



中国主要健康指标居于中高收入国家前列 中国国家卫生健康委员会新闻发言人米锋近日指出,中国居民健康水平持续改善,主要健康指标居于中高收入国家前列。中国居民健康水平持续改善,人均期望寿命提高到了77.3岁,孕产妇死亡率、婴儿死亡率分别降至十万分之16.9和千分之5.4,主要健康指标居于中高收入国家前列。中国医疗服务能力持续提升,一批国家区域医疗中心、高水平重点专科得到扶持发展,84%的县级医院达到二级及以上医院水平,远程医疗协作网覆盖所有地级市。中国公共卫生和应急体系建设持续加强,彻底消灭了天花,消除了脊髓灰质炎和疟疾,基本消除了麻风病、丝虫病和血吸虫病,主要传染病发病率显著下降,成功防范和应对了鼠疫、人感染禽流感等突发疫情,经受住了新冠肺炎疫情的重大考验。

三部门发文为义务教育“补短板” 教育部、国家发展改革委、财政部近日发布《关于深入推进义务教育薄弱环节改善与能力提升工作的意见》,要求持续改善学校基本办学条件,提高义务教育教学水平和质量,突出加强农村义务教育薄弱环节这个事关全局的重点,逐步实现义务教育资源均等化。近年来,我国着力提升农村薄弱学校办学水平,全面提高义务教育质量,促进教育公平。截至2019年底,全国有2767个县(市、区)通过了义务教育基本均衡发展督导评估认定,占比达95.32%。但是,义务教育发展不平衡不充分的矛盾依然存在,教育资源均等化的步伐还有待加快。意见指出,要围绕义务教育学校办学条件薄弱环节和人民群众关切的突出问题,根据人口流动变化趋势提前研判学位供需变化,坚持城乡并重,科学合理规划学校布局。根据意见,“十四五”期间,中央财政继续安排义务教育薄弱环节改善与能力提升补助资金,重点支持中西部和东部部分困难地区义务教育发展。

工信部打击养卡屯号等行为 据工业和信息化部微信公众号消息,今年5月以来,工业和信息化部依法关停公安机关通报的涉案电话卡6055张,处置涉案关联互联网账号18552个,组织对1536.17万张“睡眠卡”等高风险电话卡进行了二次实名认证和处置,有力打击了各类违规办卡、养卡屯号行为。近期,工业和信息化部联合公安部发布了《关于依法清理整治涉诈电话卡、物联网卡以及关联互联网账号的通告》,指导电信企业建立高风险电话卡“二次实名认证”制度,集中对公安机关通报的涉案电话卡、高风险电话卡以及关联互联网账号进行了系统清理整治,着力切断电信网络诈骗通信渠道。

大瑞铁路通信信号工程进入全面建设阶段 日前,中缅国际通道的的重要组成部分,云南大理(丽)铁路通信信号工程首件定标顺利完成,为全线通信信号工程施工作业提供了标准,标志着大瑞铁路通信信号工程进入全面建设阶段。大瑞铁路全长约330公里,东起大理市,西至中缅边境瑞丽市,是我国《中长期铁路网规划》中完善路网布局和西部开发重要的项目之一。其中,预计今年年底开通运营的大理至保山段全长133公里,通信信号工程需建设12个基站,新建保山通信站、扩建大理通信站和房建专业工程建设。



### 夏天犯困怎么办?

俗话说:“春困秋乏夏打盹,睡不醒的冬三月”,现在天气愈发闷热,大家是不是总感觉周身疲劳,有睡不醒的感觉呢?而且食欲也不是很好要。那么,夏天老犯困是怎么回事呢? “夏打盹”也称之为夏季倦怠症,“夏打盹”不是没有原因的。 首先,夏季钾、钙等微量元素大量流失。夏天天气高,人体出汗多,人体中的钙、钾、钠等微量元素随之大量流失,从而造成人体对这些元素的缺乏,这也是导致夏季精神疲劳和“夏打盹”最主要的原因。其次,夏季消化功能减弱,脾虚易疲劳。夏天暑热会减弱人的食欲及肠胃的消化功能,从而影响到人体对营养的摄入量。营养摄入量少了,人自然就会感觉没精神,易疲劳。 与此同时,一些生活的小细节如果不注意,也会让你夏天容易犯困。



