

# “党的二十大精神进拉萨千家万户”月月讲暨“热烈庆祝西藏和平解放75周年”主题宣讲活动举行



拉萨融媒讯(记者央卓)为深入学习宣传贯彻党的二十大精神、二十届四中全会精神,热烈庆祝西藏和平解放75周年,近日,由拉萨市委、市委宣传部主办,堆龙德庆区委宣传部、堆龙德庆区新时代文明实践中心承办的“党的二十大精神进拉萨千家万户”月月讲暨“热烈庆祝西藏和平解放75周年”主题宣讲活动,在宗角禄康公园举行。

活动在开场舞《祝福祖国》的热烈旋律中拉开帷幕。来自堆龙德庆区的基层农牧民宣讲员央拉用接地气、听得懂的话语,围绕西藏和平解放75年来的沧桑巨变、新时代党的治藏方略、党的二十大精神与群众生产生活紧密结合,开展专题宣讲,引导各族群众铭记历史、感恩奋进、维护统一、守望相助。

市民次仁培达高兴地说:“今天这场宣讲特别精彩。西藏和平解放75年来,家乡发生了翻天覆地的变化。咱们老百姓的日子越过越好,饮水、用电、出行道路样样便利,大家心里都满是欢喜,发自内心地感恩党中央的关怀。”

宣讲结束后,群舞、二重唱、小品等节目轮番登场。《吉祥弦子》《感谢您,图吉切》《团结就是幸福》等节目,充分表达了拉萨各族群众对党中央和伟大祖国的感恩之情,也展现了高原儿女昂扬向上的精神风貌。活动期间,还同步开展了非遗



图为活动现场,表演人员表演精彩节目。

拉萨融媒记者 央卓摄

手工艺品与特色农产品集中展销活动,市文联艺术家现场创作并赠送主题书法作品,各族群众在歌声、舞蹈与交流互动中,共庆辉煌成就、共话幸福生活、共筑民族团结同心圆。

堆龙德庆区委宣传部副部长、网信办主任普布卓玛表示:“下一步,我们将持续用好‘月月讲’平台,

常态化开展理论宣讲、文明实践、文化惠民活动,把党的好政策送到群众身边,不断铸牢中华民族共同体意识,凝聚起建设美丽幸福拉萨的强大合力。”

本次活动依托“这里是拉萨”“拉萨融媒”抖音号、视频号,“幸福拉萨”抖音号,“拉萨发布”微信公众

号、视频号开展网络直播,各新媒体平台总播放量达33.9万人次。多平台矩阵联动传播有效扩大了宣讲覆盖面、提升了传播影响力,进一步凝聚起西藏各族干部群众团结奋进、共建美好家园的思想共识,为庆祝西藏和平解放75周年营造了浓厚社会氛围。

## 民俗赋能新生活 运动展现精气神

### ——达孜区塔杰乡举办传统趣味运动会暨林卡节活动

拉萨融媒记者 丁增美朵

初夏渐暖,草木苍翠,处处焕发蓬勃生机。恰逢中国共产党成立105周年、西藏和平解放75周年的重要时刻,为传承弘扬优秀传统文化,筑牢中华民族共同体意识,搭建各民族交往交流交融平台,不断丰富群众精神文化生活,涵养文明和谐、团结奋进的乡村新风尚,近日,达孜区塔杰乡举办2026年度第四届“民族团结一家亲·全民健身共筑梦”传统趣味运动会暨林卡节活动。全乡各族干部群众欢聚林间,积极参与,在趣味运动中强健体魄,在民俗体验中增进情谊,勾勒出乡村振兴、民族团结、邻里和睦的幸福画卷。

活动现场彩旗飘扬、人声鼎沸,浓郁的民族风情与昂扬的运动活力交织交融。清幽雅致的林间场地布置一新,喜庆祥和的氛围萦绕四周,各族群众身着盛装、结伴而来,休闲

畅谈、欢声笑语不断,充分展现出塔杰乡淳朴和谐的文明乡风、欣欣向荣的乡村风貌。

本次活动立足本土民俗特色,紧扣全民健身理念,将传统林卡民俗文化与传统趣味体育赛事深度融合,创新设置多项适配全年龄段群众参与的趣味竞技、民族特色运动项目,打破年龄与身份界限,让老人、青年、孩童都沉浸式参与其中、乐享运动。

赛场上,参赛选手精神饱满、奋勇争先,默契配合、全力比拼,每一个奋力冲刺、团结协作的瞬间,都展现出塔杰乡群众积极向上、拼搏奋进的精神风貌。赛场上,围观群众热情高涨、加油喝彩,大家相互交流、其乐融融,邻里情谊在互动中愈发深厚,全民健身、健康生活的理念悄然扎根乡村,让乡村文化生活更具温度、更富活力。

“夏天是高原最美的季节,林卡节是本地最热闹、最接地气的民俗活动。这次活动的开展,就是想老百姓走出家门、动起来、乐起来。”塔杰乡党委书记江村表示,民俗文体活动是凝聚民心、汇聚力量的重要载体,是对本土民俗文化的传承活化,也是丰富群众精神文化生活、推进全民健身事业落地基层的重要举措。

