

## 绥江：“三创新”激活法治政府建设新动能

◆通讯员 曾三东

近年来,绥江县着力以制度创新为突破口,以技术赋能为支撑,以群众满意为导向,创新推行“三全下沉”工作法,创新打造“绥时办”政务服务品牌,创新落实“一把手”述法机制,为县域治理体系和治理能力现代化,注入强劲法治动能。绥江县先后获“全国基层政务公开标准化规范化试点县”“全国信访工作示范县”“全国自然资源节约集约示范县”等称号。

**“三全下沉”扎根基层**

**泥脚印里解民忧化纠纷**

创新推行干部全面、全员、全力“三全下沉”工作机制,按照定人、定时、定点、定责“四定”方式,明确县、镇、村三级领导干部每月分别下沉到镇、村(社区)、村(居)民小组现场办公,挂包干部每月18日前开展1次遍

访,构建“干部沉下去、民情浮上来、服务优起来”的基层治理格局。

聚焦宣传党的政策、听取民情民意、开展接访下访3项重点工作,采取集中宣讲与入户宣传相结合的方式宣传政策,召开民情恳谈会收集群众诉求,组建挂包单位干部、法律服务人员、基层党员骨干“三支队伍”,包村入户开展接访下访。同时,针对问题诉求处置,建立“镇村‘点单’、县级‘派单’、部门‘接单’、群众‘评单’”机制,实现群众诉求在家门口解决、矛盾纠纷在萌芽中化解。2024年以来,绥江着力推进“三全下沉”,帮助群众解决困难问题3000余个、办理民生实事2300余件。

**“绥时办”品牌提质**

**法治便民服务暖民心聚民意**

紧扣政务服务标准化、规范化、便利化目标,创新打造“绥时办”政务服

务品牌,规范建设智慧政务服务中心,搭建集后台数据库、大数据机房、取号叫号系统、“好差评”系统、“绥时办”App及24小时自助服务终端于一体的智慧平台,配套完善复印机等便民设施,提升企业和群众办事便捷度,以标准化硬件保障法治政务服务落地。

全面构建县、镇、村三级智慧政务互联互通体系,推广“办不成事反映窗口”,建立“每月随机回访20名办结群众”的闭环监督机制,严格对反馈问题实行清单化销号管理,以问题为导向构建法治政务服务机制,着力打通服务群众“最后一公里”。2025年以来,开展事项办理随机回访200余人次,服务满意度达100%,线上线下政务服务实现“零投诉”。

**“一把手”述法加压**

**述评整改倒逼法治责任落地**

出台《党政主要负责人述法制

度》,将“履行推进法治建设第一责任人职责”纳入领导干部述职评议内容,明确党政主要负责人围绕“年度法治履职成效”“法治建设短板”“下一步法治改进措施”三大维度,对重大行政决策合法性审查、行政执法监督、行政复议化解争议等法治核心工作履职情况进行专项汇报,以制度化形式明确法治建设第一责任人职责。

将法治建设情况纳入干部考核评价体系,强化对“第一责任人”法治履职的刚性约束,形成“领导带头尊法学法、带头规范用权、带头化解行政争议”的示范效应,推动领导干部从“抓业务”向“抓法治+抓业务”转变,牵头解决法治建设关键难题。全县法治政府建设呈现“制度完善、执行有力、监督有效、群众满意”的态势,连续5年法治成效考核为全市“优秀”等次。

武警昭通支队——

## 多形式用活红色资源 打造思政教育新课堂

◆通讯员 赵明军

近年来,武警昭通支队结合支队单位分散、驻地红色资源丰富、传统课堂教育“供需失衡”的实际,尝试以“场馆沉浸+情景互动”的形式探索多途径用活红色资源,打造思政教育新课堂,将思政教育课堂拓展到旧址场馆,推动“你听我讲”转变为“大家看,共同讲”,推动“参观打卡”延伸为“学思辨行”,让广大官兵在潜移默化中接受革命精神、光荣传统的熏陶,进一步推动思政教育教育创新,革新教育方式,提升思政教育教育质效。

