

我市多措并举激活消费引擎

拉鲁天街引领多元消费新风尚



拉萨融媒讯(记者小索曲)消费是拉动经济增长的“主引擎”,对经济发展起基础性作用。日前,记者从市商务局获悉,今年以来,我市积极作为、综合施策,以发放“真金白银”的消费券作为直接刺激手段,同步大力优化营商环境,落实落细各项政策等,切实点燃了市民的消费热情,为消费市场注入澎湃动能。

拉鲁天街于 2023 年正式运营,该街区有 400 米长的墙面被来自全国各地的涂鸦爱好者们创作了五彩斑斓、创意十足的涂鸦作品,展现了西藏深厚的历史文化,成为街区的一道靓丽风景。打造涂鸦文化街区

只是拉鲁天街丰富业态模式的规划之一,在这里特色餐饮极大激发了市民的消费热情。

记者在位于拉鲁天街的萨泊瑞尼泊尔餐厅看到,店内座无虚席,食客们谈笑风生,浓郁的异域美食香气与热烈的用餐氛围交织,尽显消费市场活力。“这里不仅满足了我的味蕾,还让我近距离感受尼泊尔的饮食文化,特别有意义。现在拉萨不断引入多元文化元素,给我们搭建了消费和文化交流的新平台,生活越来越丰富了。”市民蒋梅说。

谈及经营环境,该餐厅负责人次仁坦言:“拉萨的营商环境特别优越,相关部门一直大力支持商家,从政策指导到实际帮扶都很到位,让我们能全身心投入经营。有这样的保障,我们对未来发展底气十足,也会努力用优质美食吸引更多顾客,为拉动拉萨消费出一份力。”

目前拉鲁天街以餐饮业为主,共有 6 栋商业楼,其中已经运营的露营地咖啡店、泰餐、新式茶饮、尼泊尔餐厅等网红店,备受消费者欢迎。据了解,拉鲁天街自运营以来,在拉萨市相关部门的大力支持下,持续完善停车场、休息区等配套设施,精心优化商业布局,通过引入特色餐饮等多元业态,全力打造具有拉萨特色的街区。“如今,这里已经成为市民游客喜爱的打卡地,有效带动了拉萨消费市场升温。下一步,我们将积极围绕文旅融合,策划更多特色活动,进一步提升街区的品质和影响力,为拉萨经济发展注入新活力。”拉鲁天街负责人王涛介绍说。

此外,记者从市商务局了解到,截至 10 月 31 日,该局消费促进专项资金已累计核销使用 3.77 亿元,成功拉动消费 31.09 亿元,资金杠杆率

高达 1:8.2。从专项资金精准发力,到特色街区丰富消费场景,再到相关部门持续优化服务,拉萨正通过一系列务实举措,不断激活消费潜力、释放经济活力,让市民在便捷消费中提升体验感,让城市在消费升温中焕发新动能。“过去,我们消费者为了能买到特色商品、品尝到独特的美食会到处奔波。如今,各类需求在一个地方就能得到满足。拉萨的消费场景日益多元且丰富,极大激发了我们的消费意愿。”市民陈女士说。

近日,中央广播电视总台《2024—2025 城市营商环境创新报告》发布仪式在北京举办。拉萨、西宁、乌鲁木齐等荣获“公共服务优化”十佳城市。接下来,我市将持续支持像拉鲁天街这样的特色商业载体发展,为市民和游客打造更多优质消费场景,推动拉萨消费市场持续升温,为拉萨经济高质量发展奠定坚实基础。

拉萨滨河公园跳舞“牛牛”走红



拉萨融媒讯(记者吴敏)近日,拉萨滨河公园的跳舞“牛牛”凭借灵动舞姿走红网络,成为雪域高原新晋文旅“顶流”。这四只以高原牦牛为原型的吉祥物,在吉曲河畔为市民游客带来别样欢乐,更让“情满拉萨河”文旅项目焕发新活力。

下午时分,滨河公园码头广场上“牛牛”们的粉丝早已翘首等候。伴

随着欢快的旋律,身着牦牛玩偶装的“牛牛”们亮相,拉丁的轻快、藏族舞蹈的热烈被演绎得惟妙惟肖,标志性的摆胯、旋转等动作一气呵成,引得现场掌声不断。市民游客们纷纷举起手机记录这有趣的瞬间。

