昭通日报 ZHAOTONG RIBAO 权威传播公信新闻 深情反映大众心声

E-mail:ztrbsbjb@126.com 一版责编:罗 丹 组版:田银川 校对:崔 鹏 二版责编:李丽娟 组版:张宗健 校对:马 鹏

昭通“体育+”多元融合展新姿

本报讯（记者 杨 芳 高旭东）2月7日，滇超联赛展开第五轮角逐，昭通队主场迎战红河队。赛场内外精彩纷呈，体育激情与多元文化、特色产业深度交融，为观赛群众带来了一场全方位的精彩体验。

在赛事进行的同时，赛场外精心组织的非遗展演活动成为一大亮点。此次非遗展演将地方传统文化与体育激情深度融合，让观赛群众在感受足球魅力的同时，沉浸式领略昭通非遗韵味，解锁“体育+文旅”的全新体验。

本次非遗展演内容丰富、形式鲜活，集中呈现了昭通多个代表性非遗项目。旱船摇曳灵动，表演者模拟行船姿态穿梭展演，尽显民俗趣味；凤凰造型的非遗道具色彩艳丽、栩栩如生，承载着吉祥寓意；蚌壳舞诙谐灵动，表演者身着特色服饰模仿蚌壳开合起舞，引得现场喝彩不断；猪八戒娶亲民俗表演以接地气的演绎，融合民间传说与民俗，满溢烟火气与趣味性。此外，甲马制作、剪纸技艺、马灯舞、媒婆表演、腰鼓展演、糖画制作等非遗项目同步亮相，或彰显传统技艺匠心，或传递民俗温情，全方位展现昭通非遗的多样性与生命力。

昭阳区文化和旅游局负责人介绍，滇超联赛不仅是体育盛会，更是展示城市形象、传播地方文化的重要窗口。此次借赛事热度举办非遗展演，旨在以群众喜闻乐见的方式，让非遗走出“深闺”、贴近大众，让各地游客在观赛之余，读懂昭通的文化底蕴、记住昭通的文化“味道”。

非遗展演收获了现场观众的广泛好评。观赛群众解耘表示：“来看足球赛，意外邂逅非遗表演，既感受了昭通深厚的历史文化底蕴，也看到了昭通人民乐观向上的生活态度。”

赛场外同步举办的农特产品展同样人气十足。正佳粮油、滇昭农耕、翠华贡茶等本土农特产品集中亮相，以赛事为纽带，让观赛群众在感受足球魅力的同时，邂逅昭通特色好物。

本次农特产品展品类丰富，全面展现了昭通高原特色农业发展成果。展台上，天麻、优质粮油、醇香茗茶、地道中药材、特色畜禽产品等依次陈列。GTBA农特产品展示区集中呈现优选好物，富滇银行金融服务驿站现场提供支持，助力农特产品产销对接。

展会现场人气高涨，昭通天麻、昭通苹果等特色产品成为焦点，这得益于昭通“中国乌天麻之乡”“中国高原苹果之城”的独特优势。昭通市航空旅游集团有限公司GTBA足球联赛农特产品展区工作人员柯昌艳表示：“本次赛事全面推广了昭通农特产品，让更多人了解昭通的特色文化与优质物产，助力昭通农特产品迈向广阔的市场。”

无论是非遗展演还是农特产品展销，都是昭通积极探索“体育+”融合发展模式的有力实践。通过将体育赛事与文化、农业等产业有机结合，昭通不仅为赛事增添了丰富的内涵和独特的魅力，也为地方文化的传承传播、特色产业的发展推广提供了新的契机和平台。

新春走基层

昭阳多社区携手开展新春主题活动

本报讯（记者 杨 芳 刘兴刚）2月6日，昭阳区凤凰街道文渊社区联合南顺城、永安、南菜园、静园4个社区，在陕西会馆举办“骐骥迎春 邻里同心”新春主题活动，邀请古城居民齐聚一堂，共迎新春佳节、共话邻里温情。

活动现场暖意融融、年味十足。陕西会馆内划分了猜谜区、趣味游戏区、兑奖区及表演区，各区域秩序井然。活动在舞蹈《吉祥中国年》中拉开帷幕，演员们精神饱满，用灵动的演绎传递新春祝福与美好期许，赢得阵阵掌声，将现场氛围推向高潮。