近日,该支队重点对红色教育的“菜单”进行了调整,在教育前后增加问题探究、讨论辩论、朗诵表演、读书观影等环节,确保官兵每一次参加红色教育都有“鲜”体验。

在昭通这片红色热土上,该支队坚持把威信扎西会议纪念馆、彝良罗炳辉将军纪念馆等红色资源作为思想教育的主阵地和生动课堂,在烈士纪念日、国庆等重要节假日以及新兵下队、党团活动等时机组织官兵走进革命遗址、纪念馆。坚持寓教于“行”,每次组织参观时都设置不同的探究主题和问题,参观结束后进行解答,用问题引导官兵从不同角度追根溯源,增进对驻地红色历史的情感认同,增强对革命先烈伟大革命精神的思想尊崇。

台上一分钟,台下十年功。要让官兵真正沉浸其中,发自内心地进行思考互动,还需要进行充分的备课。授课人既是解说员,也是引导员,要做到晓历史、能讲故事,真知兵、会讲实理,善引导、让兵教兵。

“罗炳辉将军戎马一生,大多数时间都在军营之中,这让他年幼的儿子罗新安不理解为什么父亲不能多陪陪自己,一直到罗新安75岁时,他才解开心结。回顾当下,我们投身部队,面对国与家、忠与孝,我们又该如何抉择呢?”刚参观完彝良罗炳辉将军纪念馆,官兵们围坐一团开展讨论交流。面对战士们对“自古忠孝难两全”的困惑,指导员开导大家:在部队把工作干好、干出色,既能为家人争光,也能让他们安安心心过日子,这就是咱们军人的孝。

要让红色资源在青年官兵中“活”起来,就必须更加注重精研教育内容、创新课堂形式、丰富教育手段,用青年官兵喜闻乐见的形式挖掘和运用红色资源。该支队在组织实地参观过程中,广泛征求官兵建议,因情就势开展红色故事我来讲、优良传统我传承、红色家书诵读、征文比赛、情景表演、视频讲解、感悟交流、问题抢答等活动,为官兵搭建交流分享展示的新舞台,让思政课课堂焕发新活力,让官兵在互教互学中产生共鸣。

下一步,该支队将继续讲好党史、军史故事,更加坚定官兵听党话、跟党走信仰、信念,多形式用活红色资源,打造思政教育新课堂,将红色资源作为开展思政教育教育的生动教材,持续把红色资源这座“富矿”挖掘好、运用好。

安全生产·温暖过冬

## 威信开展暖“新”行动

本报讯(通讯员 白芯 张 鲜)近日,威信县总工会组织开展暖“新”行动,为辖区百余名快递员、外卖骑手、网约车司机等新就业形态劳动者送上精心准备的暖心礼包,以“娘家人”的贴心关怀,致敬他们在平凡岗位上的辛勤坚守。

活动现场,工作人员将装有大米、特色魔芋丝结、牙膏牙刷等实用物品的暖心礼包逐一送到劳动者手中,并发放《农民工维权知识手册》,帮助他们应对外工作中的实际困难,增强其依法维权的意识,提升维权能力。

“这些物资很实用,服务也很贴心,还学到了维权知识,让我们倍感温暖。”刚接过慰问礼包的外卖骑手李师傅笑着说道。朴实的话语,道出了现场众多劳动者的共同感受。

此次暖“新”行动不仅为新就业群体忙碌的生活增添了暖意,驱散了他们的疲惫,还让他们切实感受到了社会各界的关爱与尊重,有效提升了他们的归属感和获得感。

近年来,威信县总工会始终关注新就业群体的实际需求,从技能培训到普法维权,从日常关怀到应急帮扶,持续织密服务网络,不断拓展服务内涵与边界。下一步,威信县总工会将持续深化暖“新”服务,将服务触角延伸至新就业群体工作一线,让每一位新就业形态劳动者都能感受到“娘家”的温暖,为威信经济社会高质量发展注入源源不断的温情动能。

