

青藏铁路的“千里眼”守护者

拉萨融媒记者 齐永昌

初春的早晨,拉萨火车站站台,阵阵寒风划过高原清澈的蓝天。

“工具材料再清点一遍,更换摄像头必须确保功能完好,安全第一。”西宁通信段拉萨通信车间主任杨生堂提高嗓音,对着整装待发的职工们反复叮嘱。他的呵气在冷空气中凝成白雾,迅速被风吹散。

日前,记者跟随拉萨通信车间作业组,记录下一次特殊的“天窗”检修作业——在铁路运行间隙的有限时间内,维护好高原铁路的“千里眼”。

拉萨站不只是车站,它是青藏铁路、拉日铁路、拉林铁路的交汇枢纽,占地16万平方米,日均旅客吞吐量达7000人次。在这片站区内,分布着154组视频监控设备。它们

是调度员的“眼睛”,是安全监控的“哨兵”,被铁路人亲切地称为“千里眼”。

拉萨通信车间肩负着626公里青藏铁路上28个车站、41个基站、73个直放站通信设备及2条通信光缆的日常维护任务。每一次“天窗”作业,都是一场与时间、与气候、与高原环境的较量。

9时25分,调度命令准时下达:“拉萨站下行进站咽喉摄像机检修整治‘天窗’作业开始,时间90分钟。”

作业人员列队进入网围栏。狂风毫无阻挡地扑来,穿透厚厚的防寒服。塔工黄炳维仰头看了看6米高的摄像机杆塔,深吸一口气,开始攀爬。

杆塔上,他熟练地用螺丝刀拧开固定螺丝,依次断开电源和线缆,小心翼翼地将故障摄像头取下。杆塔下,工长贾启涛和金金宝已经打开设备箱,逐个检测设备状态。

“风大,气温低,摄像头防护罩特别容易起雾、积尘。”贾启涛向记者解释,“后台监控一旦模糊,就会影响列车实时调度和应急情况下的人员疏散。必须趁着‘天窗’时间彻底清理、更换。”

黄炳维在高空安装新摄像头,每一个螺丝都反复紧固,每一条线缆都再三确认。严重缺氧的环境下,他的呼吸越来越重,胸口明显起伏。最后一道工序,他用无尘布轻轻擦拭镜头罩,动作轻柔得像在照料婴儿。

“联系机械室,远程查看画面是否清晰、监控区域是否准确。”贾启涛对何金宝说。对讲机那头短暂的静默,让现场所有人都凝神静气。这几秒钟,决定着90分钟紧张作业的成败。

“监控画面清晰无遮挡。”拉萨联合机械室的回复传来。

作业上空仿佛拂过一阵暖风。黄炳维脸上绽出笑容,贾启涛看了看时间:10点50分,比预定时间提前了10分钟。

清点工具,整理现场,作业组迅速撤出网围栏。他们没有停留,径直走向停在一旁的工程车。

90分钟的“天窗”闭合,铁路恢复繁忙。这些高原铁路的守护者,正用他们冻得通红的手,擦亮每一只“千里眼”,守护每一段团圆路。

市政协机关党组举行树立和践行正确政绩观学习教育专题读书班

拉萨融媒讯(记者乔梁)为深入贯彻落实党中央决策部署,进一步推动学习教育走深走实,3月19日,市政协机关党组举行树立和践行正确政绩观学习教育专题读书班,通过集中学习、研讨交流等形式,引导党员干部切实筑牢思想根基、强化责任担当,为服务全市高质量发展凝聚共识、汇聚力量。

会议指出,政绩观是党员干部世界观、人生观和价值观的重要体现,直接反映领导干部的从政理念和价值取向。树立和践行正确政绩观,对于政协委员和机关干部履职尽责、推动政协事业发展具有至关重要的意义。要深化思想认识,深刻把握树立和践行正确政绩观的极端重要性;要聚焦核心要义,准确理解正确政绩观的丰富内涵和实践要求;要结合政协实际,切实把正确政绩观贯穿履职全过程、各方面,把自治区党委、市委树立和践行正确政绩观的部署要求落实到日常履职工作中,具体行动上,切实解决好人民群众的急难愁盼问题。