“太惊喜了!没想到在高原能看到这么可爱的舞蹈,牦牛玩偶跳拉丁的反差感特别萌。”游客陈媛说。市民边巴卓嘎则感慨:“现在的滨河公园越来越热闹了,晚上既能看灯光秀,又能看‘牛牛’跳舞。”

跳舞“牛牛”的走红并非偶然。作为“情满拉萨河”文旅项目的特色环节,其灵感源自高原牦牛文化与

文旅融合解锁高原夜经济新活力

潮流舞蹈,名称取自拉萨河的古称“吉曲河”。这一创意巧妙融合本土文化符号与流行元素,既延续了廓孜舞(牛皮鼓舞)中牦牛元素的文化根脉,又以创新形式贴近年轻受众,让滨河公园从传统休憩空间升级为集文化体验、趣味互动于一体的城市活力地标。

据拉萨蓝界文化旅游有限公司工作人员杨鹏程介绍,项目希望通过这种接地气、有创意的形式,让更多人感受拉萨的多元文化魅力,同时带动夜间经济发展。

“情满拉萨河”文旅项目涵盖游船、灯光秀、特色表演等多元业态,

打造了“圣莲祈福”“金牛寻江”等特色体验环节,填补了拉萨夜游产品空白。自运营以来,项目已直接创造 40 多个就业岗位,相关 IP 全网总浏览量过亿,成为宣传拉萨文旅的重要窗口,为高原夜间经济注入持续动力。

从传统文化中汲取灵感,用创新形式传递快乐,跳舞“牛牛”的火爆,正是拉萨文旅融合发展的生动缩影。



扫码观看精彩视频

精准宣教全覆盖 我市公安交管部门筑牢校园安全防线

拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,一场形式生动、内容扎实的交通安全宣教活动在拉萨市第三中学开展。由市公安局交通管理支队交通安全监管和宣传大队联合城西大队民警组成的“安全讲师”团队走进校园,为全校师生送上了一份量身定制的交通安全知识“大礼包”,旨在全面提升师生的交通安全意识,筑

牢校园周边的安全防线。活动中,民警化身亲切的讲解员,摒弃照本宣科,紧密结合辖区内发生的涉及青少年的真实交通事故案例,以案说法。他们手持宣传手册,用通俗易懂的语言向学生们重点讲解了骑行电动自行车的安全规范,“同学,骑电动车必须佩戴安全头盔,这可不是小事。”这样的叮

嘱不绝于耳,让安全理念深入人心。现场互动环节气氛尤为热烈。学生们不再是被动接收信息,而是主动围绕在民警身边,就日常出行中遇到的困惑积极提问。“乘坐私家车时,后排也要系安全带吗?”面对学生的疑问,民警给予了肯定而清晰的回答:“当然。不管前排还是后排,安全带都是生命带。”通过这种一对一、面对

面的答疑解惑,交通安全知识如春雨般润物无声,深深根植于孩子们的心中。此次宣传活动累计发放宣传资料 600 余张,直接受教育师生达 620 余人。活动不仅有效提升了师生们的交通安全意识和自我防护能力,更为营造安全、有序、和谐的校园周边交通环境提供了有力保障,是推进平安校园建设的一项重要举措。

2025 年堆龙德庆区第三届藏棋公开赛举行



图为比赛现场。

拉萨融媒记者 莫瑞英摄

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)为弘扬中华优秀传统文化,丰富群众文化生活,促进堆龙德庆区藏棋体育事业的发展,助力精神文明建设,11 月 14 日,2025 年堆龙德庆区第三届藏棋公开赛在堆龙德庆区第三小学

举行。赛场上,各路藏棋爱好者目光如炬,在棋盘上展开一场场无声的“激战”。经验丰富的老一辈棋手,沉稳大气地布局落子;年轻的新锐棋手,锋芒毕露地展开攻势。每一

盘棋局都是一场精彩绝伦的智慧较量。少儿组的比赛更是充满了童趣与活力。小选手们虽然年纪尚小,但他们在棋盘上展现出的却是超乎年龄的沉稳与智慧。他们的小手紧握着棋子,眉头紧锁,仿

