



● 神舟十二号载人飞船于6月17日9时22分发射,飞行乘组由航天员聂海胜、刘伯明和汤洪波三人组成。



● 在神舟十二号载人飞行任务实施之际,中国载人航天工程办公室正式发布本次飞行任务标识。

日前出版的第12期《求是》杂志将发表习近平的重要文章《以史为镜、以史明志,知史爱党、知史爱国》。

● 日前,中共中央、国务院转发了《中央宣传部、司法部关于开展法治宣传教育的第八个五年规划(2021—2025年)》。

● 中央网信办日前决定在全国范围内开展为期2个月的“清朗·‘饭圈’乱象整治”专项行动。

● 教育部日前宣布成立校外教育培训监管司,主要负责承担面向中小学生(含幼儿园儿童)的校外教育培训管理工作等。

● 交通运输部等三部门联合印发方案,优化完善高速公路分路段差异化收费模式,稳步扩大差异化收费实施范围。

缴费套路多! 警惕校外培训风险

学期考试临近,暑假将至,国务院教育督导委员会办公室提醒广大家长,在为孩子选择培训项目、缴纳培训费用时擦亮眼睛,避免上当受骗,特别注意以下事项:

警惕虚假宣传诱导缴费。部分培训机构为招揽生源,以明显低于成本的价格售卖课程、以不当用语诱导学生报名,甚至虚构从未成交的课程原价,然后以划线价、折扣价进行虚假宣传,吸引家长缴纳培训费用。

警惕巧立名目违规收费。在缴纳费用前,家长要详细了解培训机构向社会公示的所有收费项目,对超出公示范围、一次性超过3个月或60课时的收费,需仔细辨别,谨慎操作。

警惕炮制噱头高额收费。部分培训机构利用家长和孩子考前的急切心理,假借命题研究中心、命题专家甚至命题人的噱头,组织所谓的“保密培训”“内部培训”等,收取高额费用。

生活小贴士

夏天爱出汗,饮食做4种调整

出汗过程中,人体损失的不仅有水,还有一些营养素,比如蛋白质、钙、钾、锌、B族维生素等,如果不及时补充,可能会引发疲倦、全身乏力。建议从以下几个方面调节饮食:1.多吃豆制品和奶制品等含钙多的食物,以及土豆和蘑菇等钾含量丰富的食物。2.注意补充B族维生素,如多吃红豆、绿豆、燕麦等粗粮,还可以适量吃些动物肝脏,如鸡肝和猪肝等。3.保证蛋白质的摄入。饮食中,有1杯酸奶/牛奶,1个鸡蛋/半个鸭蛋,在此基础上加1份豆制品或1碗豆粥,还要常吃些清爽烹调的瘦肉和鱼。4.适当吃点酸味食物。适当吃酸枣、葡萄、山楂、柠檬、草莓、乌梅、菠萝、猕猴桃等酸味水果,可起到敛汗生津的作用。



地址:大理市下关苍山路23号 编辑部电话:2181773 邮政编码:671000



每个成年人体内约有4.5升血液,而200毫升血液,或许就能挽救他人生命。每一袋凝聚着爱心的血都能让生命得以延续,但献血前,你可能会纠结安全性、献血量、血液去向等问题,不敢迈出第一步。

事实上,科学献血从采集到利用都有套严谨程序。献血不仅能帮助他人,对捐赠者本人也有以下好处:

血液流动更畅通
献血会让血管内膜少受损伤,动脉堵塞也较少。研究成果表明:献血者心脏病病发作、中风和患上癌症的风险更低。

体内铁元素含量保持平衡
血液中铁元素的含量过高会对血管健康造成损害,适当降低铁元素含量有助于减轻与血管畸形有关的疾病的风险,比如心脏病和中风等。

一次说清献血的5个疑问
血液至今仍然无法人工合成,只能依靠健康人群无私捐献。每一袋饱含爱心的血液经过无数环节,最终进入医院,完成它们延续生命的使命。

对于献血这件事,你可能有以下疑问:
献血是否会贫血或影响免疫力?
人体血液具有再生功能。每次献血量只占人体血液的极少部分,不会影响人体血液的正常循环,经过机体的自我调节,缺少的血细胞很快就会得到补充、恢复,不会引起贫血。按照规定的间隔时间参加献血,还能促进血液再生。

