



2019年度“云南好人”入选名单公示 大理2人入选

近日,全省组织开展“云南好人”评选宣传活动,由省文明办组织相关专家、媒体代表和群众代表组成的评委会经过认真评议,评选出79名入选人员。其中,大理2人入选,分别是大理市青少年社会事务中心工作人员张仕钧和大理一中退休教师丁贤炳。

外卖平台发布年度消费报告 大理订单量全省第二

近日,饿了么口碑发布了《2019年云南省本地生活年度消费报告》。数据显示,过去一年,大理、玉溪、保山等云南三、四线城市的消费需求被进一步释放,展现出的消费活力丝毫不输给省会昆明。从2019年全年订单量排名来看,除了昆明是云南全省本地生活消费需求最旺盛的城市,大理州订单量全省第二,外卖订单量同比增长3倍,在全国三、四线城市增速榜单中位列第四。同时,玉溪、普洱和临沧也同样跻身全国三、四线城市增速榜单前十。

2020年起 义务兵征集实行 一年两次征兵两次退役

经国务院、中央军委批准,自2020年起,将义务兵征集由一年一次征兵一次退役,调整为一年两次征兵两次退役。

实行一年两次征兵两次退役后,征兵时间区分为上半年和下半年两次,上半年征兵从2月中旬开始,3月底结束,新兵批准入伍时间为3月1日;下半年征兵从8月中旬开始,9月底结束,新兵批准入伍时间为9月1日;按照《中华人民共和国兵役法》规定,义务兵服役现的期限为二年,士兵退役时间对应其批准服役时间。

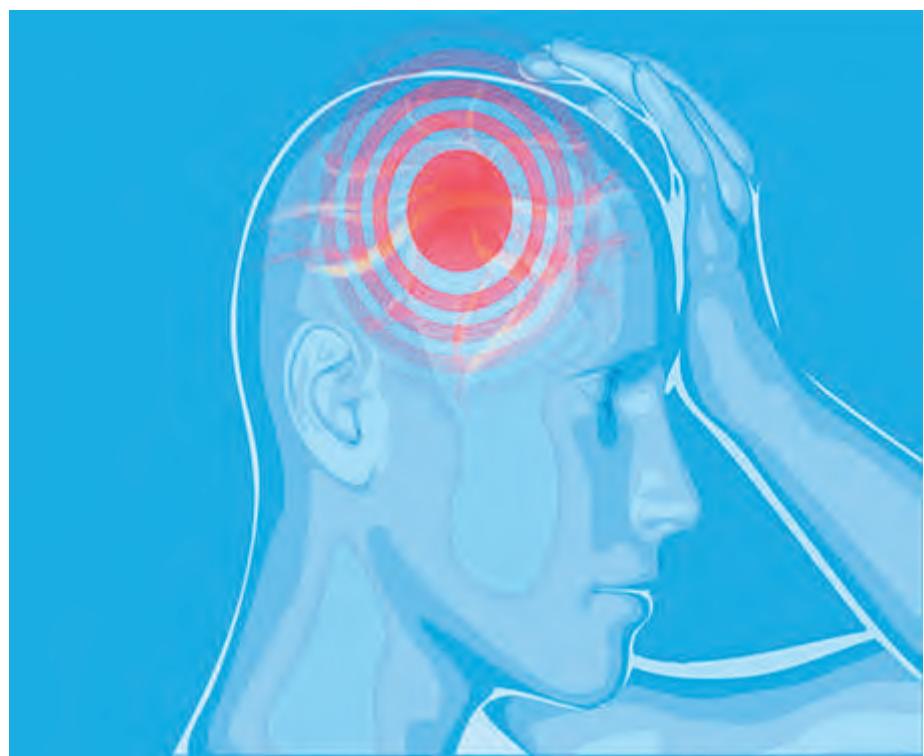
征集时间调整改革后,征集新兵总量与往年相比保持稳定,征集的条件、标准、程序和相关政策不变,征集对象仍以大学生为重点。上半年征兵重点征集各级各类院校往届毕业生、高职高专毕业班学生和各类社会技能人才,下半年征兵重点征集各级各类院校应届毕业生、在校生和新生。

讲文明 树新风 公益广告

关注一个成长的心灵
播种一个灿烂的明天

大理市融媒体中心·大理日报社 宣

慢性头痛的小知识



经常头痛、偏头痛, 如何解除头痛“紧箍咒”?

