迪庆州
着手违法违规建筑治理工作

本报讯 （通讯员 和雅杰） 根据省人居办、省住建厅相关要求，我州扎实开展全州城市建成区违法违规建筑调查摸底，建立违法违规建筑档案，并按整治计划稳步推进。全州城市建成区内违法违规建筑共22处，共计存量9.8万平方米。

为切实加强全州违法违规建筑治理行动的顺利推进，各县（市）、开发区结合当地实际，着力改善人居环境和发展面貌，制定违法违规建筑治理实施方案，按照“杜绝增量、消化存量、建立机制、确保长效”的总体目标，我州积极采取有效措施从严整治违法违规行为、遏制违法违规建筑量增长。截止目前，治理违法违规建筑共11处，总查处面积为3.9万平方米，存量查处进度39.8%，无新增违法违规建筑。

香格里拉市
集中整治户外广告牌匾

本报讯 （通讯员 杨晓燕） 为提升城市品位形象和迎接迪庆州建州60周年，2016年以来，香格里拉市整合国土、规划、林业、环保、城市管理执法力量，以规范户外广告、门头牌匾为抓手，全力“治乱”，进一步美化市容市貌。

规范大型户外广告牌及楼顶广告牌。拆除城区范围内9块大型户外广告牌，其中，强制拆除2块，自行拆除7块；拆除城内所有楼顶广告牌共计1325块，其中，下达自行拆除通知书331份，强制执行决定书28份。进一步规范了城区户外广告牌的设置管理工作。

规范门店招牌。对城区格咱路、阳塘路、长征大道、坛城南路等4条路门店招牌进行整治规范，建立门头牌匾审批制度，规范用字书写标准，必须采用汉、藏、英3种文字标识，规范大小为长度不超过1.5米、厚度不超过0.6米，一律设置为横式招牌。整治拆除一店多牌、陈旧破损、显亮设施不全和用字不规范、违法违规门头牌匾等。通过多次督查整改推进了该项工作，目前，该项工作已接近尾声，门头牌匾得到了规范，进一步优化了城市发展环境

■ 提升城乡人居环境行动

白马雪山保护区管理局
组织基层全力投身驻村工作

本报讯 （通讯员 卓玛） 白马雪山自然保护区管理局结合保护区实际，紧紧围绕精准扶贫和“三村七进一行动”工程，心系驻村地，情注驻村地，积极投身驻村各项工作，帮助当地“村三委”发挥基层组织作用。

不久前，在驻村地德钦县霞若乡粗卡桶村宣传贯彻党的十八届六中全会精神和依法治国理念活动中，霞若管理所充分发挥自身优良的社区群众基础和完备的宣传设施设备优势，全力配合驻村工作组和村三委对粗卡桶村16个村民小组全面宣传了新形势下党的方针、政策及党的十八届六中全会精神和习总书记考察云南重要讲话精神，深入开展自然保护区法律法规知识进社区活动，使《白马雪山自然保护区管理条例》、《白马雪山管理条例实施细则》、《野生动物保护法》和林业法律法规和相关知识深入人心、家喻户晓，把广大群众和农村党员的力量和行动凝聚到实现党的十八届六中全会确定的各项目标任务上来，教育引导社区群众坚信中国共产党，坚定脱贫信心，树立法律意识，摒弃“等靠要”消极思想，激发摆脱贫困的内生动力，为建设“堡垒村”“平安村”“小康村”努力奋斗。

白马雪山保护区在此次宣传教育活动中，改变传统工作作风，创新工作方式，从“口头宣传”转变为“多媒体播放”，从“说教式法律宣传”转变为“启发式法律宣传”，基层广大干部职工白天走村串寨调查和了解资源保护现状，征集村民对自然保护区工作的意见建议，晚上利用投影仪给村民播放“梦幻白马雪山”、“探秘滇金丝猴世界”、“白马雪山情怀”、各种破坏资源案件和动物保护纪录片。同时，讲述身边的村民如何从猎人转变为生态保护人的传奇事迹，激发村民对家乡秀美山川的自豪感和骄傲感，并教育和引导广大村民增强法律意识和法律素养，为保护区推行依法治区提供良好的法制环境。

此次宣传活动共计召开会议7场次，受宣传人数达800余人次，发放白马雪山自然保护区科普读物和影音资料共140套，真正贯彻落实了“千促”及“三村七进一行动”的精神和要求，切实发挥了基层组织的战斗堡垒作用。

健康安全的避孕选择

一、避孕套

安全性：避孕成功率80%～98%。原理：避免精子与卵子相遇。方法：在性交前，由男方套在生殖器上。医生关照：最大的优点是丝毫不干扰妇女生理，还可以防止性传播疾病。但无论如何改进套的质地，仍有一些人感到这层薄膜影响了他们最好地享受性爱。