精彩纷呈的文体活动,不仅为群众带来了欢乐与活力,更承载着民族团结、民生幸福的深刻内涵。活动现场奖品丰厚、实用性强,各类生活用品贴合群众日常需求,让参与群众满载而归、幸福感满满。“塔杰乡林卡节热闹开场,乡亲们都积极参与到各项活动中来,活动奖品都是生活里的常用物件,特别实用,大家玩得也格外开心。”参与活动的群众次仁玛玛欣喜地说。

此次塔杰乡传统趣味运动会暨林卡节活动,以文体为纽带,以民俗为载体,不仅为中国共产党成立105周年、西藏和平解放75周年献礼,更有效搭建了各民族交流互动的平台,同时,活动有效丰富了基层公共文化服务内容,倡导了健康文明的生活风尚,为乡村文化振兴注入了强劲动力。

谈及后续工作,江村表示,下一步,塔杰乡将持续深耕党建引领、民族团结、文化惠民工作,全力擦亮党建与民族团结特色品牌,坚守团结聚力、实干兴乡的发展理念。持续夯实乡村产业发展根基,不断优化基层治理,用心用情增进民生福祉,常态化开展各类惠民文体民俗活动,不断提升辖区群众的获得感、幸福感、安全感,奋力谱写塔杰乡长治久安和高质量发展的崭新篇章。

## 庆祝西藏和平解放75周年理论研讨会召开

拉萨融媒讯(记者齐永昌)5月23日,由西藏自治区社科院(社科联)主办的庆祝西藏和平解放75周年理论研讨会在拉萨召开。

自治区党委宣传部副部长罗军出席并讲话,自治区社科院党组书记、院长、社科联主席李苏宁致辞。

罗军要求,全区广大社科工作者要铭记历史成就,传承红色基因,奋力推动我区哲学社会科学事业高

质量发展;要系统总结经验,凝练实践规律,引导全社会深刻感悟党的治藏方略的真理力量与实践伟力;要充分发挥新型智库参谋作用,创新铸牢中华民族共同体意识的宣传阐释方式,凝聚团结奋进合力。

李苏宁在致辞中表示,自治区社科院和社科联始终坚守为党立言、为国存史、为民述学的初心,为中华民族共同体建设贡献学术力量。

## 我市举行“国际生物多样性日”活动

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)5月22日,我市在拉鲁湿地举行“国际生物多样性日”活动。

副市长赵世东出席并讲话。

赵世东指出,近年来,市委、市政府始终牢记习近平总书记“保护好西藏生态环境,利在千秋、泽被天下”的殷殷嘱托,坚持生态立市,把生物多样性保护融入经济社会发展

全过程。今年,我们还将启动编制《拉萨市“十五五”生物多样性保护方案》,全面开展县域生物多样性本底调查,为精准保护筑牢科学根基。

活动中还大力普及生物多样性保护知识,传播生态文明理念,展现生态保护实践成效,呼吁大家共同守护自然生灵,协力绘就人与自然和谐共生的美好图景。

## 我区少年儿童国防教育座谈交流会举行

### 关爱未成年人 用心呵护成长

拉萨融媒讯(记者齐永昌)5月23日,由西藏青少年实践教育基地承办的我区少年儿童国防教育座谈交流会举行。

在交流会“童心问边关”和“国防知识小问答”趣味互动环节中,孩子们踊跃提问军营生活、边防趣事,官兵以童趣化语言耐心解答;抢答环节以西藏边防、国防常识和爱国主题等内容出题,答对者获得国防主题笔记本等定制礼品,现场气氛热烈。

拉萨市实验小学东城分校一年级学生丹增瑞激动地说:“今天聆听军人叔叔讲了他们亲身经历的故事,才明白他们的坚守有多不易。”

我要向军人叔叔学习,努力成长为守护祖国边疆的英雄。”

学生家长德吉卓嘎说:“平时在家、在学校,很难有机会让孩子这么近距离地接触边防军人、听边关故事。孩子今天全程特别认真,还主动问了很多问题,这种沉浸式的国防教育,比书本上的文字更有力量,不仅让孩子懂得感恩与敬畏,也在心里种下爱国、拥军的种子。作为家长,非常支持这样的活动,希望以后能多举办,让红色基因真正融入孩子的内心。”

西藏青少年实践教育基地副主任普珍表示:“本次活动创新国防教育形式,让少年儿童看得见、听得进、记得住、有感悟。以实践育人为抓手,把雪域戍边精神、爱国拥军情怀、国防安全意识有机融合,让少年儿童在体验中受教育、在感悟中筑信仰。”

## 拉萨市公安局交通管理支队城北大队：整治交通鸣笛乱象 营造文明出行环境



拉萨融媒讯(记者丁增美朵)为持续净化辖区道路交通秩序,切实削减交通噪声污染,守护群众舒适出行的出行与居住环境,近日,拉萨市公安局交通管理支队城北大队组织民警深入林廓北路沿线,全面开展机动车禁鸣专项宣传整治活动,积极引导文明出行理念,全力打造“静音通行、文明守礼”的良好道路交通环境。