日常生活中头痛这个毛病简直太常见了,正因如此,很多人对头痛没有引起足够的重视,症状轻时能忍则忍,忍不了就吃止痛片来压,实在压不住了才会选择去医院。其实,头痛是一种症状而非疾病,很多疾病都会有头痛的症状,除了常见的感冒发烧会造成头痛,高血压、脑血管病、脑出血、脑炎、脑外伤都可能引起头痛。由于头痛是部位明确的症状,因此不容易和其他疾病混淆。

偏头痛作为头痛中最常见的类型,发病率高达10%,分为有先兆的偏头痛和无先兆的偏头痛。无先兆的偏头痛顾名思义就是没有先兆,主要表现为单侧的波动性头痛,同时可能会有其他并发症状,比如恶心、呕吐等,还有的病人会出现畏光、畏声等情况,这些都是无先兆偏头痛伴发的症状。

而有先兆偏头痛患者在头痛发作之前的几个小时或者几天之内,就已经会出现不舒服的感觉了,例如感到疲倦、打哈欠、头发发紧等,这些也属于偏头痛的伴随症状。除此之外,也有人会出现视觉先兆,例如闪光、暗点、锯齿一样的亮光,或者是长城垛口一样亮线等;还有的患者在头痛时会感到面部或者身上的麻木,在头痛过程中同样伴随恶心、呕吐、畏声、畏光等症状,即便头痛感已经结束,也会出现疲倦、烦躁等症状。

偏头痛往往刚开始偶尔犯一次,如果不及时进行正确的诊断和治疗,患者的发作频率可能会逐渐增加,严

重者甚至会达到慢性头痛,慢性头痛是指一个月超过15天的头痛,严重的叫慢性每日头痛,将严重影响患者的工作生活,因此建议有头痛的患者及时到医院诊断治疗。

针对偏头痛的预防,在日常中要尽量避免劳累、缺睡、饮酒等行为,合理安排工作。同时,部分人的体质可能会在食用巧克力、饮用浓茶后出现头痛的症状,因此偏头痛患者也要尽

量避免以上情况。现在正是冬天,遇冷后发生头痛的现象较为常见,大家可以做好保暖工作,戴好围巾、帽子出门,偏头痛患者也可以根据自身情况再吃一些预防性的药物,等过了比较寒冷的阶段再停药。专家提醒大家,头痛时如果不知道挂什么科,可以选择神经内科。现在也有医院开设了专门的头痛门诊,患者可以前往咨询。