大家在发言中表示,将持续学深悟透习近平总书记关于树立和践行正确政绩观重要论述,深刻领会正确政绩观的丰富内涵和实践要求,进一步增强思想自觉、政治自觉、行动自觉,把人民利益放在首位,积极履行政治协商、民主监督、参政议政职能,为全市经济社会高质量发展建言献策,在奋力谱写中国式现代化拉萨篇章中展现政协担当作为。

曲水县春耕春播民俗活动启幕 千年农耕文化焕新彩

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)春风送暖,高原焕新。近日,曲水县春耕春播民俗体验活动启幕,千年农耕文明与春日高原相融,村民、游客共赴一场民俗风味十足的春日之约,感受西藏农耕文化的独特魅力。

在袅袅桑烟中,以“春启桑烟·耕绘吉美”为主题的曲水县春耕春播民俗体验活动火热拉开帷幕。一辆

辆拖拉机轰隆作响,身着节日盛装的村民赶着装饰一新的“耕牛”,犁开春日第一方沃土,许下丰收期许。

曲水县达嘎镇镇达村村民达嘎告诉记者:“以前春耕春播时,没人统一组织,我们要自己拉着耕牛到自家田里去祈福。如今,生活好了,大家一起热热闹闹地举行仪式,农耕也实现了机械化,减轻了劳作负

担,非常高兴。”

现场,青稞酒、酥油茶、牦牛肉等地道美食飘香,协荣仲孜等国家非遗代表性项目更是轮番上演,让慕名前来的市民游客不仅在味蕾与视听的享受间体验西藏饮食文化,更是在身临其境中,沉浸式触摸非遗文化与千年农耕的古老脉搏。

“今天的活动很有特色,非常好

地体现了藏族的民俗文化,还观看了非遗表演,这一趟来得真的太值了。”游客嫣儿说。

据悉,此次活动由曲水县委、县政府主办,县文化和旅游局承办,各大特色亮点解锁西藏农耕魅力,既传承了千年农耕文明,又丰富了文旅体验,让高原春耕在新时代焕发出全新光彩。

八一社区：传达学习全国两会精神 凝聚基层发展新动能

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)3月17日,城关区八一街道八一社区组织召开专题学习会,集中传达学习全国两会精神,社区党员干部、网格员、居民代表等齐聚一堂,深入学习领会会议精神,共谋社区发展良策。

会上,八一街道包保县级领导围绕“四下基层”宣讲工作要求,以通俗易懂的讲解方式宣讲全国两会内容。同时,八一社区基层宣讲员先后解读两会核心要义,重点围绕“十五五”开局之年的战略部署、民生保障、基层治理等关键内容开展宣讲。结合政府工作报告中关于创新赋能、推进城乡协调发展等

政策要点,将宏观政策与社区实际工作紧密结合,用“家常话”解读“大政策”,把关乎居民柴米油盐、就业就医、养老托育等方面的惠民举措讲深讲透。

大家纷纷表示,将以两会精神为指引,立足岗位主动担当,把学习成果转化为服务群众的实际行动。“作为一名基层宣讲员,我将认真学习领会两会精神,紧扣会议对基层工作作出的部署要求,切实做好宣讲工作,及时把党的好声音、好政策送到群众身边,推动两会精神在基层落地生根、见行见效。”八一社区宣讲员旦增桑珠说。

区直单位在拉萨开展义务植树活动 共筑生态新画卷

拉萨融媒讯(记者乔梁)17日上午,驻拉萨各区直单位积极响应生态文明建设号召,在曲水县南木乡江村开展义务植树活动,区直各部门干部职工齐聚一堂,以实际行动为大地增添新绿,为生态环境建设贡献力量。



