

纳木措“开湖” 湖光潋滟引客来

——2025年“雪域古城·圣地拉萨”文化旅游节纳木措开湖日活动侧记

拉萨融媒记者 郝奕凝 格桑卓嘎 仁青拉姆



今年的5月19日是第15个“中国旅游日”。当日,拉萨市举行2025年“雪域古城·圣地拉萨”文化旅游节纳木措开湖日活动。百对新人集体婚礼、民俗表演、非遗体验等精彩活动在纳木措扎西半岛景区接连举行。

五月的拉萨,千年古城焕新颜;五月的当雄,圣湖开冰眼眸蓝。海拔4718米的“天湖”纳木措,冰层进裂、湖水奔涌。取水仪式正式开始——两位老人和六位“日光仙子”手捧盛满圣水的铜壶走上舞台,昭示着拉萨以最热情的仪式,欢迎八方来客。

“非常荣幸能以‘日光仙子’的身份,将拉萨的千年雪山湖泊以及传统历史文化、民俗风情传递给更多的人。”“日光仙子”旦增玉珍激动地说。

活动为四郎贡布、王子豪、罗布桑珠、斯塔罗布、丹臻群佩、德吉卓玛颁发第二届拉萨文旅宣传推广大使证书。他们将充分发挥自身优势,着力宣传拉萨、推广拉萨。“在我日常生活中,很多美的灵感来源于整个西藏。因为西藏这些壮美的山河才有了我美好的创作,所以未来我会继续用文字讲好西藏故事,用镜头记录美好的家乡,让他们爱上这里。”德吉卓玛说。

“作为第二届拉萨文旅宣传推广大使,我会将更美好、更优质的旅游景区、文化特色宣传给来过西藏、即将要来西藏和还不太了解西藏的朋友,邀请他们来到这里,来感受我们西藏的湖光山色、人文风情,一定不会让大家失望。”王子豪说。

当天,在蓝天、白云、圣湖的见证下,百对新人举行了集体婚礼仪式。他们来自五湖四海,因拉萨结缘,在

圣湖之畔立下终生之约。热情的歌舞、奔腾的骏马为100对新人送上最真挚的祝福。

与此同时,活动还在纳木措湖畔设置了文旅产品展示区,我市各县(区)、功能园区将各自的特色文旅产品带到这里,嘉宾、游客近距离参观拉萨非遗产品、观摩非遗技艺,感受拉萨文旅融合成果。

优美壮阔的自然风光、丰富多彩的活动内容让广大游客流连忘返,也吸引了许多网络达人拍摄、直播活动盛况,向大家发出邀请:欢迎来到拉萨来!

第一次来拉萨的高瑞雪女士在非遗传代表性传承人的指导下,亲手制作了尼木藏纸,倍感新奇。她说:“今天了解到拉萨每个县(区)都有自己独特的非遗,像尼木县有藏香,刚才还看了藏戏,我非常感兴趣,拉萨在文化保护和传承方面做得太好了。”

网络达人清如一则表示:“只有

来到拉萨,才能真正体会拉萨的热情,这里的风景、文化绝对会让你终生难忘。”

活动还举行了承办县(区)交接仪式。曲水县接过旗帜,将承办2026年“雪域古城·圣地拉萨”文化旅游节。“2026年‘雪域古城·圣地拉萨’文化旅游节初步选定在俊巴渔村举行。因为俊巴渔村拥有国家级非物质文化遗产代表性项目俊巴郭孜、自治区级非物质文化遗产遗产代表性项目俊巴仲孜,我们会在那里举行系列活动,展示拉萨的多元文化。”曲水县文化和旅游局局长赐仁拉姆介绍说。

拉萨以构建国际旅游目的地和建设国际文化旅游核心城市为目标,举办2025年“雪域古城·圣地拉萨”文化旅游节,这也是拉萨首届文化旅游节,既是对拉萨文旅资源的系统性展示,更是以节庆为纽带,推动“文化+旅游+产业”的深度融合,为助力拉萨打造国际旅游目的地城市起到积极的推动作用。