### 临期购买,也是节约行为

近日,一些热门商圈或社区超市以白菜价售卖临期食品,不少消费者对此十分买账。有的囤货党因为爱上临期食品,甚至一改此前的购物习惯。此外,有的网购平台还采用更为直接的“倒计时”定价法,让不少人眼前一亮。 为了保证食物品质直接扔掉快过期的食品,是一些超市、熟食店、烘焙坊的通行做法;也有相当一部分消费者,在选购食品时会专门翻找挑选日期最新的食品。由于商家和消费者对临期食品都另眼相看,所以,眼睁睁看着临期食品变成过期食品,且不说降低价格约一直都是中华民族的传统美德,如

没有喝足够的水 对于人体而言,水在体内不但是“运送”各种营养物质的载体,而且还直接参与人体的新陈代谢。所以即使是轻微程度的脱水也会影响能量水平,影响新陈代谢。 过度饮水 酒精对人体的神经有抑制作用,可促使人体大脑处于部分麻醉状态,使局部感到酸软无力,从而产生疲劳感。 躺在床上玩手机 平板电脑、智能手机等显示屏所发出的蓝光会抑制褪黑素的分泌,扰乱人体自然的生理节奏,从而造成疲劳。 频繁熬夜 熬夜会导致日常生活节奏紊乱,时间长了体内激素的分泌也会紊乱。 长期待在空调房内 空调房间里往往窗户密闭,不通风,二氧化碳增多,长此以往会让大脑缺氧,睡意不知不觉就来侵袭了。 最后,送你夏季“醒脑”的小妙招:睡眠起居必须规律;科学补充水分;饮食清淡,少食肥甘厚味及辛辣食物;多做有氧运动。

物尽其用的好办法,大多数店铺表示愿意采纳。 随着临期食品成为热门话题,临期食品也比以前热销。出人意料的是,很多年轻人开始青睐临期食品。出于珍视粮食外加物美价廉的考虑,用白菜价去买临期的好货,在年轻消费者中形成一股新风潮。瞄准临期食品表现出的巨大市场潜力,不少投资人已将其当作新风口。 值得提醒的是,售卖临期食品,初衷是在保证安全的前提下减少浪费,相关的生意经可不能因一味逐利而变味。安全第一,必须是临期食品的售卖底线,如果发现把过期食品重点临期标签、低价出售等违规现象,监管部门应该从严处罚,决不姑息。另外,在实际销售中,许多超市会将不同保质期的食品进行混卖,不仅容易混淆消费者的判断,也降低了打折出售临期食品的效果。《北京市反食品浪费规定》草案近日出台,明确鼓励对临近保质期的食品设专区集中陈列出售。对此,超市、商场、便利店等涉及食品销售的场所应该给临期食品留出标示醒目的专属区域,同时打磨服务细节,保障临期食品的购物体验。 临期食品升温,就是给“舌尖上的浪费”降温;一买一卖之间,体现节俭低耗的经营智慧,折射趋于理性的消费态度。临期食品备受青睐,不仅是买卖双方间的双赢,更是社会发展和资源节约间的互惠。随着越来越多的临期食品“变废为宝”,势必会节约更多优质的公共资源,有助于实践可持续发展的模式和文明绿色的生活方式。

# 理论学习有收获 思想政治受洗礼 干事创业敢担当 为民服务解难题 清正廉洁作表率

中共大理市委主办 大理时讯 DALISHIXUN 2021年7月9日 星期五 农历年五月三十 中雨 18℃ ~ 27℃ 第1878期 编辑/陈曙娟 传真电话:2181773 新闻热线:13987250936 Email:dlsxtg@163.com 微信扫一扫 关注大理融媒