宣传过程中,民警走进沿街商铺,与商户面对面沟通交流,并发放藏汉双语交通安全宣传手册,用简洁易懂的话语细致讲解城区禁鸣管理相关规定、随意鸣笛带来的噪声危害以及违规鸣笛对应的处罚细则,引导广大商户自觉遵守法律法规,主动提醒进店顾客规范停

放车辆、杜绝随意鸣笛,携手维护良好的道路交通环境。

依托沿线警务站执勤点位,民警向过往驾驶人、沿街行人普及禁鸣管控区域、合规鸣笛情形,细致讲解乱鸣笛引发的道路隐患与不良影响。同时结合辖区查处处的多起违法鸣笛典型案例开展以案释法,直观讲明违规鸣笛的现实危害与法律责任,让广大交通参与者切实认清规范文明鸣笛的重要意义。

在主次干道路口执勤值守期间,执勤民警对过往车辆驾驶人开展现场劝导引导,提醒广大驾驶人摒弃鸣笛催催、随意鸣笛等不良驾驶习惯,行经禁鸣路段自觉做到减速慢行、文明礼让,牢固树立文明静音出行意识,践行少鸣笛、守秩序、保平安的出行新风尚。

## 巅峰毅行践公益 体彩赋能谱新篇 西藏体彩亮相2026环纳木错徒步大会

拉萨融媒讯 日前,巅峰毅行·2026环纳木错徒步大会在当雄县纳木错景区举行。西藏体彩以本次大会为重要载体,同步开展品牌宣传活动,坚持党建引领,深度融合公益传播与用户互动,精准触达现场500余名参与者及周边人群,全方位彰显体彩的公益属性与品牌温度。

活动现场,西藏体彩坚持党建引领,组织党员先锋队深入服务一线。精心布置的“安心购彩守护”主题公益展板与互动体验环节相融合,一方面传递“公益体彩,乐善人生”的核心理念,普及安心购彩知识,倡导理性购彩、守护自身权益的良好风尚,积极践行体彩责任担当;另一方面通过展示体彩公益成果,让参与者直观感受体彩公益金在全民健身、民生改善等领域的实际贡献,有力提升品牌美誉度。此外,西藏体彩为赛事顺利开

展提供5顶帐篷,并现场发放雨伞、T恤等各类宣传品,党员志愿者带头开展讲解与服务,进一步拉近品牌与用户的距离,增强用户对体彩品牌的认同感与粘性,也为后续活动优化提供了坚实依据。

此次亮相环纳木错徒步大会,是西藏体彩推动“党建+体育+公益”深度融合的一次生动实践,也是责任彩票建设向基层延伸、向群众贴近的具体体现。西藏体彩将继续秉持“来之于民、用之于民”的发行宗旨,以党建为统领,以公益为底色,以责任为基石,推动党建与业务同频共振,不断探索品牌传播与全民健身、文化旅游、民族团结等工作的结合点,让党旗始终在公益服务一线高高飘扬,让体彩的温暖光芒照亮雪域高原的每一个角落,为服务西藏长治久安和高质量发展贡献更大力量。

## 党建引领聚合力 便民服务暖民心

### ——当热社区开展“应急科普护平安·口腔关爱暖民心”主题公益活动

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)为深化基层安全宣教,传递便民暖心服务,进一步提升社区居民安全防范意识与健康保障水平,近日,城关区八一街道当热社区应急救援志愿服务分队联合拉萨青锋发展服务中心和西藏美丽星辰口腔诊所,共同开展“应急科普护平安·口腔关爱暖民心”主题公益活动,吸引辖区60余名居民参与。

活动现场,来自拉萨青锋发展服务中心的专业讲师,结合老旧小区安全治理实际,开展了一场生动的应急科普培训。培训围绕火灾逃生、燃气安全、急救救护等重点内容,通过案例讲解、实操演示、互动问答等形式,向居民普及安全知识,着重讲解了灭火器使用、心肺复苏操作等实用技巧。当热社区应急志愿服务分队队员同步开展隐患排查宣

传,引导居民主动排查家中用电、用气隐患,提升安全防范意识。

在口腔健康公益服务活动中,西藏美丽星辰口腔诊所的医护团队为居民提供免费口腔检查、牙周健康评估、口腔健康咨询等服务,耐心解答居民关于龋齿防治、牙齿护理、义齿维护等方面的问题,并针对老年人、儿童等群体,提供个性化口腔保健指导,发放口腔护理用品与健康宣传手册,让居民在家门口就享受到了便捷的口腔健康服务。

此次活动把安全科普与健康服务有机结合,既强化了居民的安全应急能力,又传递了社区的暖心关怀,得到了居民的广泛好评。下一步,当热社区将持续联动共建单位与志愿服务力量,常态化开展形式多样的便民公益活动,切实解决居民急难愁盼问题,不断提升居民的获得感、幸福感和安全感。



图为活动现场,口腔医生为居民义诊。

拉萨融媒记者 次仁卓玛摄