

街巷里的“赶路人” ——塔玛街道社区工作者用小事拼出民生暖图景

拉萨融媒记者 旦增拉珍

城关区塔玛街道有这样一群体，他们每天奔波在大街小巷，穿梭在小区楼栋间，日复一日、风雨无阻，用脚步丈量责任，用真情服务群众——他们就是社区工作者。日前，记者跟随他们的脚步，深入了解这一群体是如何用他们的方式，搭建起联通居民的连心桥。

尼玛曲宗是塔玛街道贡布堂社区的一名社区工作者。一大早，她和同事们就已经整理好相关政策宣传手册和待办资料，准备开启一天的工作。首先，他们来到居民尼玛家中，随即拿出医保政策手册，一边用通俗易懂的语言讲解缴费标准、报销流程等，一边接过尼玛的证件，仔细核对信息并帮忙办理残疾人医保缴费的业务，忙完后，他们又投入到一天的常规巡查中。社区工作者们兵分几路对沿街商铺，逐一开展政策宣传的同时，检查消防器材是否完好、用电用气是否规范、装修店面是否存在安全隐患等，并不时叮嘱商户注意事项……作为城关区第三批入职的社区工作者，入职近两年来，这样的忙碌场景早已成为尼玛曲宗和小伙伴们的工作常态。

“社区工作者是最基层的岗位，也是最贴近群众的岗位，我将不断提升和改进工作能力、工作作风，走出办公室，深入群众中，活跃在服务一线，拉近党群关系和干群关系，了解群众急难愁盼，灵活思考开展针对性的服务，让为民服务的成效看得见摸得着。”尼玛曲宗说。

像尼玛曲宗这样的社区工作者，在塔玛街道还有87位。自今年10月该街道开展“社工为民办实事”



图为贡布堂社区工作者准备开启一天的工作。

拉萨融媒记者 平措旺加摄

系列活动以来，辖区5个社区的88名社区工作者全部走出办公室，把服务实实在在地送到了居民家门口。据了解，截至目前，已累计提供上门服务、代办服务20余次，涵盖残疾证办理、医保缴费、矛盾调解等民生事项。健康讲座、亲子活动等20余场文体项目，覆盖居民200余人次，极大程度丰富了大家的精神文化生活。此外，对于独居老人、低保家庭等特殊群体，社区工作者们更是定

期带着米、面、油等生活物资上门慰问，用拉家常、问冷暖的方式传递温暖。

问起对社区工作者的评价，贡布堂社区居民次达瓦说：“社区工作者是真正把便民服务做到实处，每天不分早晚地上门帮助处理各种大小事，像照顾老人、照顾残疾人之类的更是他们的家常便饭。只要居民家里需要帮助，一个电话打过去，就算是大晚上，他们也会过来解决，真的非常用心。”

从政策宣传到代办服务，从矛盾调解到人文关怀，塔玛街道的社区工作者们用脚步丈量民情，用行动回应需求。他们的工作看似普通，但他们的真心，却产生出不普通的力量。这份力量，稳稳当地维系着社区的运转，守护着万家灯火的幸福。同样，这份“主动服务”的初心，也架起了党群连心的坚实桥梁。

墨竹工卡县德仲村深入学习贯彻西藏自治区成立60周年庆祝大会精神



热烈庆祝 西藏自治区成立60周年

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)今年是西藏自治区成立60周年，为深入学习贯彻西藏自治区成立60周年庆祝大会精神，墨竹工卡县德仲村驻村工作队和村“两委”策划了系列活动，切实将大会精神送到田间地头，让村民对自治区

成立60年的辉煌成就有更加真切

的感受。驻村工作队借助德仲村的自然风光，在349国道沿线高10多米、宽8米的天然巨石上喷绘了“看北斗星走不迷路，跟着共产党走会幸福”主题实践活动，切实将大会精神送到田间地头，让村民对自治区

高山、河流、草甸交相辉映，构成一道庄重而热烈的风景。既展现了村庄的自然之美，更将德仲村村民爱国爱党之情深深镌刻在高原大地，真切践行“党的光辉照边疆、边疆人民心向党”的坚定信念。

60年来，德仲村从过去崎岖的土路变成了水泥大道，牦牛帐篷换成了安居新房，温泉产业也结出了累累硕果。“看北斗星走不迷路，跟着共产党走会幸福”，既是高原儿女对党的深情告白，也是西藏自治区成立60年来德仲村发展巨变的

真实写照。

墨竹工卡县德仲村第一书记、驻村工作队队长武晋阳说：“学习贯彻西藏自治区成立60周年庆祝大会精神，是德仲村当前和今后一个时期的重要政治任务。我们将以稳定、发展、生态、强边四件大事为主线；以壮大村集体经济、发展乡村旅游等特色特色产业为抓手；同时以党的建设和纪律建设为坚强保障，团结带领全体村民共同奋斗，让德仲村的明天更加美好。”

