E-mail:ztrbbjb@126.com 一版责编:范 云 组版:周照省 校对:马 鹏 二版责编:田朝艳 组版:田银川 校对:沈艳琼

习近平会见俄罗斯总统普京

新华社比什凯克8月31日电（记者 杜鹃 包诺敏）当地时间8月31日下午，国家主席习近平在比什凯克出席2026年上海合作组织峰会期间会见俄罗斯总统普京。

习近平指出，今年5月，普京总统成功对中国进行国事访问，我们从战略高度和长远角度，对引领两国关系向更高质量、更高水平发展作出部署，就新形势下深化中俄各领域合作达成共识。两国主管部门正在积极落实，已经取得很多成果，双方的交流合作保持着蓬勃发展势头。相信在我们的战略引领和双方共同努力下，中俄关系发展的根基将更加牢固、步伐将更加笃定、前景将更加光明。

习近平强调，当前，世界百年变局加速演进，国际形势中不确定难预料因素明显增多，但各国人民对和平、发展、合作、共赢的追求没有改变。上海合作组织肩负着维护地区稳定、促进区域发展的重要使命。中方愿同包括俄方在内的各方一道，共商组织发展大计，助力组织行稳致远，壮大引领全球治理改革、推进平等有序世界多极化的力量。

普京表示，面对动荡复杂的国际形势，俄中持续深化全面战略协作，坚持平等互信、相互支持，各领域合作发展迅速，俄中关系已成为国家间关系的典范。俄方愿同中方保持高层交往，加强贸易、能源、工业、交通、科技等领域合作，密切人文交流，推动两国关系不断取得新成果。在各方共同努力下，上海合作组织已成为具有重要国际影响力、活跃高效的区域合作平台，俄中应不断加强在组织内团结合作，发挥引领作用。俄方愿同中方加强在联合国、金砖机制、二十国集团等多边机制内的协调配合，支持中方办好亚太经合组织领导人非正式会议，共同维护世界和平稳定繁荣。

两国元首还就共同关心的国际地区问题交换了意见。

蔡奇、王毅等参加会见。

习近平会见蒙古国总统呼日勒苏赫

新华社比什凯克8月31日电（记者 赵嫣 黄河）当地时间8月31日下午，国家主席习近平在比什凯克出席2026年上海合作组织峰会期间会见蒙古国总统呼日勒苏赫。

习近平指出，中蒙山水相连、毗邻而居，和平共处、守望相助、合作共赢始终是两国关系的主流和底色。中方将继续把中蒙关系放在周边外交重要位置，同蒙方一道，巩固战略互信，深化互利合作，促进民心相通，为两国全面战略伙伴关系注入更多生机活力，推动构建中蒙命运共同体。

习近平强调，双方要巩固中蒙关系发展的政治基础，相互尊重对方国家独立、主权和领土完整，尊重彼此核心利益和重大关切。中方愿同蒙方加强发展战略对接，推进贸易、互联互通、能源矿产等传统合作，挖掘绿色矿产、人工智能、数字经济等新兴领域合作潜能，打造更多互利合作增长点，在实现各自现代化道路上携手并进。希望蒙方切实保护中资企业合法权益。双方还要加强多边协调和配合，共同应对全球性挑战。

呼日勒苏赫表示，蒙中是友好邻邦，无论国际形势如何变化，两国始终相互尊重、相互信任、睦邻友好。中国的发展为周边国家提供重大机遇，引领亚洲和世界的发展。深化对华友好合作是蒙古国外交政策的首要方针，蒙方愿同中方不断巩固政治互信，密切贸易投资、工业、农业、矿业、绿色经济等合作，推动两国关系不断迈上新台阶。蒙方坚定奉行一个中国原则，台湾是中国领土不可分割的一部分，涉疆、涉藏、涉港问题都是中国内政。习近平主席提出的四大全球倡议和构建人类命运共同体理念，对维护世界和平安全、促进可持续发展、应对全球性挑战具有重要意义，蒙方愿同中方共同践行。

蔡奇、王毅等参加会见。

习近平会见乌兹别克斯坦总统米尔济约耶夫

新华社比什凯克8月31日电（记者 郝薇薇 张继业）当地时间8月31日下午，国家主席习近平在比什凯克出席2026年上海合作组织峰会期间会见乌兹别克斯坦总统米尔济约耶夫。

