

一江水连两地情 东西部协作绽芳华

——“十四五”期间普陀区对口帮扶巧家县纪实

◆通讯员 张顺富

自2021年上海市普陀区与巧家县建立结对协作关系以来,两地紧紧围绕“中央要求、巧家所需、普陀所能”的原则,以巩固拓展脱贫攻坚成果、接续推进乡村振兴为核心,在产业协作、人才交流、劳务对接等多个领域持续深耕,推动沪滇协作不断走深走实,共同书写了“同饮一江水,同心促振兴”的动人篇章。

近日,笔者采访普陀区援滇干部时了解到,“十四五”期间,普陀区累计投入援助资金3.19亿元,实施援建项目85个,帮助巧家县2.5万余名群众实现增收,1.5万余名劳动力稳定就业,东西部协作的累累硕果,铺满了堂琅大地。

产业为基:从“输血”到“造血”的质变

走进巧家县马树镇高原特色产业园区,连片的草莓大棚绿意盎然,工人们正忙碌地采摘成熟的果实。“以前在家种玉米,一年收入不过几千元,现在在草莓基地工作,每月能挣3000多元,还能照顾家里。”马树镇村民张大姐一边分拣草莓,一边欣慰地说。这正是普陀与巧家产业协作带来的显著变化。

“十四五”期间,普陀区立足巧家资源禀赋,将2.5亿元援助资金重点投入产业协作领域,着力打造草莓、马铃薯全产业链。在马树镇,普陀区累计投入援滇资金5450万元,建成了200亩草莓育苗基地,年产草莓苗3500万株,彻底结束了巧家草莓苗依赖外购的历史。同时,还建设了草莓分拣交易中心、冻干厂、果脯厂及冷链仓库等关键配套设施,形成从种苗繁育、标准化种植到精深加工、仓储物流和市场销售的完整产业链。这一系列举措带动当地草莓种植面积扩大到2.5万亩,夏季草莓种植规模跃居全国第二,年总产量5万吨,总产值达7.5亿元。

“我们不仅帮助巧家建设基地,引



绥江开展

养老护理员技能培训

近日,绥江县总工会组织开展养老护理员技能培训。来自该县各镇的59名养老护理爱好者参加培训。据悉,本次培训为期15天,采用理论与实操相结合的方式,主要培训内容包括老年人日常生活照料、健康监测、常见疾病护理、急救救护等。培训结束后通过考核的学员可获得国家职业技能等级证书。

通讯员 杨东升 王毅摄

庙沟镇提升以工代赈项目就业人员能力

本报讯(通讯员 王娜 曹馨心)为深入释放以工代赈核心效能,推动务工人员从“体力工”向“技术工”转变,保障项目建设质效与群众增收实效,近日,威信县庙沟镇联合县农业农

村局共同组织了以工代赈项目务工人员能力提升培训。

本次培训紧扣项目建设需求,聚焦安全生产、施工技术、工程质量管理等核心内容,结合施工实际设置施工

学习与生活,还要明白心中有目标,奋斗才有方向,进而努力成为自己心中的冠军。

分组交流赛上,郑海霞担任“临时教练”,细致讲解攻防转换的战术要点。“1号位要快速回防,5号位保护好篮板。”她的战术指导让学生们受益匪浅。学生李世鸿赛后兴奋地说:“郑指导教的战术很实用,最后内线打板进球太令人兴奋了。”

郑海霞为学生细致讲解技战术要领,她尤其注重教导学生在攻防转换中的站位选择和跑动路线,强调传球时机的重要性。“要相信队友,学会

实验中学副校长栾承建在担任巧家县第二中学挂职校长的3年里,不仅带教青年教师,还帮助学校打造“申云书院”,升级运动场所,使4000余名学生受益。“我们不仅要传授知识,还要为巧家培养一支能够长期扎根的教师队伍。”栾承建表示,他带教的3名青年教师已成长为学校骨干。