尼卓林社区开展“情暖重阳 传承家风 促进民族团结”主题活动



拉萨融媒讯(记者莫瑞英)为弘扬中华民族传统美德，深化家风建设，促进民族团结，在重阳节来临之际，尼卓林社区联合区水电规划院在

琅赛九区举办以“情暖重阳 传承家风 促进民族团结”为主题的趣味活动，为社区居民送去了节日的关怀。

活动前，社区工作人员精心筹备，提前采购了白菜、萝卜、西红柿等新鲜蔬菜作为奖品，蔬菜种类丰富、品质新鲜，贴合居民日常生活需求。活动现场，工作人员有序布置场地，引导居民排队参与。

参与活动的居民以家庭为单位，老人、中青年与孩子相互配合，有的瞄准目标精准投掷，有的相互支招分享技巧，现场欢声笑语不断。套中蔬菜的居民手持“战利品”喜笑颜开，未套中的居民也在轻松氛围中享受互动乐趣，不少家庭还借机交流家风故事，传递尊老爱老的家庭理念。

“此次活动不仅为重阳节增添了节日氛围，更以趣味形式拉近了社区、联席单位与居民的距离，深化了家风建设，巩固了民族团结情谊。下一步，尼卓林社区将继续联合联席单位，聚焦居民需求开展更多惠民活动，推动社区治理与服务水平再提升。”尼卓林社区党总支书记来丽芳说。

七一社区开展“拉萨河湖齐心建 生态环保携手行”主题实践活动



拉萨融媒讯(记者仁青拉姆)为深入践行“绿水青山就是金山银山”理念，推动高原河湖生态保护与基层党建深度融合，近日，城关区金珠西路街道七一社区党委

联合辖区共建单位及“双报到”党员，以“党员双积分、双服务”机制为抓手，共同开展“拉萨河湖齐心建 生态环保携手行”主题实践活动，以“红色力量”守护高原碧水蓝天。

活动当天，在社区工作人员与党员骨干的带领下，志愿者们手持垃圾夹、环保垃圾袋等工具，沿河道两岸有序推进环境清理。大家分工协作，默契配合，细致捡拾草

丛中的塑料瓶、食品包装袋等废弃物，并认真清理河道边缘的枯枝落叶与杂物，以实际行动还河岸净面貌。

经过一上午的集中清理，志愿者们累计清运各类垃圾10袋。河道周边环境得到显著改善，以往散落的杂物不见踪影，河岸步道重现整洁清爽。此次活动切实提升了党员干部的生态文明意识，有力营造了“保护河湖、人人有

责，生态守护、人人参与”的浓厚氛围。

七一社区党总支书记拉巴修央说：“下一步，我们将以此次‘党员双积分、双服务’活动为契机，持续深化‘党建+生态’志愿服务模式，常态化开展母亲河保护、绿色环保宣传等活动，引导更多党员骨干参与到生态环境保护中来，为建设生态宜居的幸福家园筑牢基础。”

拉萨市第三届普法宣传金牌宣讲员竞赛成功举办

拉萨融媒讯(记者齐永昌)10月27日，由拉萨市委宣传部、市委政法委、市司法局联合主办的拉萨市第三届普法宣传金牌宣讲员竞赛活动举行。本次活动正值“八五”普法规划总结评估与《中华人民共和国法治宣传教育法》正式施行的重要节点，是拉萨市深入推进依法治市、建设社会主义法治拉萨的一项关键举措。

自治区司法厅党委委员、副厅长长次仁央宗和市领导林勇、王慧、张永林、韩云松、格桑旺姆等出席活动，并为获奖的金牌宣讲员颁奖。

此次竞赛，旨在深入学习贯彻习近平法治思想和习近平文化思想，全面落实市委“依法治市”工作原则，通过选拔培育优秀普法宣讲人才，提升全市法治宣传教育的覆盖面和影响力，为拉萨普法工作高质量发展提供坚实的人才与队伍支撑。为确保竞赛的专业性、权威性

与公平公正，主办方特邀评委团进行评审。同时，活动特别安排2名公证员对竞赛全程进行现场监督公证，确保程序严谨、结果公信。

本次活动通过“拉萨发布”平台进行了全程线上直播，吸引了全市各级机关单位工作人员和基层群众的广泛关注与在线收看，有效拓展了普法宣传的辐射范围，实现了线上线下的同频共振，使法治精神更加深入人心。

近年来，拉萨市坚定不移推进法治建设，持续深化法治政府与法治社会一体建设，全市依法治理能力显著增强，全社会法治观念普遍提升。活动不仅为挖掘和树立普法先进典型、打造具有拉萨特色的普法品牌提供了有效平台，更有力地引领和推动了全市普法工作向更深层次、更广领域发展，为营造尊法学法守法用法的良好社会氛围注入了新的活力。

市委宣传部开展国防教育主题活动

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)“国无防不立，民无防不安。”为了将国防意识送入千家万户，让安全根基深植社区土壤，近日，市委宣传部联合市国防动员办公室、城关区国防动员办公室在蔡公堂街道蔡社区举行国防教育主题活动。