新闻简报 >>>

## 鲁甸一中举办 校园体育文化艺术节

艺体交融展青春,文化浸润育芳华。近日,鲁甸县第一中学举办以“赓续华夏薪火,共筑强国征程”为主题的第七届校园体育文化艺术节文艺汇演。

本次汇演精彩纷呈,钢琴演奏《克罗地亚狂想曲》、舞蹈《美丽中国》、诗朗诵《青春,向阳而生》等节目轮番登场,情景剧《祖国不会忘记》、街舞《坚持飞舞》将氛围推向高潮。本届艺术节不仅是同学们展示才华的舞台,也是一堂生动的美育实践课,大家在表演中锤炼品格,以青春之姿诠释着活动主题的内涵。

(蒋开鹏 张捷 梁铸)

## 巧家公安 抗冰保通暖民心

受强冷空气影响,近期巧家县迎来降雪天气,致使东坪镇辖区内部分路段出现不同程度凝冻情况,给群众出行带来较大安全隐患。东坪派出所民辅警迅速出动,以“保畅通、护平安”为首要任务,全力投入融冰除雪工作。在东坪镇哨口子等重点结冰路段,民辅警迅速开展融冰除雪作业,他们手持铁锹,将融雪剂均匀抛撒在结冰路面,加速冰雪融化。同时,东坪派出所采取“定点执勤+动态巡逻”的方式,全面加强路面管控,及时消除路面隐患,疏导滞留车辆,确保主干道安全畅通。图为东坪派出所民辅警开展融冰除雪作业。

通讯员 欧阳卓 龚辉摄



## 盐津柑橘迎丰收

本报讯(通讯员 吴强 官健豪 柏杨)初冬时节,盐津县的山野间果香四溢,砂糖橘、椪柑、脐橙等陆续成熟。果农们抢抓晴好天气,穿梭在果园中采摘、分拣、装袋,一派繁忙的丰收景象。

在庙坝镇麻柳村砂糖橘种植基地,种植户黄顺田提着果篮、手持剪刀,在果树间灵活穿梭,熟练地剪下成熟的橘子,脸上洋溢着藏不住的欢喜:“我家种了50亩砂糖橘,今年的雨

水较好,预计能采收8万斤,能卖30多万元。”

几年前,这里的柑橘产业还面临品种老化、产量偏低、经济效益不佳等难题。后来,当地实施了品种改良与技术升级,并且精准对接市场需求,引进早熟、无核、高糖低酸、细嫩化渣的新品种砂糖橘,再加上科学管护,果品品质大幅提升,一上市便备受消费者青睐。

在柿子镇太平村的椪柑种植基

地,村民盈朝贵虽忙得脚不沾地,脸上却满是丰收的喜悦。他一大早便来到果园,采摘、分拣、装袋一气呵成,刚采摘的椪柑将被运往集镇售卖。“一天下来收入很可观,靠着这些橘子,日子越过越有奔头!”盈朝贵说。盐津县的柑橘种植始终坚持绿色生态理念,全程使用有机肥并采取人工模式除草,既保证了果实的天然口感,又让“盐津柑橘”的口碑越传越广。如今,这里的柑橘已不愁销路,通过网络直播带货、收

购商批量采购、游客入园体验采摘等多元销售模式,不少柑橘还未正式上市就被提前预订。

近年来,盐津县瞄准市场果品品质化问题,走出了一条“品种创新+技术升级+差异化发展”的水果产业振兴之路。通过持续引进优良品种、推广科学种植技术,对荒山荒地进行集中整治,让昔日闲置的土地变成了“聚宝盆”。目前,盐津柑橘产业已覆盖庙坝、柿子、普洱等多个乡镇,种植面积达8900亩,年产值超1400万元,成为带动群众稳定增收、美化乡村环境的特色产业。

