



### 国家统计局:10年来我国城乡居民收入相对差距持续缩小

国家统计局11日发布的党的十八大以来经济社会发展成就系列报告显示,2021年全国居民人均可支配收入35128元,比2012年增加18618元,年均名义增长8.8%,扣除价格因素,年均实际增长6.6%。其中,2021年城乡居民人均可支配收入之比为2.50(农村居民收入=1),比2012年下降0.38,城乡居民收入相对差距持续缩小。报告显示,随着脱贫攻坚各项政策和乡村振兴战略的纵深推进,农村居民人均可支配收入增速持续快于城镇居民。2021年城镇居民人均可支配收入47412元,比2012年增长96.5%;农村居民人均可支配收入18931元,比2012年增长125.7%。2013年至2021年,农村居民年均收入增速比城镇居民快1.7个百分点。

### 中国空间站第三次太空授课活动取得圆满成功

10月12日,“天宫课堂”第三课在中国空间站开讲,神舟十四号飞行乘组航天员陈冬、刘洋、蔡旭哲生动介绍了空间站问天实验舱工作生活场景,演示了微重力环境下毛细效应实验、水球变“懒”实验、太空趣味饮水、会调头的扳手等神奇现象,并生动讲解了实验背后的科学原理。此外,航天员还重点介绍了在中国空间站开展的水稻和拟南芥种植研究情况,展示了科学手套箱剪株操作。此次活动,在中国科学院空间应用工程与技术中心设地面主课堂,在山东菏泽、河南郑州、云南大理设3个地面分课堂,约400名中小学生代表参加现场活动。

### 我省拟出台地方立法推动固体废物污染防治

近日,《云南省固体废物污染环境防治条例(草案)》提请省十三届人大常委会第三十三次会议审议。这是继大气、水、土壤污染防治条例出台后,我省制定的又一重点领域污染防治地方性法规。固体废物污染防治与大气、水、土壤污染防治工作紧密相连,是深入打好污染防治攻坚战的重要任务,对改善环境质量、防范环境风险、保障公众健康具有重要意义。



### 健康生活

## 果蔬存放小窍门

蔬菜和水果富含多种人体有益成分,如维生素C、膳食纤维、果胶等,是人体矿物质和维生素的重要来源。《中国居民膳食指南(2022)》推荐成人每天摄入蔬菜不少于300克,其中新鲜深色蔬菜应占1/2;水果200-350克。身处现代生活的我们,怎能一日无果蔬?

但往往事实却是这样的:果蔬买少了不够吃,囤多了又面临腐败变质的风险,即便不发生腐败变质,久存的果蔬也会发生营养的折扣,如水分变少、不新鲜、抗氧化营养素破坏、霉菌滋生等营养损失和食品安全问题。那么,怎样保存蔬菜和水果呢?

**1. 绿叶菜 表面水分晾干再保存**  
一般超市的绿叶菜,商家为了保鲜可能在绿叶菜表面喷洒一些水。注意此种情况下,应先放在阴凉、干燥、通风处把表面水分晾干,沾水蔬菜放冰箱容易冻坏,尤其是绿叶菜。叶菜类蔬菜保鲜的关键就是锁水,绝大部分叶菜为喜凉蔬菜,适合在0-4℃下存放。

放入冰箱前,要先摘除已经腐败和发黄的叶子,再用厨房纸包好菜的根部,然后用保鲜膜或保鲜袋将菜包好,最后放入冷藏。但需要注意的是,不要贴近冰箱内壁存放,避免冻伤蔬菜。

**2. 根茎类 一般不需要放冰箱**



红薯、土豆、萝卜、莲藕、山药等根茎类蔬菜,一般不需要放冰箱,只要擦干表面水分后装入保鲜袋或者纸袋,再存放在阴凉干燥处即可。也可以给它们包裹上一层报纸存放在阳台避光处,切勿阳光直射,导致土豆等泛青、长芽。