习近平指出，今年是中乌建立全面战略伙伴关系10周年。在我们共同引领下，两国关系持续提质升级，各领域合作硕果累累，中乌命运共同体建设成就斐然。中方愿同乌方一道，巩固战略互信，深化互利合作，共创中乌关系新的“黄金10年”。

习近平强调，无论国际形势如何变化，中方致力于深化中乌友好的立场不会动摇，将一如既往支持乌方走符合自身国情的发展道路。双方要携手努力，做好两国合作大文章。要高质量推进中吉乌铁路建设，拓展人工智能、荒漠化治理等合作，坚持互利共赢。延续两国地方交流热络态势，加快互设文化中心，扩大教育、减贫等领域合作，促进民心相通。用好双方执法安全合作机制，合力打击“三股势力”，筑牢安全防线。作为上海合作组织创始成员国，中乌两国要共同推动落实好天津峰会成果，促进地区发展繁荣。

米尔济约耶夫表示，热烈祝贺中国在习近平主席领导下不断取得重大发展成就，坚定自信应对全球性挑战，乌方对中国式现代化的光明前景充满信心。乌中两国有着深厚友谊，始终相互理解、相互支持。习近平主席的远见卓识为乌中关系开辟了广阔空间，引领双方各领域合作全面发展。乌方坚定不移发展对华关系，不会因国际形势变化发生任何改变，愿同中方一道深化政治互信，扩大贸易投资，深化农业、交通、能源、矿产、科技等领域合作，促进人文交流，共同打击“三股势力”，推动双边关系得到更大发展。乌方坚定恪守一个中国原则，高度认同习近平主席提出的四大全球倡议，愿同中国携手推动上海合作组织发展，共同维护国际公平正义。

蔡奇、王毅等参加会见。

别让久坐“伤”心！这3个护心习惯请收藏

在职场生活中，很多人在办公室一坐就是数小时。你可能不知道，这样的久坐习惯正悄悄给心脏健康“拉响警报”！下面为大家分享3个对心脏友好的小习惯。

习惯一：每坐30分钟，起身动一动

正确做法：设个闹钟，每30分钟离开座位走动2—3分钟。

久坐时间越长，心血管疾病和死亡风险越高，而且这种风险靠下班后锻炼也很难完全抵消。每坐半小时就起身活动两三分钟——接水、走动、原地踏步都行，这也是保护心血管最简单有效的一招。

习惯二：轻握两分钟

正确做法：握握力器或软球，用约三成力气握紧2分钟，松开休息1—2分钟，重复4次，每周3次。

这种等长握力训练已被国际权威心脏学会列为药物之外的辅助降压方式之一。长期坚持有助于平稳血压、改善血管功能。

练习全程正常呼吸，不要憋气；血压控制不佳、近期发生过心脑血管事件、有动脉瘤或眼底病变者不宜练习。

习惯三：踮踮脚、勾勾脚

正确做法：坐着把脚尖上勾、再下踩，各保持2—3秒为一次，做10—15次；站立时可改为踮脚尖再落下。每隔1—2小时做一组。

久坐时小腿肌肉不动，下肢血液容易淤滞。反复勾脚、踩脚或踮脚尖，能像“泵”一样推动血液回流，有助于降低久坐带来的下肢血栓风险。

（来源于人民网）

云南对老挝医护人员技能提升培训班在昭开班

本报讯（记者 叶康 赵于鑫）近日，云南对老挝医护人员技能提升培训班在昭通开班。

老挝川圩省委书记普冯·温坎森，昭通市委常委、副市长易征出席开班仪式。

本次培训是落实中老两国最高领导人战略共识、深化中老命运共同体建设，共建“健康丝绸之路”的务实举措。来自老挝多个省市的20余名医护人员参加培训。培训整合昭通多家重点医院优质医疗资源，结合老方实际需求，开设中医药、临床医学、内科学等相关课程，采取理论授课、模拟操作、临床跟班见习相结合的教学模式，助力学员掌握实用医疗技能。

今年是中老建交65周年暨“中老友好年”，昭通将以此次培训为契机，持续深化与老挝各省市在卫生、教育、农业、经贸等领域的务实合作，为构建中老命运共同体贡献更多昭通力量。

