

拉萨经开区德吉康萨社区“健康小屋” 为易地搬迁群众健康保驾护航

奋斗百年路 启航新征程
脱贫攻坚答卷

拉萨融媒讯(记者赵耀铁)为引导易地搬迁群众做到疾病早发现、早诊断、早治疗,提升基础医疗服务能力和水平,促进易地搬迁群众健康素养水平提升和健康指标的整体提高,拉萨经开区引入优质医疗资源下沉至德吉康萨社区,打造全市

首家“健康小屋”示范区。拉萨经开区相关负责人介绍,自去年11月份运营以来,“健康小屋”已为400余名易地搬迁群众提供免费健康检测,建立个人健康档案,详细记录每名易地搬迁群众的身体各项检测指标,并进行健康风险评估。在此基础上,“健康小屋”通过签约自治区、拉萨市各大医疗机构全科、中医、藏医、运动、康复、心理等专业医师团队的服务来满足社区不同人群的就医需求,并以防控高

血压、糖尿病、心脑血管病、风湿病等发病率较高的慢性病为主要目标,在每周六进行线下“一对一”巡诊服务。日前,西藏自治区藏医院藏医外科次央医生,在德吉康萨社区“健康小屋”为48名易地搬迁群众提供藏医诊疗服务。专家医师根据检测报告,面对面指导易地搬迁群众科学防护、用药、合理膳食,对搬迁群众进行“检、教、诊、防”一体化服务,对患有不同疾病的易地搬迁群众提出了针对性的诊疗建议,通

过引导和改善易地搬迁群众生活习惯,降低和控制居民健康风险,提供了全周期全方位的健康管理服务,整体提高易地搬迁群众的身体健康水平。拉萨经开区相关负责人介绍:“健康小屋”的创新,在改善易地搬迁群众就医环境上动脑筋、想办法,把“查”和“干”融入贯通,实现了易地搬迁群众足不出户便能预防、治疗、康复“三位一体”的健康服务体系,真正做到了从“以治病为中心”到“以人民健康为中心”的转变。”

探访西藏驻格尔木办事处中学藏文班: 千里之外的逐梦路

拉萨融媒记者 刘梦婕

1月,正是隆冬时节,其他学校的学生们早已放假,回家与亲人团聚,而在西格办中学校园内,依然回荡着藏文班老师与学生们的朗朗读书声。中考、高考日渐临近,为了给这些来自西藏各地(市)的孩子们打好基础,每年寒假,高三和初三的学生都要留下来读免费的补习班。

西格办中学的校歌里写道:“我们是青藏高原的脊梁,我们是江河源头的白杨。”西格办中学党总支委员、校长助理张宏生告诉记者,教育扶贫先扶智,要从根源上解决贫困代际传递的问题。西格办中学现在做的,就是这样的事情。

“我们每成功教育、成就一个孩子,孩子收获的不仅仅是个人充满希望的未来,还是一个家庭的未来。接受教育以后,他有了文化、开阔了眼界,那么在思想观念或生活习惯方面都会带来变化。”张宏生说。

“西格办中学”是西藏自治区人民政府驻格尔木办事处中学的简称,学校成立于1957年,是西藏教育系统成立最早的学校之一,最初是为了培养西格办基地职工子女而开办。然而,随着青藏铁路的修建通车,基地单位迁移、教师分流,生源不断减少。

为了改变学校教育困境,学校于2014年秋季面向西藏自治区7地(市)招录高一和初一新生,不仅解决了学校生源不足的问题,还发挥了本地区教学优势,帮助更多的西藏高海拔地区农牧民学子成长成才。六年来,西格办中学共培养来自区内的藏族学生1540名,高考平均上线率98%。其中,2018年,高考上线率达到100%。

数学老师王虹从2014年藏文班建班伊始,就在藏文班任课。王虹记得,很多来自偏远牧区的孩子,

一开始不会说汉语,也没有养成良好的生活习惯。但是在渐渐适应新环境后,这些孩子便展现出十分刻苦、懂事和自立的一面。

“藏文班的小孩都是比较勤奋的。我记得有一个女孩特别刻苦,当时我问过她,为什么要这么刻苦?她告诉我说有这么好的学习机会,遇到这么好的老师,想抓住这个机会,实现自己的梦想。”王虹说。

寒冬腊月里,格尔木的天气十分恶劣。白天最高温度只有零下五六摄氏度,夜晚会更冷,可以骤降到零下十二三摄氏度。不管是在寒冷的清晨还是在冷风刺骨的夜里,走在校园中,都能在路灯下、走廊里看到读书的藏文班学生。

晚上10点半,藏文班的学生们结束了晚自习。高三(三)班的普布拉珍和她的朋友来到教学楼前,借着学校的路灯,继续背诵生物知识。虽然成绩很不错,但她觉得在人生最重要的一段赛道上,自己不能松劲。