加强作风建设 提高行政效能 优化发展环境

中共大理市委主办
主流思想 大众心声
权威发布 本市新闻资讯
内部资料 免费赠阅

2020年1月17日 星期五
农历己亥年 十二月二十三

晴 0℃ ~ 15℃

第1521期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫 关注大理融媒

洱海生态廊道体验段试运行启动仪式举行

1月16日,洱海生态廊道体验段试运行启动仪式举行,洱海生态廊道阳南溪至才村12公里段正式向公众开放。



州委书记陈坚宣布洱海生态廊道体验段试运行启动。副市长李琰主持启动仪式。

仪式上,市委副书记、市长杜淑敏介绍洱海生态廊道体验段试运行情况。

2018年以来,大理市全面完成环湖绿线范围内1806户生态搬迁,并在2019年启动实施洱海生态廊道建设工程。工程建设内容包括新建和改建环湖生态廊道129公里,新建4个、改建2个水域监测管理站点,新建陆域监测管理站点11个、巡驻点10个。洱海生态廊道建设遵循“生态优先、生态安全、整体规划、系统治理”的原则,紧紧围绕“净化入湖污染、提升洱海水质、确保水源安全、改善洱海生态”的目标,通过州、市、镇、村、组五级联动,社会各方协力同心、同频共振,共投入施工人员2300余名,各类大型机械400余台,采取24小时三班倒施工等超常规措施,顺利实现了洱海生态廊道主体工程建设年度目标。目前,洱海生态廊道下关镇阳南溪至大理镇才村码头段12公里已完成试体验验站、智慧系统、标识标牌、环卫等附属设施建设,拥有功能齐全的慢行步道、自行车道、老年步道和错落有致的湿地、草坪、灌木林,并投入300辆自行车、8辆电瓶车和250人的运行维护管理团队,将为广大市民及游客提供智慧、便民式、景区式体验服务。

洱海生态廊道建设是洱海最重要的最后一道生态保护屏障,按照优先恢复完

善和强化洱海生态、兼顾健身康养和大理文化体验三大功能进行规划建设,对洱海保护起着重要的不可替代的作用。省委、省政府高度重视洱海生态廊道规划建设,省委书记陈豪,省委副书记、省长阮成发多次作出重要批示指示,副省长王刚刚亲临现场调研指导,州委、州政府主要领导认真策划部署,多次亲临现场指导,及时解决存在问题,全力推动项目建设,市委、市政府及洱海生态廊道建设指挥部、省建投集团采取超常规举措,昼夜奋战,精心组织,精心施工,沿湖干部群众密切配合支持,于2019年底顺利完成了50公里洱海生态廊道主体工程建设任务。

洱海生态廊道体验段试运行的启动,将凝聚共识、强化担当、鼓舞干劲,加快推进洱海生态廊道建设,让广大群众体验洱海生态廊道建设成果,让更多群众参与到洱海保护工作中来。

州委常委、州委秘书长靳汝柏,州委

常委、州委宣传部部长彭斌,州人大常委会副主任程云川,州人大常委会保留正厅级待遇领导袁爱光,州政协副主席张松,农发行云南省分行、云南省建投集团、国开行云南省分行领导,大理市、洱源县部分领导,州市有关部门主要负责人,洱海卫士代表、沿线群众代表参加启动仪式。参加启动仪式的领导和群众还观看了洱海生态廊道建设电视专题片。

记者 郭鹏昌 罗晓川
实习生 杨廷 摄影报道



为持续做好洱海保护治理工作,坚决打好洱海水质保卫战,连日来,喜洲镇充分发挥党员干部的模范带头作用,深入一线开展查污、截污、收污、治污等各项工作,对发现的问题及时处置,确保新年度洱海水质目标实现。

杨本耀 摄

1月15日,我市召开洱海流域综合执法工作总结会议,总结2019年洱海流域综合执法工作,安排部署2020年工作,进一步强化和巩固工作成效,切实维护洱海流域生态环境和渔业资源安全。会后,市洱海流域综合执法大队对罚没物资进行了销毁处置。

2019年是洱海实行常年封湖禁渔的第三年,2019年度联合综合执法工作按照“执法、监管、宣传”三位一体的工作机制继续实施。大理市洱海流域综合执法大队配齐内设机构,成立乡镇联合综合执法中队,明确人员和工作职责,确保联合执法工作有效开展;由公安、联合综合执法人员和乡镇实施常态化联合执法行动,深入开展专项整治,严厉打击各种违法行为;环湖各镇(办事处)认真压实“属地”管理职责,认真对辖区范围违法行为进行监管,实现洱海流域执法工作全覆盖、无死角。

会议要求,在新的一年里,各级各部门要进一步统一思想,增进共识,依据《洱海保护管理条例(修订)》及相关法律法规,强化组织领导,明确工作职责;健全联合执法协调机制,提高执法效能;开展联合执法,突出法定主体地位;规范执法程序,提升执法队伍形象;加大宣传力度,营造良好工作氛围。

