

市人大常委会党组(扩大)会议召开

本报讯（记者 叶 康）7月31日，市人大常委会党组（扩大）会议召开，传达学习习近平总书记近期重要讲话重要指示精神，研究昭通市人大常委会领导班子树立和践行正确政绩观学习教育问题整改销号事宜。

市人大常委会党组书记、主任王斌主持会议。

会议强调，要认真学习贯彻习近平总书记近期重要讲话和重要指示精神，全面、系统、深刻地理解和把握贯穿其中的立场、观点、方法，结合人大工作实际创造性地抓好贯彻落实。

会议强调，树立和践行正确政绩观学习教育虽已进入尾声，但政绩观纠偏是一项长期工作，必须常抓不懈、久久为功。要防止“过关”思想，保持整改劲头不放松，持续抓好整改落实，定期开展“回头看”，严防问题反弹回潮，切实将正确政绩观落实到每一项立法、每一次监督、每一个决定中。要持续做好成果转化，推动学习教育制度化长效化，认真总结提炼有效做法，抓紧修订完善相关制度，将学习教育纳入机关干部学习培训重要内容，不断巩固拓展学习教育成果，努力把学习教育成果转化为人民履职的担当、服务发展的举措和为民造福的实绩。

郭晓东、马康凤、杨仕翰、曹阜洪出席会议。王邦蓉列席会议。

市人大常委会机关召开庆八一建军节退役军人座谈会

本报讯（记者 叶 康）7月31日，市人大常委会机关召开2026年度庆八一建军节退役军人座谈会，深入学习贯彻习近平总书记关于退役军人工作的重要论述，引导机关全体退役军人充分发扬军人作风、军人传统、军人精神，在各岗位上认真履职尽责，努力做出更好成绩。

市人大常委会党组书记、主任王斌主持会议并讲话。座谈会上，与会人员一起观看了退役军人风采录专题片；退役军人代表分享了从部队到机关工作的成长感悟与心路历程，表示将永葆军人本色和初心，以更加饱满的精神状态、更加务实的作风认真履职尽责，干好本职工作。

王斌代表市人大常委会党组向机关全体退役军人致以诚挚的问候和节日的祝福，对大家多年来服务保障机关高效运转、助力人大依法履职所作出的积极贡献给予充分肯定。他希望机关退役军人不忘来时路，永葆赤子心，始终做到退役不褪色、离军不离党；适应新形势，练就新本领，不断更新知识结构，努力提升业务能力；立足本职岗位，发扬钉钉子精神，继续保持军人的优良作风，用实打实的工作成效彰显退役军人的能力和担当；怀热情工作，带阳光生活，在岗一日尽责一日，做好传帮带，展现良好形象。

马康凤等参加座谈会。

全市各级人大代表及人大系统干部职工子女高考交流座谈会召开

本报讯（记者 叶 康）7月31日，全市各级人大代表及人大系统干部职工子女高考交流座谈会召开，共话教育心得、共叙家风传承。

市人大常委会党组书记、主任王斌主持会议并讲话。会上，家长及学生代表依次交流发言，分享备考心路、育儿感悟与成长收获。

王斌代表市人大常委会向今年高考取得优异成绩的市人大代表及人大系统干部职工子女送上关怀和祝福。他指出，教育是国之大计、党之大计，市人大常委会历来高度重视教育工作，持续聚焦中心城区教育事业发 展，义务教育优质均衡发展、校园安全保障等重点领域，通过开展调研、执法检查、代表视察等方式，督促推动各项工作落实落地，为“教育强市”建设贡献了人大力量。希望青年学子要以感恩之心照亮前行之路，感恩父母言传身教、感恩时代社会滋养，始终做到心中有祖国、肩上有担当、脚下有力量；要以自律为戒丈量青春之路，做时间主人、价值明辨者、节奏掌控者，在诱惑面前心有戒尺、行有所止；要以从容之态经风雨壮筋骨，心有静气、心存韧劲、心怀豁达，在挫折中淬炼成长；要以卓越之志攀登人生之峰，保持奋斗姿态，勤学善思、全面发展，主动投身社会实践，努力成长为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