巧家铅厂社区：千亩蔬菜基地铺就群众增收致富路

◆通讯员 严金

为有效盘活农村闲置土地资源，解决群众增收渠道窄、就近就业难等问题，巧家县老店镇铅厂社区主动作为、精准施策，通过社区统筹协调、村民自愿流转、合作社专业运营的模式，联动丰悦农业专业合作社等经营主体，在三股水、小坪子、片子山、沟边、箐头5个村民小组建设3000亩冷凉蔬菜种植基地。基地以特色蔬菜产业为核心，构建土地流转稳收益、就近务工增收入、闲置资源再变现的多元增收体系，让方寸田垄变成群众的“增收地”，切实让产业发展红利惠及千家万户。

为彻底盘活土地资源，铅厂社区积极牵头对接优质农业经营主体，做好村民沟通协调工作，引导群众自愿将闲置、零散土地集中流转，实现土地连片整合、统一规划、规模化开发。今年3月起，基地启动为期3个月的精细化土地改良升级工作，让闲置土地重焕生机。如今，千亩蔬菜基地绿意盎然，特色富民产业发展格局全面形成。

基地规模化运营以来，始终立足惠民富民初衷，优先吸纳本地富余劳动力、留守村民就近务工，有效破解农村群众就近就业难题。目前，基地日均稳定吸纳110名周边村民就业，让村民在家门口实现“务农顾家两不误、就近就业稳增收”。

在稳定就业增收的基础上，基地持续延伸富民链条，全方位拓宽群众增收渠道。依托生态种植发展理念，基地长期定点收购周边村民的农家肥。这一举措不仅助力基地提升绿色生态蔬菜品质，更让村民家中闲置、废弃的农家资源变废为宝，拓宽了村民的增收渠道，实现生态效益、产业效益与民生效益共赢。

水富开展病媒生物专项消杀治理工作

本报讯（通讯员 杨雨凡）近日，水富市全面启动病媒生物“除四害”专项消杀工作，各相关部门聚焦重点区域、重点环节精准发力，全方位筑牢辖区公共卫生安全屏障。

当前正值初秋时节，蚊、蝇等病媒生物仍处于繁殖活跃期。水富市组织专业消杀队伍，对建成区公共区域、住宅小区、农贸市场、公厕、下水道、垃圾场、垃圾中转站等重点点位开展集中消杀治理，采取喷雾消杀、药物投放、滋生地清理相结合的方式，对楼道、绿化带、下水道口等易滋生点位开展地毯式排查清理，做到全方位、无死角，切实消除卫生死角和滋生隐患。

消杀作业过程中，水富市疾病预防控制中心抽调专业工作人员深入一线，全程开展现场监督检查与技术指导，对消杀作业流程、药剂规范使用、点位覆盖等关键环节开展核查，及时纠正不规范操作，杜绝盲目消杀、重复消杀、遗漏消杀，切实保障消杀质量与作业安全。同时，工作人员还向居民普及病媒生物防制知识，引导群众及时清理房前屋后积水杂物。

病媒生物防制是爱国卫生运动的重要内容，也是预防传染病、改善城市人居环境质量的关键举措。此次专项消杀行动进一步净化了水富市建成区环境卫生，有效遏制了“四害”滋生，夯实公共卫生防疫基础，为群众营造干净整洁、健康宜居的生产生活环境。

绥江千亩小花生迎来采收季

本报讯（通讯员 罗洪 丁盈 文/图）眼下正值花生采收季，在绥江县团结村，种植在陡坡山地的1000亩小花生陆续成熟。农户们抢抓晴好天气，忙着采收、晾晒花生，田间地头一派繁忙的丰收景象。

8月31日，笔者走进团结村，只见村庄后山上连片的花生苗郁郁葱葱，微风拂过，绿叶轻摇，随手拔起一株花生苗，根须上挂满饱满的花生。在团结村22组，罗家强家种植的8亩花生已经全部成熟。他请来亲友帮忙采收，大家在花生地里弯腰拔苗、抖土摘果、装袋搬运，现场忙碌而有序。

