

全市各地各部门开展防灾减灾宣传活动

昭通市防震减灾局——

织密地震监测“防护网” 筑牢防灾减灾“安全堤”

本报讯(记者 阮孝芝 刘兴刚)5月11日,昭通市防震减灾局相关负责人走进市融媒体中心《政风行风》热线直播间,围绕“地震监测现状”“应急避险常识”等热点话题,与广大市民在线交流,回应社会关切。

“专群结合”赋能监测,打造防震减灾“昭通样本”。地震监测预报是防震减灾工作的基石。据市防震减灾局相关负责人介绍,昭通市委、市政府高度重视防震减灾工作,市、

县两级部门始终将提升地震监测能力作为“第一要务”。在宏观观测领域,昭通拥有50余年的群测群防深厚基础。2021年,中国地震局选定昭通作为全国“专群结合”试点工作城市。通过对传统观测点的数字化升级改造,实现了从“人工跑腿”到“云端可视”的转变。目前,全市已建成23个宏观可视化观测点(涵盖二氧化碳、水质、水位水温等60个测项)。经过3年探索,该项试点成果

不仅在全省推广,更辐射至四川、河北、新疆等地,为全国提供了可复制的“昭通经验”。

掌握避险“六字诀”,关键时刻能救命。“平时怎么防?震时怎么躲?震后怎么办?”针对市民关心的个人应急避险问题,专家们给出了权威解答。公众应熟记“趴下、掩护、抓牢”六字诀,并利用好地震发生时的“黄金12秒”。平时预防是基础:固定高大家具,清理逃生

通道,备好含水、食物、急救药品及重要证件的应急包;震时躲避是关键;优先选择坚固家具旁或承重墙墙角避险,严禁乘坐电梯、盲目跳楼,或在晃动中奔跑;震后撤离要谨慎;迅速前往开阔地带,警惕余震及围墙、老旧建筑倒塌等次生灾害。“知道做不到,等于不知道。”每个家庭每半年可开展一次应急演练,将防灾知识转化为身体的本能反应。



永善开展全国防灾减灾日宣传活动

本报讯(通讯员 黄辉文/图)5月12日,永善县文旅、应急管理、红十字会等部门联合在溪洛渡街道红光安置区开展“人人讲安全、个个会应急——提高防灾减灾救灾能力”主题宣传活动,将实用的防灾知识送到群众身边,增强群众防灾减灾意识,提升自救互救能力。

活动现场,工作人员通过摆放

宣传展板,发放宣传资料、现场讲解等形式,向搬迁群众普及防灾减灾、安全生产、医疗救护等实用知识。接地气的宣传形式吸引了不少搬迁群众驻足聆听、咨询。

此次宣传活动,把专业防灾知识转化为通俗易懂的家常话,让群众听得懂、记得住、用得上,达到了“宣传一次、受益一片”的良好效果。

水富开展抗震救灾暨山洪泥石流灾害综合应急演练

本报讯(通讯员 张圣兰 刘思辰 刘丽)5月11日,水富市在两碗镇组织开展2026年抗震救灾暨山洪泥石流灾害综合应急演练。

演练坚持“实战化、全流程、全覆盖”原则,模拟当日8时55分,两碗镇新滩村发生5.4级地震,震源深度10公里。震后突降暴雨,继而引发山洪、泥石流灾害,造成山体滑坡、房屋倒塌、人员被困,G247国道交通阻断,辖区电力、通信系统全面瘫痪。

演练启动后,水富市抗震救灾现场指挥部立即响应,总指挥第一时间下达指令,综合协调、抢险救援、医疗

救护等12个工作组迅速进入战斗状态。村级力量率先开展自救,网格员与村干部通过鸣锣喊话、逐户排查等方式组织群众转移;镇级迅速核实灾情并启动Ⅲ级应急响应,成立前线指挥部组织搜救与安置工作。因灾情严重,两碗镇请求上级增援,水富市随即启动Ⅳ级应急响应。

整个演练过程紧张有序,消防、医疗、交通、电力、通信及民兵等救援力量根据指令迅速响应、及时到位,圆满完成了先期处置、通信恢复、电力抢修、道路抢通、废墟救援、医疗救护与卫生防疫、灾情核查等预设科目。