## 云南体育取得佳绩有何密码

杨颖

第十五届全运会上,云南体育代表团以一连串高光战绩让“高原训练胜地”的标签深入人心。中生代的稳定卫冕与新生代的强势突破形成完美呼应,28枚奖牌的总成绩较上届大幅提升,云南体育的崛起绝非单纯依赖天然优势,而是走出了一条“资源转化+科学赋能+产业支撑”的独特高原训练路子。

把天然优势转化为训练优势,是云南高原训练的基础逻辑。云南1800米至2400米的黄金海拔带,低氧环境能精准刺激红细胞生成、提升心肺功能,这是对耐力项目运动员突破体能瓶颈的天然馈赠。国家级教练、中国女篮体能教练王卫星深耕高原训练研究多年,他直言“高原就是绝佳的能量节省化训练胜地”。他以平原训练的“痕迹效应”举例:体能训练后再练投篮,正是模拟高原训练理

辑,在肌肉最大负荷状态下实现技术提升,这一解读更揭示了云南高原训练的科学内核。

云南并未止步于“靠天吃饭”,而是通过精细化布局让资源价值最大化。玉溪凭借海拔适配性精准规划训练周期,配套专业场馆实时监测运动员生理数据,让低氧刺激始终保持“有效且安全”的最优区间;海埂作为国家指定高原训练基地,更打破“单一训练场地”定位,将基础保障与定制化科研服务深度融合。这种“天然禀赋+专业调控+精准升级”的结合,让高原训练彻底告别粗放式体验,迈入精准化提升的高阶段。

以产业生态反哺训练效能,是云南高原训练的创新内核。优质训练资源若仅服务于专业选手,难以形成可持续发展动能。云南的突破在于构建了“专业训练+全民共享”的产

业生态,让高原训练从小众竞技走向大众赋能。海埂·呈贡等基地实行错峰运营,开展专业集训之余向健身人群开放,既盘活了场地资源,更营造了全民运动的氛围;联合教育部门推出的“体育研学+高原训练”产品成效显著,仅去年暑假就有来自广东、上海的学生队伍赴海埂开展集训,在专业教练指导下体验科学训练,为后备人才储备筑牢根基。

用赛事IP放大训练价值,是云南高原训练的创新路径。训练的成效需要赛事检验,而赛事的沉淀又能反推训练升级。云南锚定“四季赛事乐园”目标,打造了覆盖全省、全年无休的赛事体系:大理“万水千山帆赛”、丽江“向山而行”自行车赛等IP,不仅为运动员提供了家门口的实战平台,更通过“赛事+文化+体验”的模式提升了产业附加值。全运会女子

马拉松冠军张德顺就曾表示,自己赛前正是通过大理高原马拉松完成实战模拟,本土赛事的高强度对抗为她夺冠奠定了基础。

云南体育的亮眼表现,本质上是对高原资源的深度开发与科学运用。从精准利用黄金海拔带的天然优势,到构建“训练+科研+产业”的生态闭环,再到以赛事IP放大价值,云南的高原训练路子不仅培育了顶尖选手,更激活了体育产业的全链条活力。未来,随着这套路子的持续优化,云南必将从“高原训练胜地”迈向“高原体育强省”,让更多体育奇迹在红土高原绽放。

大家谈



## 昭通：“银发调解室”为基层治理增添新动能

◆云南日报记者 沈迅 通讯员 徐敏

近日,在彝良县团结社区,一间不足20平方米的“银发调解室”里,几位头发花白的老人正耐心倾听居民们的诉求。他们曾是法官、派出所民警、司法工作者,如今退休后依然发挥余热,用专业的知识、丰富的经验和温暖的言语,化解社区邻里间的矛盾纠纷。