人体血液红细胞占较大比例,白细胞只是其中一部分。因此献血不会影响

人体的免疫力。
以一个正常成年人为例,一次献血200-400毫升,所消耗白细胞仅仅是人体总数的1%~2%,1-2小时就能从骨髓得到补充。

为什么无偿献血,最后都用在哪儿?
科学献血对捐献者的身体条件、献血量等都有要求,为了让身体有个好状态,捐献前后各有注意事项:

献血量
据《中华人民共和国献血法》及《献血者健康检查要求》规定,健康成年人一次可献全血200或400毫升(初次献血或体重未达到50公斤者可献200毫升)。

献血频率
献血后,人体血细胞再生需要一定时间,其中血小板生存周期在15天左右,白细胞1个月左右,红细胞、血红蛋白的代谢周期为3个月左右。

因此考虑血细胞的恢复,国内成分血(血小板)的献血间隔为两周至一个月(一年不超过24次),献全血的间隔不低于6个月。

献血人群
普通健康人群都可以献血,但女性月经前后3天、妊娠期、分娩及哺乳期未满1年者,近期有手术、感冒、肺炎、痢疾、急性胃肠炎等情况者暂不能献血。此外,有血液系统及传染性疾病者不能献血。

献血前
献血前几天以素食为主,最好少吃食油腻食物;不吃虾蟹等蛋白质过高的食物,以避免血液中出现过敏物质;献血前一天不要喝酒,献血前要吃早餐,不能空腹;献血前一周内不要服用药物。

献血时
献血时,捐献者应全身放松,被采血的手臂尽量与心脏在一条水平线上。

献血后
适当增加营养,多吃有利造血的食物,适当补充糖分和蛋白质;针眼部位保持干燥清洁。

献血当天不要进行高空作业、高温作业、长途驾驶、体育比赛等,1-2天内不宜剧烈活动;

多喝水,多吃瘦肉、鸡蛋、豆制品、新鲜蔬果等,献血后1个月内最好别喝茶。

献血后必须大补吗?
就目前人们的生活水平,饮食结构和营养状况而言,健康成年人献血后完全不必进补各类营养品。

O型血是“万能血”吗?
虽然O型血没有A、B抗原,但O型血中的抗A、抗B凝集素能与其它血型的红细胞发生凝集反应,不能大量输入。因此,O型血并非“万能血”。

献血前后,各有什么注意事项

科普

无偿献血,最后都用在哪儿?

科学献血对捐献者的身体条件、献血量等都有要求,为了让身体有个好状态,捐献前后各有注意事项:

献血量
据《中华人民共和国献血法》及《献血者健康检查要求》规定,健康成年人一次可献全血200或400毫升(初次献血或体重未达到50公斤者可献200毫升)。

献血频率
献血后,人体血细胞再生需要一定时间,其中血小板生存周期在15天左右,白细胞1个月左右,红细胞、血红蛋白的代谢周期为3个月左右。

因此考虑血细胞的恢复,国内成分血(血小板)的献血间隔为两周至一个月(一年不超过24次),献全血的间隔不低于6个月。

献血人群
普通健康人群都可以献血,但女性月经前后3天、妊娠期、分娩及哺乳期未满1年者,近期有手术、感冒、肺炎、痢疾、急性胃肠炎等情况者暂不能献血。此外,有血液系统及传染性疾病者不能献血。

献血前
献血前几天以素食为主,最好少吃食油腻食物;不吃虾蟹等蛋白质过高的食物,以避免血液中出现过敏物质;献血前一天不要喝酒,献血前要吃早餐,不能空腹;献血前一周内不要服用药物。