巧家拉开防灾减灾宣传周系列活动序幕



本报讯(通讯员 顾微 单楠 刘诗明 文/图)今年5月12日是我国第18个全国防灾减灾日。为进一步增强全民防灾减灾意识,提升群众应急避险和自救互救能力,当天上午,巧家县应急管理局联合消防、自然资源规划和防震减灾、水务等多家部门,在龙潭公园开展防灾减灾主题宣传活动。活动以“人人讲安全、个个会应急——提高防灾减灾救灾能力”为主题,正式拉开为期7天的防灾减灾宣传周系列活动的序幕,积极营造全民参与、共筑安全的浓厚社会氛围。

活动现场,工作人员精心搭建咨询服务台,悬挂主题鲜明的宣传横幅,以多维度宣传矩阵为过往群众送上“安全知识大餐”。通过免费发放科普手册、知识折页等宣传资料,结合面对面专题讲解的方式,全方位、多角度普及防灾减灾、灾害预警相关知识。宣传内容聚焦地震、洪涝、火灾、气象灾害等高频灾害类型,深入浅出地解析灾害预警识别、防范关键点、科学避险核心流程及自救互救实用技巧,同时详细讲解应急逃生时机及路线的把握、伤员初步救护方法、心肺复苏实操步骤等。针对群众提出的各类疑问,工作人员逐一耐心回应,用通俗易懂的语言拆解专业知识,让抽象的安全理念转化为可操作、易掌握的救助技能,真正实现防灾减灾知识入脑入心。

据了解,此次活动累计发放各类宣传资料3000余份,覆盖群众3000余人次。

威信多点发力 推进宁静村庄创建

本报讯(通讯员 许鹏)近日,威信县水田镇龙洞村聚焦和美乡村建设与人居环境提升要求,组织开展宁静村庄创建主题宣传活动。活动采取现场知识讲解、宣传资料发放、民意问卷调查、面对面答疑解惑等形式,广泛普及噪声污染防治法律法规和科普常识,积极动员广大群众共同营造安静舒适、和谐宜居的乡村人居环境。

活动现场,工作人员围绕噪声污染防治重点内容展开细致宣讲,详细讲解噪声对身心健康、日常起居的不良影响。同时,重点向村民普及日常生活中简易降噪、科学控噪的实用举措,耐心解读宁静村庄创建标准,倡导群众自觉遵守噪声防控相关规定。活动共发放《石头寨居民公约》《宁静村庄创建倡议书》《噪声污染防治知识手册》等宣传资料120余份,现场回收满意度调查问卷40余份,有效提升了群众对宁静村庄创建工作的知晓率、支持率和参与率,营造出人人共创的浓厚氛围。

据悉,2026年,威信县紧扣生态环境保护、乡风文明培育和和美乡村建设目标,系统谋划、统筹布局,计划高标准打造6个宁静小区(村庄、社区)。目前,各创建点位有序推进前期摸底排查、全域噪声监测、突出隐患整治、宣传氛围营造等工作。其中,水田镇龙洞村崖上石寨率先完成区域环境噪声监测工作,为后续深化整治、示范创建筑牢了坚实基础。

上接第1版《彝良:小竹笋撑起富民兴县大产业》

从山间鲜笋到餐桌美食,从时令山货到特色产业,彝良竹笋通过精深加工实现了价值的提升,带动了产业的华丽升级。在巴食川珍农业发展(彝良)有限公司的生产车间内,自动化生产线全速运转,工人们分工协作,有条不紊地开展鲜笋分拣、清洗、加工、封装等工序。新鲜采摘的竹笋,经过标准化深加工,变身笋丝、火锅笋片、即食笋等特色农特产品,贴上“巴食川珍”品牌标志后,批量销往省内外各地市场,大幅提升了竹笋产品附加值。同时,企业积极履行社会责任,优先吸纳易地搬迁群众就近就业,让搬迁群众实现务工增收与照料家庭两不误。

“我从老家搬到交界安置点,已经在这家企业工作4年多了,工资实行计件制,每月收入5000元左右,下半年生产旺季能超过6000元。”企业工作人员周启荣满脸欣慰地说,在“家门口”就能找到稳定工作,既能照顾老人和孩子,又有可观的收入,竹产业给搬迁群众带来了实实在在的幸福感。

小竹笋撬动大产业,小资源激活大动能。近年来,彝良县坚定不移走生态优先、绿色发展之路,把竹产业作为县域特色主导产业重点培育,持续扩大种植规模,完善产业链条。目前,全县已建成笋用竹基地101.15万亩,其中投产面积达82.2万亩。今年,全县有10万亩竹林投产,累计采收春笋2.08万吨,产值超2.9亿元,产业带动效应持续凸显。

为推动竹产业提质增效,彝良县不断强化产业服务保障,持续开展竹林低效林改造技术培训,提升竹林管护科学化水平,做强做优竹产业全链条。

“今年的春笋收购价每斤比去年高出两三元,秋笋价格也不会低于5元。”彝良县林草局产业服务中心相关负责人介绍,竹笋价格稳步上涨,产业效益持续攀升,充分印证了彝良竹产业发展的强劲势头。

绿水青山就是金山银山。如今的彝良县,竹海连绵成荫,小小竹笋扎根山野、遍地生金,已然成为生态效益凸显、经济效益可观、带动力强劲的乡村振兴支柱产业。

“压力越大越胖”怎么破?