“我们这里种的小花生产量不算高，但品质优良、口感细腻！”罗家强捧起刚采摘的花生介绍道。

团结村全域山高坡陡、耕地零散崎岖，沙地土壤保水保肥能力较弱，传统玉米种植产量低、效益差。但这类沙质土壤疏松透气、排水性良好，十分适宜发展花生种植产业。团结小花生凭借颗粒饱满、香气浓郁、口感细腻的特质久负盛名，是绥江群众馈赠亲友的优质乡土伴手礼。近年来，当地立足“一村一品”发展思路，将花生产业作为特色富民产业深耕培育，种植规模逐年拓展至1000亩，一颗颗“小花生”有效盘活了原本贫瘠的陡坡沙地。为帮助群众增收，村委会统一设计包装、拓宽销售渠道，持续提升农产品附加值。

“我手里这款6斤装礼盒售价88元，得体大方，适宜走亲访友，每年立冬前后便销售一空。”团结村委会副主任说道。村集体公司统一收购农户晒干的花生，经过挑选分级后，量身设计品牌包装，全力打响“团结小花生”本土特色农产品品牌。村集体公司线上线下同步发力拓宽销路，线上依托短视频、社交媒体、电商平台开展宣传推广，线下对接商超、机关单位等销售渠道，助力“团结小花生”成为当地的特色富民产业。

威信多彩“开学第一课”点亮新学期

本报讯（通讯员 姜航）秋风送爽，书声再起。8月31日，威信县各中小学迎来2026年秋季学期开学第一天。各校精心组织开展形式多样、内容丰富的“开学第一课”活动，引导广大学生以昂扬姿态奔赴新学期。

走进威信县第二小学，校门处“走进新校园 开启新梦想”的迎新布置格外醒目。焕然一新的操场上，高年级学生踊跃参与劳动实践，用双手扮靓校园。教学楼里，一堂堂分学段、主题丰富的“开学第一课”正开展得有声有色。一年级教室被五彩气球、温馨标语装点得暖意融融，孩子们在老师的鼓励下走上讲台作自我介绍，稚嫩的脸庞上写满对新学期的好奇与期待；爱国主义教育课堂上，老师用生动的语言讲解五星红旗的深刻内涵，孩子们神情专注，爱国之情在心底悄然生根发芽；红色故事分享课上，老师深情讲述红色文物马克沁重机枪背后的革命故事，孩子们在互动交流中感悟长征精神，厚植爱党爱国爱家乡的真挚情怀……

听完红色故事后，五年级学生蔡承辰说：“今天的幸福生活是革命先烈用生命换来的，步入新学期，我要努力学习，长大后做一个对祖国有用的人。”

与此同时，威信县逸夫小学以“青春有梦 勇敢前行”为主题，为同学们带来一场精神洗礼。学校将目光投向身边榜样，讲述威信县残疾人运动员方自东的奋斗历程。课堂上，老师借助视频，再现了方自东坐在轮椅上奋力拼搏的感人故事：他用一枚枚奖牌，诠释了冲破身体局限、追逐人生梦想的坚韧与勇气。六年级学生袁设程深受触动，他说：“方自东叔叔向我们证明，‘光’不是等来的，而是拼搏出来的。”

开学当日，威信县各学校结合办学实际，围绕爱国主义、励志教育、安全教育等主题开展各具特色的“开学第一课”活动。全县教育教学秩序平稳有序，广大师生正以饱满的热情踏上新征程，用奋斗书写成长新篇章。

法治昭通 天天说法

因紧急自卫击伤猛兽会受到处罚吗？

【有事要问】因紧急自卫击伤猛兽会受到处罚吗？

【身边案例】村民李某家的承包地位于山林边，该山林经常有野猪出没。某天，李某在自家承包地劳作时被两头野猪攻击，李某为了自卫用锄头将野猪击伤。李某知道野生动物受法律保护，担心因此受到处罚，于是咨询，因紧急自卫击伤猛兽会受到处罚吗？

【意衡律师解答】根据《云南省陆生野生动物保护条例》规定，对在非保护区造成人员伤亡的个别猛兽，经地、州、市林业行政主管部门核实后，报同级人民政府批准，进行专门处理。在非保护区因紧急自卫而击伤、击毙猛兽，经地、州、市林业行政主管部门调查属实的，可不予追究，所获动物必须上缴。因保护野生动物受到损失的单位和个人，有权依法获得补偿。