在罚没物资销毁现场,市洱海流域综合执法大队领导通报了罚没物资及罚款情况,市执法大队对罚没物资进行了销毁处置。

记者 彭黎明 杨振飞
实习生 杨廷

我市全面加强洱海流域综合执法工作

大理市第九期发票摇号活动200名场内奖产生

1月15日,在大理州三塔公证处公证人员和媒体、消费者代表的见证下,承办方大理市税务局、大理旅游度假区税务局、大理经济技术开发区税务局、大理市融媒体中心及“智慧大理”手机台联合举行大理市第九期发票摇号活动。

大理市第九期发票摇号活动从2019年10月1日开始到2019年12月31日发票录入截止,发票池共录入16446张发票,并于1月7日抽取产生了800名入围者。1月15日,抽奖系统以电话

号码滚动、现场人员随机喊停的方式,从入围的800名场外奖中抽取200名场内奖,当天抽取的200张入围发票将继续冲击最后的10万元大奖。

据了解,为鼓励和调动广大消费者索要发票的主动性,切实维护自身合法权益,进一步规范和提高经营者依法开具发票的自觉性,促进纳税人依法履行纳税义务,我市在全市范围内开展发票摇号活动,每三个月设置一期,每期摇出800个奖项,奖金总额为307000元。其中,场内特等奖1名,

奖金100000元;场内一等奖2名,每名奖金10000元;场内二等奖3名,每名奖金2000元;场内三等奖4名,每名奖金1000元;场内幸运奖190名,每名奖金300元;场外入围奖600名,每名奖金200元。

个人消费者在大理市辖区范围内合法取得的价税合计发票票面金额在100元(含100元)以上的增值税普通发票或增值税电子普通发票,云南省通用机打发票(含企业冠名机打发票)均可参加摇号活动。

记者 张益秋 戴向晖





第290期 策划 罗宗雄 李锦芳



“在‘五朵金花’的故乡大理，我看到驻军官兵顶着炎炎烈日和强烈的紫外线，在起伏的山坡上挖埋电缆沟道；在‘3·08’森林火灾中，成千上万的人民子弟兵在浓烟里奋不顾身扑救火灾；在洱海保护治理中，军民齐心协力，不怕脏、不怕苦、不怕累疏挖沟渠、清除垃圾；在大理三月街民族节街场，驻军官兵为确保八方来客的平安而日夜坚守……他们的行为和精神，值得我们敬仰，值得我们学习、追随。”大理市泉源商贸有限责任公司党支部书记、董事长、总经理赵利红有这样的亲身经历和感悟，她是这样说的，也是这样做的，她就是一朵绽放在红土高原苍山洱海畔的拥军“金花”。

发展壮大企业 搭建关爱平台

1994年，赵利红承包了濒临倒闭的大理州民贸公司一个经营部，经过努力奋斗，实现经营扭亏转盈，同时成立了大理市泉源商贸有限责任公司。公司目前已发展成为滇西规模最大、配送能力最强、销售网络覆盖最广的副食品、日用百货物流配送企业，拥有专业化的配送服务团队，聚集了大批优质商品资源，拥有省内70多个副食品品牌的经营代理权，同时作为滇西地区副食品配送的龙头企业，为促进地方经济发展、繁荣城乡市场、保障人民群众生活必需品供给，特别是在保障驻军部队副食品配送、提供应急军需物资方面作出了积极贡献。

企业发展壮大后，赵利红以强烈的社会责任感，不忘初心、致富思源、反哺社会，热心参与爱心送考、捐资助学等社会公益事业，每年定期组织全体员工无偿献血，积极为社会奉献爱心。同时，她把拥军工作当作一项光荣的政治任务，以满腔的热忱和强烈的责任感支持关心驻军部队官兵和退役军人。2018年6月18日(端午节)，赵利红来到大理市干休所召开座谈会，慰问老干部老同志，给他们带来节日的问候和祝福。在座谈会上她表示，作为民营企业负责人更应该多为老同志办实事、办好事，让老同志拥有更加美好的晚年生活。同年的“八一”建军节，她又带着公司领导班子成员和慰问品再

