

金鞍踏春乌蒙欢

昭通2026文艺会演点燃新春奋进激情

迎新春·开新局

本报讯(记者莫娟阮孝芝姜跃武文/图)金鞍踏春,万象更新;乌蒙欢歌,逐梦前行。近日,昭通国际会议会展中心内灯火璀璨、暖意融融,昭通市2026年“迎新春·开新局”文艺会演在这里精彩启幕。整场演出以文艺抒怀、以歌舞寄情,全面回望过去一年昭通高质量发展的坚实步伐,深情展望新的一年跨越式发展的美好前景,为全市人民献上一场年味浓、接地气、鼓人心的新春文化盛宴。

激昂的旋律拉开本次会演的序幕,开场节目《金鞍踏春·万象新》将奔腾骏马意象与新春元素相融合。绚丽灯光与灵动舞姿交相辉映,瞬间点燃全场热情。舞台之上,乌蒙大地春意盎然,生机勃勃,昭通儿女敢闯敢干、奋勇争先的精神尽情绽放。现场观众沉浸在这场视听盛宴中,真切感受着这座城市昂扬向上、阔步前行的发展姿态。

文艺为笔,书写发展华章。演出上篇《产业兴旺·聚合力》紧扣昭通发展主线,立足本土特色,将薪火传承、民族文化、风物景致搬上舞台,用艺术语言讲述产业攻坚、实干兴昭的生动故事。特色农业提质增效、工业

经济稳步攀升,文旅融合持续提升,一个个节目生动展现了全市上下凝心聚力谋发展的干劲与担当,真切动人、催人奋进。

烟火人间,情暖万家。中篇《城韵生辉·暖万家》聚焦民生温度,细腻演绎城市更新带来的崭新变化。昭通市第一人民医院医务工作者倾情演绎的舞蹈《白衣·燕帽》,尽显医者仁心、大爱无疆;原创歌曲《昭通》《此心永善》《挑水巷》婉转悠扬,唤起观众对这座城市的深深眷恋。贴近生活的节目、熟悉亲切的场景,诉说着民生改善带来的点滴幸福,讲述着家乡日新月异的发展变化。

家和万事兴,幸福满乌蒙。下篇《人和家兴·绘幸福》以质朴真挚的舞台语言,诠释“幸福昭通”的深刻内涵。悠扬的歌声结合欢快的舞蹈,既唱出了群众对美好生活的由衷礼赞,也展现了昭通各族儿女同心筑梦、携手向前的和谐景象。本土组合“蹦山啦”带来的原创歌曲《山高怕哪样》《缱绻 LOVE》节奏明快、活力四射,将现场气氛推向高潮,台下掌声雷动,喝彩声不断。

尾声《策马奔腾·向未来》气势如虹,铿锵旋律奏响奋进强音。演员们以饱满的热情表达对家乡的热爱与期许,号召全市人民勇毅前行,在新的一年里再创佳绩、再谱新篇。



据介绍,本次演出以“迎新春·开新局”为主题,通过艺术形式展现昭通发展成果,紧扣扎实做好“产、城、人”三篇文章与深入推进“六大强市”建设,彰显昭通人民良好精神风貌。

演出全程掌声不断、暖意融融,精彩节目深深打动现场观众。“这些节目把昭通人民的幸福生活演绎得淋漓尽致。祝愿家乡新的一年越来越

越好,大家的日子越过越红火!”观众曹楠的话语,道出全场心声。

这场文艺会演,既是新春的祝福,更是奋进的号角。歌声与欢笑声中,昭通儿女凝聚起干事创业的磅礴力量;灯光与舞步里,乌蒙大地铺展着高质量跨越式发展的壮美画卷。新的一年,全市人民将以龙马精神策马扬鞭、勇毅前行,奋力书写昭通发展新篇章。

群贤汇聚 共绘昭通文旅新蓝图

本报讯(记者郎伟刘兴刚)春节期间,昭通古城凤池书院前院高朋满座,一场汇聚昭通籍名人、名家与乡贤的座谈会在此举行。大家齐聚一堂,为昭通文旅融合发展献计献策。

会上,与会嘉宾实地探访了挑水巷三院、广东会馆、迟家大院等昭通古城核心区域,以脚步丈量历史街区的每一处肌理。

座谈会上,昭通市文旅局相关负责人介绍了“文旅强市”建设以及“引

客入昭”工作情况,昭通古城保护工作指挥部相关负责人汇报了古城保护、名城创建和景区创建等工作的进展。随后,特邀嘉宾从不同维度为昭通文旅融合发展提出系统性建议,乡贤代表踊跃发言。

