

城关区特困人员集中供养服务中心：

“最珍贵最贴心的礼物,我们收到了!”

拉萨融媒讯(记者次珍)连日来,一份份由中央代表团赠送的庆祝西藏自治区成立60周年纪念品,陆续送到了拉萨市各族各界干部群众手中。前不久,城关区特困人员集中供养服务中心的老人们也收到了纪念品之一——投影仪。这份饱含着党中央和全国各族人民深情厚谊的礼品既实用又美观,让大家倍感温暖,格外珍惜。

秋日和煦的暖阳洒在城关区特困人员集中供养服务中心,用过早餐后,老人们在工作人员的带领下来到绿草茵茵、花香弥漫的庭院

里,大家三五成群地或晒着太阳促膝闲谈,或在健身区域锻炼身体,或跳起欢快的锅庄,尽情地享受着美好惬意的晚年生活。

“衷心感谢习近平总书记,感谢党中央给我们送来这么贴心又这么珍贵的纪念品。在习近平总书记的关心关怀下,我们养老院的条件一天比一天好,这里的工作人员对我们更是很融洽,我们会永远听党话、跟党走,安心养老。”普布卓玛老人说。

这些天,老人们还喜欢集中在中心活动室里,因为,中央代表团赠

送的投影仪送来后,工作人员每天都会为老人们播放大家喜爱的电视节目,这份特殊的纪念品不仅进一步丰富了老人们的精神文化生活,更让大家深切感受到来自党中央和全国人民的关怀,心里暖暖的。

城关区特困人员集中供养服务中心工作人员次旦拉姆说:“在西藏自治区成立60周年这个意义非凡的时刻,习近平总书记率中央代表团来到西藏,带来了党中央满满的关怀与温暖。这些礼物特别贴合老人们的需求,丰富了老人们的精神生活。今后,我们会好好地管

护这些物资,让它们持续发挥作用。同时,我们会以这份关怀为动力,进一步提升服务质量,把供养服务中心打造成老人们更温馨的‘家’,不辜负党中央的关心和嘱托,让老人们安享幸福的晚年。”

城关区特困人员集中供养服务中心于2011年5月运行,目前入住39位老人,现有员工28人。中心采取集中供养和老年公寓相结合的养老模式,根据老年人的身体状况提供自理、半护理、全护理服务,坚持以科学规范的管理和热情周到的服务,为广大老人提供了一个颐养天年的温馨之家。

体育赛事赋能文体旅融合发展

2025 拉萨·曲水俊巴渔村户外项目挑战赛举行



拉萨融媒讯(记者李从芳)9月6日,由曲水县委、县政府主办,曲水县文旅局承办的2025拉萨·曲水俊巴渔村户外项目挑战赛在曲水县曲水镇俊巴渔村开幕。活动通过一系列赛事,全方位展示俊巴渔村独特的文旅魅力,为推动当地文旅产业发展注入新的动力。

活动在国家级非遗牛皮船舞欢快的节奏中拉开序幕。只见一位70多岁的老者,身穿藏袍,脚蹬黑色长筒皮靴,手执五彩旗杆边唱边走上舞台。在他的指挥下,5位船夫背起牛皮船,伴着铿锵的音乐“击船”“摆肩”,展现出独特的地域特色。随后大屏幕上播放了曲水县文旅宣传片、上一届户外项目挑战赛精彩花絮等,让现场观众进一步了解了曲水县独特的自然风光、人文魅力。

曲水县文旅局局长赐仁拉姆告诉记者,俊巴渔村是一个拥有独特历史文化底蕴的村落,这里有绝美的自然风光、四项非物质文化遗产。“举办此次赛事,也是想将俊巴渔村文化跟旅游有效结合起来,把俊巴渔村打造成乡村旅游的精品工程。”赐仁拉姆说。

2025拉萨·曲水俊巴渔村户外项目挑战赛在精彩激烈的自行车比赛中正式开始。现场工作人员连线自行车比赛发车点——天空之境·镜中协荣发车现场。随着一声令下,来自拉萨朋友车队、堆龙玉妥车队、曲水吉麦车队等多个车队的选手们像风一样冲出起点、驰骋向前。18公里的赛程中,选手们你追我赶,穿越村庄、河流等,在骑行中尽享曲水县美丽的自然风光。

自行车公路赛男子组冠军、来自拉萨朋友车队的选手索朗说:“曲水给我的印象特别好,沿途风景美丽,路况也很好,使我们整个骑行过程都特别享受。”

随后,主会场摩托车与越野车表演赛精彩上演。身着鲜艳的赛车



图为2025拉萨·曲水俊巴渔村户外项目挑战赛现场。(曲水县文旅局提供)

服,头戴炫酷头盔,摩托车车手们在赛道上风驰电掣,灵活地穿梭于各种弯道,凭借着精湛的车技和过人的胆识,不断挑战速度的极限,将本届赛事推向高潮。接着,一辆辆越野汽车霸气登场,跨过高低起伏的

