



### 工信部通报下架60款APP

日前，工信部通报下架了60款侵害用户权益的APP。被下架的APP包括广州唯品会电子商务有限公司的唯代购，上海东方电视购物有限公司的东方购物，北京蜜蜂出行科技有限公司的蜜蜂出行，杭州有赞科技有限公司的有赞精选，北京东方美食研究院的东方美食，深圳天天看看信息技术有限公司的看看视频，重庆长安车联科技有限公司的长安出行，上海万达小额贷款有限公司的快易花等。工信部方面要求，相关应用商店应在该通报发布后，立即组织对名单中应用软件进行下架处理。后续，工信部还将对未严格落实管理主体责任的部分应用商店及移动应用分发平台，存在违规收集用户个人信息行为的SDK企业等依法严厉处置。

### 教育部组建健康教育“智囊团”

11月11日，首届全国中小学和高校健康教育指导委员会成立。该委员会将作为健康教育“智囊团”，为学校健康教育发展建言献策，并向教育部等有关政策制定部门提供“内参建议”。委员会分为中小学及高校两大维度，并根据这两个维度分别制定了相关章程。章程对于委员会的工作职责做出了明确的规定，其中包括掌握国内外健康教育学科的发展趋势；深入研究新形势下中小学、高校健康教育各专门领域、健康教育课程的建设规律，准确判断健康教育学科发展面临的新情况新问题，及时提出健康教育学科在教学改革、教材建设、师资队伍、条件保障、监测评价等方面的建议；审订和指导中小学、高校健康教育各专门领域和健康教育课程的教材资源，含教科书、教学课件、教学参考书和音像制品等，共计7条。

### 云南出台“28条”优化营商环境

近日印发的《云南省进一步优化营商环境更好服务市场主体28条措施》提出，云南将通过进一步提升投资建设便利度、进一步简化企业生产经营审批和条件、进一步优化外贸企业营商环境、进一步降低就业创业门槛、进一步提升涉企服务质量效率、进一步完善优化营商环境长效机制等6项28条举措，进一步聚焦市场主体关切，尤其是常态化疫情防控下企业面临的堵点痛点，加快打造“办事不求人、审批不见面、最多跑一次”和“全程服务有保障”的市场化法治化国际化营商环境，推动云南高质量跨越式发展。

### 体育消费撬动“双11”

今年的“双11”比以往来得更早一些。数据显示，在11月初第一波售卖期间，体育消费的成绩就颇为亮眼。在天猫平台，耐克、李宁、阿迪达斯等国内外运动品牌成交额领跑；安踏集团15个小时32分钟电商流水突破10亿元。体育消费在疫情防控常态化之后持续发力。根据苏宁易购、苏宁体育、PP体育日前联合发布的体育消费大数据显示，今年上半年体育零售销量同比增长152%，健身器材、跑步机等居家运动器械增幅明显，分别同比增长280.6%、179%。一场疫情，让更多人深刻理解了体育和运动之于生命的意义。由于疫情防控形势向好，中国人的健身热情和体育消费意愿正在复苏，后劲不可小觑。

由中国文物交流中心和国检教育联合审读的通识读物《走！去博物馆学历史》，近日由中信出版社出版发行。书中通过展示博物馆里各历史时期或各民族具有代表性的精美文物，去发现文物背后



## 到了40岁，该防治骨质疏松了

一是增加骨量，提高骨峰值；二是延缓骨量丢失；三是抑制继发性甲状旁腺功能亢进；四是预防发生第一次骨折；五是合理膳食结构和营养构成比，戒除不良饮食习惯，增加钙摄入，参加适量运动，增加日照等。

那么，根据这五个原则，预防骨质疏松的措施按年龄段可分为三个阶段：一级预防、二级预防、三级预防。

骨质疏松的一级预防是从小做起，要从儿童、青少年时期开始，到30-35岁左右达到一生中所得到的最高骨量（峰值骨量），以尽量避免或减轻骨质疏松的发生为目标，主要有以下几种措施。

合理膳食结构：牛奶是最理想的钙源，每100ml鲜牛奶中含钙120mg，钙吸收率为30%。成人每日摄入500ml、儿童摄入750ml、青春期摄入800ml可保证每日钙摄入量。