记者带你逛展会：

在古城拉萨畅享异域风情好物

拉萨融媒讯(记者李从芳)5月16日,2025第二届拉萨进口商品展览会在西藏会展中心2号馆开幕。展会现场,来自31个国家和地区的250多家企业、约600名客商带来超1500个品类、10000余款展品,让拉萨市民在家门口就能体验“购全球、享全球”。

走进展会现场,首先映入眼帘的是一家泰国参展商。展台上摆满了五颜六色的瓶瓶罐罐,浓郁的草木清香扑面而来,咨询之后,记者了解到这些都是来自泰国的传统膏药。其中,有治疗蚊虫叮咬、皮肤病

的药,也有治疗腰肌劳损、颈椎病的药,种类繁多,让人眼花缭乱。现场,不少市民争相咨询、试用,商家热心为大家翻译介绍。

来自巴基斯坦的商人阿里忙得不亦乐乎。他的展台上摆满了各式各样的珠宝首饰,做工精巧;墙上还挂满了充满异域风情的手工编织地毯,独特的花纹样式,上乘的质量,吸引了不少市民上前咨询购买。

“今年,我们是第二次参加拉萨进口商品展。去年带来的羊毛地毯、孔雀石都非常受欢迎,所以今年再次来到拉萨参展。”阿里说。

伊朗的一家店铺吸引了记者的注意。这里人头攒动,大家认真端详着货架上一件件精美的彩绘陶瓷制品。斑斓的色彩,搭配花鸟等图案,让原本单调的盘子、水壶、花瓶、钟摆等物品成为一件件精美的艺术品,不仅实用还极具观赏价值,让人爱不释手。

“伊朗的这些瓷器,我觉得很艳丽,也非常漂亮。商家给我讲解了整个制作过程,自己也长了不少见识。”市民林金艳说。

据了解,本届展会室内展出面积8000平方米,分上下两层,设

350个国际标准展位,每一个展位都各具特色。在这里,市民不仅可以买到来自保加利亚的玫瑰系列护肤品、澳大利亚的正宗绵羊油制品,也可以买到蒙古国的牛皮包具、越南的沉香。展会在全球化与地域性的碰撞中,不仅让拉萨市民畅享全球好物,也让世界看到了拉萨开放包容的姿态。

本次展会将持续至5月20日,每日开馆时间为上午11时到晚上8点,还未前往的市民不妨抢抓最后的机遇,前往西藏会展中心,享受一场家门口的“购全球,享全球”之旅。

严防手机等通信工具作弊

我市筑牢2025年高考安全防线

拉萨融媒讯(记者齐永昌)记者从日前召开的2025年拉萨市“四大考试”安全工作会议上获悉,今年高考等“四大考试”将持续重点防范高科技作弊,特别是手机等通信工具违规使用问题。通过强化智能安检培训、严查智能眼镜等违规物品,确保作弊设备“带不进、用不

了、传不出”。

2025年高考等“四大考试”安全工作将采取多项针对性措施。严格入场检查:加强智能安检门操作培训,提升对手机屏蔽袋、智能眼镜等隐蔽作弊工具的识别能力;重点区域排查:对重点场所和区域加大巡查力度,防止藏匿作弊器

材;全流程闭环管理护航公平:为确保考试安全万无一失,相关成员单位将严守试卷安全“生命线”,对试卷运送、保管、分发、施考、评卷等试卷流转环节实行全过程闭环管理,人技联防、一岗多控;针对极端天气等突发情况完善预案,开展多场景演练;严格执行招生“十公

开”制度,接受社会监督。

据了解,在高考等“四大考试”期间,市委教育工作领导小组成员单位将在拉萨市国家教育考试指挥中心联合办公,我市将畅通举报渠道,加强对网络谣言等有害信息的处置和打击,及时回应考生和社会关切。

“拉萨工人大思政课”暨全国劳模宣讲会举行



拉萨融媒讯(记者莫瑞英)近日,拉萨市总工会举办“拉萨工人大思政课”暨全国劳模宣讲会。邀请全国劳模、拉萨市城关区夺底街道维巴村党总支书记尼玛作宣讲。市总工会在家县级领导,各县(区)、功能园区总工会主席,城关区各街道、村(社区)“两委”班子代表,市总工会全体干部职工等近200人现场聆听。

