

“决胜巴黎·绽放奥运——奥运冠军面对面”巡回宣讲活动西藏站走进西藏军区某部

拉萨融媒讯(记者郝奕凝)7月20日下午,“决胜巴黎·绽放奥运——奥运冠军面对面”巡回宣讲活动西藏站在我市继续举行。奥运冠军们走进西藏军区某部,与广大官兵展开深入交流互动,中华体育精神与卫国戍边情怀在雪域高原交相辉映,熠熠生辉。

在官兵们夹道欢迎的热烈氛围中,奥运冠军马龙、黄雨婷、陈清晨、龙道一、郭崎琪、李倩来到西藏军区某部。在讲解员的引导下,他们深入了解了“两路”精神、老西藏精神的深刻内涵。

作为一名“00后”运动员,黄雨婷说:“我们要继承和发扬优良传统,沿着前辈们的足迹,顽强拼搏,接续奋斗。我们要用实际行动证明,年轻一代运动员已经能够肩负起重任,在赛

场上勇当先锋,争金夺银。”

陈清晨说:“没有搭档,就没有‘凡晨’组合;没有队员的对抗和陪练队员的努力,就没有女双组如此高强度和高质量的训练氛围;没有教练的指导,就不会有每一场横扫千军或反败为胜的我们。还有队里的专家组、翻译、体能老师和队医……我们的成绩离不开每一位在背后默默支持我们的人。”

马龙也表达了对时代的感恩,他说:“我要感谢这个伟大的时代,为我们创造了实现精彩人生的机会和舞台。同时,我也要感谢亿万国人的鼓励与支持,让我的职业生涯每一步都走得踏实而稳健。”

在宣讲中,黄雨婷、陈清晨和马龙结合自身成长经历和赛场拼搏故事,与官兵们真诚交流,分享了他们

在训练场上与伤病斗争的艰辛、突破瓶颈时的坚持,以及在赛场上决胜瞬间的紧张与突破自我的畅快。他们还分享了身披国旗时的初心与为国争光的荣耀,引发了现场官兵的强烈共鸣。

宣讲结束后,奥运冠军们来到运动场,与官兵们进行了零距离互动。在乒乓球台前,马龙手持球拍与官兵们切磋球技;羽毛球场,陈清晨与战士们组队,展现了默契与活力;拳击场上,李倩亲自示范动作要领,手把手地与官兵们“过招”;瑜伽室里,郭崎琪舒展身姿,与女官兵们欢乐共舞。在官兵宿舍,马龙还与官兵们比赛叠被子,豆腐块似的被子象征着一次又一次对精神意志的磨炼。

《中华体育精神颂》的朗诵与全场齐唱《真心英雄》将活动推向了高潮。“为国争光,我们矢志奋斗的使命感”的激昂颂声与“把握生命里的每一分钟,全力以赴我们心中的梦”的铿锵旋律交织,回荡在耳边。这不仅凝聚着奥运健儿的拼搏信念和军人的热血忠诚,更映照出军民同心的深厚情谊。潘展乐、张雨霏也通过视频向官兵们致以诚挚问候,鼓励大家在各自的赛场上奋勇拼搏,绽放最好的自己。

此次“决胜巴黎·绽放奥运——奥运冠军面对面”巡回宣讲活动西藏站,不仅让官兵们近距离感受到了奥运冠军的风采,更通过深入的交流和互动,传递了中华体育精神和爱国主义情怀,进一步增强了军民团结,激励着每一个人在自己的岗位上奋勇拼搏,为实现中华民族伟大复兴中国梦贡献力量。

拉萨市“庆祝西藏自治区成立60周年·民族团结我践行”活动启动

拉萨融媒讯(记者满文妍)7月21日,由拉萨市着力创建全国民族团结进步模范区专项组指导,市委统战部、市委统战部、市民委主办,八廓古城管委会、城关区委统战部协办的拉萨市“庆祝西藏自治区成立60周年·民族团结我践行”宣传教育活动启动仪式在宗角禄康公园举行。

