

河口县扎实推进健康县城建设——

边城景色处处新 幸福生活节节高

●记者 普薇
通讯员 梁忠琼

清晨的河口，晨雾还未散尽，绿树已伴着晨光舒展枝叶。健康步道上，市民三五成群奔跑的身影充满活力；73岁的杨建国推开窗，目光掠过中越铁路大桥，笑着感慨：“家门口的‘天然氧吧’，如今成了我们老伙计的聚会宝地。”

这座与越南接壤的边境口岸城市，正以健康县城建设为抓手，将国门形象提升与人居环境改善深度融合，书写“生态美、健康兴、边民富”的高质量发展新篇章。

生态治理：
荒地变“氧吧”，边疆披绿装

“老李，今天比谁先冲到口岸森林公园的塔顶？”杨建国对着手机向朋友发起挑战。谁能想到，杨建国口中的这座市民争相打卡的公园，曾是一片杂草丛生的荒地。

近年来，河口县坚持生态优先，投入资金实施国门形象节点改造、老旧小区升级、棚户区整治等市政工程，把“300米见绿、500米见园”变为实景。拆沿河违建、修建步道、搭观景平台，一场生态修复战下来，荒滩变身滨河景观带、国门体育公园成了休闲新地标。这些生态空间不仅是市民的健身“打卡地”，还成为中越边境的“生态会客厅”，日均吸引跨境游客超500人次。

雨污分流改造同步推进，让城区告别“雨天看海”，市民李国强笑称：“路宽了，水清了，连院子的三角梅都开得更艳了！”凭借这份生态治理成效，河口县先后获评国家园林县城、国家卫生县城、云南省美丽县城，并荣膺“中国天然氧吧”称号，绿色成了边疆最亮的底色。



绿意葱茏的口岸森林公园。 陶奕林 摄

健康服务：
小屋守“家门”，背包护乡村

“散步时就能免费测血压，太省心了！”去年，河口县城区“健康小屋”投入使用，医护人员轮班坐诊，免费为市民和游客提供健康监测和健康教育，为群众的健康保驾护航。

在莲花滩乡干龙井村委会，村医李美仙的“健康背包”是村民的“定心丸”。为服务苗族群众，她自学苗语，背着血压计、血糖仪和急救药翻山越岭，深入村寨普及健康知识、开展免费体检。“村民看病难，我多跑点，他们就少遭点罪。”朴实的话语里满是担当。

依托区位优势，河口县还优

化了外籍患者“跨境医疗”服务。河口县人民医院设置“中英越”三语标识，提供24小时越南语翻译及“一对一”陪诊服务，协助外籍患者办理暂住登记。截至目前，已接诊越南患者8616人次，同比增长29.35%。越南老街患者韦氏庄在接受3天针灸治疗后赞叹：“口岸通关快，中医效果好！”

全民健身：
赛道燃激情，舞步暖边城

“赛道串起热带雨林与异国风情，这是我参加过最国际范儿的比赛！”参赛选手牟志辉说。去年11月，第五届中国红河·越南老街“两国一赛道”国际自行车赛鸣枪开赛。400余名中越选手从河

口口岸出发，经南溪河公路大桥抵达越南老街市后再折返，一场赛事连起两国情。

这场赛事点燃了边城健身热，而民族健身操早就“火”出圈。每到傍晚，滨河路沿线的社区文艺队就载歌载舞，市民随机加入，跟着节拍起舞。“跳完一身汗，比吃保健品更管用！”市民骆开芬笑着说。如今，全民健身不再是口号，成了边城生活的日常风景。

从生态修复扮靓边疆，到健康医疗温暖民心，再到全民健身绽放活力，河口县以“健康+”为线，串起边境小城的发展路。在这里，“健康”不只是民生工程，还是联接中外、融合城乡的动力源。