郭晓东等参加座谈会。



避暑联谊晚会 歌舞飞扬

近日，“秋城昭阳 清凉一夏”庆“八一”避暑联谊晚会在昭阳区望海楼公园精彩上演。来自川渝等地在昭避暑的10余支文艺团体与当地群众同台联欢，歌声嘹亮、舞步飞扬，吸引近万名市民和游客驻足观看。

记者 韩兴国 摄

优化网架结构 夯实发展支撑

——昭通电网“十五五”期间首座220千伏变电站建成投运



◆通讯员 李继锐 吴学迁

7月30日，历经一年时间攻坚克难，总投资超4.2亿元的永善县220千伏都宁变电站正式投产。这是“十五五”开局之年南方电网云南昭通供电局投运的首座220千伏变电站，也是永善县首座220千伏变电站，不仅改写了永善片区长期缺乏220千伏电源支撑的历史，还以一系列技术创新与管理突破，在高山峡谷间新增了一座绿色、智能、安全的电力枢纽，为昭通电网从“供上电”迈向“供好电”增添了新动能。

永善县地处滇川两省接合部，是金沙江流域水电开发的重要城市。长期以来，永善县仅靠220千伏大关变电站、经两条110千伏输电线路进行远距离供电，线路长达70公里，冬季沿途覆冰严重，供电可靠性不足，且存在县域大面积停电风险。随着县域经济发展及风电、光伏等新能源规划的落地，现有电网

网架已无法满足供电需要。为破解发展难题，昭通供电局于2025年6月启动220千伏都宁输变电工程建设，新建了220千伏变电站1座、220千伏出线2回、110千伏出线5回、35千伏出线2回。如今，永善片区供电距离从70公里缩短至15公里，且由两回220千伏线路双回路供电，有效化解县域大面积停电隐患，分流原有变电站负荷，畅通流域水电、风电上网通道，实现区域电力“送得出、供得稳”。

自项目启动建设以来，参建团队从设计到施工全链条创新，打造出多项行业亮点。低碳建筑方面，变电站主控楼采用低辐射玻璃隔热膜技术，通过多层金属镀膜双向阻隔红外辐射，在高原强日照环境下大幅降低运行能耗，践行绿色建造理念。站区空余场地采用深青灰玄武岩碎石铺设，色泽统一、耐磨抗压。屋顶防水按“零积水”工艺处理，极大减少后期维护成本，成为户外变电站土建工程质量典范。针对高填方区地基沉降与渗水风险，创新采用固化浆液与回填软土原位拌和形成复合固结地基，站内操作小道采用广场砖铺设，有效控制不均

匀沉降，阻断地下水通道，确保边坡与基础长期稳定。全站采用智能变电站设计，具备无人值班、设备在线监测、一键顺控等功能，运维效率与安全性大幅提升。

项目线路沿线悬崖峭壁众多，且穿越五莲峰自然保护区。为安全高效推进项目建设，项目部在线路全线配置覆冰在线监测、导线测温、防山火、交叉跨越监测及非电气物理传感器等多种装置，实现“空天地”立体感知，为线路在复杂地形与恶劣气象下安全运行提供全天候“智慧保镖”。面对汛期施工挑战，项目部通过掺生石灰改良土方含水率，使回填压实度优于规范标准，高效完成3处11米高边坡支护。关键岗位党员驻场攻坚3个多月，带头盯控重难点工序，确保地基处理一次成优。联合属地政府、运输单位多次踏勘研讨，制定大件运输专项方案，沿途清障、加固桥梁、临时拓宽弯道，最终安全顺利完成主设备运输就位。临时用地手续办理同样彰显“都宁速度”，不到1个月即办结18亩临时用地手续，为工程顺利推进扫清障碍。

针对挖填方量大、高处作业频繁、

昭通发布2025年度行政复议与行政审判白皮书

全市行政复议收案量从411件跃升至1119件，两年间增幅超170%，同期行政诉讼一审案件受理量基本持平，行政复议“分流增效”作用持续显现。2025年，全市依法受理复议案件842件，审结697件，审结率达82.78%，同比提升4.63个百分点。经复议审结的案件中，84.45%未再进入诉讼程序，有效节约了司法资源、减轻了群众诉累。

