

用最准的尺 量最“高”的梦 2026拉萨半程马拉松赛道丈量工作顺利完成

拉萨融媒讯(记者莫瑞英) 2026拉萨半程马拉松将于8月23日鸣枪开跑,赛道丈量工作在各小组的全力配合下于7月28日圆满完成。

为保障赛事公平性、专业性,组委会特邀中国田径协会C级丈量员高兴贵老师完成21.0975公里赛道丈量工作。

2026拉萨半程马拉松赛道负责人李旭说:“本次丈量采用国际通用的‘校准自行车法’,使用安装了琼斯计数器的专业测量自行车,组建了由引导员、记录员、标记员组成的专业团队,配备高精度钢尺、专业标识自喷漆等全套专业工具,全员分工明确、协同配合,确保每米距离都符合国际标准。”

丈量小组从赛道起点开始,以自行车为交通工具,以琼斯记录仪的数据为支撑,模拟运动员最短的跑步路线,精准地对记录数据进行计算。在丈量小组的配合下进行数据核对,定点标记位置描述并拍照存档,以便赛道路线和距离符合认证标准,科学合理地设置补给站和医疗点,为参赛选手提供更优质的服务。



图①为工作人员在赛道终点留影。
图②为工作人员记录测量数据。

(拉萨市体育局供图)
拉萨融媒记者 莫瑞英摄

拉萨市暖心燃气热力有限公司：

抓实常态化安全管控 筑牢燃气安全防线



拉萨融媒讯(记者央金)燃气安全是城市安全运行的重要基石,更是守护群众生命财产安全的关键防线。为持续压紧压实安全生产主体责任,规范化、常态化推进安全生产管理工作,切实筑牢城市燃气安全运行防线,日前,记者走进拉萨市暖心燃气热力有限公司(以下简称:暖心燃气公司),实地探访企业日常安全生产、岗位实训、隐患治理等常态化安全工作开展情况。

走访中记者了解到,暖心燃气公司始终紧绷安全生产弦,常态化抓实抓细各项安全管理工作。当

天,公司一线巡检人员有序开展城镇燃气管网巡检作业标准化实操考核,通过以练促学、以考促练的方式,常态化锤炼岗位实操技能,全面提升工作人员安全履职能力,夯实一线安全生产工作根基。

为持续夯实日常安全生产基础,筑牢全域安全防护体系,暖心燃气公司聚焦燃气运维关键环节和重点领域,细化常态化安全管控举措,层层压实岗位安全责任,从常态化开展安全思想教育、全方位落实自查自纠、闭环式推进隐患治理三个方面精准发力,持续健全完善现代化安全生产管理体系,从源头防范化解各类燃气安全风险隐患,牢牢守住城市燃气安全生产底线。

暖心燃气公司技术安全部副经理刘振亚介绍,公司常态化统筹推进安全生产各项工作,全方位织密燃气

安全防护网。首先是压实安全生产责任,筑牢思想防线。常态化组织全体干部职工开展安全生产知识学习,牢固树立安全发展理念,精准把握日常燃气安全管理工作重要意义,统筹推进企业高质量发展与安全生产工作双向并行。其次是全面对标自查,补齐管理短板。严格对照安全生产规范标准,开展全覆盖、无死角常态化自查自纠工作,系统梳理、规范完善各类安全生产台账资料,查漏补缺、规范归档,持续优化日常安全管理体系。最后是坚持闭环管理,清零安全隐患。始终坚持问题导向、底线思维,针对燃气运行重点领域开展全域常态化隐患排查整治,建立动态隐患台账,严格落实排查、整改、复核闭环工作机制,实现安全隐患动态清零。

常态化的自查整治和岗位实训,有效细化了各岗位安全生产职责,补

齐了日常安全管理中的薄弱环节,全面提升了全员安全防范意识和隐患应急处置能力。通过全覆盖自查、全方位整改、全流程闭环管控,公司已实现安全隐患早发现、早处置、早清零,从源头杜绝各类燃气安全事故发生,持续提升城市燃气安全保障水平。