图为活动现场,大家手持铁锹等工具,精神饱满地投入到植树活动中。

拉萨融媒记者 乔梁摄

活动现场人头攒动,区直单位干部职工身着志愿服装,手持铁锹、水桶等工具,精神饱满地投入到植树活动中。大家分工明确,配合默契,充分发扬团结协作、吃苦耐劳的精神,有的挥锹铲土,有的扶苗填坑,有的浇水灌溉,每一个环节都认真细致、一丝不苟。大家一边劳作,一边交流着植树的经验和心得,现场气氛热烈而融洽。经过几个小时的辛勤努力,一棵棵新栽的树苗在春风中昂然挺立,为原本空旷的土地增添了一抹生机勃勃的绿色。

“参加这次植树活动,让我深刻体会到了保护环境的重要性。每一棵树都是大自然的守护者,能净化空气、美化环境,作为西部计划志愿者的一员,我们有责任、有义务为生态环境建设贡献一份力量。”西部计划志愿者杨晨说。

据了解,此次义务植树活动是拉萨市绿化委员会办公室根据党中央、国务院及区党委关于开展大规模国土绿化行动的部署要求,认

真落实践行绿色发展理念、推进生态文明建设的重要举措之一。近年来,驻拉萨各区直单位高度重视生态环境保护工作,积极倡导绿色

生活方式,不断增强干部职工植绿、爱绿、护绿意识。通过此次植树活动,不仅增强了区直单位干部职工的凝聚力和团队合作精神,也

让大家更加深刻地认识到开展义务植树活动的重要性,进一步激发了大家参与生态文明建设的积极性和主动性。

夺底街道开展新招录社区工作者及新任“两委”班子强基赋能转作风专项行动

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)3月18日,夺底街道开展新招录社区工作者及新任“两委”班子强基赋能转作风专项行动,旨在进一步提升锤炼基层队伍过硬作风,提升履职本领,夯实基层治理根基。

培训中,城关区委组织部、社会工作部相关负责人为大家授课,分享基层工作经验。随后,村居新任“两委”代表及新入职社工代表先后作了交流表态,街道主要领导还围绕作风建设及强基赋能等方面开展专题辅导,引导参训人员将学习成果转化为服务群众、推动工作的

实际行动,为夺底街道高质量发展注入基层力量。

夺底街道巴斯社区全科社工格桑拉姆说:“作为街道新招录的社区工作者,我将不断提升专业能力、转变工作作风,在党建引领基层治理等各项重点工作中主动靠前、担当作为,用心用情服务好辖区居民。”

据悉,此次培训为期5天,将设置政策理论、业务知识、专业技能培训及作风养成大练兵军训等丰富内容,助力参训人员快速熟悉岗位职责,掌握基层工作方法,树立为民服务的正确政绩观。

普法进校园活动筑牢拉萨未成年人“无烟”防线

关爱未成年人 用心呵护成长

拉萨融媒讯(记者齐永昌)为切实保护未成年人身心健康,近日,在西藏自治区烟草专卖局的指导参与下,拉萨市烟草专卖局联合拉萨市卫生健康委员会在拉萨市城关区江苏中学共同开展“筑牢雪域少年拒烟防线”普法进校园活动,全力护航“无烟”开学季。

此次活动紧扣青少年的认知特点与兴趣热点,采用通俗易懂的语言,结合真实典型案例、翔实数据、

直观图片及短视频,深入浅出地解读了《中华人民共和国未成年人保护法》中涉烟相关条款。执法人员重点剖析了非国标电子烟、走私烟等的隐蔽性与危害性,明确指出青少年购买、吸食、赠送甚至代售烟草制品的法律风险与健康后果。

活动现场还集中展示了“奶茶杯”“可乐杯”等伪装性强、口味诱人的“三无”电子烟及走私烟实物,揭露了不法商家利用青少年猎奇心理诱导其吸烟的营销陷阱,引导学生认清本质、远离诱惑、拒绝盲从。通过“案例警示+实物震慑”的双轮驱动模式,切实提升了青少年识别、防范和抵制烟草制品侵害的意识和能力。

市妇联召开民营企业座谈会 “数”“法”双驱赋能巾帼创业

拉萨融媒讯(记者吴敏)近日,拉萨市妇联以“‘数’助巾帼发展情满园·‘法’润营商环境满芬芳”为主题,在市妇联召开民营企业座谈会。市商务局、市经信局、市场监管局、市税务局相关负责人及20名民营企业代表齐聚一堂,共话发展机遇、共商惠企举措。

