

“魅力新拉萨 幸福高原城”中央媒体与网络名人采风活动启动

拉萨融媒讯(记者大索朗曲珍)10月13日,由拉萨市委网信办主办的为期4天的“共建中华民族共同体 书写美丽西藏新篇章——魅力新拉萨 幸福高原城”中央媒体与网络名人采风活动在城关区八一社区启动。

在八一社区家史馆,采风团深入了解社区发展历程和红色基因的传承,采访老军人后代或社区工作者,挖掘红色故事,观察并记录社区在基层治理、公共服务、人居环境等方面的现代化举措与成效,同时采

访普通居民,展现他们的获得感和幸福感。

作为展现拉萨发展成就的重要窗口,本次采风活动以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引,深度聚焦新时代党的治藏方略在拉萨的生动实践,围绕乡村振兴、民族团结、美丽乡村建设三大核心主题,用鲜活笔触与真实镜头,记录拉萨各族群众携手奋斗、共促繁荣的生动场景,进一步擦亮“魅力新拉萨幸福高原城”的城市品牌。

网络创作者且真次旦说:“我们

采风团将带着真诚与敬意,走进拉萨市区的街头巷尾,深入墨竹工卡的乡村牧场,探访尼木的非遗工坊,用心捕捉高原儿女的幸福笑脸,用情讲述古城拉萨的奋进故事,用我们的影响力,让更多人看见一个真实、立体、全面的新拉萨。”

“此次采风让我深切感受到,拉萨的蓬勃发展离不开各民族的同心共建。接下来的采访中,我会通过视频、文字等多元形式,将拉萨日新月异的变化全面呈现给社会各界。”人民网记者吴长岭说道。

据了解,接下来几天采风团将循着拉萨发展的脉络,走进社区、深入乡村、穿梭街巷,在现代化社区感受“一站式”服务的便捷与民生温度,在乡村田野聆听各族群众互帮互助、共富共美的动人故事,在特色文旅街巷探寻传统文化与现代业态融合的创新活力,再从普通市民的日常生

城关区启动老年人免费流感疫苗接种工作

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)每逢流感季,医院就诊人数显著增加,其中老年人群体尤为易感。近日,城关区正式启动2025年度老年人免费流感疫苗接种工作,为辖区老年人的健康提供有效保障。

10月13日上午,在嘎玛贡桑社区卫生服务中心的接种现场,许多老年人手持身份证,有序排队等候。医护人员认真核对身份信息,细致了解老年人的健康状况,在确认无接种禁忌后,依次为他们接种流感疫苗。接种过程中,医护人员

严格按照操作规范进行,并耐心解答老年人的疑问,详细告知接种后的注意事项。整个过程井然有序,高效顺畅。

“我和老伴每年都会来接种老年人流感疫苗,这对我们非常有用。尤其是随着年龄增长,身体越来越差。接种疫苗后,即使偶尔感冒,症状也很轻。政府每年统一为我们免费接种疫苗,医护人员态度又好,真的非常感谢。”嘎玛贡桑社区居民洛桑老人说。

据悉,此次接种工作从10月10

日开始,将持续至11月30日。截至目前,嘎玛贡桑社区卫生服务中心已为180余名老年人接种了免费流感疫苗,广受老年朋友的好评。除嘎玛贡桑社区卫生服务中心外,城关区各社区卫生服务中心(站)及城关区人民医院均设有接种点,辖区内60周岁以上、在社区接受公共卫生服务健康管理并签约家庭医生

的老年人,均可享受免费接种服务。

嘎玛贡桑社区卫生服务中心医护人员卓玛拉姆介绍,流感是由流感病毒引起的急性呼吸道疾病,具有起病急、传染性强的特点,常引发大规模流行。接种流感疫苗被证实为预防流感的最为有效的手段,能够大幅降低老年人患流感及并发症的风险。“我们中心已做好充分准备,疫苗储备充足。针对老年人的身体特点,我们会提前评估健康状况,确保接种安全。同时,我们也会做好后续的健康随访工作。希望60岁以上的老年人及时到城关区人民医院或各社区卫生服

市暖心公司开展管道燃气泄漏突发事件应急救援演练



拉萨融媒讯(记者格桑卓嘎)为进一步加强城市燃气安全防线,提升突发事故应急处置能力,近日,市暖心燃气热力有限责任公司(以下简称市暖心公司)组织开展了2025年下半年管道燃气泄漏突发事件应急救援演练。

当日下午3时40分许,演练正

式开始。此次演练模拟了一起真实险情:一名用户在装修过程中未履行报备手续,私自拆改燃气管道,导致大量燃气泄漏并引发火灾。现场出现大面积明火,同时造成1人被困、1人昏迷,情况十分危急。

演练指令下达后,各应急小组迅速进入实战状态,按照预案分工,紧密配合、协同作战。应急抢险组第一时间赶赴现场,实施天然气应急处置和抢修;安保警戒组迅速疏散人员并封锁区域,确保现场安全。与此同时,医疗救治组模拟120