自治区民委副主任刘冬梅出席并致辞,副市长罗丹出席并宣布活动启动。

刘冬梅强调,要以铸牢中华民族共同体意识、推进中华民族共同体建设为主线,围绕庆祝西藏自治区成立60周年,扎实开展宣传教育活动,携手画好民族团结“同心圆”,共同营造喜庆祥和氛围,为建设繁荣稳定的祖国边疆贡献力量。

自治区民委副主任刘冬梅出席并致辞,副市长罗丹出席并宣布活动启动。

刘冬梅强调,要以铸牢中华民族共同体意识、推进中华民族共同体建设为主线,围绕庆祝西藏自治区成立60周年,扎实开展宣传教育活动,携手画好民族团结“同心圆”,共同营造喜庆祥和氛围,为建设繁荣稳定的祖国边疆贡献力量。

我市2025年西藏初中班(校)政审体检最低控制分数线划定

拉萨融媒讯(记者齐永昌)7月21日,记者从拉萨市教育局了解到,拉萨市2025年西藏初中班(校)政审体检最低控制分数线已经划定,划定后的分数线如下:

一、政审体检最低控制分数线

A类

(一)市区

区内干部职工或城镇居民子女(市区):总分290.5分(卷面总分+政策加分),数学单科控制线60分。

区内农牧民子女(市区):总分274.6分(卷面总分+政策加分),数学单科控制线60分。

(二)县镇

区内干部职工或城镇居民子女(县镇):总分289.3分(卷面总分+政策加分),数学单科控制线60分。

区内农牧民子女(县镇):总分277分(卷面总分+政策加分),数学单科控制线60分。

高海拔招生计划:总分264.4分

(卷面总分+政策加分),数学单科控制线60分。

B类

进藏干部职工子女(市区):总分237.5分,数学单科控制线60分。

进藏干部职工子女(县镇):总分232.8分,数学单科控制线60分。

市教育局工作人员提醒,上述分数线仅为我市2025年西藏初中班(校)政审体检最低控制分数线,并非录取分数线。参加体检考生需具备符合西藏初中班(校)报考和录取的资格,成绩达到政审体检最低控制分数线、数学单科成绩在60分及以上等条件,凡不具备以上条件不安排体检。符合以上条件学生的体检时间为7月24日(星期四)上午8:30。体检地点在武警西藏总队医院(色拉路和扎基路交叉口)。考生及家长如有疑问或其他问题,务必第一时间与基础教育科联系,联系电话0891-6329524。

堆龙德庆区:持续推进城市绿化 打造生态宜居新图景



拉萨融媒讯(记者满文妍)为提升城市形象并优化居民生活环境,堆龙德庆区正稳步推进城市绿化改造提升项目工程。如今,昔日单调的街道与公共空间已披上葱郁的绿装,一幅生态宜居的崭新画卷正徐徐展开。

今年4月,堆龙德庆区城市绿化

项目正式启动,聚焦团结构绿等核心交通要道及新城周边的公共空间,开展系统性绿化改造。项目团队精心规划,栽植了26个品种共计32万株苗木,铺设了1.18万平方米的草坪,打造了98处花坛与高位花池,增添了诗意景观。同时,完成了绿化护栏修缮、井盖更换、路灯安装与维修等配套工作。截至目前,项目已完成总工程量的98%,场地平整与苗木栽植已基本完成,现已全面进入后期精细化养护阶段。

市民范俊洪说:“现在城乡道路越来越漂亮,环境改善非常明显。希望大家从自家房前屋后做起,争当环境整治的参与者、监督者和守护者,共同建设美好家园。”

堆龙德庆区城市管理局副局长晋美次旦表示,自城乡环境综合整治战略实施以来,堆龙德庆区对城区主干道、背街小巷及公共区域进行了绿化提升、路灯改造等工作,有效增加了绿量,改善了生活环境和城市品质。此外,堆龙德庆区的三大主题公园项目——中心公

