

暑假亲子游哪里去？

象雄美朵景区：家门口的诗与远方

拉萨融媒讯(记者李从芳)随着暑假的开启,亲子游成为众多家庭增进亲情、放松身心的热门选择。去哪儿玩?其实不必奔赴远方,位于堆龙德庆区的象雄美朵景区,就是适合亲子游的绝佳去处。从万亩花海的沁人心脾,到趣味横生的游乐天地,再到温泉酒店的舒适惬意,每一处都能为孩子和家长带来难忘回忆。

位于堆龙德庆区乃琼街道波玛村109国道旁的象雄美朵景区占地面积180万平方米,拥有超大面积的绿地、儿童游乐设施、温泉酒店等,可满足不同年龄阶段人群需求。

进入景区,首先映入眼帘的是万亩花海区。当下,正值玫瑰盛放的季节,粉嫩的北美海棠、香气浓郁的大马士革玫瑰、娇艳欲滴的月季交织成一片缤纷的海洋。微风拂过,花瓣轻颤,花香沁人心脾,让人仿佛置身于童话般的梦境。

与万亩花海区相邻、最受小朋友欢迎的无动力乐园,花费门票30元,小朋友便可以在这里畅玩平衡木、缓坡攀岩、金字塔爬网、旋转滑梯、蚂蚁王国滑梯等多种游乐设施,尽享欢乐童年。

“象雄美朵景区整体环境好,配套设施齐全。这段时间小孩刚好放假,带着老人小孩一起来转转顺便过个小林卡。”市民龙珍说。

除了自然景观和游乐设施,象雄美朵景区还有着浓厚的文化氛围。在德吉美朵林卡,市民游客不仅可以欣赏民族特色的扎木琴演奏,还能品尝到现做的糌粑;象雄古堡大桥作为景区的地标性建筑,在桥墩、廊道和观景台上,打造了栩栩如生的壁画长廊,既展示了现代桥梁的建筑之美,又承载着象雄文化的深厚底蕴;次仁美朵温泉酒店集温泉、沐浴、生态旅游等于一体,可满足全家人的出行需求。

暑假期间,象雄美朵景区还将举办赛马等各类特色活动,为市民游客带来更加丰富的游玩体验。无论是想放松身心,还是想让孩子度过一个欢乐又有意义的假期,象雄美朵景区都无疑是一个绝佳的选择。这个暑假,让我们不妨走进象雄美朵景区,开启一场难忘的旅行。



图①为象雄美朵景区温泉酒店。
图②为象雄美朵景区万亩花海。
图③为象雄美朵景区德吉美朵林卡。
图④为象雄美朵景区无动力乐园。

拉萨融媒记者 李从芳摄

奥运冠军巡回宣讲团与北京援藏干部人才见面会举行

拉萨融媒讯(记者郝奕凝)7月21日,“牢记使命担当 共谱雪域华章”奥运冠军巡回宣讲团与北京援藏干部人才见面会举行。见面会上,奥运冠军马龙、黄雨婷、陈清晨、龙道一、郭崎琪、李倩与北京援藏干部人才围绕责任与担当、信念与梦想进行了交流。

黄雨婷、龙道一在宣讲中分享了自己奥运夺金的经历。黄雨婷说,这次来到西藏,感受到了高原的辽阔与纯净,也深深敬佩援藏干部人才扎根高原、无私奉献的精神。“愿我们共同

努力,把热爱和使命扎根在祖国最需要的地方”。北京市第十一批援藏干部人才代表,拉萨市人民医院党委副书记、常务副院长张宁在发言中讲述了“白衣为甲守高原”的动人故事,展现了北京援藏人的赤诚情怀。他说:“我们将以奥运冠军为榜样,以拼搏奋斗为动力,以求真务实为准则,继续以首都之智慧浇灌雪域沃土,让首都的优势资源、先进技术、健康理念在这片离天空最近的地方生根开花,让京藏情谊如格桑花般绚烂绽放,共

同守护好这片神圣国土上的每一个生命,托举起每一个高原儿女的健康梦想。”

活动中,6名奥运冠军向北京援藏干部人才代表赠送了匹克球拍。马龙说:“在交流中了解到北京市援藏干部人才扎根高原、无私奉献,很受感动也特别敬佩。北京是我的第二故乡,也是培养我成长、走向成功的地方,我会以援藏干部人才为榜样,为北京体育事业的发展贡献力量。”