巧家县第二中学数学教师孟选荣介绍,通过参与帮扶教师合作研修,他对“上好一堂课”有了更深的理解,学会了细分教学目标并融入课堂问答,提升了教学的针对性、逻辑性和系统性。他还指出,每学期的专家送教活动带来了新的教育理念与方法,让教师在精准教学上更有方向和信心。

在医疗领域,上海普陀区利群医院妇产科专家蒋立辉主动延长1年援滇时间,担任巧家县医疗帮扶组组长。他凭借30余年的专业经验,助力巧家县人民医院妇科于2024年10月独立开科。在人员紧缺、经验不足的情况下,他白天坐诊带教,晚上组织病例讨论,建立闭环学习机制。巧家县人民医院妇科开科半年完成手术260余台,其中三、四级手术占比35%,并成功完成首例由本地医生主刀的腹腔镜下宫颈根治术,实现重大技术突破。蒋立辉的帮扶显著提升了当地妇科诊疗水平,赢得了医院和群众的高度赞誉。

“十四五”期间,普巧两地互派挂职干部13人,巧家选派198名专业技术人员赴普陀跟岗学习,累计培训党政干部和专业技术人才超过2000人次。“我们创新‘订单式’培训模式,根据巧家实际需求选派专家,确保培训精准有效。”施欢说,从农业技术到基层治理,从教育教学到医疗技能,人才交流让先进理念在巧家落地生根,为乡村振兴注入了持续的智力支持。

民生为本:让协作成果惠及千家万户

“以前遇到干旱用水就困难,现在一拧水龙头就有水,太方便了!”巧家县大寨镇村民刘大爷指着家中的水龙头高兴地说。这一变化得益于普陀区援建的自然能提水工程。“十四五”期间,普陀区投入7391万元实施49个民生项目,其中大寨、老店自然能提水工

程彻底解决了5000余户3万余人的生产生活用水问题。

在教育方面,普陀区援建了崇溪中学,巧家县第六初级中学的标准化宿舍楼,显著改善了学生的住宿条件;在农业领域,与上海农科院合作打造玉屏中村养殖示范基地,推广现代农业技术,带动周边农户增收;在社会事业方面,对接20家社会组织捐款捐物,总价超1100万元,有效补齐了巧家社会事业发展短板。

“我们始终将群众的急难愁盼放在心上,力求每个项目都精准对接实际需求。”施欢说。“例如在巧家县第二中学,除了改善硬件设施,还通过沪滇协作机制共享上海优质教育资源,让巧家的孩子也能享受到更高质量的教育。”

增收为果:就业消费“双轮驱动”促共富

“我现在在上海一家电子厂工作,每月能挣6000多元,比在家务农强多了。”巧家县老店镇村民陈大哥通过劳务协作来到上海就业,他的经历是普巧劳务协作的一个缩影。“十四五”期间,两地累计开展劳务培训142期,培训劳动力3250人,帮助1.5万余名农村劳动力实现就业,其中1400余人转移至上海、2500余人转移至东部其他地区。

“我们建立劳务协作站点,精准对接东部企业用工需求,开展‘定向式’培训,实现‘培训即就业’。”施欢介绍。同时,鼓励上海企业在巧家建设帮扶车间,目前已引进东部企业16家,总投资1.7亿元,提供就业岗位2600余个。

在消费帮扶方面,依托上海市场优势,构建产销对接平台,消费帮扶资金累计达2.64亿元,其中农产品直供上海提供了1.45亿元。“我们不仅帮助巧家销售农产品,还助力打造品牌。”施欢说。通过沪滇协作,上海沙漏服饰在马树镇设立“马树红毡”非遗工坊,既解决了部分农村妇女就近就业的问题,又助力千年非遗文化走向世界。

沪滇携手,普巧同心。从“十四五”的并肩前行,到“十五五”的深化协作,普陀与巧家将继续以心相连、以情相系,在推动区域协调发展、促进共同富裕的道路上,书写更加精彩的协作篇章。

盐津院坝会上话安全 筑牢冬季“防火墙”