陡坡,穿过布满泥水的深坑,车手们在比赛中,尽情展现着对极限运动的热情和对自我的挑战,也为观众奉上了一场震撼的视觉体验。

此次活动为期两天,结合俊巴渔村实际设置了“趣划俊巴”划船比赛、

“非遗俊巴”全鱼宴、林卡啤酒节等多项活动。开幕当天,吸引了近3000名市民游客体验打卡。

“下一步,我们将继续加大景区的运营管理和文化资源的挖掘,把俊巴渔村品牌做大做强。”赐仁拉姆说。



以赛为媒 增进友谊

9月6日,拉萨市第三届“民族团结杯”藏棋比赛暨双王争霸赛在天海国际广场举行。

本次比赛由拉萨市体育局、拉萨市民族事务委员会主办,拉萨市藏棋协会承办,拉萨觉智教育有限公司、西藏天海商业管理有限公司协办,吸引了160名来自全市各中小学及社会各界的藏棋爱好者齐聚一堂,以棋会友,共鉴藏棋非遗的独特魅力。比赛项目涵盖双王棋青少年组(中学生)、双王棋少儿组(小学生)、久棋成人组(18岁以上)、西藏象棋少儿组(小学生)四个项目。依据参赛选手的年龄与性别分为四个组别。经过一天的激烈角逐,4个组别分别评出了一、二、三等奖。

图为小选手在比赛中。

拉萨融媒记者 满文妍摄

庆祝西藏自治区成立60周年·
民族团结我践行

我区第35个民族团结进步
宣传月活动启动

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁)9月5日,由西藏自治区着力创建全国民族团结进步模范区专项组主办,西藏自治区民族事务委员会、共青团西藏自治区委员会、拉萨市民族事务委员会承办的西藏自治区第35个民族团结进步宣传月活动启动仪式举行。来自自治区、拉萨市着力创建全国民族团结进步模范区专项组成员单位代表,以及居民群众、学生、僧尼代表等300余人齐聚一堂,共同见证这一时刻。

启动仪式在欢快的传统藏戏表演《盛世欢歌》中拉开帷幕。启动仪式主题为“凝心铸魂同欢庆 团结奋进谱华章”,旨在进一步加强民族团结教育,弘扬民族团结精神,推动西藏各民族共同繁荣发展。舞台上,经典藏戏唱腔韵味悠长,身着56个民族特色服饰的少年儿童同台展演,用灵动的演绎生动诠释出56个民族休戚与共、密不可分的深厚情谊。活动现场亮点迭出,各类文艺节目轮番上演,精彩的表演将现场气氛一次次推向高潮。

与此同时,第七届民族团结进步摄影和书法作品展颁奖、“民族团结我践行”承诺、知识问答等系列活动同步开展。各族干部群众积极响应、热情参与,现场活动氛围热烈,让民族团结进步理念与中华民族共同体意识深深根植于每个人心中。

启动仪式的成功举办,标志着西藏自治区民族团结进步宣传月活动正式拉开帷幕。接下来一个月,拉萨市各县(区)将持续开展形式多样、内容丰富的民族团结进步宣传活动,持续推动民族团结进步理念深入人心。

同时,拉萨市民委联合市商务局,通过“惠民一站通”小程序,投放了价值350万元的“民族团结一家亲·乐享惠民消费券”民族团结进步宣传月活动专场消费券。消费券采用“答题抢券”形式,市民在参与抢券的过程中,既能享受惠民福利,又能增进对民族团结知识的了解,实现“活动参与”与“知识学习”的双重效果。

自治区民族事务委员会团结促进处处长平措尼玛说:“下一步,我们将深刻领会习近平总书记关于加强和改进民族工作的重要思想,坚决落实自治区党委部署要求,铸牢中华民族共同体意识,推进中华民族共同体建设,紧紧围绕‘四大工程’‘六项行动’,做到中华民族共有精神家园往实里建,中华文化认同往深处融,民族团结宣传教育往心里走,努力营造民族团结进步‘抬头看得见,随时能感受,处处可学习’的浓厚氛围。”

用勤劳双手创造幸福生活

——习近平总书记给西藏林芝市巴宜区林芝镇嘎拉村

全体村民的回信激励强嘎村牧民逐梦幸福新生活

拉萨融媒记者 王静敏

习近平总书记给西藏林芝市巴宜区林芝镇嘎拉村全体村民的回信,在西藏各地引发热烈反响。连日来,在尼木县麻江乡强嘎村,驻村工作队与牧民们共同学习重要回信精神,大家纷纷表示要像嘎拉村一样,靠勤劳双手创造更加幸福的生活。

“总书记在回信里嘱咐大家要切实维护好民族团结,努力为建设繁荣稳固的祖国边疆贡献力量。草补、牲畜出栏补贴,学生的‘三包’等党的好政策,真真切切让老百姓的日子越过越好。咱们把牛羊养得肥壮壮,把生活过得红红火火,往后的日子肯定更有奔头。”学习现场,牧民们热议总书记重要回信中的嘱托,话语里满是对美好生活的憧憬。