昭通市司法局 审核
云南意衡律师事务所 供稿

鲁甸锚定目标开新局 “产、城、人”融合绘新篇

本报讯（记者 阮孝芝）8月31日，鲁甸县人民政府相关负责人走进昭通市融媒体中心《政风行风》热线直播间，介绍全县以“一个目标、两条底线、三篇文章、四个重点”为抓手，全力确保“十五五”开局之年开好局、起好步。

锚定“一个目标”，鲁甸县把握政策红利叠加、区位优势凸显、内生动力增强等有利条件，开拓创新、奋勇争先，确保全年地区生产总值增长5%以上，巩固稳中向好发展态势。

守牢“两条底线”，夯实发展根基。一方面，健全常态化监测帮扶体系，强化住房、教育、医疗、饮水安全保障，做实易地搬迁后续扶持，落实低保、特困、临时救助等政策，坚决守住不发生规模性返贫底线。另一方面，抓实重点领域安全监管和重大隐患排查整治，统筹做好防汛抗旱、防灾减灾、森林防灭火等各项工作；深化党建引领基层治理“2+5”工作机制，开展“四个专项行动”，严厉打击涉黑涉恶、电信网络诈骗等违法犯罪行为，强化禁毒防艾工作，筑牢安全稳定屏障。

做好“三篇文章”，增强发展动能。在“产”方面，一产以强链招商为抓手，推动花椒、苹果、马铃薯、肉牛等产业延链补链，发展冷凉蔬菜、特色水果和林下经济；二产巩固铅锌矿冶产业，发展银、铜冶炼，推进高岭土精深加工和“风光水储”一体化建设，加快光伏项目并网，启动水磨风电场建设；三产擦亮“旅居云南·避暑鲁甸19.9℃”品牌，开发两江峡谷索道、温泉小镇、轿顶山等文旅资源，力争新增3A级旅游景区、旅居社区各1个，旅游人次和旅游收入均增长12%以上。在“城”方面，推进园丁嘉园建设，启动旅居地产和商业综合体项目，新建改造地下管网120公里以上，新增绿地5万平方米，实施市政“微改造”，打造完整社区，推动摊点归位、管线入地，持续提升城市品质。在“人”方面，推进义务教育优质均衡发展和农村小学集中办学，实施医疗“强基工程”，优化三级诊疗体系；健全“四位一体”就业体系，实现城镇新增就业3300人以上，落实外出务工交通补助、生活补贴政策，做到应补尽补。

抓好“四个重点”，推动各项工作落到底、见实效。项目建设上，推进“九大攻坚行动”，力争新开工项目170个以上，争取上级资金4亿元以上；乡村振兴上，学习运用“千万工程”经验，规范农村建房，新建改造公厕11座、户厕1436座，提升乡村治理效能；生态保护上，持续推进“两河一江”综合治理，保障国控、省控断面及饮用水水源地水质稳定达标，实现乡镇污水处理设施全覆盖；服务保障上，推进“一城三区”同城化建设，落实“高效办成一件事”改革，开展政企圆桌会、领导挂企、局长“坐诊”“巡诊”“上门问诊”等活动，为企业提供全周期服务。

登报作废

昭通玩家商贸有限公司不慎遗失在中国工商银行股份有限公司昭通团结支行预留印鉴的财务专用章1枚，字样：昭通玩家商贸有限公司财务专用章；法人章1枚，字样：李文娇印。特登报作废。

登报作废

鲁甸县山歌协会不慎遗失社会团体法人登记证书正副本，统一社会信用代码：51530621587362771D，发证日期：2011年9月26日；公章、财务专用章各1枚。特登报作废。

登报作废

余云珍不慎遗失农村土地承包经营权证，证书编号：N0.D5306020096072，经营权证流水号：020071，农村土地承包经营权证代码：530602101206090010，承包地块总数：3块，承包地确权总面积：1.73亩。特登报作废。

落雁乡保隆村肖家坪老年体育协会注销（清算）公告

根据《社会团体登记管理条例》第十九条规定及《落雁乡保隆村肖家坪老年体育协会章程》之规定，于2026年8月30日决议注销本协会，并成立清算组。请债权人于本公告发布之日起45日内，向本协会清算组申报债权，逾期视为放弃权利。

联系人：黄一强

电话：15012390092

联系地址：盐津县落雁乡保隆村肖家坪

邮编：657500

落雁乡保隆村肖家坪老年体育协会清算组

2026年9月2日

广 告