

三个“罗布”一条心

——拉林铁路老中青三代接力守护天路的故事

拉萨融媒记者 齐永昌



6月25日,拉林铁路迎来开通运营五周年。五年时光,中国铁路青藏集团有限公司拉萨车站林芝车间见证了一批铁路人的默默坚守。其中最动人的,莫过于三位名叫“罗布”的铁路职工——他们年纪不同、身份不同、岗位不同,却怀揣同一份使命,接力守护着这条雪域天路。

“罗布”,藏语意为宝贝。达瓦罗布、仁青罗布、白玛罗布——这三位高原上的“宝贝”,用坚守与传承,把对天路的深情,写进了每一次列

车的平安抵达里。达瓦罗布是三人中工龄最长的,有着整整20年铁路生涯,拿过“火车头”奖章。2025年调任林芝站副站长后,这位经验十足的老铁路人把安全底线牢牢守住,行车调度、隐患排查,样样亲力亲为。站里的年轻人说,有达瓦罗布副站长在,心里就踏实。

仁青罗布是土生土长的林芝人。拉林铁路通车当年,他主动请缨返乡,成为一名车站值班员。寒来暑往,他目光如炬,紧盯每一趟列车的进出站动态;他一丝不苟,卡控每一项作业流程的标准。凭借这股踏实劲,他获评车站的先进生产者。但在他心里,比起荣誉证书,每天目送列车平安驶过家乡,才是最厚重的奖赏。队伍中,最年轻的白玛罗

布大学毕业后放弃了区外的优渥条件,毅然归乡。依托娴熟的汉藏双语优势,在旅客服务岗位上搭建起沟通的桥梁,赋予了高原铁路服务别样的温情。今年是拉林铁路开通五周年,也是三个“罗布”并肩作战的又一年头,他们同向而行,亲历着林芝站从开通运营到日益成熟的每一次蜕变。

在达瓦罗布的统筹下,仁青罗布主动挑起“传帮带”重担,与白玛罗布结成师徒对子。为了尽快补齐业务短板,白玛罗布抓住空闲点滴时间,围着仁青罗布请教行车规章、设备操作和应急处置,不仅记满了笔记,更在实战中反复揣摩。仁青罗布则倾囊相授,手把手拆解难点、传授绝活。如今,白玛罗布已蜕变

为车间的兼职教员,通过“班前一题、周一一考、岗位练兵”常态化机制,带动身边同事共同进步,实现了从“受助者”到“授业者”的华丽转身。老骨干守牢底线、中生代勇挑重担、新生代反哺接力,一条完整的业务传承链条,在林芝站深深扎下了根。

数据显示,林芝站日均开行列车2对,节假日高峰可达3对,旅客发送量呈稳步增长态势。飞驰的列车不仅拉近了时空距离,更悄然扭转了人才流动的方向——从过去年轻人离开家乡寻找出路,到如今越来越多像仁青罗布、白玛罗布这样的本地青年选择回到家乡发展。随着本土职工占比不断提升,这支“带露珠、冒热气”的铁路队伍,正为雪域高原提供更懂当地群众需求的优质服务。

普法惠民守底线 聚力共治保权益

我市多部门开展“法治宣传进工地”普法宣讲活动

拉萨融媒讯(记者小拉姆次仁)为切实筑牢建筑工地劳资纠纷法治防线,有效防范化解农民工工资拖欠、劳资矛盾等突出问题,保障务工人员合法权益,近日,拉萨市信访局联合市住建局、市人社局、市司法局、市水利局、市交通局,深入城区建筑工地一线,开展“法治宣传进工地”普法宣讲活动,把法律服务、政策解读和维权保障送到工友身边。

在柳梧新区某在建建筑工地,工作人员结合建筑行业用工特点和务工人员实际需求,现场为一线建筑工人发放《信访工作条例》《民法典普法宣传手册》《保障农民工工资

支付条例》《拉萨市公共法律服务便民手册》等普法资料,同时送上毛巾、香皂、脸盆、帽子等生活用品,把暖心服务和法治保障一并送到岗位一线。

“这次的普法宣传活动,我觉得很有用,现场也给我们发了一些生活用品,让我觉得很暖心。”工人田仲宿说。

工人叶中书同样说:“今天我们来参加这个活动,对维权有了进一步的了解,让我们干活也很踏实、放心,感谢你们。”

活动现场,工作人员采取“面对面宣讲、点对点答疑”的方式,精准聚焦建筑领域工程款、农民工工资

“双拖欠”高发、信访纠纷集中多发等重点难点问题,逐条解读合法信访、务工维权、薪资保障等核心法律法规。不仅细致讲解规范信访流程、合法维权途径,还手把手指导工人关注、使用“藏易访”“拉萨信访直通车”线上诉求反映平台,打通群众诉求表达、矛盾反馈的便捷通道,让务工人员遇事有法可依、维权有路可走。

