日绿源”公司将菠菜卖给日本超市，每亩纯挣3000元。哪里跌倒就在哪里爬起来，2010年底，钱某成为了村上第一个种菠菜的百万富翁。现在他又在村里带头成立了菠菜生产合作社，带领着全村人在标准化生产的致富道路上奔波着。

◎ 学会农业标准化生产有好处

农业标准是由国家农业主管部门制定的行业标准。农业标准化生产，就是按照国家农业管理部门制定的农业标准进行生产经营和管理。我国已经制定了大量国家级农业标准和省级地方农业标准，标准涉及范围不断拓展，从原来只涉及少数农作物种子和种畜方面发展到了涵盖种、养、加工、农机、生态等各个方面，贯穿农业产前、产中、产后全过程的标准体系。那么，国家为什么要花费巨大的人力、财力和物力来制定农业生产标准，并号召广大农民按照农业标准来生产呢？这是因为，市场上屡屡出现了坑害农民和农业的假货（假种子、假农药、假化肥等等）以及危害人们身体健康的农产品。那些不合格的劣质农产品不仅危害人们的健康，而且损坏生产者的声誉。所以，国家农业部门积极推进农业标准建设，形成了中国特色的农业标准体系。另外，质检局建立了农业质量监测体系，工商局等部门建立了农产品评价认证体系。按照农业标准体系来生产，现代农业公司和农民就可以大规模的生产出优质的农产品，这样不仅能取得好的经济效益，还能造福社会和维护农村生活环境；通过农业质量监测体系，质检部门就能有效打击假种子、假农药、假化肥及有害的农产品，为农业保驾护航；而农产品评价认证体系，不仅是国家有关部门监督农业标准化生产过程的依据，也是认定“三品一标”（见小贴士）帮助农民朋友发家致富的基本方法。

农业标准化生产的具体做法分三步：第一步，搞好产前标准化作业，你必须购买符合国家级农业标准的种子、化肥和农药或者是符合标准的饲料和饲料添加剂，以便确保生产资料的质量；第二步，严格实施产中标准化作业，除了遵守产前若干标准以外，必需按照技术标准施肥（施用时间、施用量等）和按照标准用药，包括农药稀释标准、用量标准以及尽量使用有机肥、生物肥、植物农药和微生物农药，以确保产品质量和环境安全；第三步，严格实施产后标准化作业，必须遵守产品的采摘标准、储藏保鲜标准、包装质量标准、标签印制标准和运输标准，防止产品在储藏和运输环节受到不必要的病菌污染。

◎ 获取农产品质量认证有窍门

我国颁布实施了《农产品质量安全法》和《食品安全法》。法律要求：农产品生产不能只追求高产和利益，必须保障安全，符合法律法规的要求。也就是说，违反农业标准的不安全农产品，不但有害人体健康，而且根本就上不了市场。即便上了市场，也将被追查、被罚款。获得相关的农产品质量认证，农产品销售才会有市场。那么，如何才能获得相关的农产品质量认证呢？

首先，要选择良好的气候环境、无污染的土地进行农业生产。其次，要向当地农业部门和工商部门提出申请，并严格按照农业部门和工商部门制定的农业标准来生产，进行田间管理。再次，将种出的产品送到质监部门检验是否符合标准，将相关的证明文件送到工商部门办理农产品质量认证手续。另外，也可以参加相应的农业合作社，合作社教会你如何按照农业标准化生产，由合作社出面申请、统一办理农产品质量认证手续，办手续的所有开支按面积摊到合作社的每个社员。



什么是“三品一标”

“三品一标”中的三品是指无公害食品、绿色食品和有机食品，一标是指农产品地理标志。农产品地理标志就是标示农产品来源于特定地域，产品品质和相关特征主要取决于自然生态环境和历史人文因素，并以地域名称冠名的特有农产品标志。我国获得“三品一标”认证的农产品已超过8万个。其中，无公害农产品5.7万多个，绿色食品1.7万多个，农业系统认证的有机农产品接近7000个，登记保护的地域特色地理标志农产品近600个。

