

昭阳多举措规范旅游市场 擦亮“避暑秋城”文旅品牌

◆云南日报记者 谢毅

当前,昭通市昭阳区进入夏季避暑旅游旺季,避暑旅居游客持续攀升。昭阳区紧扣旅游“食、住、行、游、购、娱”全链条,多部门联合持续开展避暑市场常态化巡查与专项抽查行动,精准规范旅游市场秩序、优化全域旅游消费环境,全力擦亮“秋城昭阳·清凉一夏”文旅金字招牌。

盛夏昭阳,平均气温 20℃,清风怡人、山水秀美。依托昭通古城千年文脉、大山包壮阔云海、洒渔河秀美烟柳,铸就独具韵味的秋城风貌,是得天独厚的避暑旅居、休闲康养胜地。近日,昭通获评省级历史文化名城;“央视新闻”微信公众号推荐的7座既透

心凉又好玩的小城,以“第二站 云南昭通”向全国递出了这座“秋城”的清凉名片。

为持续擦亮“秋城昭阳·清凉一夏”文旅金字招牌,全力营造安全有序、文明和谐、暖心舒心的暑期旅居氛围,昭阳区文化和旅游局发出《关于共同营造昭阳区2026 年优质避暑旅居环境的倡议书》,倡议全体市民热忱待客,做秋城暖心东道主;广大避暑旅居游客文明出行守规,科学规划安心旅居。诚挚欢迎八方游客畅游秋城,乐享清凉、舒心旅居。

为规范旅游市场秩序,保障市民游客人身财产安全,共同打造安全有序、文明优质的昭阳避暑旅游环境,昭阳区相关部门近日联合发出《昭阳区关于进一步规范避暑旅游市场经营行为的提醒告诫书》,要求全区各涉旅经营主体及从业人员守法诚信经营,严守价格管控,全面落实明码标价;规范

经营宣传,严禁不正当竞争行为;落实安全责任,全域排查各类安全隐患;优化文明服务,高效妥善化解消费纠纷;规范房屋租赁,保障旅居群众租房权益。各经营主体全面开展自查自纠,及时整改价格、宣传、食品安全、设施安全等各类问题。

今年,昭阳区综合行政执法局创新治理模式,对昭阳区省耕国学文化公园环湖夜市进行系统化升级。通过科学规划布局,统一设置242个固定经营摊位,配套升级景观亮化设施,打造3处兼具颜值与昭通特色的网红打卡点位,全面提升夜市整体环境品质。全新升级的“省耕夜岸·环湖晚集”夜间集市规范有序、业态丰富,成为市民休闲、游客打卡的夏日新地标。

昭阳区市场监管局严防哄抬物价、价格欺诈等问题。依托12315投诉举报热线,建立涉旅投诉快速处置机制,落实涉旅投诉首接负责、现场核

查、就地化解全流程工作要求,高效化解消费纠纷。拓宽维权渠道、增设便民服务点位,累计办结涉旅投诉举报50余件,切实保障游客合法权益。

“我们将从三个方面重点发力,让‘秋城昭阳’名片更加闪亮,努力把昭阳建设成为近者舒心、远者向往的文旅新高地。”昭阳区文化和旅游局局长介绍。一是打造好“一城一山一河”品牌。持续做好昭通古城保护和活化利用工作,全力推动大山包(环线)5A级景区创建,努力推动洒渔河流域文旅融合示范带提质升级。二是擦亮“避暑秋城”名片。打响“秋城昭阳·清凉一夏”品牌,让赛事活动带火人气,让夜市美食留住游客的胃,让特色演艺成为文化名片。三是打响“贴心服务”名声。让每一家涉旅企业都成为秋城昭阳的“形象大使”,我们不仅要吸引人来,更要让人来了不想走,走了还想来,把流量变“留量”。