元阳县黄茅岭乡：

“多民族说育儿” 构筑共有精神家园

●通讯员 何丽

近日，元阳县黄茅岭乡戈它村委会的“幸福广场”热闹非凡，200余名家长齐聚“多民族说育儿·家长夜校”课堂。现场，傣族阿波用傣语分享育儿心得，哈尼族家长交流带娃经验，县教育局特邀老师以“双语”讲解科学育儿方法，村民们还热议村寨变迁。这堂课不仅解开了家长们的育儿困惑，还拉近了各民族群众的情感距离。

“夜校教我们带娃，更让我们明白幸福生活来自党的好政策，民族团结才是好日子的好！”傣族家长白平康的话，道出了众多村民的心声。

这场活动，源于今年以来黄茅岭乡铸牢中华民族共同体意识的创新实践。该乡以新时代文明实践所（站）、农家书屋、民族广场为依托，打造“多民族说育儿”的“家长夜校”品牌，通过定制育儿服务、打造“沉浸式”教育课堂、做优“共

鸣性”团结实践，将科学育儿指导与深化“感党恩、听党话、跟党走”群众教育、基层治理深度融合。

针对家庭教育普遍存在的心理关怀缺失、亲子沟通不畅等痛点，黄茅岭乡构建“需求对接—课程定制—多元教学”精准服务体系。乡党委主动联动县妇联家庭教育指导老师，围绕“尊重差异、促进融合”主题，开发跨文化家庭习惯培养、儿童心理发展应对等6门专题课程；创新采用“双语讲解+情景模拟+案例对比”教学模式，确保家长“听得懂、学得会、用得上”。课后测评显示，超90%的家长认可课程实用性，95%的参与者愿意持续参与。这一举措不仅提升了家长的科学育儿能力，还搭建起各民族间沟通交流的桥梁。

与此同时，黄茅岭乡深挖本土资源，让感恩教育“有料更入心”。该乡组建由“百姓名嘴”、村干部、致富带头人及优秀家长构成的宣

讲团，开展“幸福生活从何而来”沉浸式微宣讲12场。宣讲中，宣讲人员通过展示村寨道路、住房、就医、就学等方面的今昔对比数据与图片，解读医保报销、营养改善计划等惠民政策；邀请苗族村民现身说法，讲述“看病从跋涉一天到村卫生室即时就医”“孩子从面临辍学风险到享受免费入园”的生活变迁，引发群众强烈的集体情感共鸣。目前，已有大批家长主动加入“感恩行动”志愿服务队，参与乡村环境整治、留守老人关爱等公益活动20余场，实现了“感恩情感”向“行动自觉”的转化。

为进一步以文化人、以情促融，黄茅岭乡以文化活动为纽带，促进各民族情感交融、精神共鸣。该乡开展“童心向党”亲子实践活动，组织多民族家庭“结对子”，共同制作“民族团结石榴籽”贴画、“党徽闪闪亮”剪纸作品100余幅。这些作品不仅在新时代文明

实践所（站）集中展示，优秀作品还被展示在学校门口、村公示栏、文化广场，让民族团结理念深入人心。此外，该乡还建立“线上+线下”双服务机制：线下发放“双语”科学育儿指南、惠民政策明白卡600余份，卡片上印着乡干部、村医、学校老师的联系电话，方便家长随时咨询；线上依托互助群组常态化提供家教指导、政策咨询、纠纷协调服务。今年以来，已成功协助140余户家庭申请教育补助，累计解决家庭矛盾、入学咨询、补助申请等诉求130余项。

截至目前，黄茅岭乡累计开展“多民族说育儿”专题授课、故事分享会及实践活动12期，覆盖7个少数民族的400余户家庭，建立8个线上互助群，解决群众诉求130余条。



蒙自市30余家餐饮单位学消防

●通讯员 孟晓

本报讯 10月22日，蒙自市消防救援大队组织召开全市小型餐饮场所技术防范要点示范讲解现场会，通过“理论+实验+对比”的模式，为30余家餐饮单位负责人送上一堂生动的安全课，助力“九小场所”火灾防控能力提质升级。