普布拉珍告诉记者,现在天气冷了,在室外读书常常会冻得直跺脚,但她认为,这样的付出是值得的。

“高三可以说是我人生中最重要的一段阶段,所以要多努力拼一把,去实现自己的梦想。”普布拉珍说,“我以后想上厦门大学,学医学专业。我从小就有当医生的梦想,学成之后,我会回到自己的家乡当医生,治病救人。”

每周日中午,学生们会拿到自己存放在班主任处的手机,开启半天短暂的休闲时光。远离家人的孩子们,总是盼望着周日与家人视频、网购或者打会儿游戏。拿到手机后,旦增旺堆首先给父亲打了个电话,告诉父亲自己将会在藏历新年

之前回家的消息。

这是旦增旺堆来到西格办中学的第三年,虽然早已适应这里的环境,但难免也会想家。旦增旺堆的家乡在西藏自治区拉萨市娘热乡,在这所学校,有很多像他一样的少年,他们有的从十二岁开始便坐上从拉萨驶出的火车,离开亲人来到这里求学。

孩子们远离故土,教师们便要肩负起父母的责任。学习上尽职尽责地教导、生活上细致入微地关怀,在三年甚至六年的学习时光里,藏文班的教师便是这些孩子们最亲密的人。

“因为西藏的孩子来这里以后,他们远离父母远离家庭,我们要求老师既当老师同时也当家长。我们学校的教学理念是全程育人、全员育人。不管是从学生的生活到学习老师都要关心负责,只要是来到西格办中学的学生,不管是优等生还是后进生,我们一个都不放弃。”张宏生说。

王虹是藏文班高三年级组的组长,照顾学生这几年,孩子们生活上的大小事情,让这个粗犷的西北汉子,练就出细腻温柔的内心。

在王虹的办公桌抽屉里,有一个装满各类药品的小药包,牛黄解毒片、罗红霉素胶囊、蒙脱石散……在这个小药包里,孩子们身体不适时需要的各类药品都能找到。

“这是我平时给孩子们准备的一些药品,因为孩子过来以后身体可能会有一些不适应,所以我专门准备了这些药品。”王虹说,“每种药我都询问过医生,然后将用量、用法都标注在药盒上。如果我上课不在办公室,孩子们有需要就可以自己取用了。”

别看王虹如此贴心,但他平

时表现出来的,却是严厉的一面。

“孩子们应该还是有些怕我的。”王虹笑着说。

严爱并容是王虹的教育原则。对于这些离家千里的孩子,首要任务是将他们培养成人,不辜负家人的厚望,也不辜负孩子的梦想。而孩子们思家的忧伤,便用真挚的爱去一一抚平。

“在学习和纪律上肯定要对孩子严格要求,要让他们在学校就培养起良好的学习习惯和遵守规章秩序的意识。他们离家这么远,其实也很需要关爱。所以日常生活中,我也会勤加关心,用真心真爱去关心、呵护他们。”王虹说。

有句话曾说,离开西藏是为了更好地回到西藏。远离故土的这些日日夜夜里,无私付出的教师,不仅将一个藏文班的学生培养成人,也在悄然改变着孩子们的梦想。旦增旺堆告诉记者,他小时候曾经想自己组建一支乐队,现在,他只想努力考学,然后去做一名教师。

“我以后想考四川师范大学,想从事老师这份职业。因为老师的敬业精神感染了我。我以后想回拉萨工作,在拉萨培养我们的下一代,使下一代能够为祖国、能够为自己的民族作出一些贡献。”旦增旺堆说。

“再苦也不能苦孩子,再穷也不能穷教育。”教育扶贫,无疑是阻断贫困代际传递的根本措施。如果说发展产业、易地搬迁等方法能有效帮助贫困群众打通摆脱贫困的道路,那么教育扶贫则更像是点亮了通向美好未来的路灯,为想奋力走出牧区的孩子创造了教育改变命运的契机,照亮了无数家庭实现梦想的征途。

当记者问起,这座学校对你来说意味着什么?旦增旺堆羞涩地笑着说:梦想起飞的地方。

雨滴计划公益团队 助学服务进社区 公益课堂暖人心

青春是我们的名片
服务是我们的志愿

拉萨融媒讯(记者王人聆、拉巴多吉)见习记者旦增卓嘎)为了进一步弘扬志愿服务精神,关心关爱城市流动儿童,日前,拉萨市青年志愿者协会直属志愿服务队——雨滴计划公益团队举行雨滴课堂培训。