威信人社局开展挂包村暑期儿童关爱服务



本报讯(通讯员李涛文/图)为切实做好暑期留守儿童、困境儿童及残疾儿童关爱保护工作,补齐外出务工人员家庭亲情陪伴短板,近期,威信县人社局驻旧城镇天蓬村工作队围绕“爱驻乡村·守护童年”主题,扎实开展“会动的儿童之家”暑期关爱系列活动,同步推进特殊儿童上门走访帮扶,全方位守护乡村少年儿童健康成长。

为丰富儿童暑期生活、普及安全防护知识,驻村工作队统筹谋划、细化活动方案,组织开展安全教育活动。活动设置脑筋急转弯、民族打跳、绘画临摹、儿歌联唱等互动文娱项目,配套准备零食、饮品、文具作为活动奖品,充分调动儿童参与积极性。在趣味互动间隙,工作人员以通俗易懂、贴近孩童的方式,常态化开展防溺水、防性侵、防范校园霸凌等重点安全知识科

普活动,将安全教育融入趣味活动。工作队联合镇村干部常态化下沉村组,上门开展残疾儿童和困境儿童关爱服务。走访过程中,为孩子们送上牛奶、食品等慰问物资,耐心与儿童谈心交流,及时掌握思想动态、倾听内心诉求;同时与儿童监护人深入沟通交流,缓解家长压力,鼓励其积极面对生活,规范开展儿童日常照料、康复护理等工作。

《中华人民共和国反恐怖主义法》

第九章 法律责任

(上接2026年7月26日第2版)
第九十一条 拒不配合有关部门开展反恐怖主义工作的,由公安机关处五日以上十五日以下拘留;造成严重后果的,处五十元以下罚款;并对其直接负责的主管人员和其他直接责任人员依照前款规定处罚。

第九十二条 阻碍有关部门开展反恐怖主义工作的,由公安机关处五日以上十五日以下拘留,可以并处五万元以下罚款。

单位有前款规定行为的,由公安机关处二十万元以下罚款,并对其直接负责的主管人员和其他直接责任人员依照前款规定处罚。

阻碍人民警察、人民解放军、人民武装警察依法执行职务的,从重处罚。

(未完待续)

上接第1版《擦亮中华文明重要名片》

传统与现代交融,物质同精神辉映,“三个有利于”正在富有中国特色的世界遗产申报保护实践中开花结果,中华文化绽放更加灿烂的光芒。

“‘申遗’是有许多条件的,也要下决心、花代价”

浙江良渚,“美丽的水中之洲”。正值暑期,无数游客在此寻幽览胜。

2019年7月,良渚古城遗址成功列入《世界遗产名录》,遗址所代表的中华五千年文明史得到国际社会的广泛认可。

这份喜悦背后,也有过为了申遗“下决心、花代价”的一番徘徊。

自1994年起,良渚遗址便多次被国家文物局列入中国世界文化遗产预备名单。然而,保护与发展的矛盾也与日俱增。2003年,时任浙江省委书记习近平来此调研,看到的景象令人忧心不已——山石裸露,满目疮痍,尘埃漫天,几十家矿场的采石爆破声此起彼伏。

这次调研中,习近平同志敏锐地指出:“良渚遗址是实证中华五千年文明的圣地,是不可多得的宝贵财富,我们必须把它保护好!”

在习近平同志协调推动下,石矿场关停,长期悬而未决的遗址保护范围划定问题也有了突破。

习近平同志进一步提出良渚申遗:“我省在世界遗产申报方面尚属空白。‘申遗’是有许多条件的,也要下决心、花代价。”

言出必行。浙江在全国率先探索建立大遗址保护补偿机制,用持续的资金投入,为良渚撑起一把伞。良渚遗址保护由此走上正轨。

2009年设计开工的杭州绕城高速公路西复线工程,为避开良渚古城遗址,多次修改施工方案,前后绕行6公里,多花费近3亿元;2016年12月起,老104国道良渚古城遗址段永久封闭。考古工作也愈加深入:2007年,良渚古城揭开面纱;2009年至2015年,古城外围水利系统显露真容……