本报讯(通讯员 刘川源)“乡亲们,诈骗花样多,陌生电话要警惕,天上不会掉馅饼……”近日,盐津县依托各新时代文明实践站,组织志愿者、村干部及驻村工作队队员,深入田间地头、农家院落,利用傍晚和农闲时间,与村民围坐一圈,以摆龙门阵的亲切方式,开展冬季安全宣传,让安全知识真正入脑入心。

活动中,志愿者们围绕冬季用火用电、森林防火、道路交通安全、防诈骗等常见风险点,细致讲解防范要点,现场演示灭火器正确操作方法,普及一氧化碳中毒急救常识。在宣传安全知识的同时,工作人员还耐心倾听村民反映的实际困难与安全隐患。对于能当场解答的问题,立即予以回应;需要后续跟进的,则逐一记录在册,明确责任人与解决时限,确保群众关切“件件有回音”。

据悉,盐津县将持续通过院坝会、火塘会等群众喜闻乐见的形式,把安全知识送到村民家门口,打通安全宣传教育的“最后一公里”,切实增强广大村民的风险防范意识,提升自我保护能力。



元江县：古艺润校园 狮魂燃青春

◆云南日报记者 杨 茜

狮子舞,是居住在玉溪市元江哈尼族彝族傣族自治县傣族群众的古老习俗,不仅入选省级非物质文化遗产代表性项目,同时也是中国少数民族传统体育项目。

在元江县红军小学的操场上,一阵激昂的鼓点声中,学生们在傣族狮子舞非物质文化遗产代表性传承人封云国的带领下,手举色彩斑斓的狮头,如灵动的火焰般跃动起来。

每逢周一、周四下午,封云国都要从寨子里赶到红军小学,教授学生们练习元江傣族狮子舞。他们身着传统服饰,脚踩轻快的步伐,跟着鼓点的节奏腾挪跳跃,穿洞、转花、翻身、上肩、站立……一连串动作刚劲有力,衔接流畅,仿佛行云流水。每一个动作都凝聚着孩子们对传统文化的敬爱与热爱,每一次跳跃都传递着青春的活力与激情。“非遗不能只靠讲,要让孩子亲身体验,跳起来、舞起来。”封云国说。

元江傣族狮子舞有着近千年的历史,以模拟狮子动作为核心,融合舞蹈、武术与民俗仪式,借助锣鼓具和鼓乐伴奏,展现出独特的地方特色与民族审美。随着非物质文化遗产保护工作的深入推进,元江傣族狮子舞逐步走出传统节庆场合,走进校园、融入课堂,成为青少年体育教育和文化认同的重要载体。

近年来,元江县把非遗纳入教学课程管理,聘请非物质文化遗产代表性传承人为中小学校兼职老师,以学生社团为依托,结合不同年龄学生身心特点和认知规律,分学段、常态化推行非遗进校园进课堂,深入开展中华优秀传统文化传承教育。截至目前,全县7所中小学累计开设哈尼族棕扇舞、彝族撒摩啊哩、傣族狮子舞等非遗社团13个,带动学生513人,走出了一条让非遗“舞动”起来的生动实践之路。

大家谈

守得住底线 才能赢得人心

赵 巧

AI技术滥用博眼球、低俗表演赚打赏、微短剧传递扭曲价值观……在短视频平台的流量赛道上,部分创作者为抢占“C位”无所不用其极。“流量至上”冲破价值底线,这种失序的狂欢,正侵蚀着网络空间的精神土壤。

流量本是一个中性词,是衡量内容价值的“晴雨表”。然而,当创作者把流量当作唯一目标时,价值底线便成了可以随意拉伸的“橡皮筋”。短视频用户覆盖老、中、青各年龄段,对青少年影响尤为深远。青少年正处于价值观形成的关键时期,长期接触低俗内容,容易混淆是非,误将“博出位”等同于“有本事”,把“没底线”看作“真性情”。而中老年群体对网络信息的辨别能力相对较弱,可能被虚假内容误导,甚至陷入诈骗陷阱。若“劣币驱逐良币”之风蔓延,优质内容的生存空间将不断被挤压,网络环境也将沦为低俗秀场,最终损害整个社会的精神风貌。