大家的发言既有理论高度,又有实践温度,凝聚起推动家乡发展的智慧力量。本次座谈会,为昭通加快推进“文旅强市”建设注入了强劲的思想动能。

“艺”趣横生 欢乐闹新春



本报讯(记者郎伟刘兴刚文/图)近日,昭通古城文庙广场上张灯结彩、人头攒动。伴随着动感的音乐节拍,一群少年跃动起舞,瞬间点燃现场氛围,将“艺美昭通·新禧古城”春节系列活动的氛围推向又一个高潮。

凤池书院前院,“我和古城有个约会”现场拍摄暨“春风里”古城速写赠送活动吸引了众多游客驻足。摄影师的快门声、画家的笔触声与游客的欢笑交织在一起,暖意融融、韵味悠长,既为千年古城增添了别样的艺术气息,也让新春的氛围更加浓厚。

闹非凡。作家朱镛、杨云彪来到现场,为市民签名赠书。现场设置的文学知识问答区前,游客争相从55道题目中抽取作答,答对者喜获签名书籍,答错者也能优惠购买,大家在寓教于乐中感受文学魅力,汲取文化养分。

凤池书院前院,“我和古城有个约会”现场拍摄暨“春风里”古城速写赠送活动吸引了众多游客驻足。摄影师的快门声、画家的笔触声与游客的欢笑交织在一起,暖意融融、韵味悠长,既为千年古城增添了别样的艺术气息,也让新春的氛围更加浓厚。

“状元”贺岁新春添彩

本报讯(记者莫娟)近日,“状元贺新春”互动式实景演出活动在昭通古城文庙内开展。身着朱衣、头戴金冠的“昭通状元”携书童缓步登台,以古礼揖让开场。

本次互动式实景演出,以“金榜题名荣归故里”为主题,让市民和游客既能欣赏精彩的表演,又能参与各类传统仪式。

状元扮演者李艳成身着一袭绯红状元袍,俯身将朱砂轻点在孩子们的眉心后含笑说道:“一点朱砂启智慧,两笔描红学做人,三纸墨香承文脉。”在国人心中,状元是成才圆梦的象征。李艳成坦言,希望借助“状元贺新春”这场跨越千年的文化对话,让少年儿童成才理想在庄

昭阳区新春活动氛围感拉满

中,本土逆境乐队携13首经典曲目倾情献唱,用激昂的旋律、真挚的歌声点燃全场激情。

乐队演出的余音尚未消散,“千年铁花·昭通盛景”打铁花表演便惊艳亮相,为现场观众带来了一场“火树银花不夜天”的视觉盛宴。

精彩的乐队演出与震撼的非遗展示,让现场市民及游客赞不绝口,大家纷纷拿出手机记录下这难忘的瞬间。“这场表演非常欢快,乐队唱歌非常好听,打铁花表演令人震撼,铁花特别漂亮。”市民黄明激动地说,“昭通是一座氛围感很强、民族气息特别浓厚的城市,大家一定要来感受一下这份独特魅力。”

此次系列活动是昭阳区2026年“骏马迎春·秋城昭阳”春节系列活动群众

性文体活动的重要组成部分,旨在传承弘扬中华优秀传统文化,丰富市民春节期间的文化体验。

据悉,昭阳区春节元宵系列文体活动将持续至3月3日,涵盖文艺展演、非遗体验、体育赛事、文化展览等多种形态,真正实现文化热在基层、乐在群众、暖在人心,让群众在欢声笑语中共享文化盛宴。

凤池书院前院,“我和古城有个约会”现场拍摄暨“春风里”古城速写赠送活动吸引了众多游客驻足。摄影师的快门声、画家的笔触声与游客的欢笑交织在一起,暖意融融、韵味悠长,既为千年古城增添了别样的艺术气息,也让新春的氛围更加浓厚。

在重庆成功挑战“最多无人机组成的空中图案”吉尼斯世界纪录。

据初步统计,本次无人机表演的观众已超5万人,累计出动安保力量400余人。此次无人机灯光秀,不仅为春节期间市民的文化生活增添了科技色彩,还以创新形式展示了昭通独特的文旅资源,成为昭通探索“低空+文旅”发展模式的一次生动实践。

1500架无人机“点亮”昭通夜空

小覃项天麻等特色农产品形象,在夜幕这块巨大画布上栩栩如生。此外,无人机编队还摆出“秋城昭通·避暑胜地”与“马年大吉”等字样,引得现场观众阵阵惊叹。

“本次表演主要是为了发挥低空经济赋能文旅产业发展的优势,抢抓春节文旅消费契机,给市民带来一场视觉盛宴。”昭通市航旅集团财务总监李朝敏

介绍,无人机表演队对本次活动进行了精心设计,重点突出昭通特色,展现“一山一城、一江一址”(大山包、“秋城昭通”、金沙江、扎西会议会址)以及昭通观众阵阵惊叹。

据介绍,此次表演由深圳大漠大智控技术有限公司提供技术保障。该公司无人机组表演队曾6次登上央视春晚舞台,2025年以11787架无人机

绥江三举措织密

未成年人健康成长“防护网”