良渚的诸多努力,恰是我国申遗工作“对历史负责、对人民负责”的一个缩影。

怀着对历史的高度敬畏,申遗工

作始终坚持保护优先理念,坚持真实性保护要求,遵守最小干预原则,持续改善遗产保护状况和环境风貌。

厦门鼓浪屿,上世纪80年代习近平同志批准拨款30万元修复八卦楼的故事传为佳话。因完整保持了当年的历史风貌,八卦楼和另外52栋历史建筑成为鼓浪屿文化遗产的核心要素,在申遗过程中受到世界遗产保护专家的高度评价。

怀着对人民的深厚感情,申遗工作树立和践行正确政绩观,让文化遗产真正惠及当地群众,更好满足人民美好生活需求。

“西湖综合保护工程是德政善举、得民心之举。”西湖申遗过程中,习近平同志多次实地调研。小到长椅布设,大到景观修复,他都倾心关注、提出建议。在习近平同志关心和指导下,西湖综合保护工程逐步恢复180余处历史人文景观,环湖所有公园全部免费开放,申遗之路成为还湖于民的幸福之路。

山河瑰宝,亦是美好生活注脚。云南景迈山,针对世界文化遗产领域茶主题空白,国家文物局启动指导景迈山古茶林申遗,整合现代监测技术与村民自发组织优势,提升古茶林管理水平,“人在草木间”的古老智慧绵延不绝。

北京中轴线,“老城不能再拆了”振聋发聩。北京市以世界遗产申报保护工作为抓手,推进重点文物腾退和周边环境整治,推动老城整体保护与复兴。胡同留住了,四合院修缮了,老居民留下了。

泉州修缮古城风貌建筑空间,提升遗产地居民人居环境;景德镇吸纳社会力量参与支持窑业遗产保护,引导手工制瓷及相关创意产业入驻;荔波喀斯特、梵净山带动周边村寨发展,村民通过销售手工艺品等实现了家门口就业……

“中国很清楚文化的力量,也清楚保护文化遗产的必要性。”联合国教科文组织前总干事伊琳娜·博科娃说,“在对《保护世界文化和自然遗产公约》的理解和履行上,中国是不断创新、丰富公约内涵的引领者之一。”

在习近平文化思想指引下,我国世界遗产申报保护工作连续取得多项

重要、突破性进展,“高光时刻”频现。党的十八大以来,我国共有18个项目成功列入《世界遗产名录》,遗产总数不断刷新、居世界前列。

“把老祖宗留下的文化遗产精心守护好,让历史文脉更好地传承下去”

2021年7月16日晚,福建福州。这座拥有2200多年历史的文化名城,汇聚世界遗产爱护者的目光。

在当日开幕的第44届世界遗产大会上,习近平总书记发来贺信,深入阐述当代中国的“世界遗产观”——

“世界文化和自然遗产是人类文明发展和自然演进的重要成果,也是促进不同文明交流互鉴的重要载体。保护好、传承好、利用好这些宝贵财富,是我们的共同责任,是人类文明赓续和世界可持续发展的必然要求。”

“中国践行新发展理念,本着对历史负责、对人民负责的精神,认真履行《保护世界文化和自然遗产公约》,不断提高遗产保护能力和水平。”

大国之诺重千钧。申遗成功不是终点,后续还有大量工作要做。

“进一步加强文化和自然遗产的整体性、系统性保护,切实提高遗产保护能力和水平,守护好中华民族的文化瑰宝和自然珍宝。要持续加强文化和自然遗产传承、利用工作,使其在新时代焕发新活力、绽放新光彩,更好满足人民群众的美好生活需求。”