园、人和立交公园、滨河市政景观公园正在建设中。这些公园分别聚焦亲子互动、全民健身和文体融合,新栽植了多种花草和乔木,并搭配了休憩长椅和健身步道,将闲置地块转变为“推窗见绿、出门入园”的生态空间。

堆龙德庆区住建局总工程师青罗拉介绍,近年来,堆龙德庆区已初步建成6个大型主题公园和8个小型街旁游园相结合的城市公园体系,树立了城市形象,优化了投资环境,提升了市民生活品质。

暑期大学生“三下乡·百团千地”社会实践活动出征仪式举行



拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,2025年暑期大学生“三下乡·百团千地”社会实践活动出征仪式在城关区蔡公堂街道惠恩苑社区举行。

仪式现场,共青团西藏自治区

委员会、自治区教育厅以及西藏民族大学相关负责人共同为“西藏民族大学惠恩苑社区社会实践基地”揭牌,并为即将深入基层的重点实践团队代表授旗。

作为出征学生代表,西藏民族大学旅游管理专业学生德松说:“这次‘三下乡’活动为我们提供了一个深入基层、了解社会的宝贵机会。这不仅是一次能力的锤炼,更是一堂行

走的思政课。我们必将满载而归,成长为更有担当的新时代青年。”

西藏民族大学团委书记索朗玉珍表示,在西藏自治区成立60周年的重要历史节点,学校精心组织此次“三下乡·百团千地”行动具有深远意义。青年学子们将紧扣时代脉搏,深入乡村牧区、城镇社区,广泛开展党的创新理论宣讲、乡村振兴智力支持、基层医疗健康义诊、教育

关爱帮扶等多元化、精准化的实践活动。西藏民族大学学子将以脚步丈量高原热土,用专业知识服务社会发展需求,以实际行动践行“请党放心,强国有我”的青春誓言。

此次出征仪式不仅标志着西藏民族大学“三下乡·百团千地”社会实践活动的正式启动,更展现了青年学子们服务基层、奉献社会的决心和热情。

拉萨仲裁委员会庆祝《中华人民共和国仲裁法》实施30周年

拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,拉萨仲裁委员会举办庆祝《中华人民共和国仲裁法》(以下简称仲裁法)实施30周年活动。活动以交流研讨的形式进行,回顾了仲裁法实施以来的发展历程,总结了取得的成就等。

拉萨仲裁委员会全体仲裁员、法律专家及企业代表参与了此次交流研讨。大家一致认为,仲裁作为解决纠纷的重要途径,对优化营商环境、推动法治现代化具有深远意义。拉萨仲裁委员会仲裁员次仁顿珠说:

“本次活动不仅是对过去成就的总结,更是对未来发展的展望。”次仁顿珠认为,仲裁将在优化营商环境中发挥关键作用,同时推动国际化仲裁,为跨境贸易提供便捷通道。

此次活动不仅回顾了《中华人民共和国仲裁法》实施30年来的辉煌成就,还明确了未来仲裁事业的发展方向。通过加强队伍建设、优化服务等措施,拉萨仲裁委员会将进一步提升仲裁工作的质量和效率,为法治中国建设和地方经济健康发展贡献力量。

本周我市降水天气较频繁 出行需注意道路交通安全

拉萨融媒讯(记者杨璐)7月21日,记者从市气象台了解到,上周我市大部降水天气较频繁,降水中心主要位于沿雅鲁藏布江一线地区。周降水总量与常年同期相比,当雄县和墨竹工卡县偏少8至9成,拉萨市区和尼木县正常。周平均气温与常年同期值相比,大部偏高1至2摄氏度。

据市气象台介绍,预计本周我市降水天气仍较频繁,沿雅鲁藏布江一线强度较大,局地伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气。主要天气过程为,周一至周三:我市大部多云有小雨或雷阵雨,当雄县、尼木县及曲水县等部分地方有中雨。