2018《中国双拥》年度人物揭晓 大理拥军“金花”赵利红榜上有名

○吴 尧 郭鹏昌 摄影报道

2019年11月8日，“2018《中国双拥》年度人物”在杭州揭晓，经全国各地和社会各界人士推荐评选，全国共有21人当选“年度人物”。其中大理市泉源商贸有限责任公司董事长赵利红榜上有名，同时也是云南省唯一上榜的拥军模范。



次来到干休所，向老干部老同志致以节日的问候和美好的祝福。随后，她走访慰问大理市人武部，向全体官兵致以诚挚的节日问候，并到部分特困优抚对象家中进行慰问，仔细询问他们退役后的生活，认真倾听他们的想法和诉求。重阳节前夕，她和大理州女企业家协会部分人员一起对市内20名特困退役军人进行了走访慰问，给他们送去了慰问金和慰问品。仅2018年，赵利红就组织慰问大理市干休所2次、大理市人武部1次、77228部队1次、优抚对象50余人次，给他们送去各种生活用品，价值10多万元。

提高拥军意识 传承红色基因

“军人神圣的职业和无私的奉献，这种红色基因我们要传承好、宣传好、实践好，让其发扬光大。”赵利红说，“拥军工作涉及面广，政策性强，工作任务艰巨，需要大家提高认识，统一思想，形成合力，共同奋斗。”她非常注重对拥军工作的宣传，注重提高公司广大职工对拥军

工作的认识，在公司营造出人人关心拥军工作、个个支持拥军工作的良好氛围。

每逢“三八”妇女节、“五四”青年节、“七一”建党节、“八一”建军节、国庆节，赵利红都会放下手里的工作，挤出时间，带领广大职工到爱国主义教育基地参观学习，接受红色教育，传承红色基因，弘扬时代精神。2019年“三八”节期间，赵利红带领200多名党员职工到爱国主义教育基地宾川县乔甸镇海稍新庄红军村参观学习。通过参观当年红军在墙上留下的红色口号、标语，参观当年萧克、王震带领红军将士休整的场景和红军长征纪念馆，赵利红与党员职工一起沿着当年红军二军团先烈们走过的路线重走了一段红军路。在活动中，她还领唱《黄河大合唱》《没有共产党就没有新中国》《十送红军》等红歌，带领党员重温入党誓词，激发党员不忘初心、牢记使命的担当意识。党员职工也表示，要与驻军部队子弟兵同呼吸、共命运、心连心，传承红色基因，立足本职工作，为促进军民团结、和谐发展、共同进步再立新功。

唤起尊崇之情 付出特殊的爱

“我从电视剧、电影、新闻里常常看到我们的现役、退役军人在国家和人民最危险的时刻，挺身而出，冲在最前线，不怕流血牺牲，有的还献出了年轻的生命。”赵利红没有当过兵，但她从小就爱看军事知识，爱听战斗故事和军歌，始终对军人有着特殊的情怀，对军嫂有着别样的情感，她20多年饱经风雨的创业路也与爱国拥军紧密联系在一起。

赵利红认为，在当前地方政府转业安置和就业压力较大的形势下，民营企业有着义不容辞优先安置退役军人的责任，应积极为退役军人做实事、做好事，为他们排忧解难。她在公司人事管理上立下一条死规定，就是招聘员工时，优先录用退役军人。从1994年至2019年，泉源商贸公司先后招收了退役军人28人、军嫂12人。赵利红发现，招聘过来的退役军人，个个时间观念强、责任心强、思想觉悟高、执行力强，但是不熟悉业务，工作能力普遍偏低。为提高新入职退役军人的职业技能，她要求退役军人所在部门负责人和老职工要和退役军人开展“师徒结对”，进行一对一指导、面对面传授，并对教得有方、带得有效的师傅实行现金奖励。这项措施取得了良好效果，也激发了