## 市委理论学习中心组2021年第四次集体学习暨党史学习教育读书班专题研讨举行

罗永斌主持学习并讲授专题党课

7月6日,市委理论学习中心组举行2021年第四次集体学习暨党史学习教育读书班专题研讨。 市委常委、市委书记罗永斌主持学习并讲授党史学习教育专题党课。市委常委、市纪委书记、市监委主任张琮,市委常委、市委宣传部长马晓玲作主题发言。 罗永斌指出,此次党史学习教育读书班主题鲜明、内容丰富、形式多样、安排紧凑,通过集中学习,全员都有新的收获和提升。全市各级领导干部要以此读书记为新的起点,紧密结合实际,坚持学以致用,学用结合、学思用贯通,把学习教育作为一项基础性经常性工作来抓, 奋斗百年路 启航新征程 牢记初心使命 争取更大光荣

做到学史增信;要探索探求力量源泉,涵养高尚的道德品质,崇尚对党忠诚的大德、造福人民的公德、严于律己的私德,在坚持知行合一中做到学史崇德;要悟真悟切勇担使命,提升“敢于斗争、善于斗争”的勇力和本领,涵养“功成不必在我、功成必有我”的境界和担当,保持“踏石留印、抓铁有痕”的韧劲和干劲,在推动高质量发展中做到学史力行,把学习成效转化为干事创业、推动发展的强大力量、生动实践和实际成效。

会前,读书班全体学员聆听了李桂科、杨国旺先进事迹宣讲报告会,参观了大理市烈士陵园,向烈士纪念碑敬献花篮,并在市委副书记、市长严启红带领下重温入党誓词。 市委常委、市人大常委会、市政府、市政协领导班子成员,市法院院长、市检察院检察长等领导;市级各有关单位党员干部主要负责同志;各乡镇、街道党(工)委书记参加学习。 记者 鲍亚颖 杨阳

## 大理市政法队伍教育整顿总结提升环节征求意见座谈会召开

7月7日,大理市政法队伍教育整顿总结提升环节征求意见座谈会召开,全面总结我市政法队伍教育整顿工作,广泛听取社会各界意见建议,确保全市政法队伍教育整顿工作持续整改、走深走实。 副市长、市公安局局长芮灿杰主持会议并就相关工作作要求。 座谈会上,市公安局、市法院、市检察院、市司法局相关领导通报了本部门政法队伍教育整顿工作开展情况及取得的工作成效。参会的市人大代表、政协委员、执法监督员、人民陪审员、律师代表、企业代表、群众代表等作了交流发言,对我市政法队伍教育整顿工作取得的成绩给予肯定,并就存在的问题提出意见建议。

会议指出,自第一批政法队伍教育整顿工作开展以来,全市上下坚持开门搞教育整顿,广泛听取和吸纳社会各界意见建议,有力提升了教育整顿工作成效。在教育整顿总结提升阶段再次召开座谈会,是深入贯彻新发展理念 and 以人民为中心的发展思想、始终把人民群众满意作为教育整顿的出发点和落脚点的具体行动。 会议要求,全市政法各部门要持续深化学习教育,紧紧抓住党史学习教育这个重要契机,在学深悟透中加强理论修养,在知行合一中提高工作水平;要持续推进问题整改,深入推进顽瘴痼疾整治工作,促使问题整改制度化、长效化;要及时总结亮点特色,聚焦政法机关主责主业,坚持和发展新时

代“枫桥经验”;要继续办好为民实事,深入开展“我为群众办实事”实践活动,扎实推进社会治理现代化创新工作,常态化开展扫黑除恶斗争,深化执法司法制约监督体系改革,为加快建设更高水平平安大理、法治大理提供坚强保障。 会议还向参会人员发放征求意见表,书面征求意见建议。 市检察院检察长、市司法局局长;部分市人大代表、政协委员、执法监督员、人民陪审员、企业代表;市政法队伍教育整顿领导小组办公室各专项工作组组长;市委政法委、市法院、市检察院、市公安局、市司法局分管领导、政工科科长;市政法队伍教育整顿领导小组办公室全体人员参加会议。 记者 张益秋 杨振飞

## 大理市市民基本文明行为15条

- 1、不乱扔垃圾; 2、不随地吐痰; 3、不随便闯红灯; 4、不乱穿马路; 5、不抢道行车; 6、不大声喧哗; 7、不到处遛狗; 8、不随意吸烟; 9、不乱停车辆; 10、不插队抢座; 11、不乱涂乱画; 12、不摘花踏草; 13、不占道经营; 14、不赌博酗酒; 15、不讲脏话。