在政策宣讲环节,市商务局、市经信局、市场监管局、市税务局相

关人员围绕惠企惠民政策、知识产权保护等内容进行详细解读,推动政策红利精准直达企业。交流环节,企业家们结合企业经营实际,围绕数字化转型、法治保障、政策落地等话题畅所欲言,分享发展经验、提出诉求建议。拉萨恒大医院院长肖霞说:“通过这次座谈会,我们精准地把握了政策方向。未来,我们将品牌公益活动坚持下去,计划投

入更多资源,开展针对妇女儿童健康的专项关爱活动,更好地履行社会责任,让医疗服务的阳光照耀到更多需要的地方。”

会议现场,市妇联还为参会民营企业女企业家代表进行集中慰问,送上关怀与祝福,进一步凝聚政企同心、携手发展的强大合力。

下一步,市妇联将以此次座谈会为契机,持续搭建数字电商、品牌

推广、技能培训平台,助力企业拓展市场;常态化开展法治宣传与维权服务,用好12338妇女维权热线,筑牢发展安全屏障;持续畅通沟通渠道,在政策对接、融资服务、人才培养等方面靠前服务,切实为企业纾困解难,当好女企业家的坚强后盾;深化“数”“法”双驱服务举措,推动更多“妇”字号特色产品走出西藏、走向全国,为拉萨高质量发展贡献巾帼力量。

我市残疾人驾驶技能培训启动

拉萨融媒讯(记者齐永昌)为切实提升残疾人出行与就业能力,3月18日,由残联主办、拉萨交警驾校承办的2026年拉萨市残疾人驾驶技能培训开班仪式在拉萨市残疾人就业服务中心举行。

经前期摸底与严格筛选,来自全市八县(区)的40名符合申领条件的肢体残疾人成为首批学员。此

次培训为期三年,费用由市残联全额补贴。驾校将严格按照新国标,配备专用教练车和无障碍场地,通过“一对一”个性化教学,确保学员安全、规范地掌握驾驶技能。

下一步,市残联将持续跟进培训进度,并计划开展更多贴合需求的技能培训项目,助力残疾人实现就业创业,共享发展成果。

市总工会开展女职工健康关爱与维权知识讲座

拉萨融媒讯(记者丁增朵)为切实保障女职工身心健康与合法权益,3月17日,拉萨市总工会举办“工会伴巾帼 法治护安康”女职工健康关爱与维权知识专题讲座。全市机关、企事业单位及户外劳动者代表共100名女职工参加活动。

本次讲座紧扣女职工实际需求,采用“健康+法律”双轨授课模式,内容务实、贴近高原职场与生

活。安全健康教育讲师立足高原气候特点,围绕高原女性情绪调节、常见慢性病预防、家庭健康管理等内容,结合真实案例拆解健康误区,现场演示压力疏导技巧,为女职工送上一堂实用的心理健康“防护课”。

随后,律师事务所专职律师聚焦职场性别歧视、婚姻家庭矛盾等高频问题,以案释法、深入浅出讲解相关法律法规,明确维权渠道与实

操路径,帮助女职工提升依法维权意识与能力,筑牢权益保障“底气”。

骑手王女士说:“非常感谢市总工会带来这场实用讲座。平时工作忙,很少系统学习健康和法律知识,今天专家讲的高原女性保健、职场权益保护等内容都很贴合我们的生活,真切感受到工会‘娘家人’的温暖,希望以后多举办这类活动。”

活动现场,市总工会为每位到

场女职工发放维权宣传册、健康知识手册及健康关爱小礼包,进一步营造关爱女职工、维护女职工权益的浓厚氛围。下一步,市总工会将持续聚焦女职工急难愁盼,常态化开展健康科普、法治宣传等精准服务,不断完善女职工权益保障服务体系,引导广大女职工以健康体魄和饱满状态立足岗位、建功立业,为拉萨高质量发展贡献巾帼力量。