本次见面会会“决胜巴黎·绽放奥运——奥运冠军面对面”巡回宣讲活动西藏站之一。此次巡回宣讲活动于7月17日至22日举行,奥运冠军前往林芝、拉萨两地,进企业、进乡村、进学校、进军营等开展宣讲活动,与西藏各族群众面对面深入交流,发挥榜样力量。同时还举办了“中国体育 再攀高峰”主题活动,让中华体育精神和中华优秀传统文化浸润各族人民心田,促进各民族广泛交往交流交融,铸牢中华民族共同体意识。

套卫生间的位置,一键导航即可直达。

在拉萨市审计局院内,记者看到,不少市民已在此免费停车。“不仅能免费停车,院里的卫生间也对公众开放,太方便了。”一位刚停好车的市民说。像这样的免费车位全市共有2590个,配套免费卫生间54个,已全部对公众开放。停车位、卫生间从线上查询到线下使用的无缝衔接,既盘活了现有资源,又彰显了城市服务的温度,获得市民广泛好评。

拉萨免费福利清单上线：

2590 个车位+54 个卫生间一键直达

拉萨融媒讯(记者小索朗曲珍)为整合公共资源,让市民游客切实感受到出行便利,日前,拉萨出炉一份涵盖停车、如厕的免费福利清单——2590

个免费车位、54个免费卫生间已全部就位。

这份便利如何一键获取?记者在采访中了解到,只需打开微信小程序,

搜索“惠民一站通”并进入拉萨地市页面,点击最上方轮播图中的“拉萨市免费停车地图”,系统会自动推荐附近的免费停车场,且地图上同步标注了配

《布达拉宫·姜氏古茶》新书发布

拉萨融媒讯(记者杨璐实习生态尼玛卓嘎)7月20日,由布达拉宫管理处主办、西藏布达拉宫文化创意产业有限公司、四川姜氏茶业有限公司协办的《布达拉宫·姜氏古茶》新书发布会暨非遗藏茶体验馆开幕仪式在布达拉宫珍宝馆举行。

《布达拉宫·姜氏古茶》历时三年完成,多维度梳理了藏茶与布达拉宫的渊源。活动中,姜氏古茶第十五代非遗代表性传承人万姜氏,讲述了姜氏古

茶的悠久历史等。《布达拉宫·姜氏古茶》课题组成员陈书谦、多吉平措,分别介绍了茶马古道精神的历史意义。

布达拉宫管理处、四川省雅安市荣经县政府及姜氏古茶代表共同启动了非遗藏茶体验馆。该馆将作为常态化文化展示空间,馆内还将通过学术研讨、技艺展演、数字展览等形式,持续挖掘藏茶文化中民族交融的历史内涵,让游客沉浸式感受茶马古道的文化魅力。

图为嘉宾及游客正在非遗藏茶体验馆体验春包工艺。

拉萨融媒记者 杨璐摄



热烈庆祝
西藏自治区成立60周年

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

谱写民族团结进步新篇章

拉萨融媒讯(记者满文妍)7月21日,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。启动仪式通过专题讲座、文艺表演、发放宣传品及资料等形式,旨在呼吁社会各界积极投身民族团结进步工作,从身边小事做起,践行“民族团结一家亲”理念。

此次活动邀请了市委党校民族宗教教研室讲师格桑次仁作主题为“看着北斗星走不迷路,跟着共产党走会幸福”的专题讲座。格桑次仁用通俗易懂的语言,清晰阐述了自治区成立的光辉历程、60年来举世瞩目的发展成就以及更加光明的发

展前景,引发在场干部群众的热烈共鸣。

活动现场,城关区娘热民间艺术团带来了《古韵之声》《鼓岭心声》等精彩文艺节目,既展示了中华文化的绚丽多彩和民族艺术的独特魅力,也为此次宣传活动增添了文艺氛围。

现场还组织干部群众在承诺签名墙上签名;拉萨市民族团结进步模范区创建“十进”牵头单位开展了宣传活动,共发放宣传资料、宣传品5000余份,深受各族群众欢迎。下一步,我市将广泛开展“庆祝西藏自治区成立60周年·民族团结我践行”宣传教育系列活动,营造热烈喜庆氛围。