选择含钙量高的食品：芝麻酱、虾皮、海米、海带、牛奶、豆制品和奶酪等都是钙含量较高的食品。

维生素D摄入：人体每日维生素D摄入量为400IU，鱼肝油、沙丁鱼罐头、蛋黄、鲑鱼和鸡肝等食品维生素D含量较高。阳光照射也是补充维生素D的重要方式之一，在柔和阳光下散步40分钟可保证机体所需的维生素D。照射时间最好选在上午10点前或下午3点后，以免阳光过于强烈损伤皮肤和视力。

适量运动：参加适量运动有助于增加骨量，提高骨量峰值。

坚持健康生活方式：不嗜烟酒；少饮咖啡、浓茶、碳酸饮料；少盐、低糖。

女性40-49岁、男性40-64岁进入骨量丢失前期；女性骨量丢失率为0.4%-0.6%、男性为0.3%-0.5%。女性绝经后1-10年进入骨量快速丢失期，骨量丢失率明显

### 文化奇书

## 《走！去博物馆学历史》出版

的鲜活历史。

这套书共2册，分为中国国宝篇、世界国宝篇。书中精选国内外65家博物馆的众多文物，由专业博物馆教育课程研发团队精心编撰，耗时两年，从文字到图片均细致打磨，再经中国文物

交流中心、国检教育数十位专家审定，经过数十次修改，最终将专业的知识、引人入胜的故事、精美的高清图片呈现给读者。

其中，中国国宝篇选取中国各历史时期或各民族具有代表性的精美文物，包括



# 规范取水用水行为 坚决打击无序取水



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

传真电话：2181773 新闻热线：13987250936 Email：dlsxtg@163.com



DALISHIXUN

2020年11月13日 星期五 农历庚子年 九月二十八

晴 6℃ ~ 21℃

第1720期 编辑/陈曙娟

今日导读

在脱贫攻坚战场书写无悔青春

——记扶贫好干部银桥镇双阳村委员会主任杨继周

——见第23版

微信扫一扫 关注大理融媒



## 满江街道多措并举抓好城乡人居环境提升工作

改善城乡人居环境，事关广大市民根本福祉，既是当前的紧迫工作，也是长期的重要任务。满江街道高度重视、精心组织，集中整治环境卫生“脏、乱、差”问题，稳步提升城乡人居环境卫生水平。

教育引导，培养习惯。改善城乡人居环境是一项长期的重要任务，解决“脏、乱、差”顽疾，要着力培养良好生活习惯。满江街道坚持环境改善与观念转变相结合，引导居民群众改变日常生活中的不良习惯，增强环境保护意识，积极倡导文明新风。同时发挥村规民约规范村民行为作用，激励引导广大居民群众转变观念，培养良好卫生意识，主动爱护和维护环境卫生。

多方参与，全面推进。工作中，满江街道主要领导为“一线总指挥”，做好督促指导、检查验收等工作，各部门做好协调配合工作，针对部门工作与人居环境提升工作做好衔接，形成工作合力，共同改善城乡人居环境；充分发挥基层党组织、村民自治组织的作用，鼓励群团组织和社会力量参与到人居环境提升工作。同时，充分激发广大群众的内生动力，动员广大居民集中力量、集中整治村庄环境“脏、乱、差”问题。

持续推进，建立长效管护机制。人居环境提升工作是一项长期性工作，人居环境提升工作必须坚持常态化，要形成民建、民管、民享的长效机制。满江街道建立健全城乡公共环境保洁制度，建立健全“门前三包”制度，建立健全奖惩制度。进一步完善村规民约，让群众意识到“门前三包”是分内职责，明确村民维护村庄环境的责任和义务，切实增强群众自觉性主动性，确保村庄常年保持干净整洁有序。

记者 马元娟 郭鹏昌



凝心聚力真抓实干 提升城市品质

为营造和谐、干净、文明的人居环境，11月7日，大和街道兴国社区、市残联以“洱海保护日”为契机，组织工作人员、志愿者开展社区环境卫生整治活动。活动中，工作人员和志愿者认真对卫生死角和人行道上垃圾进行清理，努力改善社区环境卫生状况，带动社区居民增强环境保护意识。