立足当下、着眼长远,暖心燃气公司将持续拧紧全员安全生产责任链条,健全风险分级管控、隐患排查治理双重预防长效机制,以高标准、严管控、实举措常态化推进安全生产各项工作,全方位防范化解燃气领域各类安全风险。同时,常态化开展安全排查整治、员工技能培训、隐患闭环整改等工作,不断健全安全生产管理制度,夯实城市燃气安全运行基础,全力保障全市燃气系统安全稳定运行,为拉萨市安全生产形势持续稳定向好筑牢坚实的燃气安全屏障,守护广大市民安全安心用气。

我市筑牢消费领域“防火墙”



拉萨融媒讯(记者齐永昌)近期为暑期文旅消费旺季,我市土特产店、烟酒商行、商超酒类专柜等场所高端白酒侵权风险略有抬头。拉萨市市场监管局紧盯线索快办、深化政企联动、保持高压态势,三项措施精准发力,快速处置涉假案件并同步开展全域专项清查,取得阶段性成效。

紧盯线索快办,高效处置涉假

案件。针对抖音平台反映个别商户涉嫌售卖假冒高端白酒舆情,市市场监管局第一时间启动应急处置机制,组织执法人员赴涉事经营场所突击核查,现场暂扣群众举报的国窖1573共2瓶,同步查获在售涉嫌假冒五粮液2瓶。经对应酒庄知识产权部门鉴定,4瓶白酒均为侵犯注册商标专用权的假冒商品。监管部门同步启动消费纠纷调解机制,督促涉事商户全额退还消费者购酒款项,切实挽回群众经济损失。目前该案已依法立案,后续将依据相关法律法规从严作出行政处罚,涉嫌犯罪的将移送公安机关处理。

深化政企联动,全域开展专项清查。以舆情处置发现的流通环节风险隐患为抓手,市市场监管局联动相关白酒企业组建联合执法检查组,对全市烟酒专卖店、大型商超烟酒专区、餐饮集中区酒水售卖点等开展全覆盖排查,逐一核验经营主体资质、进货票据及购销台账,对在售白酒逐批扫码溯源、现场甄别真伪。市县两级联动发力,累计排查酒类经营主体180家。检查中同步开展普法宣传,明确进货查验主体责任,引导商户规范采购渠道、自觉抵制侵权假冒白酒。

保持高压态势,阶段成效持续巩固。今年以来,全市市场监管部

门常态化推进名酒打假专项行动,从严查办违法案件。通过查办典型案例,有效遏制了高端白酒侵权售假势头,切实维护了消费者合法权益和白酒企业知识产权。

下一步,市市场监管局将持续深化酒类市场综合治理,进一步织密酒类消费安全防护网。从严惩处侵权假冒行为,通过官方平台集中发布典型案例,强化警示震慑效应;健全常态化巡查机制,顺线深挖生产、供货、分销全链条,斩断制假售假利益链条;持续12315投诉举报渠道畅通,面向商户、市民及游客常态化开展食品安全、知识产权普法宣传,推动行业自律、引导诚信经营。

以赛促练强本领 提质增效惠民生

我市举办第二届邮政快递业职业技能大赛

拉萨融媒讯(记者吴敏)为进一步规范寄递行业服务标准,夯实行业安全生产基础,全面提升快递从业人员专业技能与应急处置能力,持续优化邮政快递行业服务质效,更好服务保障民生发展,近日,拉萨市举办第二届邮政快递业职业技能大赛。大赛以赛促学、以赛促练、以赛提质,通过理论学习与实操比拼相结合的方式,有效激发行业活力,助力全市寄递行业高质量、规范化发展。

本次大赛汇集全市11家寄递企业的81名一线从业人员同台竞技。赛事为期两天,设置理论笔试、现场实操两大竞赛环节,围绕行业服务规范、安全生产准则、一线实操技能等核心内容开展全方位比拼,系统检验邮政快递从业人员的理论储备、专业技能和综合职业素养。为

保障赛事严谨公正、有序开展,本次大赛全程实行统一评分标准、规范竞赛流程,全程公开透明,为参赛选手搭建起公平公正的技能交流比拼平台。

“赛前我们组织所有裁判统一学习评分细则,明确各项评判标准。从理论试卷批阅到现场实操打分,全程规范透明、标准统一,客观公正评判每一位参赛选手的综合水平,全力保障赛事公平有序开展。”拉萨市邮政管理局普遍服务科副科长尼次介绍。