现场首先播放了近年来小型餐饮场所典型火灾案例视频，讲述因电气故障、燃气泄漏等引发的惨痛事故，血淋淋的教训让参会人员深刻认识到“小火亡人”的严重性。随后，防火监督员结合消防法及地方标准，系统讲解了餐饮场所消防安全责任划分、日常巡查要点及应急处置流程。

在技防设备展示环节，防火监督员重点演示了智能烟感

报警器与简易喷淋系统的协同作用。当烟雾浓度达阈值时，智能烟感报警器立即触发烟感警报，随后发出急促的“滴滴滴”声，而简易喷淋系统在温度达到68摄氏度时自动启动，1分钟内即可有效控制火势。通过实物演示、数据对比和模拟实验，参会人员直观感受到科技设备在早期火情预警和初期火灾扑救中的关键作用。

此次现场会通过“案例震慑+科技展示+实操指导”的多维教学，有效增强了餐饮行业从业者的消防安全意识，提升了技能水平。蒙自市消防救援大队将全面推广标准化建设、强化技防设施应用、深化隐患排查治理、加强宣传培训演练、构建长效管理机制，为全市消防安全持续稳定提供坚实保障。



金平县妈卡波村织密农村交通安全网



联合工作队开展交通安全宣传。

●记者 敖俊华
钟迎晓 王袁霞 文/图

本报讯 近日，金平县沙依坡乡妈卡波村“两委”干部、驻村工作队队员在乡工作组的指导下，联合深入9个村小组开展农村地区人车信息采集和交通安全宣传教育行动。

行动中，联合工作队深入农户家中开展道路安全宣传，对村内无牌摩托车逐一登记，建立“一户一栏”台账资料，确保每辆无牌摩托车信息清晰可查、管理到位。同时，对村内三轮摩托车统一喷涂“严禁载人”标识，遏制三轮违法载人现象。

针对农村地区摩托车使用频

繁的特点，联合工作队在进村卡点等区域设立道路交通安全劝导站，对未佩戴安全头盔以及无牌照驾驶摩托车的驾驶员进行面对面宣传教育，引导驾驶员自觉遵守交通法规。此外，为增强村民交通安全意识，联合工作队还组织村民签署“金平县道路交通安全承诺书”，从严禁酒后开车、严禁毒驾、严禁车辆带病行驶等方面承诺“七严禁”。

截至目前，联合工作队已对村内60余辆摩托车进行登记，20余辆三轮摩托车喷涂“严禁载人”标识，组织村民签署交通安全承诺书80余份，为预防和减少农村道路交通事故的发生打下了基础。

农文旅“融”新活力 且与诗意共远方

上接第二版

多业融合：激活农文旅发展新动能

在红河州的文旅版图上，“融合”是最鲜明的标签。通过推动农业、文化、体育与旅游深度融合，传统资源被赋予新价值，成为吸引游客的核心竞争力。

农文旅融合让农耕乡愁“变现”。建水县乡会田园探索“景区+民宿+研学”模式，研学团队在此下田学插秧、体验非遗刺绣，让乡村不再是遥远的“远方”，而是可参与、可感知的生活课堂；哈尼梯田“开秧门”仪式入选文化和旅游部全国精品线路，游客跟着哈尼人插秧，梯田红米成为“网红农产品”；“一湖两城”之旅带火异龙湖周边农家乐，经营者直言“收入比以前翻了好几倍”；红河县宝华镇龙玛村依托千年哈尼梯田的风光和“村长有请”旅居品牌，设计轻量化、沉浸式的民俗体验项目，进一步点燃红河假日旅游市场。此外，哈尼蘸水、山茅野菜等通过图书、短视频的传播走出大山，成为游客惦记的“家乡味”，真正实现“农田变景区、农产品变商品”。