社会主义核心价值观 富强 自由 爱国 民主 平等 敬业 文明 和谐 诚信 友善 法治 公正 法治 富强 民主 文明 和谐 自由 平等 敬业 爱国 友善

7月7日,大理市第九届人大常委会第五十九次主任会议召开。 市人大常委会主任王梅芬主持会议,市人大常委会副主任李金善,市人大常委会党组成员陶云出席会议。 副市长罗贵云,市人大及其常委会各专委会负责人,市人大街道工委主任,驻市人大机关纪检监察组组长,市政府办、市教育体育局、市交通运输局、市爱国卫生“7个专项行动”领导小组办公室领导列席会议。 会议听取了市人民政府关于农村小学教育工作情况、市人民政府关于城市优先发展公共交通情况和市人民政府关于爱国卫生“7个专项行动”实施情况的汇报。 在听取汇报后,与会代表和参会人员围绕报告以及各专委会的调查报告发表意见和建议。大家在对各项工作取得的成效给予充分肯定,同时指出存在的困难和问题,建议在推进农村小学教育小学时要进一步加大对农村义务教育小学办学效益和质量,不断优化教师队伍结构,解决好城乡之间、校际之间教师学科不配套问题和优秀教师均衡配置问题,进一步建立健全教师激励机制,完善教师评价体系,不断提高教师整体素质;在城市优先发展公共交通过程中,要不断完善政策制度,加大对优先发展公共交通的支持力度,整合好现有资源,提高企业发展整体竞争实力,加强统筹布局,提升优先发展公共交通基础条件,加大服务质量提升,统筹发展多种交通出行方式,积极推进环洱海“公交一体化”;在爱国卫生“7个专项行动”实施过程中,要不断完善基础设施,改善城乡人居环境,聚焦存在的突出问题,持续推进专项整治,持续完善机制建设,提升科学管理水平,同时加大宣传发动力度,努力提高全民文明素质。 记者 徐建伟 杨尔华





第355期 策划 汤振李锦芳

特别报道



一名老兵就是一个故事，一个故事就代表着一段历史。如今虽然硝烟已远、英雄暮年，但生活在和平年代的我们不应忘却那段历史，还有创造历史的英雄们。今天，记者带大家认识一位90岁的抗战老兵，他17岁当兵，18岁入党，至今已有72年党龄，曾参加过解放战争、抗美援朝战争和对越自卫反击战。接下来，就让我们一起走近下关军干所离休干部王春山老人，听听老人讲述革命战争年代与和平年代发生的动人故事。



# 王春山：人生九十“战斗”不止

○记者 朱滢 吴志 摄影报道

▼1950年 年轻的王春山军容严整英姿飒爽



▼1952年 参加抗美援朝战争



▼1966年 在老挝执行战斗任务



▼1979年 父子俩参加对越自卫反击战



王春山，辽宁省沈阳市人，1931年6月生，1948年10月入伍，1949年7月加入中国共产党。曾历任战士、班长、学员、排长、军事教员、参谋、参谋长、副团长。1983年，王春山光荣离休。曾经的他，在战场上奋勇杀敌，在工作中踏实认真；离休后，更是不辞辛劳进行义务宣讲，抒写了人生九十，“战斗”不止的对党忠诚篇章。

1948年，17岁的王春山参军入伍，在东北民主联军第八纵队当战士。当时，班长和副班长都是共产党员，他们总是吃苦在前，打仗也总是冲在最前面。身处榜样身边，王春山想要成为和他们一样的人，也要像他们一样加入中国共产党。

王春山回忆说：“那个时候没有车，我们行军全靠一双腿，天天走，有的战士走不动了，我就帮着扛枪、背包，组织上看到后，就想培养我入党，问我愿不愿意加入中国共产党，我回答我愿意。到达江西境内，组织上派人找我谈了一下，他们问我为什么要加入中国共产党，我回答说为共产主义奋斗终生，那个时候是1949年初，中华人民共和国还没有成立呢。”