当记者来到幸福社区居委会时,志愿者正在组织学生家长开会,给家长叮嘱一些安全防范知识,并与他们签署了补课协议书。随后,志愿者给前来补课的孩子进行了一个摸底考试,了解孩子们目前的英语基础水平,以便后期进行针对性的教学。

拉巴的两个小孩也报了这次的培训班。拉巴说,“我平时在这个社区做清洁员,工作忙,也辅导不了小孩的学习,两个孩子也是第一次上这种英语补习班,去外

面的补习班的话,学费太贵。这次志愿者们能够免费开设英语课堂,向他们表示衷心的感谢。”

同样,在拉鲁社区的课堂内,志愿者们正在给孩子们上课。只见每个小朋友的桌子上都立着一张纸条,上面写着他们的汉语和英语名字,每当老师提问的时候,孩子们都踊跃举手回答,整个课堂上学习英语的氛围十分浓郁。雨滴计划公益团队负责人边次告诉记者,“我们一个月前就开始筹备这个雨滴课堂,在整个报名过程中我们也是优先考虑了社会上的一线劳动工作者和防疫人员子女。我们希望通过这种课外辅导的方式,更多地发挥志愿者的作用,帮助社区孩子们得到更好的教育,提高他们整体的英语水平。”

据了解,此次公益课堂在功德林街道共开设4个英语基础兴趣班,课堂分布在雪社区、拉鲁社区、加措社区、幸福社区等4个社区,讲师均为本科在读大学生,教学经验丰富,每个课堂招收20名学生,主要面向8至14岁青少年学生,培训班将持续开展到2月9日。

拉萨融媒讯(记者杨璐)近年来,随着我市生态环境的逐步改善,越来越多的候鸟来到拉萨越冬,宗角禄康公园也成为候鸟栖息地,为冬季的拉萨增添了生机与活力。但是,随之产生的过度投食现象也越来越严重,这样的行为不仅影响了候鸟的迁徙、觅食习性,更对公园的环境卫生产生了影响。

公园内记者见到,密密麻麻的候鸟停留在已经结冰的湖面上不动,冰面有许多掉落的羽毛、垃圾以及发霉的食物,一旁未结冰的湖面上仍然可以看见漂浮着许多候鸟未吃完的青稞粒、糌粑粉等,而这些都是市民游客往湖内投放的。过度的投食让原本干净清澈的湖水受到了污染,也让原本本该飞往林周县、墨竹工卡县、拉萨河畔等地方的候鸟,大量飞往宗角禄康公园内。此外,记者在公园内还见到,不时有市民手提着一大袋青稞,边走边向湖内投食,湖边也有其他市民靠着栏杆将专门带来的青稞,不停投向湖内。

正在对着湖面候鸟拍照的游客张女士说:“我觉得拉萨整体环境都很好,今天专门来宗角禄康公园看看,这里的候鸟很多,也看到很多人在进行投喂,这样的行为可能会破坏生态平衡,希望大家共同来维护美好的环境。”

在宗角禄康公园内,随处可以见到悬挂着的喇叭,循环播放着“严禁向湖内投放垃圾及各类食物,违者罚款200元”的藏语提示语音,但是对于这样的提示有个别市民却充耳不闻。布达拉宫广场管理处副处长吴冰告诉记者,每年11月起大批的候鸟会迁徙到拉萨越冬,由于市民的过度投食行为,宗角禄康公园内的候鸟数量已经从五年前的近100只增长到了如今的近6000只,成群的候鸟聚集等待市民投喂,影响了候鸟原本的迁徙、觅食习性,同时也造成了公园内生态环境的破坏,增加了管理压力。

“今年,我们发动了20多名工作人员,包括公安、城管部门对此进行监督,如再有市民往湖内投放青稞、糌粑,将每人处以200元的罚款。”吴冰说,过度投喂,会导致原本分散的鸟群变得集中起来,增大一些传染类疾病的发生率。同时,这些候鸟之所以选择迁徙到拉萨,证明自然环境下的食物完全可以达到要求,不会因为不投喂就饿死,在此,布达拉宫广场管理处也呼吁广大市民游客,不要向湖内投食、扔垃圾,共同营造一个良好的环境。

布达拉宫广场管理处呼吁:
勿向湖内投食 营造良好环境

春节藏历新年将至 花市迎来销售旺季

拉萨融媒讯(记者莫瑞英、葛红奇)尽管离春节、藏历新年还有一段时间,但我市各大花市开始热闹起来。近日,记者走访几家花市发现,各种鲜花开始走俏,城区花卉市场迎来了一年中的销售旺季。

走进花市,相思红豆、水仙花、红掌、金桔树、仙客来、菊花等都摆在最显眼的位置,看上去一片姹紫嫣红,格外喜庆。

记者在一家花店看到,前来购买鲜花的市民也不少,色彩艳丽的鲜花颇受大家的青睐。市民卓嘎说,“今天我想选一些花,过年的时候点缀一下家里。我比较喜欢君子兰,这种花比较大气,还想买一盆桂花树。”