团结社区的生动实践只是昭通市银发力量助力基层治理的缩影。截至目前,昭通市已建成“银发调解室”25个,成立42支调解队伍,600余

名离退休干部党员参与到群众矛盾纠纷调解等基层治理工作中,发挥余热为群众办实事、解难题。

近年来,昭通市委老干部局聚焦基层治理痛点难点问题,创新推行“银发调解室”模式,引导离退休干部发挥经验丰富、威望较高的优势,到社区组建“银发调解室”,助力基层治理提质增效。2025年以来,全市“银发调解室”成功调解各类矛盾纠纷1258件,调解成功率高达95.21%。

昭通市以组织建设为抓手,通过优化党组织设置、组织引导离退休干部到社区报到等举措,在人口

数量较多、矛盾纠纷易发多发、老干部集中区域,重点从公安、法院、检察院等机关退休干部中动员组织老同志组建“银发调解室”,鼓励引导离退休干部常态化参与社区基层治理,让银发力量成为扎根基层治理末梢的“智慧团”。

为让老干部能够快速有效做好矛盾纠纷调解工作,昭通市完善多方共建共治机制,由市委老干部局牵头,组织调解员与村(社区)派出所、司法所、民政等部门对接协调,注重整体联动,推动“银发调解室”与相关部门实现资源共享,为调解工作开

冬季护肤的几个误区

误区1 保湿喷雾不离手

保湿喷雾就像皮肤的“临时救星”,但别忘了及时锁水哦!否则,喷再多也只是“治标不治本”。喷完喷雾后,记得用化妆棉吸去多余水分,再涂上保湿霜,才是正道!

误区2 冬天防晒霜可以省

冬天的阳光虽然温柔,但紫外线依然强烈,不涂防晒霜会导致皮肤晒伤和老化。建议选择质地较轻盈的防晒霜,每天涂抹。

误区3 脸上起皮需去角质

皮肤干燥起皮,可能是因为缺水。这时候去角质,就像给皮肤“雪上加霜”。加强补水保湿,才是关键!

误区4 保湿产品涂得越厚越好

保湿产品可不是“多多益善”,过量使用保湿产品可能会导致皮肤无法有效吸收,反而增加负担。建议少量多次涂抹,直到护肤品完全被吸收,才能起到较好的保湿作用。

误区5 油性皮肤不需补水

油性皮肤同样需要补水!因为油脂过多并不代表水分充足。建议选择质地较轻薄、控油补水的护肤品,让皮肤在冬天也能保持水油平衡。

(来源于人民网)

## 公告

昭通帮帮哩科技有限公司(统一社会信用代码:91530602MA7DH4CD88) 将于2025年12月15日上午10时在云南省昭通市昭阳区凤凰街道迎宾路88号昭通市人力资源产创培融合园主楼三楼,召开股东会讨论注销公司相关事项。请各位股东准时参加表决,逾期不参加的,将视为放弃对本次议案的股东表决权,公司最终将依据表决形成大会决议。

特此公告。

昭通帮帮哩科技有限公司

2025年11月26日

## 昭通市手拉手孤困儿童 志愿服务协会关于 拟启动清算程序、办理 注销登记的公告

昭通市手拉手孤困儿童志愿服务协会(统一社会信用代码:51530600MJT406774A)因不再运营,现拟启动清算程序、办理注销登记。按照昭通市手拉手孤困儿童志愿服务协会章程规定,本协会召开理事会进行了表决,现就拟启动清算程序、办理注销登记事项进行公告。本协会会员或理事对此有异议的,请于本公告发布之日起45日内向本协会反馈。逾期未有反馈的,本协会将正式启动清算程序。

法定代表人:白林鑫

联系电话:15388708237

地址:昭通市昭阳区发达广场7-3-12

昭通市手拉手

孤困儿童志愿服务协会

2025年11月26日

## 登报作废

昭通市道教协会不慎遗失社会团体法人登记证书正、副本,统一社会信用代码:51530600693062000T。特登报作废。

## 广告