**3. 调味食材 包裹厨房纸放冰箱保存**  
香菜、葱、姜、蒜等调味菜品可和蔬菜一样包裹厨房纸保存。水分少的如小葱、蒜末、小米辣,可以直接切碎冷冻,随用随取。

**4. 菌菇类 伞柄朝上放密封袋保存**  
新鲜的菌菇类保鲜期较短,可用厨房纸巾吸掉表面多余水分后,将整个未洗过的菌菇放入密封袋中(注意伞柄朝上,不然可能会被压坏、塌掉),封闭好放入冰箱冷藏。若是脱过水的干货菌菇,只需放在阴凉干燥通风处就能保存3-6个月。

**5. 水果类**

**是否为耐放决定储藏方式**  
根据分类决定水果是否要放冰箱,热带水果,像芒果、香蕉等不应放冰箱,否则容易冻伤,室温储存即可。葡萄、草莓、蓝莓等水果就需要放在冰箱单独冷藏且尽量在2-3天内吃完。

比较耐放的水果,如苹果、梨、橘子、橙子等水果,不可用放冰箱,置于阴凉通风处即可,但也不应久存,容易风干,挥发水分,影响口感。

另外,还要教给大家四个注意事项:

1. 蔬菜、水果最好现买现吃,切勿久放导致腐败变质。
2. 冰箱若出现蔬菜水果霉烂腐败,应尽快清理,切勿将新鲜蔬菜、水果与其共同存放,防止发生交叉污染,加速蔬菜水果腐败变质。
3. 切好的蔬菜、水果最好用保鲜膜打包后放置冰箱,最好现吃现切。
4. 蔬菜汁和果汁不能代替新鲜蔬菜、水果。

### 疫情防控

## 省疾控中心发布疫情防控风险提示

近期,国内多地疫情外溢到我省,为进一步降低省外疫情经公路输入引发的本地传播风险,保障人民群众身体健康,10月12日,云南省疾控中心发布疫情防控风险提示:所有外省人返滇驾乘人员应主动配合卡点工作人员查验行程卡、健康码和核酸检测证明,主动接受免费“落地检”服务。

省疾控中心提醒,有新疆、西藏、内蒙古等重点地区旅居史的非货运车辆驾乘人员在第一入滇地主动配合落实7天集中隔离管控措施;有四川、贵州旅居史的非货运车辆驾乘人员在目的地主动配合实施3天居家健康监测;有其他省份旅居史的主动配合实施“落地检”及“3天2检”;涉疫重点地区旅居史的

货车司乘人员,应积极配合各入滇公路卡点工作,严格落实防控要求,主动在核酸检测服务点登记有关信息(含途经地、目的地),坚持规范佩戴口罩,保持社交距离,注意个人卫生。如出现发热、咳嗽、咽痛等症状,及时主动报告卡点或服务区工作人员以便得到及时诊治。

# 以优异成绩迎接中国共产党第二十次全国代表大会胜利召开



中共大理市委主办 大理时讯 DALISHIXUN 2022年10月14日 星期五 农历壬寅年 九月十九



传真电话:2181773 新闻热线:13987250936 Email:dlsxtg@163.com 2022年10月14日 星期五 农历壬寅年 九月十九 阵雨 14℃~24℃ 第2185期 编辑/罗绍亮

## 大理市红十字会第四次全市会员代表大会召开

10月11日至12日,大理市红十字会第四次全市会员代表大会召开。会议审议通过市红十字会第三届理事会工作报告,选举产生市红十字会第四届理事会和领导班子,选举产生市红十字会第一届监事会和领导班子,聘请市委常委、市委书记李德海担任市红十字会名誉会长。

会议指出,大理市红十字会自第三次会员代表大会召开以来,在人体器官捐献、造血干细胞捐献、无偿献血、应急救援救护、人道救助等方面做了大量富有成效的工作,打造了“红十字在身边”“红十字博爱送万家”及“小天使”救治、博爱助学等多项工作品牌,为切实保障人民生命财产安全和幸福生活作出了积极贡献。特别是疫情防控方面,持续广泛发动社会各界捐款捐物,援助工作及时高效,坚决扛起了为党分忧、为民解难的责任担当。