花店店主告诉记者,最近这一段时间是一年中的销售旺季,蝴蝶兰、君子兰、菊花、水仙花等因为颜色鲜艳,又比较好养,所以格外受欢迎。

市民巴桑说,“快要过年了,过来买花,家里摆着好看,这里花的品种也特别多。我买了一盆杜鹃还有一盆仙客来。”除了像蝴蝶兰、君子兰销量格外好外,平安树、发财树等一些寓意好、实用的绿植也很受欢迎。另外,多肉植物因其价格适中、长相萌,近几年也异军突起,特别受女性市民的喜欢。

据了解,近几年购花的个人和企业客户不断增加,临近春节和藏历新年,各种花卉价格涨幅不大。



图为市民正在选购花卉。

拉萨融媒记者 莫瑞英摄

节前花卉市场,市民选择较多的还有杜鹃、凤梨、红掌等花卉,希望在即将到来的新春为自己带来好运。

花店店主韩玉莲说,“销量现在还可以,过年了,大家都喜欢买点花,给家里增添点喜庆。现在像杜

鹃、绣球、玫瑰,开花的花卉走得比较快。”韩玉莲说,现在生活条件好了,很多市民都喜欢在家中摆盆栽植物。由于春节、藏历新年的临近,一些观赏价值比较高的盆栽目前都卖得不错。很多顾客喜欢购买小巧精致的绿植,既好打理,又

可以吸收有害气体,健康环保,如仙人掌、绿萝、发财树、多肉……一天能卖出七八十盆。对于冬季花卉养护,韩玉莲也给出了自己的意见。“浇水前最好把水静置一下,让水慢慢升温,对花卉来说比较好。带花一般要放到有光的地方养护。”韩玉莲说。

(上接第一版)为多米尼克和其他发展中国家经济社会发展提供宝贵帮助。中方为多米尼克等国抗击疫情提供医疗物资援助,并承诺为实现疫苗在发展中国家可及性和可负担性作出贡献。中国为世界作出了榜样,是多米尼克值得信赖的真朋友。多方坚持一个中国原则,支持中国和平统一,坚决反对任何势力干涉中国内政,在涉港、涉台等问题同中国坚定站在了一起。多方赞赏中方为全球应对气候变化发挥领导作用,将积极参与共建“一带一路”,推动多中关系以及加勒比国家同中国关系不断发展。

新华社北京1月25日电 国家主席习近平1月25日晚同国际奥委会主席巴赫通电话。

习近平指出,新冠肺炎疫情暴发以来,国际奥委会主动应对,全力维护奥林匹克运动团结稳定,为全球抗击疫情及促进奥林匹克运动持续健康发展作出了积极贡献。中方赞赏国际奥委会积极支持中国体育事业,将一如既往支持国际奥委会工作。中方愿同国际奥委会及各国一道努力,为安全顺利举办东京奥运会、北京冬奥会作出努力,为国际社会早日战胜疫情、实现世界经济复苏、维护各国人民生命安全和身体健康作出贡献。

习近平强调,中国率先控制住国内疫情并实现经济复苏,为

北京冬奥会顺利举办创造了有利条件。我们严格落实防控措施,克服疫情影响,积极推动各项筹办工作稳步向前。目前,北京冬奥会场馆和基础设施取得阶段性成果,赛事组织工作有序开展,赛会服务保障工作全面推进,宣传推广持续升温,国际交流合作深入开展,可持续发展和遗产工作成效显著。我们以筹办北京冬奥会为契机,推动冰雪运动普及发展。相信在有关各方大力支持下,中方一定能够如期完成各项筹办任务,做好全面准备,确保北京冬奥会取得圆满成功。北京作为国际上唯一举办过夏季和冬季奥运会的“双奥城”,将为国际奥林匹克运动作出独特贡献。

巴赫表示,在习近平主席坚强领导下,中国抗击新冠肺炎疫情取得出色成绩,经济率先实现引擎,成为推动世界经济复苏的重要引擎,我表示衷心祝贺。在中国政府高度重视和中国人民大力支持下,北京冬奥会各项筹备工作克服疫情影响,进展非常顺利。国际奥委会支持中方举办一届绿色、共享、开放、廉洁的冬奥会理念,愿同中方共同努力,确保北京冬奥会成功精彩安全。这不仅将使在3亿中国人推广冰雪运动的愿景成为现实,也将有力促进国际奥林匹克运动发展。国际奥委会致力于维护奥林匹克精神,反对将体育运动政治化,愿同中方继续加强长期战略合作。衷心祝愿中国人民在新的一年里取得新的成功!