佛正在与对手进行着一场无声的对话。观众们也被这精彩的比赛所吸引,纷纷驻足观看,为选手们的精彩表现喝彩助威。

学生格桑央珍说:“今天我参加的项目是久棋,我学藏棋已经一年多了。我们都知道,藏棋是一种智慧的竞技,它不仅需要我们有良好的策略和技巧,更需要我们有深刻的思考和独到的眼光。每一步棋,都需要我们用心去思考,用心去判断,用心去决策,我希望在这次的藏棋比赛中取得优异的成绩。”

据了解,本次公开赛设有双王棋成人组、双王棋少儿组、双王棋青少年组、西藏象棋少儿组和久棋少儿组等多个组别,为广大藏棋爱好者提供一个切磋棋艺、以棋会友的平台。比赛报名不限年龄、性别、职业,吸引了 130 余名藏棋爱好者积极参与。

“藏棋是我们学校的办学特色,融入了校园课程中。平时我们是通过课后服务、社团等活动开展藏棋比赛。我们学校也经常参加区内外各种藏棋比赛,获得过很多殊荣。通过这样的比赛,我也希望能够对学生的大脑思维开发等方面会有一些积极的帮助。”堆龙德庆区古荣中心小学校长巴桑次仁说。

范牢固。同时要牢记燃气泄漏应急流程,一旦发现泄漏,需立即关闭燃气总阀,打开门窗通风,迅速撤离至室外安全区域后,拨打燃气公司报修电话,撤离过程中切勿触动任何电器开关或使用明火。

拉萨市暖心燃气热力有限责任公司特别提醒,市民若在使用燃气过程中遇到任何问题,可随时拨打 24 小时服务热线 96188 进行咨询或报修。

冬季用气高峰将至 拉萨暖心公司发布安全提示

拉萨融媒讯(记者王静敏)随着冬季气温不断下降,全市用气需求逐步攀升,用气高峰即将到来。为筑牢市民用气安全防线,拉萨市暖心燃气热力有限责任公司宣传员德珍通过线上线下多渠道,发布冬季用气安全提示。

德珍提醒广大市民,冬季用气需做到“一开三关”,即保持厨房窗户常开通风,用气结束后及时关闭灶具阀门、灶前阀,并关好厨房门。日常要定期检查连接燃气器具的软管,可使用肥皂水涂抹软管接口及表面,查看是否存在脱落、老化、漏

气或磨损情况,切勿用明火直接试漏。使用燃气器具时,需选择合格产品,灶具、热水器等燃气器具的判废年限为 8 年,严禁使用直排式热水器及无熄火保护装置灶具。安装燃气软管应选用金属波纹管,且长度不得超过 2 米,确保安装规

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛实习生白玛央金)11 月 14 日上午,拉萨市纪委监委召开学习贯彻党的二十届四中全会精神宣讲会暨理论学习中心组集体学习研讨会。

市委常委、纪委书记、监委主任马文清主持会议并作宣讲报告。

会议深入学习了党的二十届四中全会精神,系统学习了党中央及区市党委、自治区纪委监委相关部署。4 名同志作了交流发言。

马文清指出,党的二十届四中全会统筹“两个大局”,以宏阔的战略视野和深邃的历史眼光,科学研判“时”与“势”,辩证把握“危”与“机”,全面系统回答了“干什么、怎么干”的重大课题,为我们奋进新征程、夺取新胜利提供了强大思想武器和科学行动指南。

马文清强调,作为首府城市纪检监察机关,必须深入学习领会全会精神实质和战略部署,准确把握肩负的光荣使命,在政治监督上持续用力,在正风肃纪上真抓严管,在维护民生福祉上用心用情,在反腐败恶上重拳出击,以彻底的自我革命精神强化自身建设,为保障“十五五”规划高质量实施、奋力谱写中国式现代化拉萨新篇章作出新的更大贡献。

