

从应对“单一灾种”到“全灾种、大应急” 西藏消防书写亮眼民生答卷

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)7月24日,西藏自治区人民政府新闻办公室新闻发布大厅召开新闻发布会,介绍60年来西藏消防救援事业发展成就。

新闻发言人,自治区消防救援总队党委委员、政治部主任刘成刚通报相关情况。

60年来,西藏消防救援事业从无到有、由弱变强,用一串串扎实数

据和多项创新亮点,筑起高原平安防线。全区连续22年未发生重特大火灾事故,布达拉宫消防救援大队实现40年“零火灾”,2018年以来,全区消防队伍荣获省部级以上表彰283项。

队伍规模方面,1961年,西藏首支消防队组建成立。如今,全区按需组建国家高山救援队和9个类型、65支专业救援队,执勤消防车

达上千辆、装备器材超20万件(套)。

基础设施方面,从1965年全区仅拉萨市有4个消火栓、1个消防队,发展到如今7000余个市政消火栓、104个城市消防站、7个真烟真火训练设施以及9个特勤地震倒塌、黑暗环境、心理行为训练等设施,全区队站基础训练设施达标率94.7%,特勤站软硬件设施达标率97%。

宣传覆盖方面,建成1个国家级、3个自治区级、6个市级、70个县级消防科普教育基地及7处消防主题公园;设立85处“雪域蓝焰·服务驿站”;三级讲师团开展“六进”宣传,年均接出警量增长21.4%。

从应对“单一灾种”到“全灾种、大应急”,从传统监管到“智慧消防”,西藏消防以数据为笔、以创新为墨,在高原书写守护民生民安的亮眼答卷。

拉萨市反诈骗中心:守护人民群众的“钱袋子”

拉萨融媒记者 王静敏

携手反电诈 聚力保民安

在拉萨市反诈骗中心大厅内,每一通来电都可能暗藏骗局,每一次接听都关乎群众的血汗钱。这里的民警们24小时不间断值守,以最快的速度、最扎实的行动,与诈骗分子展开“秒级”较量,筑牢防范电信网络诈骗的最后一道防线。

预警先行 织密防范网

在反诈骗战场上,预警是首要任务。除了AI系统实时监测风险信号外,民警们还会根据公安部推送的涉诈数据,第一时间联系潜在受害人,通过最直接的提醒切断诈骗链条。

“吴某某,您的银行卡可能涉嫌电信网络诈骗,特此提醒您,给对方进行投资或转账都是不可信的。对方账号可能存在诈骗行为。”民警李

远欣的提醒电话,每天都在拉萨市反诈骗中心不断响起。

紧急劝阻 争取“黄金时间”

比预警更紧急的是正在发生的诈骗——当接警电话响起时,受害人往往已被深度诱导,距离转账仅一步之遥。“您千万别着急,马上挂断对方电话,不要点击任何链接或下载任何东西,立刻到我们反诈骗中心报案。”急促的劝阻声从接警台传出,电话那头是一位正被“冒充电商客服”诈骗的女士。骗子以“订单异常需退款”为由,已诱使她在虚假平台输入银行卡信息,“验证码”弹窗正催促确认。李警官的急切声如一剂清醒剂,让受害人及时醒悟。

类似的诈骗套路也盯上了经常使用短视频平台的用户。一位市民就接到了冒充抖音客服的电话,险些受骗。“我接到冒充抖音客服的电话,对方说给我开通了直播会员,每月要扣我800元会员费,我要求取消这个功能,他们就给我发送了一个链接,让我下载一个叫‘智会通’

的APP。这时国家反诈中心APP发来短信提醒我对方可能是诈骗,我立刻提高了警惕,直接挂断了电话。后来警察告诉我,如果下载了这个‘智会通’APP,我的手机会黑屏,卡里的钱也会被转走。当时我卡上有几万元存款,差点就被骗了,现在想想都后怕。”

国家反诈中心APP的预警与民警的及时介入,让不少人躲过一劫。但一旦骗局发生,反诈骗中心就成了受害者最后的希望。“我被骗后,就立刻拨打反诈骗中心的电话报警,告诉他们我被骗的经过。我相信警察会尽全力帮助我们破案和追回损失。”一位受害者说。

从接警到启动拦截,每一秒都关乎资金安全。数据显示,5分钟内完成拦截的案件成功率达89%,而超过10分钟,成功率会骤降至31%。在这“黄金5分钟”里,民警们既要与骗子争夺受害人的信任,又要争分夺秒地联系银行止付。“最紧张的是群众已经被洗脑,比如有位大哥坚信‘警察’要冻结他的账户,非要转钱‘自证清白’。我一边要安抚他,一边得快速联系银行止付,那天光是说服他挂电话就用了3分20秒,最后总算保住了他卡上的钱。”李远欣说。

坚守在线 诠释“人民至上”

如今,拉萨市已有大部分群众下载注册了国家反诈中心APP,开启实时预警功能的用户多次收到有效提醒。但民警们也遇到过无奈:部分群众误把预警电话当成“诈骗”拒接,最终造成损失。“想对大家说,接到我们的电话时,请多一份信任。如果不确定,可以挂了再打110核实,但千万别直接挂断——我们多耽误一秒,骗子就可能少一分得手的机会。”李远欣呼吁道。

