

昭通航空航天科普教育实践基地投用

本报讯（记者 杨 芳 高旭东 实习记者 杨超辉）7月22日，昭通航空航天科普教育实践基地在昭阳区昭鲁驿站揭牌投用。该基地由昭通航旅低空经济发展有限公司联合昭通一航通用航空有限公司建设，是昭通聚焦低空经济、深耕产教融合、补齐本土航空科普短板的重要平台。该基地的投用，开启了昭通航空航天科普与低空产业人才储备的新篇章。

该基地自今年1月启动筹建工

作，规划建设四大功能分区，搭建“成果展示、科普教学、动手实操、产业联动”一体化科普体系，填补了本土航空科创研学空白。

基地配套开设橡筋动力飞机、足球无人机、航海模型、遥控纸飞机等丰富的实训项目，适配各年龄段青少年学习需求，以沉浸式、体验式教学模式，让广大中小学生在“家门口”就能接触前沿航空科技。现场参与体验的青少年纷纷表示，近距离接触航空设备、动手实操科创设

备，真切感受到了国家科技发展的强劲实力。学生朱明欣、刘英兴奋地抢着分享了自己的看法，她们表示，第一次看到这么多航空模型和无人机，内心特别激动，亲身操作体验的感觉特别神奇，特别荣幸能见证祖国航空航天事业的飞速发展。

昭通市航空运动协会会长、中国翼装飞行第一人徐凯认为，凭借得天独厚的区位与空域条件，昭通发展低空经济具备天时、地利、人和。当地日照充足、高海拔空域条

件优越，拥有大山包裹翼飞行空域、云南唯一的室内跳伞风洞以及优质通用机场资源，低空产业发展禀赋突出。

基地秉持“体验式学习、实践性成长、沉浸式科普”理念，坚守“了解到、体验到、学习到”的研学初心，搭建了完善的课程体系和校企合作模式，可承接校园第二课堂、校外研学、定制实训、公益科普等多元项目，全方位满足青少年科创成长需求。

永善新拉村七月菊喜迎丰收

本报讯（通讯员 杨安丹 邓 豪 文/图）盛夏七月，永善县溪洛渡街道新拉村110余亩七月菊迎来集中采收期。青山环抱间，洁白花海沿山坡延伸，与秀美村落相映成趣，勾勒出一派生机勃勃的夏日丰收图景。

走进永善县科农种养专业合作社种植基地，盛放的七月菊在绿叶映衬下清新雅致，淡淡花香伴着山风漫过山野，沁人心脾。这里海拔1280米，年平均气温19℃，独特的地理位置与温润的气候条件，孕育出了花形饱满、品质上乘的七月菊，连片花海成为当地一道亮丽的风景线，为静谧的村庄增添了鲜活气息。

花田间，村民抢抓晴好天气忙着采收。大家往来穿梭于田垄之间，娴熟采摘盛放的鲜花，采摘筐筐后即刻运送至加工车间开展烘烤加工。

据了解，永善县科农种养专业合作社自2020年开始试种七月菊，

经过多年的种植探索和经验积累，如今七月菊种植规模已超110亩。七月菊是药食两用特色作物，既能制作茶饮，还可延伸开发多种深加工产品，市场潜力巨大。

近年来，新拉村因地制宜发展特色花卉产业，现已种植七月菊、皇菊、金边玫瑰及墨红玫瑰等250余亩。依托“合作社+农户”模式，由永善县科农种养专业合作社统一流转土地并负责种苗供应、技术指导及产品销售。当地群众则通过土地流转和到基地务工共享产业发展红利。

连片盛放的花海，既是带动村民持续增收的“致富花”，也是新拉村独具韵味的夏日风景线。依托得天独厚的生态优势与特色花海资源，当地持续探索“特色种植+乡村观光”农文旅融合发展模式，持续激活美丽资源，让“美丽经济”长效飘香。

绥江会议镇：“三全下沉”解难题 “烦心路”变“幸福路”

◆通讯员 罗 洪

眼下正是绥江县半边红李的成熟上市期，在连接会议镇三渡村和黄坪村的三黄公路上，满载鲜果的三轮车往来穿梭，果农们将李子源源不断地运往集中收购点。

“三黄公路建成通车后，从家门口到绥水二级公路仅需10分钟！”黄坪村果农袁长彬满面笑容地说，“道路一

通，我们的李子外销更快，收购价格也上去了。”