尼玛结合自身经历,分享了扎根基层带领村民脱贫攻坚、发展集体经济、基层治理等方面的先进事迹,深刻诠释了“爱岗敬业、争创一

流,艰苦奋斗、勇于创新,淡泊名利、甘于奉献”的劳模精神内涵,激励在场人员以劳模为榜样,立足岗位建功立业。

“今天,很荣幸参加劳模宣讲会,尤其是尼玛老师讲的‘大思政课’,感受颇深。虽然我从事功能园区工作,更多地集中于工业方面的事宜,但是工作的性质是一样的,工作的出发点都是相同的。在下一步工作中,我将结合个人工作实际,特别是在党建、群团及基层治理等方面提出一些新的措施。”拉萨经开区总工会副主席次仁多吉说。

城关区总工会党组书记冯晋瑾说:“尼玛老师的宣讲,让我深受触动。他通过自身努力,在平凡的岗位上创造出不平凡的业绩,他的精神激励着我们为实现个人价值和社会价值而努力奋斗。”

简讯

城关区实现婚姻登记“全国通办”

拉萨融媒讯(记者满文妍)前不久,新修订的《婚姻登记条例》正式施行,婚姻登记实现“全国通办”。近日,拉萨市民政局积极响应政策,迅速落实相关工作,为辖区内居民及区外来藏人员提供更加便捷的婚姻登记服务。

婚姻登记“全国通办”打破了婚姻登记当事人户籍限制,不再要求出具户口簿。当事人双方若是初次结

婚登记,只需提供身份证原件、双方合影免冠照片(两寸),以及本人无配偶、与对方当事人没有直系血亲和三代以内旁系血亲关系的签字声明即可办理;若有一方婚姻状况为“离婚”的,则在提供以上材料的基础上,还需要提供法院生效司法文书、法院出具的离婚证明书或离婚证等材料;若婚姻状况为“丧偶”,还应当提供已故配偶的居民死亡医学证明(推断)书、结婚证等材料。

会计资格考试西藏考区拉萨考点开考

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁)近日,2025年度全国会计专业技术资格无纸化考试(初、高级)西藏考区拉萨考点在拉萨师范学院开考。此次考试共设置10个考场,3660余人参加考试,占全区参考人数的55.39%。

据了解,此次考试的科目设置

科学合理,初级资格考试包括《初级会计实务》和《经济法基础》,高级资格考试则为《高级会计实务》。这些科目全面考查了考生的会计专业知识和实际应用能力,要求考生不仅要掌握扎实的理论基础,还要具备灵活运用知识解决实际问题的能力。



走进千家万户 科学营养理念

每年5月的第三周为全民营养周,今年全民营养周主题是“吃动平衡 健康体重 全民行动”,口号为“健康中国 营养先行”。

图为5月16日,西藏自治区卫生健康委员会联合拉萨市、堆龙德庆区两级卫生健康部门,在堆龙德庆区祥和苑社区正式启动营养周系列活动。

拉萨融媒记者 仁青拉姆摄

本周前期我市仍多阵性降水 部分地方有中雨(雪)

拉萨融媒讯(记者杨璐)5月19日,记者从市气象台了解到,上周我市各地降水频繁,15日起大部降水强度加强。同时,过程期间气温波动明显,其中17日各地最高气温降幅达到5至8摄氏度。周降水总量与常年同期值相比,各地偏多,其中

墨竹工卡县和尼木县偏多3倍。周平均气温与常年同期值相比,墨竹工卡县正常,其余大部偏高。

预计本周前期我市仍多阵性降水,沿江一线部分乡镇有中雨(雪),周四以后各地天气转好,主要以多云天气为主,气温将逐渐回升。主

要天气过程为,周一至周三:我市大部多云有阵雨,北部和东部部分乡镇有中雨(雪)。周四至周六:各地多云,部分时段有分散性阵雨(雪)。周日:我市大部多云间阴天,部分时段有阵雨(雪)。

本周前期我市降水天气较频

繁,部分地方降水强度较大,需防范对道路交通、工程建设、通讯设施等带来的不利影响;东部和北部需做好局地地质灾害防范工作。午后至夜间易出现短时雷暴大风、冰雹等对流性天气,需加强防范。降水过程将改善农区土壤墒情,有利于农作物生长。