拉萨市信访局副局长姜玉祥告诉记者:“建筑工地是双拖欠信访事项高发区域,务工人员获取法律政策的渠道较为有限。我们下沉一线现场普法、就地答疑,从源头化解劳资矛盾,减少信访隐患,引导大家依

法、理性、有序合理表达自身诉求。”

连日来,市信访局联动各相关市直单位,持续开展工地普法宣传活动,先后深入拉萨市辖区9个在建工程项目工地,累计惠及一线务工人员1000余人次。通过全覆盖、接地气的基层普法宣传,进一步规范建筑行业用工管理秩序,压实企业主体责任,构建部门联动、政企协同、全员守法的劳资共治格局,为全市建筑行业平稳有序发展、社会和谐稳定筑牢法治根基。

某项目经理刘秘说:“我们的项目全面贯彻西藏实名制系统,确保人工工资发放到位。后续工作中我们会继续配合相关部门保障工人权益。”

技能照亮就业路 民生答卷有温度

——城关区藏菜厨师培训结业侧记

拉萨融媒记者 齐永昌

近日,拉萨市城关区阿坝林卡社区内,50名身着“技能照亮前程”制服学员完成藏菜厨师培训并获技能证书,标志着城关区“技能照亮前程”行动再结硕果。从藏菜厨房到电商直播间,从传统技艺到数字经济,城关区正以精准化技能培训拓宽群众就业增收渠道,用务实举措书写有温度的民生答卷。

在2026年城关区人社局藏菜厨师技能培训班结业仪式上,学员代表将锦旗郑重地送到城关区人社局局长韩娟手中。

仪式结束后,人社部门工作人员随即开展藏菜厨师技能鉴定工作。学员琼达精心制作了毕业作品青稞粗面包;学员次仁桑珠则端出了传统藏菜吉祥八宝。面对镜头,次仁桑珠说:“特别感谢城关区人社局牵头组织这次藏菜厨师培训。通过45天的学习,我学会了做很多传统的藏餐,接下来我准备先去打工,积累更多经验,为以后的创业打下一个基础。”

据悉,此次培训前,城关区人社局对阿坝林卡社区有就业意愿和培训意愿的未就业群众进行了全面摸底调查,根据市场需求设定培训工种,结合辖区群众的就业培训意愿开展了此次免费技能培训。培训课程涵盖锅铲基础理论、烹调知识等



图为城关区藏菜厨师培训现场。 拉萨融媒记者 齐永昌摄

内容,旨在促进群众精准就业、拓宽增收渠道。”

城关区人社局副局长向巴措姆介绍:“本次藏菜厨师培训圆满结束,50名学员系统掌握藏菜烹饪技艺与餐饮从业规范,考核合格后顺

利通过技能鉴定并取得职业技能等级证书。培训传承藏菜特色饮食文化,培育了本土专业技能人才,拓宽了群众就业增收渠道。”

藏菜厨师培训只是城关区技能帮扶的一个缩影。今年以来,拉萨

市城关区人力资源和社会保障局聚焦群众就业“急难愁盼”,将技能培训作为稳就业、促增收、惠民生的核心抓手,统筹城乡资源、精准对接需求。围绕特色产业与新兴产业发展需求,城关区启动“技能照亮前程”培训行动,为农牧民群体开设中式烹调师、缝纫工、砌筑工等实用工种培训。与此同时,“雪域零聘”线上平台与16个“家门口”就业驿站的建成,将服务网络延伸到基层末梢。

为顺应数字经济发展趋势,提升群众新媒体创业就业能力,培育本土电商直播实用人才,6月29日,城关区网络(电商、直播)创业技能培训班正式开班。本期共招录学员25名,参训群体涵盖创业青年、个体经营户、待就业人员等。课程围绕直播带货等实操内容设计,采取“理论教学+现场实操”一体化授课模式,补齐了学员新媒体从业技能短板,为群众自主创业、灵活就业搭建起专业化学习载体。

从藏菜厨房到电商直播间,从传统技艺到数字经济,城关区正用一项项技能培训为群众打开一扇扇就业之门。城关区人社局正以精准化、专业化的技能培训持续赋能人才培育,用务实举措书写有温度、有质量的就业民生答卷——让技能照亮就业路,让民生答卷有温度。