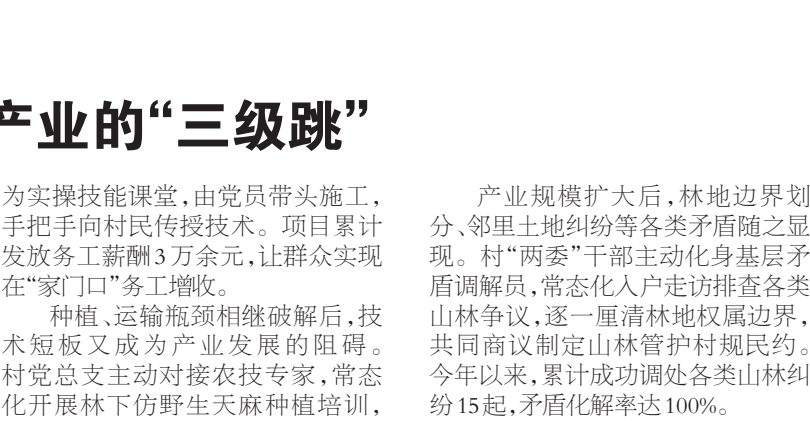
作为沿线群众出行、鲜果外销的关键通道，此前的三黄公路因通行车辆多、投入使用时间较长，路面破损严重，坑洼难行，一度成为村民心头的“烦心路”。

“原来这条路很烂，运李子的车在路上很颠簸，果子损伤严重。收购商嫌李子品相受损，价格压得很低。”说起此前运输鲜果的苦楚，蹇长彬直叹气。黄坪村村民赵治林感叹：“以前路上全是坑，小轿车开过去都容易磕到底盘。要是骑三轮

车，一路颠得厉害，车子像要散架一样，特别难走。”

脚下沾泥土，耳中听民声，才能把准老百姓的急难愁盼。2024年12月，绥江县创新党建引领基层治理工作机制，通过“龙门闲话”收集民情、“三全下沉”解决问题。各级干部在会议镇“三全下沉”办公期间，三黄公路路面破损成了群众集中反映的问题。

解群众之难、帮群众之需、办群众之急，才能把民生痛点变成民生亮点。按照“镇村点单、县级派单、部门接单、群众评单”的办理模式，县交通



运输局、县农业农村局等部门立即组织技术人员现场踏勘，积极争取项目资金。2025年11月，投资770万元的三黄公路路面修复工程完工。全长12公里的破损路段修缮一新，困扰沿线26个村民小组、4000余名群众的出行难题得到彻底解决。

三黄公路的蝶变，是会议镇践行“三全下沉”工作机制的一个缩影。数据显示，自2024年12月以来，会议镇依托484个微网格，累计开展“龙门闲话”1104场次，收集群众困难诉求843个，已解决752个，排查化解矛盾纠纷261起。

产业规模扩大后，林地边界划分、邻里土地纠纷等各类矛盾随之显现。村“两委”干部主动化身基层矛盾调解员，常态化入户走访排查各类山林争议，逐一厘清林地权属边界，共同商议制定山林管护村规民约。今年以来，累计成功调处各类山林纠纷15起，矛盾化解率达100%。

从零散种植到规模化发展，从出山运输受阻到产业道路通达，后山村以党建为引领，步步攻坚破解发展堵点，推动天麻特色产业稳步向前、行稳致远。

产业规模扩大后，林地边界划分、邻里土地纠纷等各类矛盾随之显现。村“两委”干部主动化身基层矛盾调解员，常态化入户走访排查各类山林争议，逐一厘清林地权属边界，共同商议制定山林管护村规民约。今年以来，累计成功调处各类山林纠纷15起，矛盾化解率达100%。

从零散种植到规模化发展，从出山运输受阻到产业道路通达，后山村以党建为引领，步步攻坚破解发展堵点，推动天麻特色产业稳步向前、行稳致远。

国家发展改革委区域开放司司长梁林中说：“实践充分证明，共建‘一带一路’将国内国际双循环紧密结合，为加快构建新发展格局、扩大高水平对外开放注入强劲动力，也开辟了世界各国共同实现现代化的新路径，已成为全球深受欢迎的国际公共产品和国际合作平台，展现出构建人类命运共同体的壮美画卷。”

来源：云南日报—云新闻

伟大征程

昭通多元筹资护航渝昆高铁建设

本报讯（通讯员 余佑琴）近期，渝昆高铁昭通段建设工作稳步推进。渝昆高铁既是国家“八纵八横”高速铁路网京昆通道的核心组成部分，也是串联滇、川、黔、滇四省市的重大交通基础设施项目。