会议要求,要始终坚持党的领导,牢牢把握正确的事业前进方向,坚定不移用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践、推动工作,认真履行政治责任,更好地承担起引导群众听党话、跟党走的政治任务,把所联系群众最广泛最紧密地团结在党的周围。要始终以人民为中心,全力汇聚磅礴的事业发展力量,深入挖掘、广泛传播红十字文化所蕴含的价值理念、人文精神、道德追求,结合时代要求创新发展,切实推动社会主义核心价值观在全社会深入人心。要始终树立大局意识,紧紧抓住难得的事业建设机遇,围绕中心、服务大局,着力聚焦主责主业,主动投身洱海保护、乡村振兴、民生保障、文明创建、疫情防控等领域,在助力经济发展和社会主义文明进步中发挥更大作用。要始终贯彻依法治国,努力夯实过硬的事业担当基础,坚持依法治会、从严治会,自觉运用法治思维、法治方式开展工作,认真履行法定职责。要始终坚持守正创新,奋力开创新的事业发展格局,在更广范围、更深程度、更高水平上汇聚起强大的人道主义力量。

市委副书记李欣出席会议并致辞。州红十字会常务副会长杨智到会指导。市领导杨晓涛、字晶出席会议。副市长罗贵云主持开幕式。市总工会代表群团组织致辞。会上,选举罗贵云为市红十字会会长,段思羽当选常务副会长,何诗红当选副会长,李建国、贾颀、杨旭东、杨俊当选兼职副会长。朱任刚当选监事长,梁燕当选专职监事长。

## 大理市“十四五”教育体育事业发展专项规划座谈会举行

为科学编制《大理市“十四五”教育体育事业高质量发展专项规划》,加快构建我市教育体育高质量发展体系,10月11日,大理市“十四五”教育体育事业高质量发展专项规划座谈会举行。



座谈会上,大理市教育体育局对《大理市“十四五”教育体育事业高质量发展专项规划》起草情况进行了说明,通报了规划编制工作进展情况,介绍了规划编制的背景、基本思路和发展目标,分析了规划编制中存在的困难和问题,提出了下一步规划编制的工作意见。围绕规划编制工作,结合国家和省州重大教育决策部署、全市经济社会发展目标和教育实际,与会人员踊跃发言、建言献策,在推进优质教育、学前教育普及普惠、加强教师队伍建设、教育资源连片规划、教育评价改革、特殊教育保障机制建设等方面进行了广泛讨论并提出了好意见好建议。

记者 鲍亚颖 马骅 实习生 熊碧霞

市教育体育局表示,将严格按照市委、市政府要求,切实做好大理市“十四五”教育事业高质量发展规划,认真梳理参会代表的意见建议,抓紧完善规划修改,准确把握形势,谋划好大理市教育体育的发展蓝图。市人大常委会、市政协、市总工会、团市委、市妇联、市残联、市体育协会领导,市人大代表、政协委员、社区代表,各乡镇中心校(教办)负责人、中小学幼儿园校长(园长)代表,部分教师和学生家长代表参加座谈会。

## 我州全面实行行政许可事项清单管理

近期,我州及12个县市先后印发《关于全面实行行政许可事项清单管理的通知》,大理州依法编制公布行政许可事项364项,涵盖州、县(市)2级(乡级不编制清单,包含在县级清单中),共364项,其中,承接中央层面设定在大理州实施的行政许可事项359项,承接云南省地方性法规设定在大理州实施的行政许可事项5项。漾濞县、祥云县、宾川县、弥渡县、南涧县、

巍山县、永平县、云龙县、剑川县、鹤庆县等10个县编制公布行政许可事项各246项,大理市编制公布行政许可事项245项、洱源县编制公布行政许可事项247项。清单管理要求,做好有关清单协同联动,行政许可事项清单调整,有关清单要适时作出相应调整。因深化行政审批制度改革需要动态调整行政许可事项清单的,按程序报审后