互动环节精彩纷呈，成为活动亮点。猜谜区的“马到成功猜灯谜”活动，精选马年成语、社区知识类灯谜，吸引群众驻足思索、相互探讨，在欢乐中增长知识、了解社区工作。在投壶、蒙眼敲钟、套圈等趣味游戏区，大家踊跃参与，老少同乐、欢声笑语不断；写春联区域墨香四溢，志愿者与居民共同挥毫泼墨，将新春期许寄托于笔墨之间，传递浓浓年味与邻里温情。

“组织这次活动，社区特别用心，既能参与投壶、套圈等趣味游戏，还能了解春节传统文化知识，真切感受到邻里和睦与民族团结的浓厚氛围，特别有意义。”居民李芮萱满脸喜悦地说。

据介绍，此次活动以歌舞、游戏为载体，为居民搭建交流平台，既增进了邻里友谊，又引导居民主动参与社区治理，推动基层治理提质增效、社区和谐发展。500余名社区居民参与此次活动，既让居民在祥和氛围中感受新春喜悦与传统文化魅力，也进一步拉近了邻里距离、凝聚了社区合力，增强了居民的归属感与幸福感。

永善开展系列暖心活动关怀新就业群体

新春将至，年味渐浓。为让快递员、外卖骑手、网约车司机、网约配送员等新就业群体感受到节日的温暖，连日来，永善县委社会工作部组织开展“新春送关怀·情暖新业态”系列暖心慰问活动，通过宣讲党的二十届四中全会精神、设置有奖知识问答、发放慰问金、义务书写春联等形式，为该群体送上党委、政府的关怀与温暖，用实际行动致敬“城市奔跑者”。图为该县书法家应邀为外卖骑手义务书写春联、送“福”字。

通讯员 黄 桦 摄

政企联动激活昭通旅居康养新动能

川渝旅行社组织游客看房签约

本报讯（记者 莫 娟）2月7日，川渝旅行社组织游客到昭通实地看房暨合作签约活动顺利举行。昭通多家房地产企业、川渝相关旅行社代表齐聚一堂，围绕市外人群购房政策宣讲、旅居资源对接、合作模式搭建等核心内容深入交流，部分房企与川渝旅行社签订合作协议，标志着昭通与川渝地区在旅居康养、房产置业领域的合作迈入新阶段。

活动现场，昭通多家房地产企业重点面向川渝游客等市外人群推出专项购房优惠政策，并详细推介各自项目的区位优势、配套设施、户型设计及旅居适配性。此次房企推出的优惠力度大，为川渝客户提供额外2%—5%的购房折扣，部分项目还赠送产权车位，切实降低川渝游客在昭置业门槛。这些项目均充分考虑旅居人群出行与生活需求——多个项目距离高铁站仅5—15分钟车程，且毗邻机场（6公里范围内）；部分项目配备集中供暖和新风系统，保障居住舒适度；部分项目还实现“一分钟就学、五分钟就医”的便捷生活配套，全方位契合川渝游客避暑康养、度假置业的核心需求。

此次活动不仅让川渝游客和旅行社深入了解了昭通的旅居优势与购房政策，更搭建了昭通本地房企与川渝旅行社合作的桥梁。各房企精准对接旅居人群需求，重点凸显项目核心竞争力，以“购房+旅居+康养”一体化服务为纽带，推动资源互享、客源互通、品牌互促。

昭通房企与川渝旅行社将以客源互送、互利共赢为核心，搭建长期合作平台，进一步拓展川渝客源市场，完善旅居置业全流程服务，助力昭通加快打造“全国避暑旅居优选地”，实现政企民三方共赢。

文旅强市

“创”出一片新天地

——威信县创业带动就业倍增效应凸显

◆记者 刘静涛 汪舒 彭晓雨

近年来，威信县立足实际，坚持“外出就业与就地就近就业并重”的工作思路，多措并举激发创业活力，优化创业环境，创业带动就业的倍增效应持续显现。截至目前，全县累计吸引9400余名外出务工人员返乡创业，带动就业2.6万余人，为县域经济发展注入新动力。

