

全国“敬老爱老助老模范人物”格桑德吉： 爱与担当同行 是温情更是初心

拉萨融媒记者 旦增拉珍

前不久，全国老龄工作委员会办公室公布表彰名单，我市林周县民政和退役军人事务局党组书记、副局长格桑德吉荣膺全国“敬老爱老助老模范人物”称号。

这份国家级荣誉，不仅是对格桑德吉个人日复一日倾情付出的充分认可，更是对所有和格桑德吉一样的养老事业“奋斗者”的最好鞭策。

清晨的暖阳洒满林周县特困人员集中供养服务中心的庭院，格桑德吉熟练地挽起袖子，和老人们一起伸展肢体、跟着音乐节拍做起健身操，其间还时不时逗一逗老人们，欢声笑语顿时洒满了整个庭院。做完操，格桑德吉又走进屋内，陪老人们唠唠家常、听听诉求……这般温馨又忙碌的场景，也正是她长期以来扎根养老一线的日常工作照。

自2022年以来，担任民政局负责人以来，我努力摸清老年人所思所盼，力所能及为他们排忧解难。此次荣获全国“敬老爱老助老模范人物”称号，倍感荣幸，更深知这份荣誉背后的责任与使命。”格桑德吉说。

格桑德吉不仅荣获了全国“敬老爱老助老模范人物”的个人称号，在她的带领下，林周县特困人员集中供养服务中心也摘得全国“敬老文明号”荣誉。

走进改造后的服务中心，理发室、康复室、手工室等功能室一应俱全。记者注意到，这里不光有窗明

我国首届“高原等效低海拔建筑人居健康医学研究阶段性成果专家论证会”举行 推动“高原空间站”更好服务高原人居环境

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁)日前，由中国铁建重工集团股份有限公司与西藏自治区人民医院(西藏高原医学研究所)联合主办的我国首届“高原等效低海拔建筑人居健康医学研究阶段性成果专家论证会”在拉萨举行。论证会发表了全球首个针对“高原等效低海拔建筑”的系统性临床医学研究成果，标志着我国在运用科技创新主动改善高人居环境领域取得突破性成果。

会上，项目医学负责人、西藏自治区人民医院副院长、西藏高原医学研究所所长格桑罗布发布的核心研究成果显示，该项历时两年的临床研究严格遵循科学规范，研究采用随机交叉对照试验，证实由西藏铁建重工“高原空间站”营造的等效低海拔微压环境，能显著改善高移居者健康状况。研究结果显示，该环境在保障安全性的同时，有效缓解了红细胞和血红蛋白增长，降低了血压，改善了睡眠质量，并显著提升血氧饱和度。研究还为建筑内部适宜压力、加压/减压速率等关键参数提供了核心医学依据。基于临床数据，产品实现了技术升级，构建出恒压、恒氧、恒温、恒湿、恒净、恒洁的“六恒”健康环境。目前，“高原空间站”已在边防哨所、科考站、旅游区和基层医疗点等多个场景成功应用，有效护航高原民生。

本次论证会邀请了西藏、青海、大连、北京等地的高原医学及建筑环境方面的专家。专家们一致认

几净的环境，贴心周到的设施更是让人心头一暖。不管是扶手高度、防撞软垫，还是无障碍通道、应急设施，每一处细节都体现着格桑德吉将“适老化”理念付诸行动的良苦用心。此刻，在这里集中供养的老人一边等待着可口的午饭上桌，一边跟着“银龄舞蹈队”的伙伴们载歌载舞。颐养天年的生活，悠闲安逸。

“我2022年来到了集中供养服务中心，自己特别喜欢跳舞，平时就跟着几个老人组队一起跳舞，非常开心。伙食方面，早上10点做完操之后有茶、面包等，中午有三个菜，下午五点半有一顿饭，晚上七点半还会提供面食类，真的非常感谢，我深知这些都是党和国家给予我们的。”

林周县特困人员集中供养服务中心服务对象次仁扎西说。

养老不仅要“保基本”，更要“有温度”。在暂时忙完手上的工作后，格桑德吉又来到手工室陪着“巧手编织队”的老人们一起制作水晶花。他们身后，那两幅曾耗时14天亲手编织999朵水晶玫瑰组成的国旗、党旗，正摆着手工室最显眼的位置，诉说着大家对党的恩情。“巧手编织队”和“银龄舞蹈队”，是格桑德吉根据老人特长专门成立的，能在丰富老人日常生活的同时让他们发挥个人价值，实现老有所乐，老有所为。