进行动态调整。严格落实清单之外一律不得违法实施行政许可的要求,大力清理整治变相许可。规范线上线下事项管理,清单公布实施后,各级行政审批机构要组织有关部门于1个月内将本级行政许可事项清单全部纳入行政许可管理信息系统。完善监管规则标准,严格贯彻执行国务院有关部门、省级行业主管部门制定的监管规则和标准。明确监管重点领

域,科学划分风险等级,明确监管重点环节,实现科学监管、精准监管。各级各部门要高度重视行政许可清单管理工作,加强统筹协调,建立健全工作机制,强化责任落实。要进一步畅通投诉举报渠道,依托“12345”政务服务便民热线、各级政府门户网站、“互联网+监管”平台等接受社会监督。

王爱国

# 《习近平谈治国理政》第四卷大理市学习座谈会召开

10月11日,《习近平谈治国理政》第四卷大理市学习座谈会召开,认真贯彻《习近平谈治国理政》第四卷出版座谈会精神,安排部署下一阶段学习贯彻工作。会议指出,《习近平谈治国理政》第四卷生动记录了习近平总书记领导党和人民应变局、开新局的伟大实践,集中展现了马克思主义中国化的最新成果,是系统反映习近平新时代中国特色社会主义思想的权威著作。

会议强调,认真学习《习近平谈治国理政》第四卷是用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践、推动工作的一项重要重大政治任务。广大党员干部要统一思想,提高站位,深刻认识学习《习近平谈治国理政》第四卷的重要意义;要注重方法,深研细悟,从认识上、范畴上、内容上准确把握《习近平谈治国理政》第四卷的丰富内涵;通过扎实开展订学习、广泛开展宣讲宣传,深入做好贯彻落实,真学真用,细照笃行,深入推进学习贯彻《习近平谈治国理政》第四卷各项工作取得实效,努力从中汲取力量、把握遵循,通过学习贯彻《习近平谈治国理政》第四卷找准工作的路径和着力点,把学习成效转化为解决问题的实际能力,推动大理市高质量跨越式发展。

市委常委、市委宣传部部长马晓玲出席座谈会并讲话。会上,市委政研室、市委党校、市委发展和改革局、市委党史研究室、市融媒体中心、上关镇相关负责人结合各部门各单位工作实际作发言。

市级相关部门负责人及市延安精神研究会、市彝学学会、市周保中精神研究会负责同志,各乡镇(街道)宣传委员参加座谈会。 记者 黑浩川 杨尔华

近日,大和街道吉祥社区结合安全生产排查、疫情防控工作开展矛盾纠纷“大排查、大调解”活动,切实发挥维护稳定和谐的“第一道防线作用”。在矛盾走访排查过程中,工作人员耐心地与当事人进行谈心谈话,向他们宣传法律法规和党的方针政策,引导居民群众通过正规的法律途径解决矛盾纠纷,增强居民群众学法、守法、守法的自觉性。 高莲香 摄

# 祝野

周刊

第411期 策划 李锦芳

挖色镇是大理市有名的刺绣之乡，挖色白族妇女都喜欢传统刺绣，她们巧手把鲜花、蝴蝶以及各种吉祥物缝制在帽子、鞋子、衣服和香包上，装点着多彩的生活。作为白族刺绣省级代表性传承人，挖色镇挖色村白族绣娘李红桃用心传承创新白族刺绣技艺，带动白族妇女用古老民族技艺绣出新生活。

特别报道



## 白族绣娘李红桃：巧手绣出新生活

○记者 朱滢 吴志 摄影报道



走进李红桃家，院内传来一阵阵欢快的说笑声，李红桃和村里的姐妹们围坐在一起，有说有笑地一边刺绣、一边聊家常。

“这是一幅对虾图，是我们洱海中的虾子，还有水草、浮萍，对虾的寓意是富贵吉祥。这幅图绣好后装上相框，可以挂起来。我们尝试用白族刺绣的针法和绣法来做这个图案，看看做出来是什么效果。”李红桃一边绣着手中的对虾图案，一边和姐妹们说道。