自项目开工建设以来，昭通市立足职能、精准发力，统筹各级财政资金、专项债券、一般债券等资源，全方位做好项目建设财力保障，稳步推动渝昆高铁昭通段各项建设工作有序落地。截至目前，项目累计到位各类建设资金6.57亿元，构建起“中央、省、市三级资金联动，专项债、一般债协同补充”的多元化筹资保障体系，有效破解项目建设资金难题。

在资金使用上，坚持精准投放、聚焦重点、高效利用，确保每一笔财政资金都用在关键处。精准落实5000万元资金保障主线工程征地拆迁工作，为主体工程施工推进扫清障碍；统筹6.07亿元资金重点保障昭通东站、彝良北站、盐津南站三大站点配套工程建设，全面覆盖项目前期筹备、客运枢纽配套建设等重点环节，夯实场站配套基础设施建设根基；专项安排300万元资金用于昭通隧道科技攻关，助力破解山区高铁建设技术难点，保障项目建设安全、高效推进。

盐津“傍晚纳凉”院坝会让消防安全知识入脑入心

本报讯（通讯员 王陆平）连日来，盐津县消防救援大队深入辖区村（社区）持续开展“傍晚纳凉”消防院坝会宣传活动，利用傍晚群众休闲纳凉时机，把消防安全知识送到群众“家门口”，切实增强群众消防安全意识，提升自防自救能力。

活动现场，消防员向群众发放家庭防火、火场逃生自救等宣传资料，结合夏季火灾特点，用通俗易懂的语言讲解日常用火、用电、用气注意事项，提醒群众及时清理楼道杂物、规范停放充电电动车、不私拉乱接电线，切实从源头防范火灾风险。同时，围绕报警常识、油锅起火处置、居家隐患自查、火场逃生要点等内容开展互动问答。群众积极参与、踊跃回答。针对群众提出的线路老化、燃气泄漏、儿童防火等问题，宣传人员逐一耐心解答，在轻松交流中普及安全知识。

在灭火器实操教学环节，消防员现场演示灭火器“提、拔、握、压”操作方法，手把手指导群众正确使用。群众轮流上前实操体验，亲手扑灭模拟火情，真正做到“人人懂消防、人人会灭火”。院坝宣讲结束后，消防员深入群众家中，重点检查电线是否老化、插座是否超负荷、疏散通道是否畅通等问题，现场指导其整改家庭火灾隐患。



镇雄头屯村暑期托管暖童心

本报讯（通讯员 周 洪）为切实破解留守儿童暑期看护难问题，近日，镇雄县中屯镇头屯村村委会依托村级“儿童之家”，开展公益暑期托管服务，为村内35名留守儿童搭建起安全、欢乐的假日港湾。

本次服务整合多方资源，组建了由派出所民警、村干部、大学生志愿者组成的志愿服务队，为孩子们提供全方位假期陪伴服务。课堂上，志愿者们常态化开展防溺水、防性侵、防诈骗等安全教育，切实增强孩子们的安全意识；耐心细致开展课后辅导，为孩子答疑解惑，并引导大家阅读课外书籍，助力孩子们养成良好阅读习惯。

课余时间，托管班精心策划丰富的趣味文体活动。室内开设绘画、积木拼装等创意项目；户外组织篮球、跳绳、丢手绢等趣味游戏，让孩子们尽享多彩暑期。

从零散种植到规模化发展，从出山运输受阻到产业道路通达，后山村以党建为引领，步步攻坚破解发展堵点，推动天麻特色产业稳步向前、行稳致远。

国家发展改革委区域开放司司长梁林中说：“实践充分证明，共建‘一带一路’将国内国际双循环紧密结合，为加快构建新发展格局、扩大高水平对外开放注入强劲动力，也开辟了世界各国共同实现现代化的新路径，已成为全球深受欢迎的国际公共产品和国际合作平台，展现出构建人类命运共同体的壮美画卷。”

来源：云南日报—云新闻

基础教育是国民教育体系的基础，是教育民生属性最突出、最显著的部分。在昭通中心城区南片区，昭通市凤池九年一贯制学校通过整体搬迁办学，办学条件实现极大改善，篮球场、足球场、田径场布局有序，理化生实验、音乐舞蹈、小学科学、计算机、美术等教学功能室一应俱全。