比赛现场秩序井然、氛围浓厚,全体参赛选手精神饱满、沉着应战。大家严格遵守竞赛规则,认真完成每一项考核内容,在比拼中切磋技艺、查漏补缺、交流经验,充分展现了我市邮政快递从业人员爱岗敬业、精益求精、务实担当的良好职业

风采。参赛人员纷纷表示,此次大赛内容充实、针对性强,是一次难得的学习提升机会,在同台竞技中找到了差距、学到了技能、积累了经验。西藏顺丰仙岛营业部经理索朗扎西表示,本次竞赛涵盖理论知识、实操比拼以及赛前专项培训,内容丰富、贴合实际。通过比赛能够取长补短、精进技能,今后将把标准化、规范化的操作运用到日常揽收、派送工作中,严守寄递安全底线,用心用情做好民生寄递服务。

此次邮政快递业职业技能大赛,不仅为全市寄递行业从业人员搭建了交流学习、比拼提升的优质平台,更有效调动了从业人员钻研业务、精进技能、创优服务的积极性,进一步规范了行业操作流程,筑牢了寄递行业安全生产和优质服务根基,为行业规范化、专业化

发展注入强劲动力。拉萨市邮政管理局党组书记、局长刘普表示,举办本次职业技能竞赛,核心目的是以赛促学、以赛促练,引导全市广大邮政快递从业人员深耕业务、规范操作、提升本领。未来将持续以技能比武、岗位练兵为抓手,不断提升从业人员专业素养,筑牢寄递安全防线,激发行业青年干事创业热情,持续推动邮政快递行业提质升级,以更优质、更暖心的寄递服务,守护群众美好生活,服务全市经济社会发展大局。

下一步,我市将建立常态化岗位练兵、技能比武机制,持续夯实寄递行业服务基础,不断提升行业规范化、精细化、专业化服务水平,全力打造安全、高效、暖心的寄递服务体系,切实以优质寄递服务保障各族群众日常生活。

拉萨代表团 全力冲刺区运会

拉萨融媒讯(记者次央卓)西藏

自治区第十四届运动会暨第六届民族传统体育运动会开赛在即,拉萨市

体育代表团全面开启赛前冲刺集训。连日来,拉萨市群众文化体育中心训练氛围火热。田径、篮球、游泳、U系列青少年组少年乒乓球等队伍同步开展系统化训练,响箭、板鞋竞速、珍珠球等民族传统体育项目队员也加紧打磨技术。篮球场上队员默契配合、开展攻防演练;红色跑道上,田径队员开展热身拉伸、间歇冲刺、耐力拉伸、力量训练,起跑、加速、冲刺,一遍遍打磨奔跑节奏;

助跑、腾空、落地,持续优化跳跃技术细节。拉萨市代表团田径队总教练李雪强说:“现阶段,我们重点针对运动员耐力、专项技术开展强化训练,同时做好运动防护,科学调整训练负荷,规避训练伤病。全体队员士气高涨,我们将立足自身优势,

补齐技术弱项,带领队伍以最佳状态

迎接赛事,赛出风格、赛出水平。”游泳馆内游泳运动员持续打磨动作、提升耐力,全体队员全力以赴调整竞技状态,力争在赛场上充分展现拉萨体育健儿风采。“距离区运会越来越近,我们每天坚持系统训练,尽快适应比赛节奏。作为拉萨代表队一员,我会珍惜这次参赛机会,放平心态、全力以赴,努力发挥出日常训练水平,为拉萨争取荣誉。”拉萨市代表队游泳运动员刘友才说。

各集训队伍统筹制订训练计划、强化后勤保障、抓实安全管理,教练员团队结合每名运动员自身特点制定个性化训练方案。接下来,各运动队将持续抓实冲刺阶段集训,锤炼顽强拼搏意志,大力弘扬中华体育精神,力争在区运会各个赛项上取得优异成绩,充分展现拉萨体育健儿昂扬向上的精神面貌。

2026年上半年西藏自治区金融运行情况新闻发布会召开

拉萨融媒讯(记者小拉姆次仁)7月28日,2026年上半年西藏自治区金融运行情况新闻发布会举行。会上介绍了全区上半年金融运行各项核心数据,解读金融政策落地成效。

全区金融总量稳步增长。6月末,全区社会融资规模存量为1.1万亿元,同比增长19.3%,高于全国11.8个百分点。1至6月全区社会融资规模增量为1112亿元,同比多增593.7亿元,增长势头强劲。6月末,全区本外币各项贷款余额7675.3亿元,同比增长16.9%,高于全国11.8个百分点;全区本外币各