周四至周五:各地以多云天气为主,部分时段有分散性阵雨或雷阵雨。周六至周日:我市大部有小雨或雷阵雨,当雄县、尼木县、林周县北部等部分乡镇有中到大雨。

市气象台建议,本周我市降水天气较频繁,且强降水落区与前期重叠,需加强防范局地山洪、泥石流、滑坡等地质灾害,出行需注意道路交通安全。午后至夜间易出现雷暴大风、冰雹等强对流天气,需加强防范,户外需注意科学防雷避雷;同时城市低洼路段需及时做好排水工作。强降水天气易造成农田渍涝、积水等,需及时做好清沟排涝等田间管理工作。

西藏自治区第八届科技创新创业大赛海选启动

拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,以“因创而聚·向新同行”为主题的西藏自治区第八届科技创新创业大赛海选在拉萨高新区正式启动。

本次大赛秉持“政府引导、公益支持、市场机制”理念,致力于发展高科技、实现产业化,加速形成新质生产力。大赛搭建了一个“政、产、学、研、用、金、服、城”多元对接的平台,旨在发掘源头创新与早期优质项目,推动科技成果转化,为西藏高质量发展注入强劲动力。

拉萨高新区(柳梧新区)管委会科创办主任何龙说:“此次海选采用封闭式评审,专家将从创新性、成熟度、实用性等多个维度对项目进行全面评估,确保评审公平、公正、公开。评审监督委员会与公证处将全程监督,确保每一份努力都得到应有的尊重。”

评审委员会将通过严格审核创业计划书等申报材料,最终评选出30强参加入围赛,初创组和成长组各占15席。



图为专家们在海选现场进行评审。
拉萨融媒记者 齐永昌摄

2025 第九季完美童模西藏赛区总决赛落幕

拉萨融媒讯(记者满文妍)近日,由拉萨市少儿模特教育协会指导、塔耶梅朵美育培养中心主办的2025 第九季完美童模西藏赛区总决赛在拉萨落幕。

本届大赛以“唤醒每个孩子对美的独特表达”为核心理念,为西藏青少年提供了一个展示自信风采的美育实践平台。比赛中,选手们身着统一赛服,在舞台上展示形体

姿态、舞台表现力及台步技巧。评委依据严格的标准进行评分,最终评选出冠、亚、季军及十佳选手等多项荣誉。

此次完美童模西藏赛区总决赛

体现了西藏在美育方面的积极探索和实践。通过这样的活动,西藏的青少年们得以在更大的舞台上展现风采,为未来的发展奠定了坚实的基础。

(上接第一版)王君正表示,中央第十四巡视组对西藏开展巡视,充分体现了以习近平同志为核心的党中央对西藏工作的高度重视,对西藏干部队伍的关心关爱。全区各级各部门要提高政治站位,坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”,切实把思想和行动统一到以习近平同志为核心的党中央决策部署上来。要增强政治自觉,认真按照中央巡视各项部署要求,全力支持配合巡视工作,诚恳接受监督检查,严守各项纪律规矩,确保巡视工作顺利推进。要强化政治担当,坚决扛牢全面从严治党主体责任,坚持边巡边改、以巡促改,统筹抓好深入贯彻中央八项规定精神学习教育、庆祝自治区成立60周年和全区经济社会发展各项工

作,确保党中央决策部署在西藏落地见效。

中央巡视组将在西藏自治区工作2个半月左右。巡视期间设专门值班电话:0891-6533777,每天受理电话的时间为9:00至19:00;专门邮政信箱:西藏自治区拉萨市A112号信箱。巡视组受理信访时间截止到2025年9月23日。根据巡视工作条例规定,中央巡视组主要受理反映西藏自治区省级领导班子及其成员、下一级党组织领导班子主要负责人和重要岗位领导干部问题的来信来电来访,重点是关于违反政治纪律、组织纪律、廉洁纪律、群众纪律、工作纪律、生活纪律等方面的举报和反映。其他不属于巡视受理范围的信访问题,将按规定由西藏自治区和有关部门认真处理。