负责人出庭应诉率达99.78%，实质化解成效显著。2025年，全市行政机关负责人出庭应诉率为99.78%，除鲁甸县外其余县（市、区）均实现100%出庭，该指标已连续3年保持高

位。通过建立定期通报和约谈机制，并将出庭应诉纳入法治政府考核指标体系，行政机关负责人逐步从“象征性出庭”转变为“实质性参与”，做到庭前熟悉案情、庭上直面诉求，庭后跟进化解。

2025年，全市行政复议案件调撤率达26.4%，其中市本级调撤率达38.76%；全市法院行政一审案件调撤率达34.43%。“法院+检察院+司法局+重点执法部门”的“3+N”协同治理体系已实现市、县两级全覆盖，全市所有乡镇（街道）司法所均设立复议代办点，“掌上复议”小程序的在线申请占比较上年提升17.11%，群

众真正实现“足不出乡”即可提交复议申请。

精准监督规范执法，法治护航发展大局。2025年，全市依法纠正涉企违法不当执法行为53件，为市场主体挽回经济损失0.43亿元。白皮书同步发布10个典型案例，涵盖公安交通处罚、市场监管投诉举报、政府信息公开、招商引资行政协议、房屋征收补偿等多个领域，为同类案件办理提供清晰的示范指引。针对败诉集中的重点领域，全市建立败诉案件复盘研判机制，制发复议意见书、司法建议书督促整改，实现“办理一案、规范一片、治理一域”的治理效果。

赢球又“逛吃” 深圳足球小将爱上昭通小肉串与高原风光

◆记者 郎 伟 实习记者 刘兴刚

绿茵逐梦展锋芒，大美昭通留温情。正在昭通征战学体联2026年全国中学生五人制足球锦标赛的深圳市第二实验学校队员罗天泽，在赛场之外深深爱上了昭通的高原风光、宜人气候与特色烟火，赛场之内状态持续回升，助力球队强势挺进决赛。

此次参赛前，罗天泽与队友刚在泸西完成一项赛事，早已适应云南高原环境。来到昭通后，他更是对这座

城市好感满满。“昭通的天气太舒服了，风景也格外优美。”罗天泽坦言，赛前他随队前往大山包游玩，壮阔独特的高原山川风光，是在深圳从未见过的别样景致，让他印象深刻、流连忘返。除却秀美山水，昭通的烟火美食也彻底俘获了这位足球小将的味蕾，特色昭通小肉串让他爱不释手，一次性品尝100串，直言味道绝佳。同时，当地淳朴热情的风土人情，也让他倍感温暖。这场全国性校园足球赛事，让他彻底爱上了昭通这座温暖的城市。

舒适的参赛体验让队员们心态放松、状态稳步提升。7月31日晚，本次赛事男子组半决赛在昭通市中心体育馆打响，深圳市第二实验学校迎战河南省实验中学。球队开局状态火热，上半场牢牢掌控节奏，建立4比1的领先优势，下半场稳扎稳打、顶住对手追分攻势，最终以7比2击败对手，顺利挺进决赛。

对于球队一路攀升的竞技状态，罗天泽有着清晰的感受。他表示，球队的状态随着对手实力的提升不断回升。“第一场比赛我们大概只发挥

出六成水准，经过几场赛事的磨合调整，今天每名队员都发挥出色，整体状态已经达到八九成。”历经多轮赛事淬炼，球队士气与竞技状态全线回暖，展望即将到来的决赛，罗天泽信心十足，底气满满地说：“我们会全力以赴，拿出百分之一百二十的状态，全力冲击赛事冠军。”



龙说，公司所用上游原材料采购自青拓集团，缩短了“供应链半径”。“短短几年之内，大山里崛起一座产业园，不锈钢深加工产业在这里落地扎根。”产业园管委会主任刘少燕说，“产业园去年实现产值30多亿元。随着今年更多企业陆续投产，预计产值将实现较快增长。”

随着交通等基础设施的完善以及产业政策的持续发力，“金娃娃”项目茁壮成长，正深刻改变着宁德的山海面貌。

新华社福州7月29日电

龙岩，公司所用上游原材料采购自青拓集团，缩短了“供应链半径”。

“短短几年之内，大山里崛起一座产业园，不锈钢深加工产业在这里落地扎根。”产业园管委会主任刘少燕说，“产业园去年实现产值30多亿元。随着今年更多企业陆续投产，预计产值将实现较快增长。”