大昭寺管委会组织开展“喜迎西藏自治区成立60周年”主题文化活动

拉萨融媒讯 为丰富宗教领域日常生活,积极展现新时代僧人爱党爱国爱教的良好精神风貌,以崭新的姿态迎接西藏自治区成立60周年,近日,大昭寺管委会组织干部、僧众以及驻寺消防队员举办了“迎大庆、颂党恩、共奋进”主题文化活动。

书法比赛现场,参赛僧人们凝神静气,挥毫泼墨;国家通用语言演讲比赛比赛中,参赛僧人们围绕“听党话、感党恩、跟党走”“铸牢中华民族共同体意识”“民族团结一家亲”“喜迎自治区成立60周年”等主题,深情讲述了在中国共产党的英明领导下,西藏60年来取得的辉煌成就和僧众生活发生的巨大变化;藏式克

朗球和藏式骰子竞技,更是将此次活动气氛推向高潮。

大昭寺管委会组织开展的“喜迎西藏自治区成立60周年”系列文化活动主题鲜明、内容丰富、形式多样,得到了广大僧众的积极响应和热情参与。通过书法与演讲比赛、集竞技与娱乐于一体的“吉韧”和藏式骰子竞技,有效增进了僧众对中华优秀传统文化的认同感,进一步夯实了铸牢中华民族共同体意识的思想根基。活动充分展现了大昭寺僧众在党的领导下爱国爱教、遵规守法、精进修学,并以实际行动助力“四个创建”的良好形象,也表达了全体僧众对西藏自治区成立60周年的美好祝福和共创美好未来的坚定信心。

市委宣传部驻吞普村工作队开展“党旗下的誓言”主题宣讲活动



拉萨融媒讯(记者齐永昌通讯员马可尼)近日,市委宣传部驻吞普村工作队与村“两委”紧密协作,把握吞普村3组曲果节节庆团聚契机,开展以“党旗下的誓言”为主题的宣讲活动,深入学习贯彻习近平总书记给林芝市巴宜区林芝镇嘎拉村全体村民的重要回信精神,将党的创新理论送到田间地头、节庆现场。

活动要求,全村党员干部要深刻领悟总书记重要回信中的殷殷嘱托和指示要求;要以重要回信精神为根本遵循和行动指南,把学习成果转化为实实在在的工作成效;要

全力以赴推进民族团结,提升民生福祉,加强生态文明建设,培育壮大富民产业,确保重要回信精神在吞普村落地生根。

活动指出,党员干部、驻村工作队员以及村“两委”成员,必须成为重要回信精神的“播种机”。要利用节庆、农闲、走访等多种形式,以通俗易懂的语言和群众喜闻乐见的方式,将总书记的亲切关怀和重要讲话精神传达到每一位村民家中,确保宣讲覆盖“最后一公里”,做到家喻户晓、入脑入心,人人皆知、人人践行。

此次宣讲巧妙嵌入传统节庆,有效扩大了宣讲覆盖面,增强了理论传播的亲和力与感染力,进一步激发了村民们投身建设美丽家园、推进乡村振兴的内生动力,为夯实党在基层的执政根基、开创吞普村美好未来凝聚了共识与合力。

市医保局驻村工作队“点菜式”服务精准解决群众急难愁盼



拉萨融媒讯(记者齐永昌)在市医保局驻墨竹工卡县扎西岗乡朗杰林村工作队持续开展的百日大调研中,工作队队员发现部分婴幼儿面临营养摄入不足的隐忧——母乳分泌不足、母亲外出务工等现实困境,让稚嫩生命成长所需的营养支持出现缺口。

驻村工作队创新性地将奶粉援助融入“党旗下誓言”主题活动,使其成为“微心愿”实践项目的生动案例。通过建立“点菜式”服务机制,前

期入户走访摸清村民的“微心愿”与“微诉求”,让群众像“点菜”般清晰表达所需;工作队则主动担当“买单人”,精准对接资源、闭环落实解决。

与此同时,与拉萨市红十字会反复沟通协调,详细阐明村里婴幼儿的需求,成功争取到20箱共120罐进口婴幼儿奶粉,总价值达48000余元。为确保每一份营养都精准滴灌至最需要的土壤,这批奶粉定向用于营养摄入不足的婴幼儿,优先保障母乳难以满足需求的家庭。

工作队以扎实作风,让“微心愿”活动真正走进群众心中,在解决群众“急难愁盼”的点滴行动中,持续擦亮着驻村帮扶的初心使命,将党旗下的庄严誓言转化为服务群众的坚实足印。