整治乱象,必须拧紧“三方阀门”。创作者作为“第一责任人”,应清醒认识到:流量有边界,创作有底线。必须摒弃靠博眼球换流量的短视行为,以正能量、高质量的内容赢得认可,这才是获取流量的长久之道。平台不能做“甩手掌柜”,要切实履行主体责任,严把审核关,完善内容筛选机制,对低俗内容坚持“零容忍”,运用技术手段筑牢“防火墙”,让无底线内容无处遁形。监管部门则需强化“硬约束”,建立常态化监管机制,加大对违法违规行为的惩处力度。同时,广大干部应主动向群众讲清低俗内容混淆是非、败坏风气的危害,引导公众提高辨别能力,凝聚抵制低俗的社会共识,让所谓的“流量狂欢”在规则与道德的框架内运行。

网络空间不是法外之地,流量更不能成为脱缰的野马。唯有创作者守住初心、平台压实责任、监管精准发力,才能推动短视频行业告别低俗内卷,回归“内容为王”的本质,让网络空间真正清朗起来,成为滋养人心、培育正气的精神家园。

科学养肤的四大支柱

培养健康肌肤需要系统的科学方法和持之以恒的坚持,关键在于构建以下四大支柱:

温和清洁。清洁是护肤的基础,但过度清洁会破坏皮肤屏障。科学清洁应遵循“洗去污垢,保留油脂”的原则。建议选择温和的洁面产品,使用35℃左右的温水,手法轻柔且控制在1分钟内。对于干性及敏感性肌肤,可采取夜间使用洁面产品、晨间温水冲洗的策略。

精准保湿。保湿工作的本质是模拟皮肤的自然保湿系统,通过补充吸湿剂(如甘油、玻尿酸)来抓住水分,同时利用封闭剂(如角鲨烷、神经酰胺)锁住水分。根据肤质选择合适产品至关重要:油性皮肤适合清爽乳液,干性皮肤则需要厚重面霜。最关键的是把握涂抹时机,在洁面后皮肤微湿时立即使用保湿产品效果最佳。

全面防晒。紫外线是导致皮肤光老化和皮肤癌的首要因素,其伤害具有累积性和不可逆性。防晒应遵循ABC原则:Avoid(避免在日照最强时段长时间暴露)、Block(优先采用防晒伞、帽子等硬防晒措施)、Cream(足量涂抹防晒霜,面部用量约为一元硬币大小)。

内在调理。皮肤是身体内部健康状况的镜子。在饮食方面,需要控制高糖食物摄入以减少糖化反应,适量摄取优质脂肪和蛋白质为皮肤提供营养基础,同时增加抗氧化物质摄入。在作息方面,保证7~8小时的优质睡眠至关重要,这是皮肤细胞修复和再生的黄金时期。

(来源于人民网)

登报作废

昭通新华书店有限公司不慎遗失在中国工商银行昭通元宝支行预留印鉴的财务专用章1枚,字样:昭通新华书店有限公司党费专户财务专用章。特登报作废。

登报作废

梁华键不慎遗失道路运输经营许可证,证号:530625004114,车牌号:云C39352。登报作废。

登报作废

袁发亮不慎遗失农村土地承包经营权证,证书编号:N0.D5306020125413,经营权证流水号:014508,农村土地承包经营权证代码:530602101203190056;承包地块总数:4块,承包地确权总面积:2.82亩。特登报作废。

登报作废

昭阳葡萄井大慈观音寺不慎遗失在昭阳农村商业银行抚镇门分理处办理的开户许可证,核准号:J7340001040002;公章1枚,字样:昭阳葡萄井大慈观音寺;财务专用章1枚,字样:昭阳葡萄井大慈观音寺财务专用章;私章2枚,字样:陈琼、赵家芬;U盾;宗教活动场所登记证,证号:715306023560718110。特登报作废。

广告