二、外用避孕药，包括避孕药膏、药膜。

安全性：避孕成功率70%-80%。原理：含杀精子药物的可溶性药膜，减低精子的活动性。方法：在性生活前，将药膜团成一团放入阴道，溶化后可起作用。医生关照：有人每次误将药膜吃掉，有人将膜之间的分隔纸放入阴道，都不能达到避孕效果。

三、宫内节育器

安全性：避孕成功率95%以上。原理：防止受精卵在子宫着床。方法：由医生放入子宫内。医生关照：新婚女性计划1-2年内不生育的可使用宫内节育环。带环前先到医院检查，有妇科炎症，月经不规律或过多，生殖器肿瘤的女性不宜带环。

四、口服短效避孕药

安全性：避孕成功率99.9%。原理：用药物抑制排卵及使子宫内颈膜发生变化。方法：首次服用应该在经期的第1-5天开始，每天一片，不要间断，功效从服用之后14天开始。医生关照：在国外青年女性中使用很普遍，但是中国女孩子常常对它有错觉，认为会发胖、起雀斑、影响未来的孩子，其实这些担心没必要，现在的口服避孕药，不仅可以最小幅度的干扰女性生理，而且已经证实对随后的妊娠没有影响，相反却有利于女性皮肤的美观，使皮肤细嫩，减少痤疮。

五、皮下埋植药物避孕

安全性：避孕成功率99.9%。原理：通过血液流动使药物效果缓慢发挥作用，抑制排卵及使子宫颈膜发生变化，药效2-3年。方法：在上臂皮下切一个半厘米的口，扇形插入2或6个小棒样的避孕药。 医生关照：这些长效的方法减少了每日服药的麻烦，也不会因漏服而怀孕。但是，相当比例的女性使用会月经不规律，甚至发生严重的紊乱而再次求医，因此，如果几年内打算生育，最好不用。真正健康避孕方式，是指不仅能成功防止怀孕，还不影响体重，不会破坏女性内分泌。如果你以后有要宝宝的计划，健康的避孕方式还要不影响正常受孕，确保未来宝宝的健康状况良好。所以，重要的是了解每种避孕方式的优势和不足，再根据自己的需求适当选择。 （和见恩 供稿）

健康避孕法：你选择对了吗？

据权威数据显示，我国每年人工流产多达1300万人次。这还不包括药物流产和在未注册私人诊所做的人工流产数字。更让人担忧的是，人工流产问题已经呈现出低龄化趋势。国家人口计生委科学技术研究所发布的数据显示，我国每年人工流产总数中，25岁以下的女性约占一半以上。

现代大学生性问题令人堪忧

调查显示，超过九成受访大学生认为，发生性行为时应采取保护措施。而在不采取保护措施的大学生当中，41%认为“偶然的性行为不会导致怀孕”，选择“追求快感”的占32%。

在避孕方式上，超过七成大学生选择使用避孕套避孕，6%选择使用“口服避孕药”，5%选择“计算安全期进行性行为”，5%选择“体外射精”。这表明，大学生的性安全意识日渐增强，但对避孕的认识仍有不少误区，性知识也相对不足。然而，性行为的普遍以及性观念的开放，并不意味着青少年已经掌握了足够多的性安全知识。所以今天和大家一起来了解下那些是错误的性知识。

医生眼中不安全的避孕方式

错误之一：安全期避孕。即根据排卵时间推算排卵前后4-5日为易受孕期，其余被视为安全期而不采取任何避孕措施。

医生解释：由于有些女性月经不规律，无法计算排卵期。即使月经规律，每月排卵期亦可能存在波动，又或有可能记错时间。因此，“安全期”其实并不安全，不少女性就是在所谓的安全期中招的。