肥胖已成为中国不容忽视的公共卫生问题。中国是全球肥胖人口最多的国家,超重肥胖率超过50%,即每两人中就有一人超重或肥胖。

中国肥胖人群呈现三个特征:以腹型肥胖为主,内脏脂肪增多;男性多于女性;儿童发病率持续增高,农村人口增长较快。

生活方式干预是核心基础,不提提极端节食,在专业指导下控制热量摄入,减少高糖高油高脂食品,增加膳食纤维和优质蛋白质,戒酒,搭配有氧运动和力量训练,逐步改善胰岛素抵抗。药物干预是第二层面,在医生指导下使用针对性药物。第三层面是长期生活方式管理与定期随访,戒烟、避免熬夜、缓解压力,定期检查肝功能、肝脏超声及血糖血脂等指标。

针对“压力越大而更胖”的现象,长期熬夜或压力大会导致体内皮质醇水平升高,催生内脏脂肪,同时让食欲暴增,尤其偏爱高油高糖高热量食物,形成越吃越多、热量堆积的恶性循环。面对压力,选择健身、登山、瑜伽、太极拳、八段锦等运动方式来缓解,同样能获得快乐感,同时控制体重。

对于长期节食、规律运动但体重仍难控制的人群,先做规范的医学评估:完善医学检查,排除内分泌代谢紊乱;评估人体成分,检测体脂率而非仅看体重;记录饮食和行为,分析热量摄入及情绪化进食等因素。在此基础上开展个体化诊疗干预。

(来源于人民网)

昭通仲裁委员会公告

昭通市昌黎房地产开发经营有限公司:

云南电网有限责任公司昭通供电局与你合同纠纷一案,本会已受理,案号为:(2026)昭仲裁43号。现依法向你公告送达《仲裁申请书》(副本)《申请人证据材料》《仲裁通知书》及附件等材料。自本公告发出之日起经过30日即视为送达。提出答辩及选定仲裁员的期限为公告送达期满后的10日内。

联系电话:0870-2249958 特此公告。

昭通仲裁委员会 2026年5月13日

招租公告

单位:昭通新华书店有限公司昭阳分公司
事由:办公楼出租
位置:昭通市昭阳区南顺城街1号新华书店综合楼4楼
面积:620平方米左右
出租期限:自签署合同之日起3年
公告时间:自见报之日起10个工作日
报名时间:自见报之日起15个工作日
报名地址:昭通新华书店有限公司昭阳分公司办公室
联系人:曾先生
联系电话:13638848767

昭通新华书店有限公司昭阳分公司 2026年5月13日

《中华人民共和国反恐怖主义法》

第三章 安全防范

(上接2026年5月12日二版)

第二十条 铁路、公路、水上、航空的货运和邮政、快递等物流运营单位应当实行安全查验制度,对客户身份进行查验,依照规定对运输、寄递物品进行安全检查或者开封验视。对禁止运输、寄递,存在重大安全隐患,或者客户拒绝安全查验的物品,不得运输、寄递。

前款规定的物流运营单位,应当实行运输、寄递客户身份、物品信息登记制度。

第二十一条 电信、互联网、金融、住宿、长途客运、机动车租赁等业务经营者、服务提供者,应当对客户身份进行查验。对身份不明或者拒绝身份查验的,不得提供服务。

(未完待续)

天天说法

为逃避酒驾检查冲卡会加重处罚吗?

【有事要问】为逃避酒驾检查冲卡会加重处罚吗?

【身边案例】某个晚上,陈某饮酒后驾驶小轿车在某街道行驶时,遇到交警设卡检查。陈某没有按规定停车接受检查,反而驾车闯卡逃避。交警在事故现场将陈某查获,经检测,陈某血液酒精含量为99.7mg/100mL,属于醉酒驾驶机动车。陈某家人咨询,为逃避酒驾检查冲卡会加重处罚吗?