急救,及时转运伤员;灭火救援组则与消防救援人员密切配合,成功扑灭了大火。整个演练流程清晰、响应迅速,充分展示了拉萨市在应对管道燃气突发事件中的科学处置水平和综合实战能力。

“这次演练组织得非常出色,场景设置贴近实际,流程清晰,对我们的实战技能是一次很好的巩固和提升。通过演练,我们也更清楚地认识到团队协作和规范操作的重要性。”市暖心公司生产运营部巡线员边巴次仁表示,“下一步,我

们将认真总结这次演练经验,加强日常针对性训练,确保在任何突发情况下,我们都能拉得出、冲得上、打得赢,全力守护好拉萨的燃气安全生命线。”

此外,本次演练还邀请了自治区住建厅、商务厅等单位相关人员现场指导。这不仅有效检验和健全了城市管道燃气抢险应急体系,还加强了企业与政府监管部门之间的协同联动与沟通磨合,为筑牢拉萨燃气安全防线积累了宝贵经验,奠定了坚实基础。

“国球进校园”活动走进西藏大学 助力学子感受乒乓魅力

拉萨融媒讯(记者齐永昌)14日,西藏自治区乒乓球协会走进西藏大学,成功举办了“国球进校园”活动。此次活动旨在向在校大学生普及乒乓球运动知识,弘扬国球精神,并丰富校园文化生活,受到了师生们的热烈欢迎。

活动现场,西藏自治区乒协常务副会长张涵介绍了活动的筹备与组织情况。他说:“为了确保活动顺利进行,我们提前一个月就开始部署,从最初的筹备到各个环节的落实,再到今天的正式进校园,各项准备工作都已就绪。”据张涵透露,本次活动共派出约十名专业教练员,为学生们提供系统的教学指导。指导内容涵盖乒乓球的基础动作讲解、基本技术运用以及比赛规则解析,力求通过专业、细致的指导,激发同学们对乒乓球的兴趣。

在教练们耐心且专业的指导下,同学们热情高涨,积极投入到学习和体验中。西藏大学大三学生于焜在参与活动后兴奋地分享了他的感受:“今天很高兴能参加‘国球进校园’这个活动。通过教练们的指导,我不仅在技术上得到了提升,还大大增加了对乒乓球的兴趣。”他进一步谈到,“乒乓球是一项老少皆宜



图为活动中,教练为学生们作技术指导。

拉萨融媒记者 齐永昌摄

的运动,在校园里推广,能够丰富大家的业余生活,对身心健康也很有益处。希望教练们能常来,我们非

常欢迎。”

此次“国球进校园”活动不仅为西藏大学的学子们提供了一个近距

离接触国球、学习运动技能的平台,更在寓教于乐的互动中传播了体育精神,促进了校园体育文化的建设。

唐山文旅走进西藏宣传推广活动在拉萨举行

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)14日,唐山文旅走进西藏宣传推广活动在拉萨举行。此次活动通过非遗演出、文旅资源推介等多种形式,成功搭建起唐山与西藏两地文旅交流互鉴的平台。

活动现场,唐山市文旅资源推介官全方位展示了唐山的工业文

明、红色记忆、生态田园以及滨海休闲等特色资源,使与会人员对唐山有了更深入的了解,为拉萨市民提供了多元化的旅游选择。

唐山市路北区文旅局局长马洁说:“唐山市是近代工业的摇篮,这里文化资源丰富,景色怡人。今天非常高兴来到拉萨进行文旅推介,希

希望通过这次活动,促进拉萨和唐山两地之间的交流与互动,实现客源互通。我们诚挚欢迎拉萨的朋友们来到唐山做客。”

本次活动的另一大亮点是非遗演出,其中唐山花吹表演以其独特魅力赢得了阵阵掌声,充分展示了唐山非遗文化的深厚底蕴,促进了两

地民族文化的交流与互鉴。此外,唐山与拉萨的4家旅行社成功签约,达成了客源互送的合作意向,为两地文旅市场的拓展奠定了基

在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下

拉萨融媒讯(记者次央卓)西藏自治区成立60周年庆祝大会举行一个多月来,我市广大基层民警持续深入学习贯彻习近平总书记视察西藏时的重要讲话精神和庆祝大会精神,将其作为工作的根本遵循和行动指南。

习近平总书记的重要讲话精神为建设社会主义现代化新西藏指明了方向,我市各便民警务站积极响应,通过集中学习、个人自学、交流研讨等多种方式,深刻领会重要讲话的丰富内涵与核心要义。市电视台便民警务站站长扎西拉姆说:“习近平总书记的重要讲话令我倍感振奋、深受鼓舞。作为警务站站长,我将带领全站同志充分发挥警务站前哨点作用,积极践行‘枫桥经验’,主动深入社区,倾听群众诉求,化解矛盾纠纷,将问题解决在基层。同时,持续优化便民服务窗口,热情服务群众,做人民的平安前哨和贴心人,为建设平安拉萨贡献力量。”