李红桃，白族刺绣省级代表性传承人，挖色镇刺绣协会会长。她是土生土长的挖色人，自小耳濡目染就对刺绣手艺产生了浓厚兴趣，从小便开始学习刺绣技艺。随着刺绣技艺不断积累与提升，李红桃把自己的情感注入到了对白族刺绣的理解与再创造中，使自己在刺绣图案创新、色彩搭配等方面都有了独到的见解。

今年60岁的挖色村村村民杨振英每当闲暇时都喜欢来李红桃家一起刺绣，大家在欢声笑语中既把活干了，还能增加家庭收入。

放下手中的绣布，杨振英说：“我们平时喜欢穿白族衣服，又爱好刺绣，从小绣到大，从来都没有中断过。绣品绣好以后一部分自己可以穿，一部分还可以出售，增加家庭收入。”

这个搭建在李红桃家里的“白族刺绣技艺传习所”不仅成为交流白族刺绣技艺的大平台，也带动当地人找到了一条属于白族绣娘的致富路。

“橱窗里的这些作品一部分是我们祖上传下来的，一部分是我做的，一部分是我们的学员作品，有我们大理的裹背、小姑娘用的腰带等。”说到白族刺绣技艺传习所里各式各样色彩艳丽、栩栩如生的刺绣作品，李红桃打开了话匣子，“我们挖色的帽子比较有点特点，帽子上面有许多的图案寓意、有白族的符号，比如迪迪帽是小普陀的样子，还有格子帽、金鸡帽、虎头帽，到现在为止，我收集整理18种帽子。”

在白族刺绣技艺传习所里，悬挂着一幅特别的作品——《丹凤朝阳》。李红桃介绍：“《丹凤朝阳》是我新绣的一幅作品，这幅图我做了8个多月，因为白族刺绣的针法比较细腻、也比较繁复。这幅图案构思的时候，是一只凤凰、一个太阳，下面有五朵牡丹茶，代表着富贵吉祥如意。五朵牡丹茶的五个花蕊都向着太阳，包括凤凰的头也是向着太阳，寓意就是白族儿女心向党、跟党走，表达了白族人民欢度国庆、喜迎党的二十大胜利召开的喜悦心情。”

说到传习所里展示的绣品，李红桃如数家珍，每一种样式、每一个图案，她都能将寓意娓娓道来。一针一线中，融入了她对党的无限热爱、对祖国的美好祝愿。

为更好地带动挖色镇妇女创业就业，李红桃和传习所学员一起创造创新，把传统白族刺绣与现代旅游业相结合。通过整合辖区资源，开发了书签、扇子、首饰、香包等一系列白族刺绣旅游产品，让绣品融入旅游市场，彰显传统文化底蕴，努力把白族刺绣产业做大做强，带动更多的妇女群众增收致富。

“作为白族刺绣省级代表性传承人，我有责任把白族刺绣技艺传承下去。其实我是一个普通的白族妇女，我们做刺绣的都是家庭主妇，家里有一堆子事情，没有什么平台可以去展示、销售刺绣作品。传

习所能够提供给她们刺绣技艺，我觉得是比较有意义的，欢迎大家随时到我们的传习所来参观体验、学习交流。”谈到如何传承白族刺绣技艺，李红桃说：“现在非遗进校园、非遗进社区、非遗进乡村，我们都有培训技艺活动。在开展非遗进校园活动中，看到小朋友们那么喜欢刺绣，我觉得特别欣慰。”

在大理，各种色彩鲜艳、纹理分明的刺绣被广泛运用到服饰、头饰、鞋帽、裹背等日常生活用品中，它们上面的挑花刺绣栩栩如生，展现了白族妇女的精湛技艺。一件件制作精美的刺绣作品，令人爱不释手。正是有像李红桃这样的一批白族刺绣代表性传承人在传承好传统技艺的同时，不断创新产品，以体验式、文创产品设计带动销路，逐渐形成了一张张独具特色的名片，吸引了越来越多人的喜爱。