电话铃声是战斗的号角,急促的语速是冲锋的节奏。在拉萨反诈骗中心,民警们用日复一日的坚守诠释着“人民至上”的理念。每一次及时的提醒、每一次成功的拦截,都是对“人民至上”最生动的诠释。这场与诈骗分子的较量,他们始终在线,从未停歇。

老人动脉硬化筛查公益活动走进嘎玛贡桑街道



拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,“老年康复工程——百万减残”老人动脉硬化筛查公益活动启动仪式在城关区嘎玛贡桑街道举行。此次活动由中国老龄事业发展基金会主办,西藏自治区民政厅和自治区工商联指导,嘎玛贡桑街道办事处及各社区承办,标志着这项惠及高原老年群体的健康守护工程正式在城关区落地实施。

启动仪式上,嘎玛贡桑街道办事处主任赵芳芳代表全体工作人员发出倡议。她说:“守护老年人的健康是我们共同的责任。”呼吁社会各界携手合作,为老年人的健康保驾护航。

“老年康复工程——百万减残”老人动脉硬化筛查公益活动是国家关爱老年群体健康的一项重要重要民生举措。这项活动不仅是对每一位高原老人健康的郑重承诺,更凝聚了社会各界的深切关怀。主办方期望通过此次活动为西藏老人提供专业的动脉硬化筛查服务,普及科学健康知识,有效提升老年群体的健康素养和生活质量,切实守护他们的幸福晚年。

西藏健因慧测科技有限公司工作人员马杰在现场详细讲解了心脑血管动脉硬化的防治知识,为老年朋友们送上了实用的健康锦囊。随后,志愿者和工作人员有序



图为志愿者为老人们进行动脉硬化筛查。

拉萨融媒记者 齐永昌摄

引导街道老人前往筛查区,由专业医护人员为他们提供免费的动脉硬化检测服务,将关怀实实在在地转化为守护健康的实际行动。

此次筛查活动走进嘎玛贡桑街道,是城关区深化老年人健康服务、积极响应“健康中国”建设的重要一步。它不仅为高原长者筑起

了一道早期发现和干预心脑血管疾病风险的安全防线,更以公益之光照亮了雪域银龄群体的健康晚年之路。

大暑节气高原养生指南:三类人群需重点防护

拉萨融媒讯(记者格桑卓嘎)大暑节气已至,全国各地进入一年中最炎热的时段。针对高原地区独特的自然环境,拉萨市人民医院中医科主任李享为当地居民提供了专业的大暑节气养生建议和健康防护指南。

高原地区具有昼夜温差大、紫外线强、空气含氧量低等气候特点,

这些都给当地居民的健康防护带来了挑战。李享特别针对三类人群强调了季节性健康防护的要点。首先是老年人,老年群体的阳气相对较弱,且大多患有基础疾病。拉萨昼夜温差大,老年人需要特别注意适时增减衣物,避免感冒。其次是女性群体,有痛经问题的女性,在门诊中常发现她们存在冷饮摄入过多的

情况。因此,这类人群在饮食上需格外注意,减少寒凉食物的摄入。最后是儿童群体,对于儿童来说,大暑天热,孩子容易贪凉,喜欢吃冰棍、雪糕、西瓜等凉性食物。但在门诊中常见到儿童因饮食不节制、冷饮摄入过多,出现食欲差、积食等问题。家长需严格控制孩子的冷饮量。

李享还指出,科学运动是高原

夏季养生的重要组成部分。大暑时节,通过适宜的运动方式,正契合中医“冬病夏治”的养生理念,是调理身体的黄金期。选择合适的时间进行适度运动,能够有效促进新陈代谢,对健康有一定帮助。

“运动需结合自身身体状况和高原缺氧的特点,以‘微微出汗’为度,避免过度劳累。”李享说。

自治区宣讲团赴拉萨经开区开展庆祝 西藏自治区成立60周年宣讲报告会

拉萨融媒讯(记者齐永昌)实习生白玛央金)7月24日,拉萨经开区第六期“经开讲坛”暨自治区宣讲团赴拉萨经开区开展庆祝西藏自治区成立60周年宣讲报告会。

副市长、拉萨经开区党工委书记白玛玉珍主持会议并讲话。

会上,自治区宣讲团成员刘抒围绕“波澜壮阔的光辉历程、举世瞩目的

发展成就、更加光明的发展前景”三个方面,作了《看着北斗星走不迷路 跟着共产党走会幸福》的主题宣讲。

白玛玉珍要求,拉萨经开区广大党员干部要以此次宣讲为契机,把“跟着共产党走会幸福”的信念,转化为“干在实处、走在前列”的行动,为建设社会主义现代化新西藏贡献更多经开力量。

市委宣传部驻吞普村工作队 精准纾解群众“急难愁盼”