循着习近平总书记指引的方向,我国不断探索中国特色的世界遗产保护理念与实践,推动申遗成果全民共享。

走进敦煌石窟监测中心,大屏幕上,莫高窟等6座石窟的旅游开放状况、文物保护现状、洞窟本体及微环境监测等内容尽收眼底。

“努力把研究院建设成为世界文化遗产保护的典范”“运用先进技术加强文物保护和研究”。2019年8月,习近平总书记敦煌研究院座谈时的殷切期望,一直鼓舞着这里的每一个人。

2020年,敦煌研究院建成国内首个文物保护领域多场耦合实验室;2023年,“数字藏经洞”上线,利用人工智能打造贯通古今的数字图书馆;截至目前,“数字敦煌”团队攻克壁画数字化、彩塑与大遗址三维重建等关键技术,建成高精度敦煌石窟数字档

案,项目总数超600TB。

从莫高窟以科技“跑赢时间”,到曲阜孔庙、孔林、孔府创新传承“岁修”模式;从以申遗带动北京、厦门、泉州、景德镇老城整体保护,到以世界遗产标准管控拉萨、承德、曲阜、平遥、杭州等老城整体格局……我国立足自身实际,不断推进世界遗产理念“本土化”。

从故宫、殷墟、大运河沿线、北京中轴线各遗产点频频推出精品展览、爆款文创,到良渚古城遗址、澳门历史城区、苏州古典园林、元上都遗址等价值展示体系不断完善;从积极推动社区参与世界自然遗产保护管理,到每年文化和自然遗产日活动深入城市与乡村……世界遗产越来越“活”在当下,越来越深入人心。

以世界遗产为桥,让世界更懂中国。

2014年6月,随着我国与哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦三国联合申报的“丝绸之路:长安—天山廊道的路网”申遗成功,“共同推动丝绸之路沿线国家联合申遗成功”的愿景化作现实,成为共建“一带一路”在文化领域的重要成果。

长期以来,中国始终以负责任态度参与世界遗产领域全球治理:成功举办第44届世界遗产大会、石窟寺保护国际论坛;与国际古迹遗址理事会等国际组织合作推进保护理念、数字技术、遗产监测研究,联合开展管理咨询、能力建设项目;大运河、长城相继获推为联合国教科文组织世界遗产保护管理示范案例;探索形成世界自然遗产跨区域协同保护的有效治理模式,为落实世界遗产委员会跨区域协调保护倡议贡献中国智慧、中国方案。

“申遗是为了更好地保护利用,要总结成功经验,借鉴国际理念,健全长效机制,把老祖宗留下的文化遗产精心守护好,让历史文脉更好地传承下去。”2017年盛夏,鼓浪屿申遗成功后不久,习近平总书记作出重要指示。

放眼锦绣山河,深情的嘱托正化作世界遗产申报保护工作的壮阔实践,中华文明标识越擦越亮,世界文明百花园美不胜收。

新华社北京7月25日电

昭通市获省级教育专项奖励1489万元

本报讯(通讯员 罗兴宽)近日,全省中央教育转移支付支出进度考核结果出炉,昭通市执行进度位列全省第四,获省财政厅教育转移支付奖励资金1489万元。

今年上半年,市财政局严格按照省财政厅加快教育转移支付资金支出的工作要求,主动与市教育体育局联动统筹推进各项工作。围绕提升财政教育资金使用效益这一核心目标,市财政局逐级压实工作责任,逐项细化资金执行进度措施,加强督促通报,多措并举加快支出进度,全市教育资金支出进度较去年明显提升。

本次省级奖励资金将全部用于推动全市教育高质量发展,其中义务教育薄弱环节改善与能力提升资金1149万元、城乡义务教育补助经费340万元。资金重点投向义务教育办学短板领域,用于改善城乡中小学办学条件、更新教学仪器设备,持续均衡调配城乡教育资源,稳步推进义务教育优质均衡发展,为“教育强市”建设夯实财政基础。

大关职工运动会暨第四届和美乡村篮球赛开幕

本报讯(通讯员 何桂花)7月25日,大关县2026年“黄连河杯”职工运动会暨第四届和美乡村篮球赛在龙动球场开幕。来自全县各乡镇、机关及企事业单位和周边县域的16支代表队、近400名运动员齐聚一堂,共赴这场体育盛会。