本报讯(通讯员曾小龙)近日,绥江县聚焦“宣传教育、关爱服务、净化市场”三大重点,扎实推进“护苗”专项行动走深走实,全力护航未成年人健康成长。

集中宣传造氛围,构筑思想“防火墙”。依托“三下乡”活动平台,扎实开展“护苗·绿书签”暨“扫黄打非”集中宣传。通过设立咨询台、悬挂横幅、发放绿书签及宣传折页等形式,面对面向群众普及非法出版物的辨别方法和危害性,广泛宣传未成年人保护相关法律法规。绥江县诗书画协会书法爱好者还将“扫黄打非”、文明上网等内容融入春联创作,以“写春联、传新风”的方式,让“护苗”宣传更接地气、更入人心。2月以来,全县共开展集中宣传7场,发放宣传资料5000余份。

托管服务暖人心,打造假期“安心湾”。聚焦留守儿童、困境儿童假期看护难问题,有效整合农家书屋、新时代文明实践站(所)及县图书馆等阵地资源,精心打造假期“放心托”公益托管服务项目。广泛招募返乡大学生、社区志愿者为留守儿童提供寒假作业辅导、阅读陪伴、心理疏导等服务。同时创新增设了非遗剪纸、AI绘画、泥塑、生活体验等特色公益课程,让孩子们在寓教于乐中感受传统文化的魅力,提升动手能力。全县共开设托管服务点15个,累计服务未成年人410余人次,实现了“孩子开心、家长放心、社会安心”。

联合执法净环境,筑牢文化“安全网”。坚持源头治理与常态化监管相结合,县委宣传部联合文旅、公安、市场监管等部门力量,聚焦校园周边等重点区域,对书店、文具店、印刷复制店、网吧等文化经营单位开展常态化综合执法检查。今年以来,已开展联合执法检查2次,检查各类经营主体80余家次,查办案件1起,有力规范了县域文化市场秩序,切实为未成年人健康成长筑牢了文化安全屏障。

文化中国行

老街新韵 非遗生香

◆云南日报记者 尹朝平

2026年春节,昆明南屏街化身为一座流动的“非遗会客厅”。当镌刻着岁月痕迹的建筑邂逅传承千年的匠心技艺,一场以“心安是归处 非遗即生活”为主题的2026云南非遗过大年活动,自1月30日起便点燃全城热情。本次活动突破了以往静态橱窗式的展示形式,通过精心营造“可看、可玩、可品、可带走”的沉浸式新场景,重新定义了都市语境下的中国年味,让非遗真正融入大众的日常烟火。

夜幕低垂,南屏街中心广场的主舞台变成非遗展演的璀璨磁场。“桃花流水——非遗展演大观园”每日14时与19时30分准时启幕,唱腔婉转的滇剧、豪迈奔放的彝族舞蹈、刚柔并济的沙式武术轮番登场。昔日,滇剧多在剧场内静候知音;而今,非遗艺术进驻繁华商圈,台下涌动着青春的面孔与国内外游客的身影,热烈的掌声见证了传统戏曲跨越时空的强大感染力。127场涵盖传统歌舞、戏曲、体育三大板块的动态展演,消融了舞台与观众的界限,让非遗在欢呼声中收获了大量“粉丝”。

如果说展演是视听的盛宴,那么中心广场上那朵以昆明市花为灵感设计的巨型山茶花装置,便是开启非遗消费新场景的密钥。“市井百工·非遗年货大观园”内,300余种创意十足的非遗产品令人目不暇接。乌铜走银化身实用的书签、钥匙扣与手机壳;瓦猫这一古老图腾“穿越”时空,成为备受追捧的潮玩与香薰;精美的彝绣纹样被赋予现代设计语言,跃然于家居用品上。云南省非遗代表性项目彝族刺绣省级代表性传承人白小柏带领绣娘团队忙碌不停:“非遗的生命力,在于融入当代生活。走进夜市,绣片变商品,这既延续了文化根脉,更让姐妹们凭手艺鼓起了钱袋。”乌铜走银传承人万光虹的感受则更为直接,短短3日,销售额超过平时整月业绩。