错误之二：体外射精避孕。男方达到高潮即将射精时，迅速将阴茎从阴道退出，避免精液进入阴道。

医生解释：由于男性在射精前，已经有少量精子流出，其数量足以令女性怀孕。而且这种方式极其需要男方的自我控制，不易掌握，失败率高。

错误之三：紧急避孕药。紧急避孕药的效果也不是百分之百的，只有95%。

医生解释：紧急避孕药不能用作常规避孕药，它对月经有很强的干扰作用，有些女性吃了紧急避孕药后月经就停了。有些吃了会导致子宫出血，有些则导致月经紊乱。

错误之四：阴道冲洗法。曾一度被认为是不错的避孕方法，更是被不少女性广泛应用。但此种方法，其实非常不安全。

医生解释：同房时，若男方发生射精，无数的精子就会很快游到女方的子宫腔内。此时，不管女方怎样进行阴道冲洗也无法将全部精子冲出体外。

错误之五：小便避孕法。男女同房后，让女方用小便的方法冲洗一次就可避孕。

医生解释：女性的阴道与尿道是两个不同的器官。男女同房后，女方用小便的方法不可能把另外一个通道里的精子冲出体外。

（和见恩 供稿）

■ 计生药具管理

落实提速降费新举措
中国电信与中国联通联合举办推广六模全网通终端行动发布会

3月31日，中国电信与中国联通在北京举办了“落实提速降费，推广六模全网通终端行动发布会”联合发布了推广六模全网通终端的五大行动举措。工业和信息化部信息通信发展司司长闻库、中国电信董事长杨杰、总经理杨小伟、副总经理高同庆，中国联通董事长王晓初、副总经理邵广禄等领导出席。手机终端制造商、手机芯片商、终端方案公司、终端销售渠道商、终端研究咨询机构、终端测试检验机构等超过400家单位以及媒体、业内知名人士600余人参加了会议。

工业和信息化部信息通信发展司司长闻库到会致辞，对产业界全力落实提速降费政策所作出的贡献给予充分认可，对贯彻落实国家决策部署继续深入推进提速降费、大力推广六模全网通终端提出了具体要求。他表示，工信部将全力支持实施通用手机国家标准，消除消费者使用门槛，让广大消费者更方便地买到通用手机，更实惠地用好通用手机。

中国电信副总经理高同庆、中国联通副总经理邵广禄在讲话中回顾了双方贯彻落实提速降费取得的成效，阐述了推动六模全网通终端普及的重大意义。一是落实提速降费和供给侧结构性改革的重要举措。六模全网通手机标准的实施推广，既是落实国家提速降费要求、惠及消费者、构建良好终端产业生态的重大措施，也是推动我国信息产业实行供给侧结构性改革、由全球产业链中低端向高端跃升、向全球提供更多更好“中国智造”的重大举措。二是消费者拥有选择运营商的自主权。六模全网通手机可实现一部手机、两个卡槽、三网通用、4G随意切换，用户可以不再受手机制式的束缚而自主选择运营商。全网通终端发展迅猛，市场销售份额由2015年底不到20%快速增长至目前的75%，六模全网通已成为市场主流。同时，用户手机消费支出也随之降低，2016年消费者购买4G手机支出减少约180亿元，真正得到了实惠。三是降低手机厂商经营风险，提升终端产业综合实力。六模全网通终端实现了产业上游资源、开放渠道资源和用户资源的共享，厂商得以将精力聚焦高水平、深层次融合创新，有效降低了手机制式繁杂带来的经营风险。目前，包括华为、OPPO、VIVO、小米在内的全部国内手机厂商以及苹果、三星为代表的国外手机厂商已推出近700款六模全网通手机。四是六模全网通已被国际标准组织GCF采纳，GCF正在推动其成为全球标准，中国标准走在了世界的前列。

中国电信市场部总经理王国权、中国联通市场部总经理温宁瑞共同发布了推广六模全网通终端联合行动计划，双方在终端标准协同、终端产品上市、全渠道合作推广、产业共识宣传等方面发出倡议、采取行动。主要包括：

一、落实全网通国标要求，推动企业标准演进。在国家标准基础上，细化更新企业标准，从全网通1.0演进到全网通2.0，使得终端支持的频段更加丰富，能够支持全球410个运营商网络，满足全球99%覆盖区域的漫游，具备成为全球运营商共同遵循的标准基础。标准中还将增加4G+、VoLTE、双卡盲插等新功能，为广大用户带来更好的消费体验和更多实惠。

二、全产业共同努力，推动全网通成为国际标准。在国家有关部门支持下，联合国内标准组织、科研机构和主要的芯片、终端厂商、测试仪表厂商，推动全网通成为全球通行的终端认证标准。目前，国际知名终端认证实验室已启动全网通认证评估。

三、提升用户体验，让消费者得实惠。双方将统一手机连锁卖场、电器商城、互联网电商、手机专卖店、零售点等销售点的全网通标识，为用户选择、体验、购买全网通终端提供便利。同时，中国电信和中国联通一起呼吁产业链各方能更多地让利于用户，让消费者得到更多的实惠。

四、方便用户购买，增加全网通终端销售网点。加大双方在渠道销售方面的合作力度，联合渠道合作伙伴及终端厂商共同主推全网通。双方将在供应保障、销售展陈、服务培训等方面保持一致，提升用户购买体验。

五、产业联合，打造全系列全网通产品。终端生产制造企业将全系列产品支持全网通。厂商渠道、运营商渠道、连锁渠道等产业链各方共同努力，为广大用户打造公平、自由、开放的消费环境。

2015年12月中国电信和中国联通首次联合发布《六模全网通终端白皮书》，大力推广全网通终端普及。2016年4月，工业和信息化部正式颁布六模全网通手机国家标准，该标准的实施是落实提速降费工作的重要手段。