吸引青年创业振兴家乡

在威信墨黑工业园区的威信棒棒食品有限公司现代化生产车间内，各生产环节的工人们正有条不紊地对腊肉进行分解、腌制、发酵、晾干、熏制，形成一条完整的生产线。

“目前是生产旺季，有百余名工人在生产线上忙碌。乡亲们都挺看好公司发展，已有百余名即将返乡的务工人员致电公司咨询用工情况，只要有合适岗位，开春都想来厂里务工。”公司负责人陈学海介绍。

看中威信县返乡创业的利好政策，曾在昆明从事销售工作的陈学海于2017年创办威信棒棒食品有限公司，“在销售产品过程中，我发现很多地方把具有当地特色的土特产和旅游产品打造成伴手礼，但威信尚无成规模生产土特产的企业。想到威信腊肉品质优良、市场认可度高，便选定了生产腊肉这份事业。”陈学海说。

2021年，公司被认定为云南省科技型中小企业；2022年，被评为昭通市级重点龙头企业；2023年，被认定为云南省农业产业化省级重点龙头企业；2024年营业收入达2000万元。

威信棒棒食品有限公司采用“公司+农户”模式，与威信县多个村庄的村民签订生猪保护价收购协议，以稳定的原材料供应降低农户风险，同时有效保障了原材料品质。公司直接吸纳就业120余人，与200余户农户及合作社建立持续合作关系，带动周边群众近千人就业。2025年12月，该公司被威信县委、县政府评为“威信县促进就业先进集体”。

近年来，威信县按照《威信县支持青年创业兴乡三年行动（2024—2026年）年度目标任务清单》要求，进一步压实工作责任，用心用情用力为青年就业创业提供支持、做好服务，确保各项任务落到实处。在贷免扶补、创业培训、返乡创业一次性创业补贴等方面给予大力支持，系统化支持青年返乡、留乡创业，既满足创业者“顾家”需求，又让更多乡亲实现“家门口”就业。

发展特色农业带动就业

“我们以‘企业+村集体+农户’模式，带动周边60户农户参与食用菌标准化种植，实现‘技术到户、种苗到户、服务到户、回收到户’，促进户均增收1.5万元以上。”在威信县麟凤镇五谷村玖江农业科技有限公司5000亩连片基地，负责人宗德玖介绍。

作为土生土长的麟凤镇人，宗德玖对家乡有着深厚感情。2014年，从事物流行业的他萌生转型念头后，第一时间决定返乡发展农业产业。当年他流转1000多亩土地种植竹子，后续基地面积逐步扩展至5200亩。2018年，他发现当地气候条件适宜食用菌生长，经多方考察调研、学习先进技术后，投入资金建起了食用菌种植基地，并于2019年投入生产。此后不断研发菌种、生产菌棒、扩大种植规模，并打造“扎西姑爹”品牌，目前已发展菌棚49个，主要种植羊肚菌、竹荪、赤松茸、黑木耳、黑皮鸡枞、猴头菇等。2022年，该公司出产的鲜香菇顺利通过有机产品认证，食用菌年产量达300余吨，年产值1500余万元。

“红托竹荪是目前种植最优的菌种，威信种植红托竹荪具有得天独厚的优势。在镇雄、彝良、威信适合冬荪种植，巧家适合反季生产，这真的是一项‘希望产业’。公司计划2026年生产300万棒红托竹荪，让红托竹荪在昭通的大地遍地开花！”宗德玖信心满满地说。

目前，宗德玖正持续完善延伸食用菌产业链条，为周边40余户农户提供稳定就业岗位。公司还将种植技术毫无保留地传授给务工人员，带动更多群众成为种植能手。在他的努力下，公司稳步发展，群众稳定增收，也为更多群众实现持续增收筑牢基础。

打造带货平台培育创业热土

位于威信老街的“威信供销记忆”店内，浓厚的怀旧陈设吸引众多游客进店购物。在特色展销区，游客可以买到棒棒腊肉、魔芋丝结、山葵制品、辣椒酱等一系列威信本土特色农产品。配套建设的电商直播间，则由县电子商务协会牵头整合本地网红资源，以公益支持、提供场地等方式开展直播带货。2025年，依托该模式，县内土特产线上直播销售额突破千万元大关，线下农产品销售额突破8000万元。