在这里,非遗不再是仅供远观的展品,而是可亲手触摸、亲身参与的鲜活体验。步入“兰泽芳晴——非遗康养大观园”,游客可亲手制作传统药丸、药皂,或在傣医药、彝医药专家义诊台前,亲身体验“医药同源”的古老智慧。互动区内,科技与传统碰撞出别样火花:AI“云游云南”让探秘秘境触手可及,投壶游戏与咖啡豆趣味挑战则让年轻人在欢声笑语中领略传统魅力。此外,“徐霞客游云南”打卡活动串联起10个线下点位,集章抽奖乐趣无穷;在每日开设的“非遗微课堂”,游客仅需15分钟,便能学会一句民族歌谣或完成一件精巧剪纸。南屏街及周边的聂耳故居、景星花鸟市场等,皆因非遗元素的注入而化身成为市民游客争相“寻宝”的热门打卡地。

非遗的注入,不仅唤醒了百年“云南夜市”的历史荣光,也与其与现代都市的璀璨流光交相辉映,生动诠释了“非遗即生活”的深刻内涵与无限可能。

法治昭通 天天说法

一方因受到人身损害获得的赔偿是否属于夫妻共同财产?

【有事要问】一方因受到人身损害获得的赔偿是否属于夫妻共同财产?

【身边案例】代某与王某系夫妻,某日代某外出时发生交通事故,导致代某受伤,肇事方依法赔偿代某各项损失18万元。后代某与王某感情破裂离婚,王某要求分割代某获得的18万元赔偿款。代某咨询,一方因受到人身损害获得的赔偿是否属于夫妻共同财产?

【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,下列财产为夫妻一方的个人财产:(一)一方的婚前财产;(二)一方因受到人身损害获得的赔偿或者补偿;(三)遗嘱或者赠与合同中确定只归一方的财产;(四)一方专用的生活用品;(五)其他应当归一方的财产。

昭通市司法局 审核 云南意衡律师事务所 供稿

防治脾胃病 中医有妙招

春节期间饮食丰富多样,油腻食物和零食增加,会加重脾胃运化负担。中医认为,脾胃为气血生化之源。如何预防脾胃病?

中医建议:缓慢进餐,先吃蔬菜;餐中注意搭配,例如吃一口油腻食物搭配几口清爽蔬菜;不宜大量喝酒或大量食用油炸干硬食物;注意食物的寒热平衡;餐后可以散步、按摩腹部、冲泡消食茶饮等方式消食。

运动是调理脾胃的好方法。八段锦总体上可以疏通经络、调和气血、增强中气,其中,“调理脾胃须单举”一式能够促进脾胃消化功能,但运动宜以微汗为度,且饭后不宜立即运动。

为防止过多油腻或偏咸食物伤及脾胃,建议对这些食物“浅尝辄止”,同时可进食小米粥等清淡食物来平衡,或进食山楂等酸味食物帮助消化,烹饪时也应注意减盐去油。

饺子是过年必吃的美食,但过食也会加大脾胃压力。可在饺子馅中加入马蹄以减轻油腻,还可选用白萝卜、香菇、山药等健胃消食的食材作为馅料,调味宜清淡;食用时应细嚼慢咽,吃完喝点饺子汤帮助消化。

儿童脾胃娇弱,如发生积食、厌食,中医有无温和、安全的外治方法帮助调理?

中医认为小儿“脾常不足”,儿童的胃肠功能本就弱,如果节日期间饮食过饱过杂,容易导致积食。中医强调,儿童脾胃调理应遵循“三分治七分养”的原则,同时要根据年龄分层施治,以温和、安全为要。如果出现积食,应立即暂停食用油腻食物、干果、甜食等,将主食换成汤类、粥类、烂面条等易于消化的流质或半流质饮食;一岁以下婴幼儿可用腹部按摩、推拿等方法调理;两岁以上儿童可加用食疗、贴敷等方法。

假日里,亲朋好友聚餐难免小酌两杯,但在中医看来,过量饮酒会酿湿生热,影响脾胃的运化功能。专家提示,喝酒前可饮用牛奶、豆浆或食用发面馒头、葛粉“垫底”,饮酒的同时注意喝水及食用冬瓜、黄瓜等食物,以排出湿热或缓解不适。

慢性胃炎和胃溃疡等脾胃病患者在春节期间尤需注意健康饮食。这类人群应严格避免辛辣刺激的食物,避免食用过热、过冷、高酸食物、甜食以及坚果等粗糙食物;不宜在进食的同时大量喝汤或喝水;应选择温性、易消化食物,充分咀嚼食物,还可随身携带健脾理气的药物。

一旦发生胃肠道问题,应该如何用中医药方法应对?专家提示,出现腹泻、呕吐等情况应禁食四至六小时,通过舌苔、排泄物等进行简单辨证,选用相应中成药。病毒性胃肠炎患者发病初期宜先辨别“寒湿证”或“湿热证”,从而分别选用藿香正气口服液、葛根苓连丸等药物治疗;在康复期可以中药参苓白术丸或山药薏米粥调理脾胃。

(来源于人民网)