2017年是国家深入推进提速降费的关键之年，中国电信和中国联通在工信部的指导下，再次联合发布推广六模全网通终端行动计划，必将促进全行业的健康持续发展，助力实体经济的振兴和产业链的发展壮大，让提速降费给消费者带来更多“获得感”将习近平总书记要求的“为老百姓提供用得上、用得起、用得好的信息服务”落到实处。

永安驻村工作队开展“千促”宣讲

本报讯 （通讯员 杨宇文） 3月以来，维西县白济汛乡永安村驻村工作队按照州委、州政府“千促”工作方案要求，深入开展“千促”及“法律知识进乡村”宣讲，确保永安村和谐稳定。

驻村工作队员深入永安村各村民小组，用傈僳族语言宣讲党的十八届六中全会精神、各项惠农富农及扶贫政策、社会治安综合治理等方面法律法规，加深村民对社会稳定、民族团结的认识理解，提高了法律意识。

自开展精准扶贫工作以来，在州工商联和南方电网两家挂帮单位的协调推进下，永安村积极发展特色生态土鸡养殖产业，发展村集体经济，带动当地村民增收脱贫。同时，实施“三村七进一行动”工程，确保永安村和谐稳定。

再回母校维西一中

● 何维龙

得知母校将在9月份恢复高中招生，我的内心一直被兴奋、喜悦、骄傲占据着，时时回忆起一切与母校有关的人和事。

母校诞生于新中国成立前的1944年，成长于自古人杰地灵、文教昌明的维西县保和镇。70余载母校虽历经风雨沧桑，却始终不改艰苦奋斗、自强不息的本色，培养了一大批品学兼优、德行并重的优秀学子。

母校确实是一个读书的好地方，严格管理、严谨治学，老师的爱岗敬业、言传身教，同学的和睦相处、互相帮助，都对我产生了深刻的影响。在母校读高中的三年，是我终生难忘的三年，也是我的人生奠定基础的三年。

带着不尽的怀念，我再次来到了母校，一切都是那么的熟悉，那么的亲切：一草一木，都牵动出绵绵不绝的回忆;一砖一瓦都激起了内心深处的感动。

我漫步在新建的图书馆，这里的书籍比我们那时更加琳琅满目，却依旧飘逸着书卷油墨的清香，这是一个无边无际的知识的海洋，这是一个需要我们用一辈子去遨游的知识的世界，你只要站在这里，便会感到平添了很多的智慧。

我又来到了熟悉绿茵场。看着正在上体育课的学弟学妹，禁不住冲上前去，与他们一起体会“驰骋疆场”的快乐，我仿佛又回到了那段激情澎湃的岁月，在这里我们曾经挥洒汗水，在这里我们曾经为胜利欢呼，为同伴喝彩。虽然我们已经走出了校园，但我们今后的人生道路就像这圆形的跑道，永远没有终点，我们会继续挥洒汗水，愿母校为我们欢呼，为我们喝彩。

如今，新的住宿区建了起来，新的教学楼盖了起来，新的教学设施安装了起来，母校正在用新的气象为学生创造宁静致远、优雅先进的学习环境，正在用新的光辉来兑现她务本维新、厚积薄发的承诺。对此，虽然我们已经毕业，但仍然感到无比的自豪，因为我们的成长得益于母校的发展壮大。母校让我的生命里充满了理想和信念，充满了爱和温暖，母校给予我做人的启迪和方向，孕育着我对明天的希望。母校已经延续在我的身体和今后事业中，我怀念母校，更感谢母校。

和晓洁是一中初三年级的学生，当我问她高中想继续留在一中还是要去香格里拉时，她不假思索地说到：“当然留在一中啦！今年九月份我们学校要恢复高中了，肯定要留在这里，离家近，上学方便，而且我们学校现在电子阅览室、图书馆的书比以前多好多，听我姐姐说，她们以前的篮球场都是坑坑洼洼的，下雨了就不能上体育课，现在我们下雨可以在活动室上体育课，多好啊！”

校长赵学民告诉我，今年的9月一中要恢复高中教学，得到社会各界的支持，在一定程度上解决了维西偏远地区孩子上高中难的问题。为了保障高中教学质量，教育局也在现有的中级教师中筛选出一批教学经验丰富、教学质量高的老师作为高中部的师资力量，并派往曲靖3所高中跟岗培训，另外也从在县外从事高中教学的骨干教师中选拔一部分到该县高中任教，这样既保证了师资，提升了教学质量，让家长可以放心把孩子交给学校。

恢复维西县高中招生，将校址仍然选择在一中，对于维西一中走出的学子，我感到骄傲、喜悦。母校变了，我为她的变化感到开心，我们因为有母校而骄傲。歌颂母校，衷心祝福母校的明天更美好，也祝我的师弟师妹们都能放飞自己理想的翅膀。