开幕式在庄严的国歌声中拉开帷幕。国旗方阵、裁判员方阵及各参赛代表队依次入场,步伐整齐、精神饱满。精彩纷呈的文艺表演将现场氛围推向高潮。

当天的揭幕战在大关县代表队与盐津县代表队之间展开。开场后大关县代表队气势如虹,打出8:0的梦幻开局;盐津县代表队及时调整战术,凭借严密防守与快速反击将比分反超。关键时刻,大关县代表队在第四节掀起进攻高潮,比赛过程跌宕起伏,双方多次战平。大关县代表队抓住机会再度反超,以106:92战胜盐津县代表队,在家门口取得开门红。

本次运动会为期7天,共设五人制男子篮球、五人制女子篮球、乒乓球、羽毛球及中国象棋5个竞赛项目,各项比赛将于7月31日决出名次,当晚举行闭幕式。本次运动会旨在丰富职工文体生活,展现和美乡村新风貌,推动全民健身事业高质量发展。

盐津滩头乡黄桃丰收 “甜蜜产业”赋能乡村振兴

本报讯(通讯员 艾欣 李小羽)仲夏时节,盐津县滩头乡滩头村的黄桃基地内,郁郁葱葱的桃树挂满金黄果实,黄澄澄、沉甸甸的果实压弯了树枝。工人们穿梭林间,将黄桃采收、分拣、装箱后,有序装车发往各地消费者手中。

陈学付是村里最早“吃螃蟹”的种桃户。在外务工的他发现浙江嘉兴市海盐县的黄桃口感好,便萌生了一个大胆的想法——把浙江的黄桃种到老家滩头来。说干就干,2018年,陈学付从海盐县引进黄桃品种在滩头乡试种,他抱着试试看的心态种下了30亩黄桃,没想到两年后投产,就实实在在尝到了“甜头”。如今,通过土地流转,他的果园面积已经扩大到80余亩,产业发展前景越发向好。

滩头乡雨水充沛、光照充足,生态环境得天独厚,产出的黄桃外形圆润饱满,色泽金黄诱人,销路不用愁。不仅网络订单源源不断,还吸引了不少游客专程前来体验采摘乐趣。

“我特别爱吃这里的黄桃,要多摘些带回去给爷爷奶妈品尝。”跟随父母到基地体验采摘乐趣的小朋友刘潇琳向笔者说。

滩头村的黄桃产业不仅让种植户的腰包鼓了起来,也为周边群众提供了稳定的就业岗位,成为带动村民增收的“摇钱树”。分拣工位上,村民罗再琴正细致对新鲜黄桃进行筛选、分装打包。“每年黄桃成熟季我都来务工,一天能挣100多元。”

滩头村的黄桃产业能发展到今天的规模,离不开村“两委”的积极推动和帮扶单位的大力支持。为了让滩头黄桃走出大山、打响品牌,红塔烟草(集团)有限责任公司昭通卷烟厂驻村工作队积极牵线搭桥,筹办黄桃专场推介活动,帮种植户跑销路、拓渠道。滩头村“两委”积极构建“一村一品”产业发展格局,由种植户牵头带动周边农户种植黄桃,并提供技术指导,让更多村民参与到产业发展中来。

如今,黄桃已成为滩头村的“金色名片”,农民增收致富的“摇钱树”,为乡村振兴注入了“甜蜜力量”。目前,仅上坝村民小组就有黄桃种植户11户,种植面积400余亩,产量超9万斤。

绥江板栗镇依托“院坝课堂”筑牢消防安全防火墙

本报讯(通讯员 杨东升)为切实提升群众火灾防范意识和应急处置能力,连日来,绥江县板栗镇专职消防队依托“家长夜校”,在各村(社区)广泛开设“消防院坝课堂”,将消防安全知识送到群众家门口。