在“威信供销记忆”周边，数十家农特产品实体店相继入驻，逐步形成“农特产品一条街”。威信县农村电子商务协会在县供销社电商公共服务中心建立选品中心，为本地网红现场选品提供极大便利。协会还从技能培训、活动组织等方面提供全链条服务。目前，威信县农村电子商务协会已发展会员130余人，其中既有众多网红达人，也有全县各农特产品生产企业、专业合作社人员，真正实现资源共享、抱团发展，切实助力威信本土特色农产品乘着数字经济东风香飘四海。

农特产品销售链的升级，催生出了一片创业热土，进而创造了大量基层就业岗位。由此，吸引了众多年轻人返乡，从事运营等相关工作。近年来，威信县多措并举激发创业活力，带动返乡劳动力就业，形成“人回乡、钱回流”的良好发展态势，持续为本地产业发展注入新动力。

盐津山区群众“家门口”享受优质医疗服务

本报讯（记者 张广玉 通讯员 唐远超）“检查身体、拿药全免费，一下子为我和老伴省了好几百元。”七旬老人吴永才高兴地说。近日，盐津县“百名专家联百村”巡诊活动走进豆沙镇银厂村，让大山深处的群众在“家门口”便能享受到优质医疗服务。

为深入践行健康中国建设部署，盐津县自2025年12月起创新实施“百名专家联百村”巡诊活动，通过高位推动、医防融合、宣教赋能三维发力的方式，构建优质高效的县域健康服务共同体，让群众在“家门口”就能享受便捷、优质的医疗服务，切实打通基层健康服务“最后一公里”。

盐津县积极构建卫生健康局牵头、多部门联动、县乡村协同的“一盘棋”工作格局，创新组建94支“健康管家”团队，建立“帮扶专家+县级医师+乡镇骨干医生+乡村医生”纵向联动机制，对257个家庭医生签约服务团队实行网格化管理，实现群众健康需求快速响应与精准对接。

围绕“筛、治、管、帮”闭环机制，专家团队每周至少3次深入乡村开展健康筛查，计划半年内完成所有行政村首轮全覆盖。他们携带便携式B超、心电图机等医疗设备现场诊疗，同步落实“村申请、乡审核、县预留”转诊机制——县级医院预留20%专家号源和住院床位，配备转诊专员全程协调，形成“小病不出村、常见病不出乡、大病不出县、康复回基层”的分级诊疗新格局。在提升基层诊疗能力方面，通过“精准带教+双轨赋能”模式，推动帮扶从“输血式”向“造血式”转变，重点强化慢性病管理、急诊急救等实操技能培训，同时延伸慢病卡办理、残疾鉴定等便民服务。

为筑牢居民健康防线，盐津县积极构建县域健康科普新体系：推进村级“健康小屋”全覆盖；针对跨省就医高发疾病、妇幼保健等主题举办“健康大讲堂”；同时，通过印发《盐津就医指南》宣传册、开设微信公众号“健康微课堂”等线上线下渠道，让健康理念深入人心。

截至目前，活动已辐射5个乡镇13个行政村，累计服务群众4600余人次。通过专家下沉带教，乡村医护人员专业技能显著提升，县乡村三级联动完成有序转诊109人次、远程会诊13人次，21名患者转回乡镇康复管理，县域一体化健康管理体系基本形成。

水富开展亲子普法活动

本报讯（通讯员 陈延立）近日，共青团水富市委在“三下乡”活动中组织青年团员志愿者走进各乡镇（街道），开展“‘团’聚爱心 ‘青’暖童心”亲子普法活动。

活动中，相关单位围绕未成年人保护法、预防未成年人犯罪法和儿童自护、家庭关爱等内容印发了法治宣传手册，以生动的漫画、典型的案例、简洁的文字向家长和孩童传达法律知识要点、儿童关爱重点。

为进一步提升法治宣传实效，活动还特别设置亲子有奖问答环节，志愿者们聚焦法律法规、社会热点、安全防护等话题展开提问，引导家长与孩子携手答题、共同思考。

据悉，此次普法活动共发放宣传资料500份、奖品200份，得到了家长和孩子的热情回应，在趣味活动中普及了法律知识、增强了未成年人自我防护意识、传递了共青团对青少年的关心与关爱。