献血时
献血时,捐献者应全身放松,被采血的手臂尽量与心脏在一条水平线上。

献血后
适当增加营养,多吃有利造血的食物,适当补充糖分和蛋白质;针眼部位保持干燥清洁。

献血当天不要进行高空作业、高温作业、长途驾驶、体育比赛等,1-2天内不宜剧烈活动;

多喝水,多吃瘦肉、鸡蛋、豆制品、新鲜蔬果等,献血后1个月内最好别喝茶。

献血后必须大补吗?
就目前人们的生活水平,饮食结构和营养状况而言,健康成年人献血后完全不必进补各类营养品。

O型血是“万能血”吗?
虽然O型血没有A、B抗原,但O型血中的抗A、抗B凝集素能与其它血型的红细胞发生凝集反应,不能大量输入。因此,O型血并非“万能血”。

献血前后,各有什么注意事项



增强『四个意识』

坚定『四个自信』

做到『两个维护』

两个维护



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

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

大理时讯

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九



2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九



2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九



2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

大理时讯 DALISHIXUN

第1863期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒

2021年6月18日 星期五
农历辛丑年 五月初九

我市召开安全生产工作会议 严启红出席并讲话

6月16日,我市召开安全生产工作会议,学习贯彻中央和省州近期关于安全生产工作重要批示精神,分析研判我市当前安全生产形势,对下一步工作进行再部署、再推动、再落实,切实保障人民群众生命财产安全。

市委副书记、市长严启红出席会议并讲话。

严启红指出,安全生产事关人民福祉,事关经济社会发展大局,做好安全防范工作,是对各级干部守初心、担使命、尽职责、守底线的重大政治考验。随着雨季和暑假的到来,我市即将迎来旅游出行的旺季,人员出行集中,交通运输繁忙,野生菌上市,食品安全、交通事故、工程领域等各项安全生产压力进一步加大。全市各级各部门要增强政治敏锐性,全面排查各类安全隐患,防范重大突发事件发生,切实保障人民群众生命和财产安全,维护社会大局稳定,为庆祝建党100周年营造良好氛围。

严启红强调,全市各级各部门要坚持把排查、整改、除患作为关键环节,持续组织开展安全隐患大排查、大整治行动,严查死守防范各类事故发生。各相关部门要强化对危险化学品、道路交通、消防安全、城市燃气、城市建设和基础设施、学校安全、旅游安全、公共安全、重点建设工程、防汛减灾等方面的隐患排查。各级各部门要不断强化协同合作,厘清职责界限,发挥部门优势,在抓紧解决苗头性、倾向性问题上下功夫抓落实,把风险隐患考虑得更充分,把治理措施想得更周全,把问题解决在苗头阶段,坚决杜绝重特大事故发生。

严启红要求,全市上下要把思想和行动统一到习近平总书记重要指示精神和党中央决策部署上来,任何时候都把人民生命安全放在第一位,抓紧抓好安全生产工作,确保社会大局和谐稳定。要压紧压实工作责任链条,层层传递压力,级级压实责任,健全完善应急处置机制和应急预案,明确部门、乡镇、村(居)等责任,开展经常性熟悉演练,明确处置职责、程序和措施;要继续督促各类企业严格履行法定义务,加快推动企业建立全员安全生产责任制和岗位安全生产责任清单,加强对落实安全生产责任制情况及自然灾害应急管理工作进行督促检查,对责任不落实、措施不到位、职责不履行导致发生重大(事)件的,依法依规严肃追究问责。各级各部门要站在讲政治、顾大局的高度,切实抓牢防风险、保安全、护稳定各项工作,为庆祝建党100周年营造安全稳定的良好环境。