文体旅融合为旅游增添“动感”，“在金黄的稻田里奔跑，稻谷香气扑面而来，这样的体验非常

难忘。”贵州游客张文启口中的“难忘体验”，正是红河县农民丰收节暨穿越梯田体育运动系列赛的场景，农耕场景变身运动赛场，让游客在竞技中感受田园乐趣。弥勒市可邑小镇将阿细跳月歌舞融入旅游体验，游客白天跳大三弦、晚上住彝家小院，沉浸式体验民族文化；建水紫陶里、蒙自东大街、开远南正街等夜间消费集聚区，通过非遗展演、文体活动点亮“夜经济”。泸西县依托高原优势打造足球赛训观光基地，吸引球队集训与球迷探访；中越“两国一赛道”国际自行车赛以跨境特色吸引全球选手，让赛事成为展示边疆风情的窗口。“十四五”期间，红河州新增国家4A级旅游景区8个，总量居全省第一，“农业+文化+体育+旅游”的融合业态，让旅游体验更富层次感，助推红河文旅提质升级。

旅居引领：打造“红河最好在”生活新场景

“我们早就听说了‘村长有请’的名气，来了才知道，外地人和本地人坐在一起吃长街宴，这份热闹才是最地道的云南味儿！”河南游客潘东凤举着手机记录红河县龙玛村的长街宴盛况，笑意盈盈。今年1月至10月，龙玛村

举办“村长有请”系列活动28期，接待游客8300余人次，实现旅游创收166余万元，这是红河州推动旅游从“短期观光”向“长期旅居”升级的缩影。

为了让“旅居云南·红河最好在”真正落地，红河州创新推出“一村有院、全州有家”旅居模式，整合13县（市）资源，打造乡村旅居、度假旅居、医养旅居等8类产品，让不同需求的游客都能找到专属的“红河居所”。走进建水古城静谧宅院，可感受滇南民居韵味；踏入泸西城子古村，千余间彝族土掌房层叠相连，仿佛走进“活着的民居博物馆”；依托梯田风光，元阳县多依树村民宿集群成为游客体验农耕的“驿站”；在河口县八条半村，游客白天逛中越集市、晚上品越南小卷粉；在弥勒可邑小村的彝家小院里，游客听山间虫鸣、尝彝家美食、喝自酿米酒，深度融入乡村生活。

“以前路不好走，梯田美景藏深山，现在高速公路通到村口，游客来了一拨又一拨。”村民的感慨，道出了旅居配套完善带来的变化。“十四五”期间，红河州加大旅游投资力度，重点实施蒙自碧色寨、个旧鸡街火车站、屏边人字桥等修缮项目，为旅居者留住“文化乡愁”；建成弥勒美

憬阁、建水楸野等30余家高品质酒店和甲级民宿，形成高中低档互补的住宿体系，满足家庭游、康养游、研学游等需求；全州13县（市）实现旅游集散中心全覆盖，为游客提供咨询、换乘等“一站式”服务；哈尼梯田智慧立体化检测系统实现客流预警与生态保护联动，旅游交通智慧化进程加快推进，文旅信息互联共享、智慧应用场景不断拓展，综合交通运输体系与旅游发展深度融合，让“说走就走、住得安心”的红河旅居成为现实。

今年3月，“与辉同行”直播团队走进红河，通过直播梯田插秧、紫陶制作等旅游场景，全网话题播放量破5亿次，进一步打响“红河旅居”品牌。如今，越来越多的游客选择在红河长住，感受“田间地头”的诗与远方，旅居经济正成为红河文旅高质量发展的新引擎。

从建水古城的紫陶窑火到哈尼梯田的农耕晨曲，从碧色寨的米轨钟声到边境村寨的跨国笑语，“十四五”期间，红河州以全域统筹为基础、多业融合为路径、旅居引领为方向，让农业承载文化，让旅游带动增收，为边疆乡村振兴注入持久活力，让“红河最云南”的品牌愈发闪亮。



云南省爱国卫生运动委员会办公室