平日里，格桑德吉也会经常放弃休息时间，带着同事上门探望孤寡老人。嘘寒问暖间，不仅送去了

政策宣传，也让老人感受到了心灵的慰藉。在她的带动下，单位内形成了“党建+养老服务”的特色模式，大家会定期到养老机构开展各类志愿服务，让老人感受到社会大家庭的温暖。

查多，是林周县特困人员集中供养服务中心的一名管理人员。他告诉记者：“这些年，服务中心老人的生活起居各个方面都有了很大的改善，这些都得益于党和国家的好政策。”

“今年我们荣获了国家级奖项，是包括格桑德吉在内的我们所有工作人员辛勤付出的成果。未来，我们会更加努力，让老人们的晚年生活越来越好。”查多说。

也有不少老人不愿离开家乡到服务中心养老，为了能让这部分老人同样能安享晚年，格桑德吉更是走遍了全县乡镇村组，牵头推动居家养老服务试点工作。在她的努力下，2024年，林周县在全市率先实现居家养老县域全覆盖，全县667名老人足不出户享受到居家养老“六助”服务，而她秉持的“适老化”理念，也辐射到了这群老人，先后为77户居家养老的老人家中实施了安装扶手、改造楼梯等适老化改造，让他们的生活更加便利。

同样，也是在她的努力下，集协调指导、居家上门、服务转介等多种功能于一体的全国县域养老服务体系建设试点项目成功落地林周；颐养综合服务中心也于今年7月揭牌。同样，也是在她的努力下，集协调指导、居家上门、服务转介等多种功能于一体的全国县域养老服务体系建设试点项目成功落地林周；颐养综合服务中心也于今年7月揭牌。

运营，为全县符合条件的残疾人、老年人、退役军人提供助餐康复文体活动等服务。不管是特困人员集中供养服务中心的提升改造，还是农村互助养老睦邻点的建设、颐养综合服务中心的选址，格桑德吉都亲力亲为。截至目前，全县已有16个养老服务点，每个服务点内均设有老年人助餐服务，构成“15分钟养老圈”，县、乡、村三级养老服务网络逐步健全。

“老人的今天就是我们的明天，做好养老服务，是责任更是良心。”格桑德吉的话朴实而又坚定。如今的林周县，智能手环守护着老人的安全，文艺活动丰富着老人的生活……一幅“老有所养、老有所乐、老有所为”的幸福画卷正徐徐展开。格桑德吉带领她的同事们砥砺前行，用爱与担当为林周县老人们撑起了一片温暖的晴空，让“夕阳红”绽放出最绚丽的光彩。

“接下来，我会进一步立足岗位，持续健全养老服务网络，优化以居家养老为基础、社区为依托、机构为支撑的供给格局，不断补齐农村养老服务短板，让基本养老服务覆盖到每位有需求的老人；同时，持续推动养老服务提质扩容，关注失能老人照护、适老化改造、智慧养老等重点领域，满足老年人多层次的需求，把敬老爱老传统美德融入政策落实和日常服务中，为建设老年友好型的社会添砖加瓦，让每一位老人都能安享晚年。”格桑德吉说。



图为哲蚌寺义务消防队现场演示手抬机动泵操作。

拉萨融媒记者 次仁卓玛摄

全民消防、生命至上——安全用火用电

拉萨市寺庙文物古建筑“防火护遗”宣传暨消防实战演练举行



拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)日前，市委统战部联合市消防救援支队共同举办以“全民消防、生命至上——安全用火用电”为主题的2025年拉萨市寺庙文物古建筑“防火护遗”宣传暨消防实战演练。

活动现场，精心设置模拟场景与展示区域，兼具实践性与指导性。在市消防救援支队专业技术指导下，还原寺庙电气线路老化引发火灾的真实险情，寺庙义务消防队现场演示手抬机动泵操作、微型消防站初期火灾扑救等关键流程，展