市委常委、常务副市长李利彪主持会议,副市长李学忠对森林防火工作作安排部署。

副市长、市公安局局长芮灿杰,市政府党组成员李文标出席会议。

记者 张益秋 马 骅

激发各类人才创新活力 ——论学习贯彻习近平总书记在两院院士大会中国科协十大上重要讲话

□人民日报评论员

当今世界的竞争说到底就是人才竞争、教育竞争。在中国科学院第二十次院士大会、中国工程院第十五次院士大会和中国科协第十次全国代表大会上,习近平总书记强调要激发各类人才创新活力,建设全球人才高地。

培养创新型人才具有重要指导意义。我国教育是能够培养出大师来的,我们要有这个自信!人才的培养培育离不开良好的环境,要在全社会营造尊重劳动、尊重知识、尊重人才、尊重创造的环境,形成崇尚科学的风尚,让更多的青少年心怀科学梦想、树立创新志向。“栽下梧桐树,引来金凤凰。”构筑集聚全球优秀人才的科研创新高地,完善高端人才、专业人才来华工作、科研、交流的政策,就能面向世界汇聚一流人才,吸引海外高端人才。

激发各类人才创新活力,需要营造良好创新环境。习近平总书记任在讲话中特别指出“科技创新离不开科技人员持久的时间投入”“保障时间就是保护创力”“着重强调“要建立让科技人员把主要精力放在科研上的保障机制,让科技人员把主要精力投入科技创新和研发活动。”明确提出“各类应景性、应酬性活动少一点科技人员参加,不会带来什么损失!决不能让科技人员把大量时间花在一些无谓的迎来送往活动上,花在不必要的评奖评价活动上,花在形式主义、官僚主义的种种活动上!”习近平总书记情真意切的话语,道出了广大科技工作者的心声,在会场内外引发强烈共鸣。各级党委和政府要充分尊

重人才,加强对科研活动的科学管理和服务保障,为科研人员营造良好创新环境。两院院士是国家的财富、人民的骄傲、民族的光荣,榜样的力量是无穷的。习近平总书记希望广大院士做胸怀祖国、服务人民的表率,追求真理、勇攀高峰的表率,坚守学术道德、严谨治学的表率,甘为人梯、奖掖后学的表率。广大院士不忘初心、牢记使命,响应党的号召,听从祖国召唤,敢为人先,追求卓越,坚守学术道德和科研伦理,甘做提携后学的铺路石和领路人,为党、为祖国、为人民鞠躬尽瘁、不懈奋斗,就能进一步激励广大科技工作者在新征程上不断攻坚克难、勇攀高峰,更好肩负起时代赋予的重任。

今年是中国共产党成立100周年,我国开启了全面建设社会主义现代化国家新征程。党和国家事业发展对科学知识、科技人才和创新提出了新的需要,比以往任何时候都更为迫切。贯彻尊重劳动、尊重知识、尊重人才、尊重创造方针,深化人才发展体制机制改革,全方位培养、引进、用好人才,充分发挥人才第一资源的作用,激发各类人才创新活力,我们就一定能实现高水平科技自立自强,建成世界科技强国。

(转载自6月5日《大理日报》)

大理市2021年“安全生产月”宣传咨询日系列活动举行

6月16日,由大理市安委会等部门和单位在上关镇新农贸市场联合开展“安全生产月”宣传咨询日系列活动。在活动现场,各单位紧紧围绕活动主题,坚持贴近实际、贴近群众的原则,通过组织无人机等应急救援装备、安全生产宣传展板展示,广播播放安全生产有关知识,发放安全生产政策法规、应急救援、逃生自救等宣传资料,设立现场咨询服务台等有特色的系列活动,进一步提高广大人民群众的安全防范意识,树牢安全发展理念。

除开展宣传咨询系列活动外,在上关镇马厂中心完小,市应急管理局相关领导为学生讲授关于森林火灾、校园安全等方面的安全知识讲座,通过生动形象的案例和对应的具体防范措施敲响校园安全警钟。同时,市消防救援大队工作人员还为师生讲解了消防器材使用方法并现场开展消防灭火演练,进一步增强师生的安全意识,增强自我保护技能,为平安校园建设打下坚实基础。