拉萨融媒讯(记者莫瑞英)为压实建筑施工安全生产责任,防范化解工程建设安全风险,近日,拉萨市建筑工程质量监督站

在西藏大学教育城校区建设项目开展2026年“安全生产月”宣传活动,各在建项目管理人员、一线施工工人参与现场宣教与实操演练。

此次活动既有理论讲解,又有实操演练。组织学习了安全生产的重要内容,通报安全生产领域弄虚作假典型案例,并由项目负责人分享现场安全管理经验,全体人员集中观看2026年“安全生产月”专题警示教育视频,直观了解建筑施工各类事故危害。

随后主办方开展了建筑施工安全急救讲解、隐患排查整治实景演练。演练现场设置高处作业、临时用电、基坑防护等多个模拟隐患点,安全讲师分步讲解创伤急救、坍塌应急处置流程,参训工人分组开展隐患识别、现场整改、应急救援全流程实操。宣教活动逐一排查模拟现场违规操作、防护缺失等安全问题,现场登记、当场整改落实,完整复刻工地隐患闭环处置全流程,让一线从业人员把隐患辨别、应急自救技能学懂练熟。

西藏大学教育城校区B区项目总工程师任小虎说:“作为施工总承包单位,我们始终将隐患排查整治作为安全管理核心工作。常态化开展了专项整治,围绕高处坠落、物体打击、基坑坍塌、临时用电四大高发事故类型,每周开展专项隐患排查,建立隐患台账动态更新;其次,丰富‘安全生产月’宣教活动,除今天的隐患闭环实景演示外,我们还同步开展安全警示教育、应急演练、安全知识竞赛、工人班前警示教育等活动,提升全员风险防范意识。同时本项目属于西藏大学民生工程,我们坚持高标准安全管控,打造高原校园工程安全示范工地。”

“市质监站紧扣建筑行业安全生产工作特点,坚持‘隐患就是事故,排查务必彻底,整治必须到位’的工作理念,聚焦‘全员安全教育、全域隐患排查、全程应急提升’三大核心,扎实推进各项专项工作,切实把风险隐患化解在萌芽状态,消除在成灾之前,全力筑牢全市建筑工程质量安全防线。”市建筑工程质量监督站副站长索朗旺扎说。

“畅通高原2026”西藏防汛救灾应急通信联合实战演练在拉萨举行

拉萨融媒讯(记者次央卓)近日,由自治区通信管理局主办,自治区消防救援总队、交通运输厅、国网西藏电力有限公司等部门、通信企业联合开展的“畅通高原2026”西藏防汛救灾应急通信联合实战演练在拉萨举行,工业和信息化部信息通信管理局副局长黄业晶出席活动,四川、青海、新疆通信管理局相关负责人到现场观摩指导。

演练以“协同联动筑防线,应急托底保畅通”为主题,聚焦防汛救灾通信保障难点,设置四大实战场景14个实训科目,模拟日喀则吉隆县强降雨引发洪涝、泥石流灾害,造成

通信、电力、道路“三断”极端场景,完整演练灾情预警、力量部署、指挥调度、空地抢险、通信恢复等全链条处置流程,有效检验了多方协同联动机制和空地一体化应急通信保障实战效能。

演练结束后,与会人员现场参观了多款高原专用应急通信装备,深入了解装备功能与实战应用优势。

此次演练进一步完善了我区应急通信指挥调度和跨部门联动机制,积累了突发灾害通信保障实战经验,为护航全区经济社会高质量发展、守护群众生命财产安全筑牢通信保障防线。

拉萨市2026年文物工作培训班开班

拉萨融媒讯(记者小索明曲珍)为深入贯彻落实文物保护相关法律法规,全面筑牢文物安全防线,近日,拉萨市2026年文物工作培训班正式开班。来自全市各县(区)文物部门、重点寺庙管委会及直属文博场馆的31名文物骨干参加培训。

本次培训为期三天,课程紧扣最新文物法规与安全管理重点,采用理论授课、案例剖析、实地研学相结合的教学模式进行。

开班仪式上,拉萨市文旅局党组成员、市文物局局长尼玛扎西表示,此次培训旨在全面贯彻落实2025年新颁布实施的《中华人民共和国文物保护法》,切实把“保护第一、加强管理、挖掘价值、有效利用、让文物活起来”的新时代文物工作方针落到实处。他说,全市文物系统要全面落实自治区和拉萨市关于深化文物保护改革利用、加强文物安全工作的决策部署,统筹做好文物保护与活化利用各项工作,推动全市文物工作水平实现新的提升。

据介绍,此次培训重点围绕

2025年实施的《中华人民共和国文物保护法》进行深度解读,同时对将于今年9月1日正式施行的《西藏自治区文物保护条例》开展专题学习。课程还涵盖文物安全与管理规范、项目建设审批流程等实操内容,力求做到理论联系实际、学以致用。培训中,全体学员还前往墨竹工卡县进行实地观摩学习,通过现场教学加深对文物保护理念和技术的理解与掌握。