“现在校园面积扩大了3倍多，学位增加了30%，教学功能室从3间增加到20多间，党委和政府把办好学校办到了群众家门口。”校长李正响表示，学校把把全国基础教育工作会议精神贯彻落实到教育教学工作的全过程，认真落实立德树人根本任务，以“教学评一体化”为抓手，在打造高效课堂、丰富育人场景、擦亮特色研学品牌的同时，着力办好篮球、足球、围棋、啦啦操等14门特色课程和课后服务课堂，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

近年来，我省将新时代教师队伍建设作为教育高质量发展的突破口，推动基础教育教师队伍规模、结构、质量不断优化，为办好人民满意的教育积蓄了强大动力。

“习近平总书记重要指示精神为‘十五五’基础教育良好开局指明了工作方向。”趁着暑期休整的宝贵契机，玉溪第四中学语文教师王红霞主动外出培训学习，深耕教研充电蓄力。她说：“近年来，玉溪市持续深化义务教育优质均衡发展，集团化办学、教育数字化、校本教研等方面取得了长足进步，为我们一线教师搭建了广阔的成长平台。”

王红霞表示，依托玉溪持续向好的教育发展环境，加上暑期系统的学习沉淀，自己的教学视野、专业能力将进一步提升。在今后的工作中，她会把所学所思转化为教学实践，持续深耕校本教研，主动学习智慧教学方法，把会议精神细化落实到日常备课、课堂教学、学生育人的每一处细节，扎根教育一线履职尽责，以扎实的教学成效助力玉溪市“十五五”基础教育开好局、起好步。

云南日报记者 陈怡希 张 雯 杨富东 李春林 李苏榕 沈 迅

三伏天到底应该怎么吃？

有人说三伏天要清淡饮食、少吃一点，也有人说天热出汗多，要多吃一点补一补。那么，三伏天到底应该怎么吃？有什么适合的食疗方？

三伏天食欲不振，是很多人都会遇到的一个困扰。中医认为，三伏天食欲不振的主要原因是暑湿困脾，脾主运化，喜燥恶湿。三伏天湿气比较大，暑湿困脾就会影响脾的运化吸收功能，出现食欲不振、餐后腹胀、困后乏力等不适症状。这时候如果强迫自己“多吃一些”，不仅不会消化吸收，还会影响脾胃的运化功能，变成痰湿堆积在体内，秋天就容易生病。

因此，三伏天正确的饮食原则是“清补而不滋腻”，具体来说做到以下几点：

一是适当减量，但不节食。三伏天脾胃运化功能比较弱，这时候可以适当减少每餐的进食量，改为少食多餐，但是要保证优质蛋白的摄入，例如说鱼肉、鸡肉、豆腐等优质蛋白的摄入。

二是要适当吃健脾化湿、清解暑热的食物。例如说山药、莲子、芡实、冬瓜、薏仁等，推荐一款经典的药膳，就是薏仁绿豆粥，可以取薏仁、绿豆和粳米适量煮粥食用，薏仁可以健脾化湿，绿豆可以清解暑热，两者搭配可以很好地改善食欲不振的症状。

三是要适当地吃一些苦和酸味的食物，苦味的食物例如苦瓜、莲子心，苦味的食物可以清解暑热，醒脾开胃。酸味的食物，例如乌梅、山楂、番茄等等，酸味的食物也可以醒脾开胃，同时还可以生津止渴，收敛止汗。推荐一个茶饮叫“乌梅山楂饮”，可以取乌梅、山楂、冰糖适量，煮水以后代茶饮，需要注意的是糖尿病患者不要放冰糖。

四是要注意补充水分但不贪凉。在大汗淋漓之后，可以适当补充温开水或者是淡盐水，但是不要一次性大量喝冰镇饮料，以免损伤脾胃。

总而言之，三伏天的饮食原则是“清补”，吃清淡的、容易消化的、有营养的、健脾化湿的食物，而不是盲目进补或者干脆不吃。顺应天时，脾胃自然舒服。

（来源于人民网）

登报作废

镇雄县旧府街道办事处裕和社区股份经济合作社不慎遗失在中国建设银行股份有限公司镇雄建设街支行办理的开户许可证，核准号：J7348000899301；账号：53050163775100000927。特登报作废。

登报作废

昭通市志远中学不慎遗失民办非企业登记证书正、副本，证号：52530600MJT332824F；有效期限：自2026年2月27日至2030年2月26日。特登报作废。

广告