随着交通等基础设施的完善以及产业政策的持续发力，“金娃娃”项目茁壮成长，正深刻改变着宁德的山海面貌。

新华社福州7月29日电

事业做点什么？”王戟说，“只要我的大脑还能思考，我的手还能动，我就要扛起时代的重任，继续冲锋。”

今天的人民军队，比任何时候都接近全面建成世界一流军队的目标。从大漠戈壁到林海雪原，从远海大洋到万里长空，从浩瀚苍穹到网络空间……千千万万名像王戟一样的新时代官兵，揣着一个人的梦、一支军队的梦、一个国家的梦，在岗位上奋勇冲锋。

向前一步，如期实现建军一百周年奋斗目标。

步步向前，到2035年，基本实现国防和军队现代化；到本世纪中叶，全面建成世界一流军队。

党中央高瞻远瞩，统帅股殷嘱托，全军将士听令景从。在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，走过99年光辉历程的人民军队，整装再出发，阔步行进在大道上。

新华社记者 刘艺 黄一宸

新华社北京7月31日电

中医说大暑：暑热有起伏 防暑忌寒凉

大暑节气已登场。这一时期，我国北方陆续进入雨季，南方被闷热难耐的桑拿天笼罩，“湿热交蒸”趋于鼎盛。

大暑时节如果冷暖多变、雨水偏多，就容易寒热交错、寒湿与暑热夹杂，这种情况下谨防寒热交织损伤脏腑，例如，不宜大量饮用苦寒凉茶、猛吹空调，早晚偏凉时应应护住胸腹以减少寒邪入侵，特别要注意减少冰镇食物。

大暑时节，人体阳气浮于体表，脾胃相对虚寒，极易受到暑湿侵袭，导致中暑、胃肠道疾病、心脑血管病高发。

盲目进食温阳食物容易助火，加重阳气耗散；进补滋阴厚腻食物则会导致脾胃运化失常、湿热内生。薏米、山药、莲子等性质平和的易消化食材可以多食，绿豆、冬瓜、瘦猪肉等营养消暑食材也能帮助改善食欲。

在湿气更重的南方，“暑湿困脾”尤为常见。

要以“清暑不寒凉、祛湿不伤脾”为原则，兼顾清热、化湿和健脾。脾虚湿重者可食用陈皮、茯苓、山药健脾固本；心火旺盛、燥热失眠者可食用莲子、百合、苦瓜清心安神。

专家提醒，大暑昼长夜短，工作压力大、长期疲劳的人若睡眠不足，容易心火旺盛、烦躁易怒、口舌生疮，而用莲子心、淡竹叶、苦百合煮水可以清心除烦。

（来源于人民网）

遗失声明

昭阳区呈谨美发店（个体工商户）不慎遗失卫生许可证，编号：昭区卫公XK字〔2025〕第0072号。特登报声明。

遗失声明

昭阳区颜素美容店不慎遗失卫生许可证，编号：昭区卫公XK字〔2022〕第0374号。特登报声明。

登报作废

张恒源不慎遗失不动产权证，证号：云（2025）巧家县不动产权第0009078号；坐落：巧家县玉屏街道红卫街附街37号；面积：430.99平方米。特登报作废。

登报作废

宋正琼不慎遗失房屋所有权证，证号：990217；坐落：彝良县角奎镇建设街县示范小学；建筑面积：72.49平方米。特登报作废。

登报作废

鲁甸龙家台子清真寺不慎遗失在鲁甸县农村信用合作联社桃源信用社办理的开户许可证，核准号：J7342000119601；账号：7400015474043012；编号：7310-01197233。特登报作废。

登报作废

彝良县海子镇专职消防队不慎遗失事业单位法人证书副本，统一社会信用代码：12532129MB05174801；有效期至2022年7月27日至2027年7月27日。特登报作废。

登报作废

罗玉金不慎遗失道路运输经营许可证，证号：530602018819；车牌号：云C35477。特登报作废。

广告