② 生产经营无公害农产品，该怎么做？

无公害蔬菜、无公害粮油、无公害水产、无公害畜禽等统称为无公害农

产品。生产经营无公害农产品是促进农业发展的需要，也是保障人们生命安全的需要，更是守住做人的道德良心的需要。

◎ 认识无公害农产品

无公害的农产品就是在清洁的生态环境里生产出来的，没有污染、安全、有营养的优质农产品。市场青睐优质农产品，但优质农产品可以分为三个等级。最高等级是有机农产品。有机农产品生产过程中不使用农药、不使用化肥、周围也没有工业污染。第二等级是绿色农产品。绿色农产品质量标准比有机稍低，生产过程中可以限量使用限定的化学合成物质。例如绿色蔬菜可以科学使用化肥，但不能使用农药。第三等级就是无公害农产品。目前农业部推出的无农药残毒放心菜是无公害食品的最低标准，也是按照我国国情实施无公害生产的第一步措施。这项标准允许科学用肥、科学施用农药，但在产品上市时，不得检出超标的残留物。

◎ 生产经营无公害农产品有学问

生产和经营无公害农产品的规模、方式、内容和品种要因地制宜、因人而异。一般而言，要做到如下几点。

(1) 找准项目，选好场地。无公害农产品有严格的环境要求，要做到“无污染”就得选那些周围没有工厂的地段，而且水源要充足、水质要优良。选好地之后，就要决定生产什么。生产什么不是随意想出来的，要根据市场的需要来确定。既适应环境，又迎合现代人消费趋向的农产品项目，是农民进行无公害农产品生产的首选。

(2) 按照标准，严格操作。无公害农产品有很多相关的生产标准。例如无公害蔬菜有种子标准、施肥标准、农药标准、包装标准、冷藏运输标准，每一个生产步骤都必须严格按照标准规定去做，特别是严禁使用剧毒农药。最后一次使用农药的时间必须在农产品出售一周之前，否则农药残留物会超标，一旦被检验出来农药残留物超标，生产者就会被处罚并取消无公害农产

品认证。

(3) 学好技术,精细管理。无论是何种养殖、哪类种植,都有特定的技术。由于生产的农产品随市场的变化而更改,且科学技术日新月异,因此要不断地学习新的生产技术。例如测土施肥技术、病虫害的物理防治、生物防治技术等等。无公害农产品的田间管理也有专门要求。例如对每一次施肥和用药进行仔细的记录,包括什么时间用药、用量多少、浓度多少。如果技术条件许可,可以通过精细管理,将无公害农产品升级为绿色农产品。

(4) 广交朋友,严守信誉。财富是银、信誉是金。在生产蔬菜时,切不可为了追求产量而超量、超范围用化肥、农药;在饲养生猪时,切不可添加瘦肉精;在生产土鸡蛋时,切不可添加苏丹红。坚守信誉底线,才能保住你的品牌,才能将你的产品打进农产品超市,赢得最广阔的市场。

③ 寻找合适的农业生产项目,该怎么做?

生活在农村的人都懂得怎么养活自己和家人,种地、养殖最为普遍。当你不满足于种几亩地养活家人,想寻个合适的农业生产项目时,可能发现那不是件容易下决心的事。

◎ 专业合作社,加入就有你合适的项目

专业合作社是由农民自愿参加的、民主管理的、互助性生产经营组织。现在农村专业合作社在全国各地农村蓬勃发展,也许在你的身边就有较多的专业合作社,你看准了加入其中就能找到好的项目,如蔬菜专业合作社、水果专业合作社、生猪专业合作社、休闲农业合作社等等。这些专业合作社的最大特色就是三统一:统一指导生产、统一商标、统一销售。从而做到小生产、大经营。小生产、大经营的条件就是一村一品。尽管每家每户只有几亩地的小生产,但整个村庄甚至几个村庄的农民都生产同一个品种的水果或者蔬菜,方便统一商标、统一包装、统一价格,也就成了大规模经营。