布达拉宫广场便民警务站副站长格桑旦增说:“西藏自治区成立60周年庆祝大会虽已过去一个多月,但习近平总书记的重要讲话精神仍是我们反复学、深入悟的‘必修课’。不管是巡逻间隙的片刻休整,还是支部集中学习,我们都会反复研读重要讲话内容。对我们基层民警来说,习近平总书记的嘱托,是我们巡逻时多走一步,接警后多抢一秒的不竭动力,我们要把‘平安’两个字实实在在地刻进老百姓心里。”

大家纷纷表示,将持续深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神,以更加昂扬的姿态、更加饱满的热情,积极投身到维护社会稳定、服务人民群众的工作中,为“共建中华民族共同体书写美丽西藏新篇章”贡献公安力量。

我市基层民警持续深入学习贯彻习近平总书记视察西藏时的重要讲话精神

西藏文创园区举办“民族团结润童心·书香共筑一家亲”主题读书会



拉萨融媒讯(记者王泽江)近日,西藏文创园区妇联联合总工会等多家单位,在慈觉林赤狄日书店举办了“民族团结润童心·书香共筑一家亲”主题读书会活动。此次活动通过精心设计的分级阅读推广和互动体验,为70名来自生活困难家庭、单亲家庭等特定群体的少年儿童带来了一场别开生面的民族团结教育课。

活动现场,孩子们在老师的引导下,根据不同年龄段开展各项活动。幼儿组通过观看《各民族小朋

友手拉手》动画短片和参与“民族团结手印画”活动,感受民族友爱之情;小学低年级组则结合校园生活实例,参加了“民族服饰识别赛”;而高年级组通过编排“民族团结情景剧”,进一步深化对民族团结内涵的理解。活动还特别设置了《五十

西藏味道——“天空牧场的随想”演出落幕

拉萨融媒讯(记者满文妍)日前,由自治区文化和旅游厅、自治区商务厅、自治区体育局和拉萨市人民政府联合主办,西藏演艺有限责任公司承办的“西藏味道——‘天空牧场的随想’”主题汇报演出在西藏会展中心圆满落幕。

作为“西藏味道”系列活动的重要组成部分,“天空牧场的随想”是西藏青年文化艺术人才培养项目的重要成果展示,旨在通过系统化培养,推动西藏传统音乐与现代艺术

理念融合,助力青年艺术人才成长。

此次演出以雪域音乐为核心载体,为市民游客呈现了一场兼具民族特色与艺术感染力的文化盛宴。市民朗杰说:“今天和家人一起来观看音乐会,非常开心,活动现场氛围非常棒,希望以后主办方能多举办这样的活动。”

据悉,“西藏味道”文化旅游体验季将持续至12月初,后续还将推出更多优质的文化主题周活动,为市民游客带来持续丰富的雪域文化体验。

第二届西藏基础教育高质量发展论坛闭幕

拉萨融媒讯(记者仁青拉姆)13日,为期两天的第二届西藏基础教育高质量发展论坛在顺利完成各项议程后,在拉萨师范学院圆满闭幕。本次论坛由西藏自治区教育厅主办、拉萨师范学院承办,以“教育强国背景下西藏基础教育的使命与路径”为主题,汇聚了全国多所高校的专家学者及西藏各地教育工作者,共商西藏基础教育发展大计。

闭幕式上,来自拉萨师范学院

基础教育研究所、学工处及教育系的三位教师作为平行论坛代表,依次汇报了各分会场的研讨成果。最后,拉萨师范学院党委书记、副校长余凤萍作总结发言。她强调,面对新形势与新使命,全区教育工作者要坚定“躬耕教坛、强国有我”的信念,牢牢把握高质量发展这一生命线,以更高标准、更实举措,共同谱写西藏基础教育高质量发展的新篇章,为教育强国建设贡献更大力量。

拉萨城关咖啡文化周暨西藏咖啡文化节启幕

拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,拉萨城关咖啡文化周暨2025西藏咖啡文化节在城关万达广场正式启动。作为活动核心板块的第11届中国咖啡冲煮大赛拉萨赛区赛事也于同日拉开战幕。

本次活动不仅是咖啡爱好者的盛会,更是推动本地产业与文化交流的重要平台。据悉,中国咖啡冲煮大赛已在全国33个省市举办了超过290场比赛,其包容性与丰富

性成为一大亮点。

本次活动内容丰富多样,除了专业赛事外,还设有咖啡融合展示等环节。主办方致力于将其打造为彰显拉萨城市特色、提升文化品位、拉动消费增长的常态化、品牌化活动,让世界看到雪域高原独特的温度与人文之光。

通过此次