本报通讯员 撰

## 中信银行大理分行太邑乡金融扶贫启动

11月10日，中信银行大理分行太邑乡金融扶贫启动，进一步加强政、企、户联动，增强建档立卡贫困户“造血”功能，力争扶贫小额信贷达到广覆盖、兴产业、出实效。

今年以来，太邑乡紧紧围绕中央和省州市脱贫攻坚工作目标，以高度的政治责任感和使命感，树立脱贫攻坚主责意识，主动作为、勇于担当，团结带领全乡广大党员干部和各族群众，以脱贫攻坚统领经济社会发展全局，紧紧围绕“精准扶贫、精准脱贫”目标，实施“七好强基”系统保障，抓实“五子工程”，全力打好“1+7”组合拳，全面加强防返贫风险，全乡脱贫攻坚各项工作取得成效。通过努力，太邑乡基础设施明显改善，群众住房全面改善，产业发展初具

雏形，人均收入持续增加，教育医疗有效保障，565户2415人如期脱贫，实现贫困人口、贫困村、贫困发生率全部清零，群众获得感显著增强，农村生活条件大幅提高，全乡整体面貌发生了翻天覆地的变化。

中信银行大理分行与大理市扶贫办、大理市财政局签署了《扶贫小额信贷合作协议》，对太邑乡有贷款意愿、有就业、创业潜质、有一定还款能力的建档立卡贫困户，投放5万元以下、3年

## 大理州消防救援支队“蓝光使命”“119”宣传晚会举行

11月10日晚，由大理州消防救援支队主办，红塔集团大理卷烟厂、大理州民族文化工作团、大理市融媒体中心协办的“蓝光使命”——大理州消防救援支队深入学习贯彻习近平总书记授旗训词精神两周年暨“119”宣传晚会在红塔集团大理卷烟厂精彩上演。

州委常委、州委政法委书记杨经德，州委常委、大理军分区政委魏新，州人大常委会副主任李跃兴，副州长、州公安局局长张贵荣等领导出席晚会并观看演出。

晚会由《序》《忠诚于党勇担当》《竭诚为民筑防线》和《序》四个部分

组成。整场晚会主题鲜明、形式多样，通过讲述大理消防的故事，唱响大理消防宣传旋律，表现了大理消防救援队伍“对党忠诚、纪律严明、赴汤蹈火、竭诚为民”的使命与担当。

当晚，大鼓表演《齐鼓飞扬》拉开了晚会的序幕。随后，朗诵《逆行的背影》、弹唱《守护》、访谈《不忘初心 展望未来》、情景剧《吹腔一曲颂消防》、演讲《我与消防的十年》等精彩文艺节目相继上演。

晚会还对年度全州涌现的“119”消防先进集体、少数民族消防志愿队先进集体和最美消防宣传公益大使进行了表彰授牌。来自全州各县市消防救援大队、消防安全重点单位等200多名观众观看演出。

记者 彭黎明 杨尔华



## 市人大常委会机关开展党风廉政警示教育

为进一步增强干部职工廉洁意识，加强党风廉政和机关作风建设，筑牢拒腐防变思想道德防线，11月9日，市人大常委会机关干部职工在市人大常委会党组书记、主任王梅芬的带领下，到大理州人民检察院文化教育基地开展警示教育活动。

市人大常委会机关干部职工先后参观了州人民检察院廉政文化长廊、文化创作室、电子阅览室、文化教育基地、电教室等，在文化教育基地浏览相关先进典型事例和图片资料的同时，听取违纪违法典型案例讲解，聆听历届党和国家领导人关于党风廉政建设指示，观看案例展板和服刑人员家属探视情景模拟，体验“肩挑责任，如履薄冰”等场景。警示教育内容丰富、直观生动，示范性强、震慑力大，为机关干部职工上了一堂生动形象的反腐倡廉教育课。

通过开展警示教育活动，市人大常委会机关干部职工深受教育和震撼，深刻认识到贪污腐败对个人与社会所造成的巨大损失和危害。大家表示，要从鲜活的案例中吸取教训，深刻反思，珍惜自己的工作岗位，珍惜家庭幸福，常修从政之德、常思贪欲之害、常怀律己之心，自觉用党纪国法约束自己，自觉接受党和人民监督，切实加强自身作风建设，恪尽职守、甘于奉献、坚守底线，忠实履行好宪法和法律赋予的各项职责，自觉做清正廉洁的人大干部。