院坝课堂上,消防队员以案为鉴、以案释防,结合近期各地高发典型案例,用通俗易懂的语言为大家讲解夏季居家防火、用电用气规范、暑期防汛避险等安全知识,解答现场群众提出的各类消防安全疑问。

“消防院坝课堂”既抓理论讲解,更侧重实操实训。消防队员现场演示灭火器、消防栓的正确使用方法,组织群众亲身体验油盆灭火、模拟疏散逃生等环节。群众在模拟场景中掌握灭火和逃生技能,提升了应对突发火情的实战能力。

“通过这次消防培训和演练,我学会了如何使用灭火器、扑救初期火灾和逃生自救的方法。”板栗镇罗坪村参训群众张大姐说。

三伏天你关心的 这些问题

如何科学地开空调?

三伏天不开空调,很多人热得睡不着、工作没精神;开了空调,又担心“空调病”。到底该怎么开空调,才能既降温又不伤身体?以下几点可供参考:

第一,温度设置在26—28℃。这是体感舒适且相对安全的温度范围,与室外温差控制在5—8℃以内。

第二,避免冷风直吹身体。空调出风口不要对着头、颈、后背、腹部和膝盖这些容易受寒的部位。可以在出风口加一个挡风板,或者把风向调到上方,让冷空气自然下沉。

第三,出汗后不要马上进空调房。先等汗收了,用干毛巾擦干身体,再进入空调环境。

第四,定时通风换气。连续开空调3—4小时后,应开窗通风10—15分钟,让室内外的空气流通,避免室内空气浑浊、湿气滞留。

第五,夜间睡觉前可关闭空调或设为定时关闭。夜间人体阳气内收,抵抗力相对下降,长时间处于低温环境中容易受寒。

三伏天适不适合减重?

三伏天确实是适合减重,但方法要对,我们叫“顺势祛湿”,而不是单纯靠节食暴汗来硬减。三伏天的减重不是“饿出来的”,也不是“汗流出来的”,而是“调出来的”,借助天时把身体里面的湿浊清理了,体重自然也会降下来。建议从以下几个方面入手:

第一,要管住嘴:尽量减少油腻的、甜腻食物的摄入,同时也避免过量摄入生冷的饮料,因为寒凉会损伤脾胃,让运化功能更差。可以适当选择一些薏米、赤小豆、扁豆、冬瓜、山药这样的健脾祛湿的食材,用薏米赤小豆来煮水喝。

第二,选对运动。三伏天还是要坚持运动,但是要以“微汗”为度,年轻一点的人可以快走,年龄大一点的人可以选择八段锦、太极拳,每次坚持30—40分钟左右,反对大汗淋漓的状态。

第三,借助中医的外治方法如艾灸。推荐穴位是足三里、中脘穴、还有关元穴,能帮助阴阳健脾、运化水湿。还有一个方法是睡前用温水泡脚,让身体微微出汗,这样也能帮助身体排出湿气。

三伏天适合做什么运动?

俗话说“夏练三伏”,但怎么练、练多久、什么人能练,里面的讲究可不少。三伏天气浮于体表,人体新陈代谢旺盛,适当锻炼可以帮助排出体内的寒湿之邪,这就是“夏练三伏”的积极意义。如果运动量过大,就容易导致气阴两伤,出现心慌、头晕、乏力等表现。因此三伏天的锻炼原则应该是:“避暑不避动,微汗不淋漓,选时择地练”。

具体来说,三伏天锻炼有三条原则:

第一,选时间。避开正午高温时段,选择早晨6—8点或傍晚6点以后,此时气温相对凉爽,阳气也较为温和。

第二,选地点。选择阴凉通风处,如树荫下、公园凉亭,或室内通风良好的场所。

第三,控强度。以“微微出汗”为标准,不宜大汗淋漓。一旦感觉气喘吁吁、心跳过快或头晕不适,应立即停下休息,补充水分。

(来源于人民网)