【意衡律师解答】根据《中华人民共和国刑法》及司法解释规定,血液酒精含量达80mg/100ml即达到醉驾标准,若存在逃避公安机关检查等行为,属于危险驾驶罪从重处罚情形。冲卡过程中若伴随暴力袭击警察,造成严重后果,将触发更重罪名,面临数罪并罚或更高刑期。当遇到公安机关检查时,应主动积极配合,切勿因一时冲动导致“醉”上加罪。

昭通市司法局 审核 供稿
云南意衡律师事务所



激活数据要素 赋能经济发展

——昭通市数据资产全过程管理试点工作纪实

◆通讯员 刘杰

数据资产作为经济社会数字化转型进程中的新兴资产类型,正日益成为推动经济发展的重要战略资源。根据省财政厅部署,昭通市作为全省首批试点州市之一,坚持创新引领、系统谋划、试点先行,迈出从“0”到“1”的关键步伐,推动数据资产从“沉睡资源”变为“流动资产”。

强化顶层设计 构建“一盘棋”推进机制

高位统筹,凝聚工作合力。昭通市财政局联合市数据局、市国资委建立联席会议机制,明确时间表、任务图,选取市人力资源和社会保障局、市天麻特产局等7家单位作为首批试点,先后召开昭通市数据资产全过程管理试点工作推进会3次,形成“财政牵头、部门协同、国企先行”的工作格局。

聚焦重点领域 打造“多元化”场景应用

制定印发试点实施方案,明确数据资产确认、计量核算、授权运营等全流程操

作规范。牵头组建专家研究团队,编制《数据资产管理主要政策文件汇编》,让数据资产管理“有章可循、有据可依”。

数据归集,夯实资源底座。依托云南省一体化公共数据昭通平台,按照“涉密除外、应编尽编”原则,采取“挂联包保、上门服务”模式,对各部门政务系统、业务数据、网络环境开展梳理研判,形成公共数据“一本账”。截至目前,全市63家单位完成数据编目,114个系统、3080类、6万余个数据项录入平台,18家单位355类、3200万余条数据归集入库。在试点单位中,完成市人社局劳动保障服务平台30类数据、就业服务信息平台20类数据编目,市天麻特产局天麻及中药材产业数字服务平台66类数据编目及数据的实时更新,昭通高速智慧平台8类数据编目。

公共数据资源登记覆盖关键领域。指导昭通市大数据有限公司完成交投集团、天麻特产局及本公司共23类公共数据资源登记,覆盖交通出行、高原特色农业(天麻、中草药)等重点领域,构建起“登记—授权—开发—交易”一体化机制,初步形成具有昭通特色的公共数据治理体系。

数据产品交易流通初见成效。推动昆明国际数据交易所昭通服务站、浙江大数据交易中心昭通工作站挂牌成立,促成昭通市大数据公司2个数据产品、云品荟公司1个电商数

据产品成功上架交易平台,实现数据产品市场化流通。

夯实能力根基 探索“可持续”发展路径

强化人才队伍建设。组织开展数据资产专题培训,邀请昆明国际数据交易所、浙江大数据交易中心省内专家授课,提升试点单位业务人员数据治理、价值评估、会计核算等专业能力;探索“首席数据官”机制建设,为数据要素市场化储备专业人才。

健全长效工作机制。建立试点工作定期调度、经验交流、问题会商机制,及时总结推广试点单位好经验好做法;探索建立数据资产动态评估与退出机制,确保数据资产价值真实反映、管理规范有序。

搭建学习交流的平台。依托昆明国际数据交易所昭通服务站、浙江大数据交易中心昭通工作站,组织试点单位赴浙江等地考察学习,借鉴数据资产登记、交易、融资等成熟经验。

据产品成功上架交易平台,实现数据产品市场化流通。

夯实能力根基 探索“可持续”发展路径

强化人才队伍建设。组织开展数据资产专题培训,邀请昆明国际数据交易所、浙江大数据交易中心省内专家授课,提升试点单位业务人员数据治理、价值评估、会计核算等专业能力;探索“首席数据官”机制建设,为数据要素市场化储备专业人才。

健全长效工作机制。建立试点工作定期调度、经验交流、问题会商机制,及时总结推广试点单位好经验好做法;探索建立数据资产动态评估与退出机制,确保数据资产价值真实反映、管理规范有序。

搭建学习交流的平台。依托昆明国际数据交易所昭通服务站、浙江大数据交易中心昭通工作站,组织试点单位赴浙江等地考察学习,借鉴数据资产登记、交易、融资等成熟经验。

广告