项存款余额6976.3亿元,同比增长6.5%。

今年以来,中国人民银行西藏自治区分行认真贯彻落实习近平总书记关于金融工作的重要论述,紧扣总行和自治区党委、政府工作部署,精准传导适度宽松的货币政策,不断深化金融“五篇大文章”西藏实践,持续提升金融服务西藏经济高质量发展的适配性和精准性,全区金融运行呈现“规模稳步增长、融资成本低位下行、信贷结构不断优化、基础金融服务扩面增效”的特点,主要金融指标增量处于历史同期高位,为我区“十五五”开局起步营造了良好的货币金融环境。

市民政局等多部门 联动开展普法宣传活动



拉萨融媒讯(记者吴敏)为深入贯彻落实市委、市政府城市治理工作部署,持续优化文旅环境、提升城市文明形象,市民政局以《中华人民共和国社会救助法》实施为抓手,深化与公安、城管、街道社区等多部门协同联动,通过常态化巡查、普法宣传、源头治理等多项举措,扎实推进街面流浪人员综合整治工作,切实规范街面秩序,保障特殊群体基本生活。

7月27日,市民政局救助管理站走进吉日街道开展“法护民生·助扶万家”主题普法宣传活动,现场氛围浓厚、秩序井然。工作人员在街道办事处搭设宣传展台,整齐摆放典型案例展板,清晰展示恶意骗保等常见手段与危害后果。工作人员手持宣传手册和救助引导卡,为群众解读《中华人民共和国社会救助法》核心内容,耐心讲解正规救助渠道、求助方式和举报途径共同守护

拉萨文明风貌。此次系列宣传累计开展集中宣讲30余场次,播放宣传视频50余次,发放各类宣传资料、救助用品1000余份,普法覆盖面持续扩大。市民政局救助管理站站长巴桑卓玛说:“我们联合八廓古城管委会、吉日街道进行宣传,主要目的是普及《中华人民共和国社会救助法》及救助管理工作政策法规,向社区群众讲解如何救助流浪人员,加强源头教育。”

在常态化整治基础上,市民政局救助管理站聚焦屡送屡返治理难题,深耕源头管控。依托全国救助管理信息系统,建立双向源头治理清单,对区内外重点流浪人员实行“一人一档、一人一策”精细化动态管理,完成7例重点个案深度分析,精准掌握人员动态。

下一步,市民政局将依托全国救助管理区域性中心试点建设的契机,深化省际、地市间协同治理,联动各地民政部门,搭建信息共享平台,建立外出人员信息库,完善源头干预、常态巡查、持续回访全链条工作机制,常态化推进街面流浪人员整治工作,持续提升城市治理精细化水平,全力守护拉萨文明旅游名片。

林周县春堆乡

开展留守困境儿童暑期关爱活动



拉萨融媒讯(记者齐永昌)日前,林周县留守儿童困境儿童关爱服务站深入春堆乡,开展暑期关爱系列活动,通过作业辅导、趣味篮球、集体生日会、法治宣讲及一对一心理疏导等环节,精准填补假期监护空白,守护儿童快乐安全度夏。

活动现场,工作人员耐心辅导课业,为近期过生日的孩子举办温馨集体生日会,弥补陪伴缺失;同时以互动游戏形式普及防溺水、交通

等安全知识。

针对长期与父母分离易引发孤独、敏感等情绪问题,活动专门设置一对一心理疏导。社工巴桑顿珠表示:“我们主动和孩子们谈心,及时疏导心理压力,引导他们树立积极乐观的心态,鼓励主动表达、自信面对生活。”

林周县自2026年起已常态化开展特殊群体关爱帮扶工作。服务站负责人旦增拉姆介绍,本次暑期专项活动于7月正式启动,在关爱儿童的同时,同步落实辖区老年人帮扶服务,统筹做好全县特殊群体保障。下一步,林周县将持续整合民生资源,用暖心服务为特殊群体撑起温情守护伞。