退役军人干事创业的热情。目前公司中层管理人员中有6名是退役军人，占了公司中层管理人员的三分之一。赵利红对军人真诚尊崇，让他们挑大梁、担重任，一批又一批的退役军人在泉源公司的重要岗位上，发挥着各自的聪明才智，助推企业稳步发展。

每年“八一”建军节，赵利红都要利用一天时间，在公司举办“八一”建军节座谈会。她认真听取退役军人对公司发展的建议和意见，听取他们遇到的困难和问题，并对提出的困难和意见及时解决，一时难以解决的，就记在本子上，事后想办法解决。2016年，公司一名退役军人在座谈会上提出，请赵利红在昆明为他姑娘找一份工作，由于这个女孩只有高中学历，没有工作阅历，更没什么特长，几次到昆明找工作，都没有被录用。后来经过赵利红的多方努力和多次沟通协调，这名退役军人的女儿被昆明的一家大超市录用。同时，赵利红还对公司内退役军人的家庭情况都掌握清清楚楚、明明白白，公司职工也都看在眼里、记在心间，觉得这个赵老板很“奇怪”，总是对军人高看一眼、厚爱一分。

急部队之所需 乐于为军服务

“企业管理有一套，思想政治觉悟高，拥军爱民最积极，无私奉献勇担当”。了解赵利红的人都这样评价她。

为更进一步服务好当地驻军的生活、提供应急物资，泉源商贸公司成立了“大理市驻军部队应急物资供应领导小组”，赵利红担任组长，积极做好大理驻军部队救灾应急保供工作。近年来，泉源商贸公司严格按照上级党委、政府的相关要求，圆满完成对驻军部队救灾应急物资供应工作。2014年2月2日，下关镇吊草村发生森林火灾。当时正值春节大年初三，赵利红接到大理市

民政局的通知，要求泉源商贸公司做好森林火灾扑救应急保供工作。灾情就是命令，她立刻赶到公司，亲自组织配货，火速装车，将饮用水200件、火腿肠、方便面、沙琪玛、榨菜等食品和应急物资送到指定地点。每次赵利红接到配送应急物资的任务，都亲自组织、现场指挥，为有效开展抢险救灾工作提供了有力保障。值得一提的是过去几年，不论什么时候接到提供应急物资的通知，泉源商贸公司都能用最快速度、最短的时间，将物资安全地送到指定地点。在对应急物资供应工作实行军事化管理的同时，泉源商贸公司还在大理市人武部训练基地旁开设了一个副食品经营店，各种商品都是平价供应给人武部的食堂和训练基地，得到了各级党委、政府和部队官兵的一致好评。

由于诚信经营、依法经营、用心服务，精心打造“优质、高效、安全、快捷”的一体化、专业化的现代商贸物流服务团队以及在拥军优属方面成绩突出，泉源商贸公司先后被评为云南省应急商品重点联系企业、云南省市场运行监测先进单位和大理市守合同重信用企业。赵利红也先后被授予全国城镇妇女“巾帼建功标兵”、全国五一巾帼标兵和大理市第三届“劳动模范”等称号，并多次当选为大理州、市党代表、人大代表、政协委员。

有人说赵利红傻，把辛辛苦苦挣来的钱，大把大把慰问了部队，服务了子弟兵，关心了退役军人。但是，更多的人说她是情系军营、热爱军人，具有担当精神和乐于奉献的品质，是一位新时代的拥军模范、一位值得敬仰的民营企业家、一位新时代的优秀共产党员，也是一位关心社会的好党支部书记。

25年来，赵利红诚信经营，艰苦奋斗，无私奉献报党恩报军恩，以自己的实际行动谱写了一曲曲发展经济、奉献社会的动人篇章。