李素梅

加强反腐倡廉建设 树立清正廉明之风



第326期 策划 罗宗雄 李锦芳



杨继周加班整理扶贫档案资料



杨继周在现场协调农危改项目

### 共同关注

10月底的绵绵阴雨让深秋的气温骤降,而对于银桥镇双阳村的干部群众来说,还有一个人的离世让他们在这一份寒意外更觉痛心和不舍,村民的贴心人、扶贫战场中的好战士、好干部杨继周同志因在工作岗位上突发疾病,经医院抢救无效于10月25日凌晨逝世,年仅35岁……

“离出事已经过去一个多星期,可是他的音容笑貌仍时常浮现在我的眼前,有什么工作要通知双阳村,第一个反应就是打电话给继周,真的接受不了。”银桥镇扶贫办主任周宇提起杨继周的离世,想到通讯录里存着的号码再也无人接听,她眼泛泪花:“他真的为脱贫攻坚工作付出太多。”

# 在脱贫攻坚战场书写无悔青春

## ——记扶贫好干部银桥镇双阳村委会主任杨继周

○田宇娇 文/图

### 用脚步丈量责任

1985年出生的杨继周16岁就参军入伍,2007年退伍后的第一件事就是回到双阳建设家乡,在村党总支书记杜学标的推荐下进入村委会,从共青团专干做起,始终牢记“为人民服务”的铮铮誓言,先后被选举为村党总支副书记、村委会主任。自脱贫攻坚战打响以来,他更是展现了军人的优良作风和过硬素质,成为了冲锋在前的一线“突击兵”。

双阳村35户建档立卡贫困户中有29户是因病、因残致贫,杨继周心里最放心不下的就是他们。为了能摸清每家每户的情况,让每一位患病的贫困户都能得到及时有效的治疗,他和卫生院的杨如辉院长一起跑了一遍又一遍。“每一次都是继周帮我们背医药箱,跟着我们跑村入户,每一户什么情况他张嘴就能说。”杨院长说起之前入户的场景,杨继周兢兢业业、尽职尽责的作风给她留下了深刻印象。截至2019年底,全村人员都已参加基本医疗保险、大病保险,门诊、住院都有相应报销凭证,并办理了特殊病、慢性病就医卡34人和“两病”备案卡19人,确保基本医疗100%覆盖。

建档立卡贫困户段要才双目失明,妻子赵寸晴有智力障碍,仅有儿子赵德根一个劳动力,生活拮据,为了解决他们的困难,杨继周多次上门帮助他们找出路。会吹唢呐的赵德根脑膜内向,杨继周帮忙张罗着联系村里办红白喜事的人家,看他年轻,为人忠厚老实,杨继周还帮他争取了村委会的公益性岗位。为了解决他们的危房问题,杨继周多方协调筹资,争取政策,终于在2013年帮助赵德根一家建起了两间两层砖混结构房。“多亏杨大哥,我们的生活才一点点好起来。”赵德根感激地说。

### 用真心践行使命

村委会事务繁杂,“5+2”“白+黑”是常态,村里其他干部免不了要抱怨几句,杨继周却整天乐呵呵,面对工作任务从不推、躲、拖、滑,把一颗真心献给了双

阳村的建档立卡贫困户。

杨继周身材高高大大,干起工作来却是心细如发。杨志霞父母早亡,姐妹俩与奶奶费孝现相依为命,费孝现年老多病,无经济收入来源,杨继周了解情况后,积极给姐妹俩争取孤儿补助,将奶奶费孝现纳入低保,又多次请银桥镇国土所工作人员实地勘察,与村民沟通协商,解决了宅基地问题,争取资金新建了一层四间平房。“杨叔叔平常就很关心我们,他经常跟我说奶奶年纪大了我们要好好学习,好好做人才能报答她的养育之恩。有一年冬天,他还提了电热毯来家里看我们,怕我们着凉生病。”杨志霞回忆起之前杨主任给予她们的帮助,心中充满了感激。

双阳村双鹭自然村建档立卡贫困户杨飞是杨继周的“发小”,因长期外出打工,照顾不了年迈的母亲和身患精神疾病的弟弟。杨继周就经常到杨飞家走访了解生产生活情况,积极争取农村低保政策,并帮助实施“空心村”整治项目,大大改善了杨飞家“困在空心村”的穷苦生活。“我家能过上现在的好日子,全得感谢一个人,就是杨继周。”杨飞至今也忘不了杨继周在脱贫攻坚期间对他们家所做的工作和帮助。