拉萨融媒讯(记者齐永昌)通讯员马可尼)7月23日,一场充满关切的义诊活动在尼木县吞巴镇吞普村举行。市委宣传部驻村工作队以“党旗下的誓言”为指引,聚焦群众急难愁盼,邀请西藏奇正慈善基金会深入高原村落,为村民提供免费诊疗服务。

吞普村地处高海拔地区,气候寒湿,导致当地老年群体风湿病多发,求医问药不便成为村民长期以来的困扰。市委宣传部驻村工作队精准锁定这一民生痛点,积极发挥

桥梁作用,主动对接西藏奇正慈善基金会解决问题。义诊活动中,专家们通过传统藏医把脉精准探查病因,并运用针灸、推拿、拔罐等特色疗法现场为村民缓解病痛。此外,活动还免费发放了53种对症药品,包括流感丸以及外敷消痛贴,总价值超过2万元。

村民格桑朗杰说:“此次义诊活动解决了我们的病痛问题,希望以后能多开展这样的活动。”

此次义诊活动是市委宣传部驻吞普村工作队践行初心使命、倾力解决群众身边“关键小事”的生动体现。工作队负责人表示,将持续聚焦村民的需求和期盼,整合各方资源,推动更多惠民举措落地生根,让党旗在服务群众的最前沿高高飘扬,切实增强群众的获得感、幸福感、安全感。

八朗学社区开展庆祝西藏自治区成立60周年宣讲活动



拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)近日,八廓古城八朗学社区新时代文明实践站组织群众宣讲员、社区联户长及群众代表开展“迎大庆、颂党恩、共奋进”庆祝西藏自治区成立60周年宣讲活动。

活动现场座无虚席,社区居民们早早来到新时代文明实践站,满怀期待地等待宣讲开始。社区第一书记旦增朗加用通俗易懂的语言,生动讲述了西藏自治区60年来走过的光辉历程和取得的发展成就。从曾经落后的农牧业到如今

蓬勃发展的现代化产业,从交通不便到如今四通八达的交通网络,从缺医少药到健全的医疗保障体系……一个个鲜活的事例、一组组惊人的数据,让在场群众深切感受到党的关怀和祖国大家庭的温暖。

习近平总书记对西藏各族人民群众的深情牵挂和殷切期望,让大家深受鼓舞。大家纷纷表示,要牢记总书记的嘱托,把对党的感恩之情转化为实际行动,努力为建设美丽家乡贡献力量。

此次宣讲活动,不仅是一次对西藏自治区发展成就的回顾与展示,更是一次凝聚人心、鼓舞士气的精神洗礼,将进一步引导群众听党话、感党恩、跟党走,凝聚大家的奋进力量,共同促进拉萨稳定发展与团结进步。

达孜少年在世界机器人大赛中夺魁

拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,在世界机器人大赛锦标赛上,达孜区中学机器人社团首次参赛便一鸣惊人。在领队教师索朗群培和指导教师咪咪拉姆的带领下,该校八名七年级学生勇夺“创梦开源人形挑战赛项——量子起源”初中组冠、亚军。

冠军组由旺青次仁、落桑次仁、拉巴顿珠和拉巴次仁四名同学组成;亚军组则由达瓦桑珠、旦增桑珠、贡觉央和索朗扎巴四名同学组成。本届大赛汇聚了全球20

余个国家近万名青少年选手,覆盖了全年龄段的竞技舞台。达孜少年在此夺魁,其意义远远超越了奖杯本身,这充分证明了高原学子同样能够在科技浪潮的前沿踏浪而行。

达孜区中学机器人社团于今年3月底组建后,师生们便争分夺秒,利用课余时间,依托数字化学习资源与平台,投入到高强度的系统化训练中。他们潜心钻研技术原理,反复进行实战模拟,并积极引入企业专家到校指导。短短四个月,汗水浇灌出了智慧之花,最终在世界舞台上绽放异彩。

自治区教育厅联合西藏博物馆开展“雪域奋进六十载 强区有我启新程”馆校共建活动

拉萨融媒讯(记者满文妍)为深化青少年爱国主义教育,培育和践行社会主义核心价值观,铸牢中华民族共同体意识,近日,西藏自治区教育厅联合西藏博物馆共同举办了“雪域奋进六十载 强区有我启新程”馆校共建一体化教学活动。

此次活动在西藏博物馆陈列展厅——《雪域长歌——西藏历史与文化》举行,共有来自拉萨市第四高级中学的30名学生参与。拉萨市第四高级中学学生达娃桑姆老师担任主讲,她通过展厅内珍贵的历史文物,结合校本课程,以幽默诙谐的语言,

生动深入地阐释了西藏自治区成立60年来在政治、经济、社会等方面取得的历史性成就,进一步铸牢中华民族共同体意识。

整个教学过程不仅采用了传统的说教式教学,还融入了互动式、沉浸式的现场教学方式。学生们积极踊跃发言,现场学习氛围十分浓厚。未来,西藏博物馆将继续深化馆校合作,与我区更多教育主管部门和学校开展合作,充分发挥“大思政”实践教学基地的职能作用,创新教育形式,打造更多优质教学活动,助力青少年成长成才。