武警昭通支队开展地震应急战备拉动演练

近日，为锤炼部队应对突发自然灾害的应急处突硬功，全面检验装备实战运用能力，武警昭通支队以模拟驻地突发地震为背景，开展全流程、实战化战备拉动演练。整场演练紧贴实战场景，既检验了部队快速集结、机动投送的综合能力，又通过全要素装备实操，锤炼了官兵熟练运用各类救援装备的实战技能，有效提升了部队应对突发自然灾害的应急救援能力。

通讯员 赵明军 谢皓鹏 摄

法治昭通 天天说法

利害关系人请求人民法院确认婚姻无效的如何确定原被告？

【有事要问】利害关系人请求人民法院确认婚姻无效的如何确定原被告？

【身边案例】汪某的女儿小汪与汪某的外甥登记结婚，后小汪意外过世。在对小汪的遗产进行分割时，汪某与外甥发生争议。汪某打算确认小汪与外甥的婚姻无效，于是咨询，利害关系人请求人民法院确认婚姻无效的如何确定原被告？

【意衡律师解答】根据《中华人民共和国民法典》及相关司法解释规定，利害关系人依据民法典的规定，请求人民法院确认婚姻无效的，利害关系人为原告，婚姻关系当事人双方为被告。夫妻一方死亡的，生存一方为被告。人民法院审理重婚导致的无效婚姻案件时，涉及财产处理的，应当准许合法婚姻当事人作为有独立请求权的第三人参加诉讼。

昭通市司法局 审核
云南意衡律师事务所 供稿

血压“过山车”？做好这几点

血压波动为什么这么难管？主要是3个“叠加因素”在起作用。

首先是气温的直接影响。过低的温度就像冬天冻硬的橡皮筋，让血管慢慢收紧、变窄，血液在变窄的血管里流动，血压自然就升高了。这也是为什么很多人一出门吹冷风，就会感觉头晕脑胀——血压正在快速波动。更关键的是，血管长期处于“高压紧绷”状态，会让血管壁上的斑块更容易破裂，形成血栓，这也是冬季心梗、脑梗高发的核心原因。

其次是生活方式的改变。天冷后，大家偏爱肥厚食物（比如肥肉、火锅、炖菜），脂肪、热量摄入超标，导致血脂升高、血黏度增加，进一步加重血管负担；户外活动大幅减少，久坐不动让血液循环变慢；情绪紧张焦虑，再加上冬季感冒高发，这些因素都会间接推高血压，让降压药的效果大打折扣。

最后，中老年人群更易感。除了气温和饮食，中老年人血管弹性本身较差，对环境变化的适应能力弱，加上换季时可能调整作息、减少活动，血压波动会更明显，风险也更高。

血压波动到底要不要就医

很多人发现血压升高就紧张，专家给出明确的判断标准，帮大家避开“过度焦虑”和“忽视风险”两个极端：

正常血压的收缩压（高压）范围是120至139mmHg，舒张压（低压）80至89mmHg。冬季血压出现轻微波动是正常的，但如果出现以下情况，就需要及时就医：

血压连续3天以上超出安全范围（比如原来130mmHg以下，突然升到140至150mmHg）；伴随头晕、头痛、胸闷、心慌等不适症状；

波动原因不明，排除了保暖不当、饮食过咸等明显因素。

医生会通过问诊和血脂、血糖等检查，寻找潜在原因并调整降压方案，千万别自己加药或换药。因为擅自调整药物可能导致血压骤升骤降，反而增加心脑血管风险。

清晨锻炼“养生”？高血压患者要避开

早晨空气好，早起锻炼降血压——这是很多人的认知，其实清晨6至10点是血压的“峰值时段”，也是心肌梗死、脑中风的高发期。这是因为经过一夜睡眠，身体处于缺水状态，血液黏稠，加上交感神经兴奋，血压会自然升高，这就是“清晨高血压”。如果再加上剧烈运动，血管会进一步收缩，斑块破裂的风险骤增；此外，清晨空气质量较差（夜间颗粒物沉积），也会刺激呼吸道，间接影响血压稳定。

（来源于人民网）