活动中，西藏大学医学院团委书记杨易武向居民们深入浅出地阐释国泰民安的根本保障在于强大的国防。它不是抽象的概念，而是社会有序运转的基石，支撑着我们安心工作、学习，为国家发展提供坚实后盾。

随后，显示屏上播放着精心挑选的国防教育系列短片，短片内容涵盖新时代国防和军队建设成就以及深入浅出的国家安全知识讲解，清晰的画面和生动的解说，迅速吸引了所有居民的目光，大家认真聆听、积极互动，对国家安全的重要性有了更深刻的认识。

蔡社区主任普布旺堆说：“杨老

师通过生动的讲解和丰富的案例，向我们普及国防法律法规、国防历史、现代军事科技等知识，让在场居民深刻认识到国防建设的重要性和紧迫性。此次活动的开展不仅让我们对国防知识有了更深入的了解，也增强了居民的国防意识和责任感。”

此次国防教育进社区活动将国防教育融入社区、深入基层，有效提升了社区居民的国家安全意识、国防意识和忧患意识，为筑牢国家安全的“人民防线”奠定了坚实基础，也在社区内营造了崇军尚武、爱国拥军的良好风尚。

“通过今天的讲解，我们对国家安全的重要性有了更深刻的认识，也更加理解了国家安全与个人生活的紧密联系。我们将以此次活动为起点，常态化开展形式多样的国防教育，推动国防知识融入日常、深入人心，切实筑牢和谐家园的安全根基。”蔡社区综治委员索朗央吉说。

自治区乒乓球协会传达学习贯彻党的二十届四中全会精神

学习贯彻党的二十届四中全会精神

拉萨融媒讯(记者齐永昌)党的二十届四中全会于10月20日至23日在北京举行，全会精神在各行各业引发热烈反响。日前，自治区乒乓球协会迅速组织协会党支部成员及部分党员干部群众，与西藏佛学院第二党支部联合举行专题学习会，第一时间认真学习领会全会精神。

学习会上，与会人员深入学习了全会公报，并就全会擘画的未来五年发展蓝图和战略部署进行了热烈讨论。大家一致认为，党的二十届四中全会是在关键时期召开的一次重要会议，会议准确把握“十五五”时期党和国家事业发展所处的历史方位，深入分析了我国发展环境面临的深刻复杂变化，对未来五年发展作出的顶层设计和战略擘画，目标催人奋进，内涵丰富精准，指引科学清晰，是乘势而上、接续推进中国式现代化建设的又一次总动员、总部署，令人倍感振奋、信心

满怀。西藏自治区乒乓球协会党支部书记仓木拉在学习会上分享了学习体会。她说：“下一步，我们要切实把思想和行动统一到以习近平同志为核心的党中央决策部署上来，深刻领会全会精神，并将其转化为推动工作的强大动力，为实现‘十五五’时期的各项目标任务，贡献体育人的力量。”

与会人员纷纷表示，要将学习贯彻全会精神作为当前和今后一个时期的重要政治任务，坚定不移地沿着党中央指引的方向奋楫笃行。要紧密结合体育工作实际，牢固树立围绕经济社会发展大局、发展体育事业的意识，全面发挥体育在增强人民体质、促进民族团结、丰富文化生活、推动社会进步等方面的多元价值功能。要以全会精神为指引，奋勇争先、扎实工作，不断推动体育事业高质量发展，为加快建设体育强国、全面建设社会主义现代化新西藏贡献力量。



现场。图为西藏乒协党支部书记仓木拉在学习会上分享学习体会。拉萨融媒记者 齐永昌摄

本周中后期我市雨雪降温来袭

拉萨融媒讯(记者吴敏)近日，记者从市气象台了解到，预计本周我市天气将迎来明显转折，中后期多雨雪天气，同时伴随降温过程，需提前做好应对准备。周一各地仍以晴间多云为主，天气较为平稳；周二至周三，大部地区转为多云间阴天，当雄县、尼木县北部、林周县北部、墨竹工卡县东北部等地将出现

小雪，其中当雄县高海拔地区有大雪；周四至周六，全市转为阴天，普遍出现小雨(雪)或雨夹雪，北部和东部高海拔地区有中到大雪；周日各地多云，仍有降雨(雪)。此外，周内午后沿江河谷地区将出现3至4级阵风，高海拔地区阵风可达8级左右，过程降温幅度预计为3至6摄氏度。针对此次天气变化，市气象台

提醒重点关注以下几点：一是强化交通与公共安全管理。需防范雨雪天气对道路交通、城建工程、能源保供及电力通讯设施等带来的不利影响，尤其当雄县、墨竹工卡县、尼木县及林周县北部等高海拔路段，易出现积雪结冰现象，交通管理部门需提前部署，做好道路除冰除雪和交通安全保障工作，过往车辆需谨

慎驾驶；二是做好防寒保暖。降温过程中，需及时增添衣物，注意保暖；高寒牧区要提前做好牲畜的防寒保暖和饲料储备，保障畜牧业生产稳定；三是科学利用降水资源。此次降水过程有利于空气净化和土壤增湿，同时将降低气象火灾等级，相关部门可适当减少绿化灌溉次数，节约水资源。