会议以视频连线方式进行,各县(区)纪检监察机关设分会场。

拉萨江苏实验中学优秀教师谭丽君：扎根雪域育桃李 躬耕讲坛守初心

拉萨融媒记者 王泽江



在拉萨江苏实验中学的校园里,学生们最熟悉和亲密的名字是数学教师谭丽君。从教 16 年来,她以党员教师的担当、扎实的教学功底和温暖的育人情怀,成为拉萨市基础教育领域的先进人物。作为一名党员教师,她始终以“四有”好老师标准严于律己,践行“为党育人、为国育才”使命,先后获评“优秀共产党员”“自治区级首批教学能手”“自治区级骨干教师”“优秀班主任”等荣誉称号。

“谭老师对新课程理念理解深刻,能创造性使用教材,班级成绩一直名列前茅。”同事巴桑措姆这样评价。谭丽君所带藏文班更是在 2022 年中考中数学平均分达到了 97 分的佳绩。其教学成果获全国青年教师教学竞赛三等奖、全区第二届初中教师教学大赛一等奖、“2024 年国家中小学智慧教育平台 12 所试

点学校赛课活动”一等奖、拉萨市课堂教学技能大赛三等奖。

谭丽君坚持“德育为先”。2022 届学生强曲卓嘎家庭条件不好,周末只能一人留宿在校。谭丽君经常在周末带上食物去陪伴她,并给予经济上的支持,助其重拾生活信心。她倡导个性化发展,通过丰富活动培养学生综合素质,所带班级班风淳正、凝聚力强。“她像母亲一样关心我们。”学生德吉卓嘎动情地说,谭丽君帮助学生树立正确的世界观、人生观、价值观,培养学生分辨是非善恶的能力,关注学生的身心发展,鼓励学生个性的发展,大力倡导学生积极参加各种类型的活动,在活动中锻炼自己。

作为教研骨干,谭丽君开设市级以上公开课十余节,赴拉萨市尼木县、日喀则市康马县等地送教下乡。她指导的年轻教师冷木吉荣获拉萨市学前、义务教育阶段中小学教师课堂教学技能大赛一等奖。

“作为一名党员教师,我一直秉承学高为师、身正为范的教学理念来严格要求自己。”谭丽君的话语朴素却铿锵。她用坚守与热爱,书写着新时代人民教师的赤诚答卷。

2025 年国资央企专场招聘会举行



图为求职者认真填写信息登记表。

拉萨融媒记者 仁青拉姆摄

高校毕业生就业创业

拉萨融媒讯(记者仁青拉姆)为充分发挥国资央企在就业中的“压舱石”作用,11 月 13 日,由自治区人社厅与自治区国资委联合主办的 2025 年国资央企专场招聘会在自治区就业服务中心人才广场成功举办,为高校毕业生及各类求职群体搭建起高效、精准的就业对接平台。

招聘会现场人头攒动,气氛热烈。求职者手持精心准备的简历,在各企业展位前驻足停留,围绕岗位职责、薪资待遇与职业发展路径等关键问题与招聘负责人深入交流;在充分沟通后,不少求职者目标明确地投出简历,完成信息登记。中铁二局人力资源部工作人员门昱豪说:“本次招聘会,中铁二局共提供了两个技术岗位,我们希望在本次招聘会上找到心仪的工作人员,也

希望大家多投递简历,进行双向奔赴。”

本次招聘会采取“线下+线上”同步开展的模式,重点面向拉萨籍 2026 届高校毕业生及往届未就业毕业生,同时兼顾城镇失业人员等多元求职群体。活动现场共汇聚 49 家集团企业及 243 家分公司,其中包括 44 家央企和 5 家地方国企,集中推出就业岗位 1548 个,覆盖技术员、市场专员、资金管理等。前来应聘的屈家豪说:“我学的水利水电工程专业,目前只投了华能西藏雅鲁藏布江水电开发有限公司,但是他们现在已经到了生产运维阶段,不是很需要我们这个专业的,但是我也投了,有机会肯定是要试一试的。”

据悉,依托丰富的岗位资源与“线下+线上”双向联动的参与模式,本次招聘会共吸引 700 余名求职者到场交流,线上直播累计吸引 1 万余人次观看并接收简历投递,全场共收到求职简历 1700 余份。