1949年7月1日，王春山光荣地加入中国共产党。



党。峥嵘岁月里，王春山参加过辽沈战役、平津战役、衡宝战役，跟随部队走遍大半个中国，最后一路南下，到达广西钦州。1952年，王春山所在部队接到参加抗美援朝战争的命令，立即从广东登上北上的火车，奔赴抗美援朝战场。1979年，王春山又随部队参加了对越自卫反击战。

王春山说：“一天晚上，驻扎在山坡对面的敌人突然向我们发起进攻，过来以后先是试探我们，远远地就将手榴弹投了过来，我立即卧倒，卧倒后就听到身旁响了一下，随后后脑勺就有鲜血流了出来，顾不上检查，我立即将身上带的手榴弹掏出两颗，然后拿出急救包进行自救。”

听着王春山老人轻描淡写地讲述这段经历，却让我们听得惊心动魄。在王春山老人的左额头上，至今还留着一块绿豆大小的手榴弹碎片。

经历一次次生死战斗、一场场血与火的考验，尽管王春山老人说的是70多年前的事情，但我们真切地感受到他们当时在战场上的硝烟弥漫、战火纷飞，以及每个人都战斗到最后一刻的大无畏精神。

王春山回忆说：“有人问我打仗怕不怕死，我说

怕死怎么能打仗呢！像平津战役，开打之前我们就将敌人包围了，包围之后就在准备什么时候开打，那时我兜里还剩点钱，就全部买东西吃了，打仗兜里不需留钱，打仗不是怕这怕那，该前进前进，看准敌人该打就打，不能把个人生死放在第一位。”

战争年代，从东北到西南，记不清打过多少仗，但为国家而战、为人民而战，王春山从来不惧生死，每次出发都没想过要活着回来。如今，征战无数的王春山老人胸前挂满了勋章，而每一枚勋章的背后，都有着一段不平凡的经历。

指着胸前的勋章，王春山说：“上边这块是解放勋章，表明我从参军到离休，一直在部队里面，没有参加过地方工作。其他每次大的战役，也都会发一枚纪念章。今年是中国共产党建党100周年，只要党龄在50年以上的，每个人都会发一枚纪念章，我党龄72年，所以我也得了一枚。”

每一枚勋章，都记录着王春山老人南征北战、枪林弹雨和九死一生的故事。

王春山说：“我1983年离休，当时我并不想离休，干革命在部队，活着一天就要好好干一天。让我离休是党和组织对我的照顾、对我的关心，我放下了枪杆子，就拿起了笔杆子，我爱好书法，在参加无锡书法专函授班学习后，就逐步地搞起了书法。”

离休不是革命生涯的结束，而是接受新的使命。离休后，单位、社区经常邀请王春山去讲课，以他的亲身经历宣讲革命精神。另外，王春山很喜欢书法，老人希望用好的书法作品去感染人、鼓舞人。离休后，王春山参加过全国中老年书画大展、“纪念抗日战争胜利50周年”书法展、全国书画摄影艺术大展、全省军队离休干部文艺书画比赛等各种活动，获得特等奖1次，一等奖12次，二三等奖、优秀佳作奖等50多次。王春山用手中的笔，饱蘸赤子之情，抒发着自己对党的忠诚、对祖国的热爱，用一幅幅优秀书法作品传递着正能量，获得了一枚枚人生新征程上的奖章。

看着客厅里自己写的书法作品，王春山激动地说：“我这辈子就干了两件事情，风云征战老，浪静诗书人。风云就是不平静的时候我参军了，一直干到离休；浪静就是平静了，我也就休息了，休息后干什么呢，我写书法，我写那么多书法获奖了！”



今年是中国共产党建党100周年，王春山老人用自己写的一首诗，表达对共产党的热爱之情。

欢庆中国共产党建党100周年  
南湖崛起开新路，  
镰斧党旗永领航。  
觉醒工农齐上阵，  
南征北战灭豺狼。  
推倒三山圆国梦，  
神州特色五星扬。  
大展宏图惊世界，  
国强民富创辉煌。