参加培训的楚布寺管委会文物资产处处长多吉曲杰在开班式上表示:“作为一名基层文物管护人员,我们常年在线开展巡查管护、隐患排查,深感责任重大。这次培训非常及时,也很有必要。我们一定会珍惜机会,认真学习、用心领会,把文物保护相关政策法规和业务知识学深学透。”

此次培训进一步压实了各单位文物安全管理责任,夯实了全市文物保护工作基础。下一步,拉萨市文物局将持续推进文物安全治本攻坚行动,常态化开展业务教学,长效守护雪域高原珍贵历史文脉。

党建引领庆华诞 美育教学展风采

——拉萨师范学院举行庆祝建党105周年暨音乐舞蹈教学成果汇报演出

拉萨融媒讯(记者央金)为热烈庆祝中国共产党成立105周年,深化党建引领育人成效,扎实推进校园美育体系建设,近日,拉萨师范学院举办庆祝建党105周年暨音乐舞蹈教学成果汇报演出。

本次汇报演出以“踏歌循智汇红脉·彩韵润心铸同魂——初心如磐·感恩·颂七一”为主题,是该校党建引领下庆“七一”系列主题重点活动。整场演出内容丰富、主题鲜明,兼具思想深度与艺术美感。演出上半场,《远飞的大雁》《翻身农奴把歌唱》《雪

山连北京》等经典曲目次第上演。下半场,《十送红军+映山红》《追光·足迹》等红色歌曲合唱、情景舞蹈作品精彩纷呈,以艺术形式回溯革命峥嵘岁月、再现党的奋斗征程,引导师生传承红色薪火、砥砺初心使命。

参演学生旦增德白表示,在节目排练与登台演出的全过程中,自己沉浸式感悟红色精神、厚植爱国爱党情怀。未来将潜心钻研专业知识、锤炼文艺本领,扎根高原沃土,以文艺之力讲好西藏发展故事。

据了解,本次演出学校立足高原教育实际,深度融合本土红色资

源与全国红色经典文化,构建“科研+课堂+舞台”一体化育人模式,将课程教学、节目创排、舞台实践有机结合。以艺术实践为载体,厚植师生中华民族共同体意识,切实落实立德树人根本任务,践行边疆美育育人的职责使命。

政工人事处宣传科科长、副教授徐颖怡表示,本次文艺演出既是对学校美育教学成果的全面总结,也是献礼建党105周年的重要举措,意义深远。红色精神润物无声、浸润人心,持续滋养师生精神世界、淬炼初心品格,激励广大师生在新

时代新征程上坚守初心、勇担使命、接续奋斗,持续书写民族团结与教育发展新篇章,为中华民族伟大复兴贡献教育力量。

以艺铸魂,以美育人。本次汇报演出既是一次美育教学成果的集中检阅,也是一堂生动鲜活的红色思政教育课。下一步,拉萨师范学院将持续以党建为核心引领,深耕美育教学、厚植红色底蕴,持续创新育人模式、丰富育人载体,推动红色基因扎根校园、浸润师生心田,引导全体师生赓续红色血脉、勇担育人使命,持续为西藏高原教育事业高质量发展注入鲜活动能。

登南山亲近自然 品文化乐享生活

拉萨融媒讯(记者小拉姆次仁)近日,由拉萨市文化和旅游局主办、拉萨赤坎书店协办的晨间徒步登山活动在南山公园举办。活动以徒步登山为载体,践行绿色健康的生活理念,依托南山开阔的视野与清新的自然环境,以书香涵养心性,践行低碳环保理念,让文化与山野共生。

活动现场,一众市民、青少年学子迎着晨光登顶南山,大家放下电子设备,告别城市忙碌,结伴缓步登山,一路呼吸清新空气,俯瞰拉萨城全景,在徒步前行中舒展身心、舒缓压力,在山野清风中放松身心、品读文化。

赤坎书店负责人土旦平措说:“本次活动有不少青少年参与其中。让孩子们走出课堂,登山游湖、亲近山林,对他们的身心健康十分有益,也能让他们后续更专心投入学习。”

成功登顶南山后,土旦平措现场为参与人员大致讲解了拉萨的城市发展简史,从地域风貌到人文变迁。随后,土旦平措还朗读了赞美拉萨的经典诗文,铿锵优美的字句饱含对拉萨的热爱。

“今天的爬山活动让我非常开心,一方面能带孩子参与,另一方面对自己的身心健康有好处,非常满意。”活动参与者德吉说。