记者 张益秋 摄影报道 杨 阳



特别报道

视野 周刊

第354期 策划 汤振 李锦芳

织密大交通网络 群众生活更便捷

○记者 朱滢 吴志 摄影报道

交通路网是一个城市的“脉络”，道路建设是重要的民生工程，关系到城市功能的完善、城市品位的提升和群众幸福指数的提高。目前，楚大高速公路扩容改造工程即将完工、大瑞铁路大保段也将在年内建成通车；明年，大南高速公路将建成通车……一个个振奋人心的消息，让大理人民充满了期待。这些工程的实施过程中遇到过什么样的困难和瓶颈，而建设者们又是如何克服重重困难逢山开路、遇水架桥，全力加快交通路网改造提升的呢？让我们一起去看看。

大南高速公路深长村隧道设计为双向6车道大跨度分离式特长隧道，全长5460米，是大理市通往南涧县最长最难的隧道和控制性工程，也是通往大理新区的一条主要通道。在现场，记者了解到，目前，开挖和支护已经完成了2233米，每天都有180多名工人在现场施工，但是由于地质条件差，导致施工进度缓慢，工期压力大。

连日来，在大南高速公路深长村隧道内的施工现场，皆是建设者们大干快上的火热场景。放眼望去，挖掘机正在不间断地开挖，一辆辆卡车有序在洞内洞外进进出出，把开挖出来的泥渣及时清运出去。

大南高速公路深长村隧道设计为分离式双向6车道，隧道与大台江断裂带交叉，岩体破碎，软硬不均，自稳性差，存在滑坡等变形风险。同时，隧道下穿大临铁路大麦地隧道2号、3号斜井和G215国道，存在较大安全风险，是全线线路最长、难度最大的隧道。

大南高速公路第一总包部总工程师康润介绍：“工程难点主要是难以控制沉降变形，在隧道里施工过程中经常会遇到初支开裂、掉块、钢拱架扭曲变形甚至塌方等情况出现。面对重重困难，我们在确保安全和质量的前提下，采取大拱脚、大锁脚、大管棚、双层钢拱架等技术措施加强初期支护，控制沉降。这条隧道还有一个难点，刚进洞是长达384米的垃圾山体，在垃圾山体施工犹如在棉花堆里打隧道。此外，由于地质原因，施工中还发生了几次塌方，工期压力确实很大。”

大南高速公路是国家高速公路网G5612大理至临沧高速公路的首段，是云南省“五纵五横一边两环二十联”高速公路网中的第四纵线，是连接大理市、巍山县、南涧县的州县经

济主干道。自进场以来，施工方克服了软风化岩等地质难题，在确保质量安全的前提下，各项工程正有序推进。

在大瑞铁路施工现场，记者看到工作人员正在紧张地进行着施工作业。在经历了13年的艰苦建设之后，大瑞铁路的建设者克服了特殊地质灾害和隧道涌水等诸多困难。目前，大理市境内已经进入了全线轨道铺设及线路架设阶段，为实现年内大理到保山段建成通车奠定了坚实基础。届时，大理到保山的旅行时间将从原来的2小时缩短为1小时。

大瑞铁路是我国西南进出境通道之一中缅国际铁路通道的重要组成部分，建成通车后将连通中缅国际铁路中国境内的“最后一段”，对进一步发挥云南面向东南亚、南亚开放辐射中心的作用，重塑历史上“南方丝绸之路”新的辉煌，改变云南西南部的交通运输格局，确保中缅能源进口战略通道安全都将产生重大而深远的影响。然而，在大瑞铁路建设过程中，需要啃下一个又一个的“硬骨头”。

中铁八局大瑞铁路项目部负责人张雪峰介绍：“大瑞铁路建设要穿越地形地貌比较复杂的地带，有几大山系，还有几条河流，因为地质活动频繁，控制性工程就比较多，突发性的事件比较多，地震、隧道涌水、软岩变形、岩层坍塌等，都影响了施工进度。”