开展“百日攻坚”“百日提升”工作时,杨继周不仅要求村组干部要在“大走访、大排查”工作中认真分析、仔细排查,全面做到不遮掩、不弄虚作假,而且他本人在走访排查农户基本情况时,总是认真地在笔记本上记好每一户的情况,全面摸排外出务工、房屋建设、学生上学、残疾人、预脱贫、返贫等各类基础数据,并与贫困户共同商议发展方向。在他务实的工作态度的带动和感染下,全村干部动真情、动真格,真扶贫、扶真贫,真抓实干、埋头苦干,稳定解决了“两不愁三保障”32户122人,兜底保障3户8人。截至2019年底,双阳村35户建档立卡贫困户全部脱贫出列。

### 用无我诠释担当

过去双阳村石材加工经营户达200余户,废弃石材乱堆放现象普遍,行路难、环境差等问题日益突出,给村民生产生活带来诸多不便,积累了许

多矛盾。作为村委会主任的杨继周,看在眼里,急在心里。

在认真学习相关政策精神后,杨继周对班子成员说,市委、市政府正在全力推动的社会主义新农村建设是我们村改变“脏、乱、差”面貌的最佳机会。说干就干,立马行动,他带领村干部一班人东家进、西家出,白天入户走访,晚上开会研究,用最快速度拟定新农村建设方案并争取到当年市级示范村项目支持。2013年新农村建设项目的实施,给双阳村南阳自然村带来了巨大变化,从村心路硬化、铺设排污管网、修复古迹遗址、进村主干道绿化美化、村中心广场改建到白族民居改造并彩绘,再到设置进村路标识、路灯以及垃圾箱……涉及12个建设项目,完成总投资465万元。

“在工作上,杨继周尽心尽责、任劳任怨,从不畏缩、从不推脱,把每一项工作都认真负责地做好。”双阳村委会党总支书记杜学标说:“他担任村委会主任的这些年,是双阳村变化最大的几年。”

杨继周始终将老百姓的需求冷暖放在心里,哪家有什么困难,谁有什么病,他都一清二楚,并能够及时提供帮助,但对于自己家庭的关爱却总是“缺

位”,一门心思经营双阳村这个“大家”,时常忽略了自己的“小家”。下班后回家吃饭、抽时间多陪陪女儿,这些对于普通家庭来说再简单不过的小事,也常常因为村委会的工作而被搁置。提起这些,妻子杨艳娇有些埋怨:“他一心只有工作,女儿还小,还没有好好陪伴孩子成长,看着她成才、成家,就这么撒手走了,家里的顶梁柱也倒了。”

出事的那天上午,杨继周和村监委主任张利解一起到白石溪巡河。白石溪南岸曾经有20多家石材加工户,污水直排入河,污染严重,白石溪一度成为“牛奶河”。为了保护洱海,也为了人居环境提升改造,杨继周痛下决心,带领村组干部到加工户家中做工作,取缔了岸边的石材加工户,啃下了一块“硬骨头”。随后杨继周积极到镇里争取项目资金30余万元,对白石溪两岸绿化600多米,建设白石溪护栏400米,取缔原有露天垃圾池,筑起花台,放上石桌石凳,将其改造为老年人休闲场所。

下午,在完成脱贫攻坚入户走访和乱占耕地建房摸排巡查工作后,杨继周担心石材加工户的污水因连日阴

雨而流入沟渠,便和同行的专干费少壮分开,独自前往向春的石材加工点查看,谁知这一去竟是永别……

苍山不语,洱海含泪。杨继周将自己的青春年华献给了他热爱的家乡,直到生命的最后一刻,他心里仍然牵挂的是工作。回望他的一生,他是那么的平凡,在村委会工作13年,是千千万万普通村干部的缩影,可他又是那么的伟大,一步一个脚印,给脱贫攻坚工作交出了一份出色的答卷,用自己的担当奉献诠释了一位年轻党员的初心使命。

杨继周虽离我们而去,但他信念坚定、对党忠诚的政治品格;为人正直、坚守原则的高尚情操;勇于担当、勤政实干的优良作风;心系群众、无私奉献的公仆情怀,鼓舞和激励着全市党员干部在推动新时代大理高质量发展、建设幸福美丽新大理中奋发向上,再攀高峰。



杨继周在疫情期间巡查各点位



杨继周在汛期检查下水井盖



杨继周看望建档立卡贫困户



杨继周查看石材加工户沉淀池