你一言我一语的交流中,牧民们

畅谈未来规划。“总书记给西藏林芝市巴宜区林芝镇嘎拉村全体村民的回信使我备受鼓舞,我们要更加努力,切实维护好民族团结,创造更加幸福美好的生活。”强嘎村二组牧民拉姆次仁的话语道出了大伙儿的心声。

说起村里的发展,强嘎村村委会主任次仁心里有不少实在想法。他说:“习近平总书记的重要回信给了我们很大的启示,嘎拉村通过旅游增收致富,我们也可以依靠草场、温泉等得天独厚的资源发展村集体经济,激励牧民们撸起袖子加油干,让日子越过越红火。”

市委宣传统战部强嘎村工作队队员深受鼓舞,他们表示,要把总书记的重要回信精神落到实处,解决大家的急难愁盼,心往一处想、劲往一处使,共建中华民族共同体,书写美丽西藏新篇章。

拉萨市综合交通秩序专项整治
工作专班举行安全主题教育讲座

拉萨“1+4”
专项整治进行时

拉萨融媒讯(记者齐永昌)9月4日,以“守护成长·‘五防’知识进校园”为主题的拉萨市综合交通秩序专项整治工作专班安全主题教育讲座在西藏大学举行。

主题教育讲座由拉萨市综合交通秩序专项整治工作专班组织,市交通运输局和市公安局交通管理支队、旅游警察支队等单位参与,西藏大学生态环境学院400余名师生到场聆听。主题教育讲座旨在通过法治宣传,增强高校学生的法律意识和自我保护能力,从源头上预防和减少青少

年涉交通违法违规行为。讲座中,市公安局交警支队事故管理大队大队长阿旺扎西围绕道路交通安全法律法规,结合生活和工作中常见的交通违规案例进行了系统讲解,引导学生自觉遵守交通法规,争做文明交通的实践者和推广者。

市交通運輸综合行政执法大队法律顾问次仁拉姆则针对非法营运现象的危害及相关法律责任作了深入剖析。在互动环节,学生积极提问,现场气氛热烈。

安全主题教育讲座是拉萨市综合交通秩序专项整治的重要组成部分,进一步推动了法治教育融入高校育人体系,为营造安全、文明、和谐的交通环境奠定了坚实基础。下一步,拉萨市相关部门将持续推进此类活动,筑牢校园安全防线。

清华学子在我市开展研学活动

拉萨融媒讯(记者齐永昌通讯员武春燕)近日,清华大学致理书院“藏寻致道”实践支队的14名本科生走进拉萨火车站,开展了一场别开生面的研学活动。

在车站讲解员的引导下,同学们先后参观售票厅、候车室和站台区域,亲身体验自动售票服务,深入了解五彩哈达服务台、健康服务中心等高原特色服务设施。在党员教育基地文化长廊,一幅幅记录青藏铁路建设历

程的老照片让同学们深受触动。

在随后举行的座谈会上,同学们围绕高原铁路技术难题、双语服务推广、农副产品运输等踊跃提问。拉萨火车站工作人员在详细解答的同时,着重介绍了铁路作为民族团结“连心桥”的重要意义。

“这次研学不仅让我们领略了天路的壮美,更深刻理解了‘两路’精神,成为激励我们前进的力量。”实践支队成员胡俊说。

楚布沟彩跑骑行盛宴启幕

沉浸式解锁生态活力新体验

拉萨融媒讯(记者王静敏)近日,由拉萨市堆龙德庆区古荣镇人民政府主办的2025年楚布沟乃朗谷彩跑骑行体验赛在巴热林卡开跑。堆龙德庆区党政干部、辖区群众与自行车爱好者齐聚一堂,以“彩跑+骑行”双模式开启户外运动之旅,在挥汗泼洒中沉浸式感受楚布沟的生态之美。

活动当日,阳光洒满巴热林卡,现场氛围热烈欢腾。上午9时30分,发令枪声清脆响起,身着各色T恤的参赛者瞬间被彩色粉末“点燃”。在2公里的彩跑路段,大家你追我赶,笑声与欢呼声在山谷间不断回荡,一张张洋溢着兴奋与喜悦的脸庞,构成了一道流动的彩色风景线。

完成彩跑后,参赛者迅速切换状态,跨上自行车向着7.4公里外的那嘎村黑帐篷终点进发。蜿蜒的赛道穿梭于美丽的楚布沟,沿途高山巍峨耸立、森林郁郁葱葱,高原纯净的空气沁人心脾。选手们骑行其间,仿佛置身天然生态画廊,在挑战自我极限的同时,尽情饱览大自然馈赠的壮丽风光。

经过一番激烈角逐,各组选手陆续抵达终点。“举办此次彩跑骑行体验赛,既是为大家提供亲近自然、锻炼身体的机会,也是为了宣传楚布沟的生态旅游资源,带动更多人关注和参与户外运动,为乡村文旅发展添砖加瓦。”古荣镇党委书记、宣传委员德庆群宗说。

此次楚布沟乃朗谷彩跑骑行体验赛,不仅为参与者留下了难忘的运动记忆,更以新颖独特的方式展现了楚布沟的魅力,为当地文旅融合发展按下“加速键”。