大瑞铁路起于大理站，止于瑞丽站，全长330公里，于2008年开工建设，全线穿越了苍山、怒山、高黎贡山等山脉，跨西洱河、怒江、澜沧江等河流，沿线地质地貌复杂，全线桥隧比达75%，大保段桥隧比高达86.5%。因横穿地质活动断裂带，大瑞铁路施工难度极大，被业内专家称为“地球上最难修建的铁路”。

张雪峰说：“中铁八局昆明公司承建的标段总共有21公里，有90%以上都在地下，都是隧洞。在隧洞里，高温高热特别严重，当前个别隧洞温度已达40多度，作

业工人依然坚持24小时不间断施工。进场施工以来，管理人员和工人都克服种种困难，完成了一个又一个节点，最终才迎来了今天的全面铺架。”

今年3月15日，大瑞铁路建设传来捷报，随着中国中铁五局施工人员将一节12.5米长的轨节铺设在大理车站大瑞铁路大保段起点DK1+350处，标志着大瑞铁路全线进入铺轨阶段。历时13年的艰难建设，今年年底即将实现开通运营的目标。

炎炎夏日，在中铁17局楚大高速公路扩容项目1号制梁场，同样是热火朝天的施工景象，工人和技术人员正在捆扎、检查已成型的预制T梁钢筋骨架、吊装模板，梁场两侧沿线也正在对路基或桥墩施工，各项工程正有条不紊地进行。在施工现场，今年33岁来自山西省大同市的施工队长张宏明格外显眼，因为工作繁琐细致，在正午太阳下，他的头上都是密密麻麻的汗珠。

张宏明向记者介绍：“施工队目前所在的位置是17局楚大项目1号梁场，这个梁场是全线最大的一个梁场，总共产1310片梁，目前产量已超过60%，现在每天日产6.5片梁，因为工期紧、任务重，整个梁场不间断24小时流水作业。”

张宏明从2019年项目一进场，就来到项目部，负责一工区的施工生产任务，包括桥梁的装机、墩身、T梁制作等工作。为能第一时间解决工地上出现的各种问题，他一直和工人们吃住在一起，已经一年多没有回家了。

张宏明感慨地说：“工作生活虽然非常紧张，但也特别充实。大家都有一个共同目标，就是保质保量将所有任务完成，确保工程按期通车。”

楚大高速公路是云南省会昆明通往滇西方向8州市的主要交通大动脉，也是通往缅甸及东南亚周边各国的重要国际大通道。由于楚大高速公路运营年限长、设计等级低、通行能力不足和路面严重老化等原

因，已难以满足广大群众出行的需求，楚大高速公路扩容改造项目势在必行。项目在建设过程中，同样也面临着种种问题。

中铁17局楚大扩容项目总工程师陈浩介绍：“2019年12月进场以来，从2020年4月进入提速施工阶段，整体工程体量比较大。大理市从征地拆迁、外部环境保障等方面给予了大力支持，现在工程推进比较顺利。”

从无到有、连线成网。大理市是滇西重要的交通枢纽和物资集散地之一，是连接滇西8地州的交通要冲，楚大高速、大保高速、大丽高速、广大铁路、大瑞铁路、大丽铁路等在这里交汇、贯通，形成了四通八达的交通路网。

“到目前为止，楚大高速、大南高速、大瑞铁路征地拆迁工作已全面完成。”市交通局副局长、市重点办主任罗亮介绍：“今年，楚大高速、大瑞铁路将建成通车，明年，大南高速也将通车，这三条线通车后将极大地改善大理、昆明、楚雄、丽江、怒江、保山、南涧、巍山的交通状况。”

今天的大理，高速路、铁路、公路纵横交错。随着以干线公路和高速公路为主对外大通道的进一步形成，我们有理由期待，这些对外大通道将为大理市的发展提供新的城市能级，使大理市城市品质得到进一步提升，群众生活会更便捷，大理市的发展通道也将进一步拓宽。