现基层消防力量应急处置能力；消防救援人员通过实操演示，详解电动自行车停放充电、燃气使用等重点领域消防安全防护举措，传递实用应急技巧；设立消防知识宣传点，向广大僧尼发放《拉萨市宗教活动场所消防安全指导手册》等宣传资料4000余份，以通俗易懂的语言普及消防安全法律法规、火灾预防、逃生自救等知识，让安全理念深入人心。

此次演练有效检验了拉萨市宗教领域消防安全应急预案的科学性与可行性，进一步锤炼了统战干部、消防救援队伍、寺庙僧尼及相关单位的协同作战能力，全面提升了全员安全防范意识和自救互救本领，为紧急情况下快速响应、高效处置火灾隐患筑牢了实战基础。

拉萨市第二中等职业技术学校专题学习党的二十届四中全会精神

学习宣传贯彻党的二十届四中全会精神

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁)近日，拉萨市第二中等职业技术学校举行党委理论学习中心组集中学习会，专题学习党的二十届四中全会精神。

学习会邀请西藏大学马克思主义学院党委书记、副院长李丹作专题辅导报告。李丹以《不断开创以中国式现代化全面推进强国建设和民族复兴伟业的新局面》为题，为200余名师生代表进行了系统深入的讲解。

学习会上，李丹以高站位的解读、深层次的分析、生动化的阐释，对党的二十届四中全会精神进行了系统讲解。深刻阐述了全会的重大历史意义、理论创新价值和丰富政治内涵，指出党的二十届四中全会是在“十四五”即将收官、“十五五”即将开启的关键节点召

开的一次十分重要的会议。全会擘画了未来五年乃至更长时期国家发展的宏伟蓝图，为包括西藏在内的全国各地区、各领域的健康发展指明了前进方向、提供了根本遵循。

整场报告主题鲜明、内涵深刻，既讲清了“是什么”的理论精髓，又阐明了“怎么干”的实践要求；既立足国家发展大局，又贴合西藏实际与职业教育特点，更关注青年成长成才。同时，围绕全会提出的一系列新思想、新论断、新部署，结合教育事业实际进行了全面、系统的宣讲和阐释。

该校教师罗霖深说：“作为一线教师，今后我会把全会精神深度融入教育教学全过程，紧扣立德树人根本任务，在课堂教学中传递全会精神的丰富内涵。”

我区2025年国家统一法律职业资格主观题考试合格分数线划定

拉萨融媒讯(记者齐永昌)11月26日，记者从西藏自治区司法厅了解到，2025年国家统一法律职业资格主观题考试成绩已公布，应试人员自11月26日0时起，可通过司法部官网、司法部微信公众号及中国普法微信公众号等渠道查询本人成绩，并可自行登录司法部官网打印成绩单。如对主观题考试成绩存有异议，应试人员可自成绩公布之日起十五日内，向报名地司法行政机关提出书面核查申请。

西藏自治区司法厅法律职业资格管理处工作人员介绍，2025年国家统一法律职业资格主观题考试合格分数线已确定。全国统一合格分数线为108分。同时，为兼顾地区差异与人才需求，西藏自治区放宽地区合格分数线为85分。此外，对使用藏文参加考试的应试人员，将单独确定合格分数标准，体现了对民族语言和地区的尊重与支持。

据了解，申请人需现场提交的材料包括居民身份证件、符合放宽政策条件的户口簿原件、高等学校学历学位证书原件等。司法行政机关将对材料进行审验，统一受理日期为2025年12月29日。其他不明事宜，申请人可拨打西藏法考热线0891-6500684进行咨询。

我市“情暖警营‘职’为你来”辅警家属专场招聘活动举行

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)近日，由拉萨市公安局、市国资委、市人社局联合举办的拉萨市“情暖警营‘职’为你来”辅警家属专场招聘活动在拉萨市人力资源市场举行，为我市辅警家属搭建起自主择业、就业创业的精准对接平台。

招聘会前，市人社局全面摸排辅警家属年龄、学历层次、专业、就业意向等核心信息，同步细致对接企业岗位需求与薪资待遇等，精准锁定供需痛点，全力推动招聘活动靶向发力、实效落地。依据辅警家属实际情况，积极动员49家优质企

业参会，涵盖行政文员、销售、会计等多个领域，量身定制860余个适配岗位，充分满足不同群体就业需求。

为提升招聘效率、拓宽求职渠道，此次招聘会采取线上线下同步招聘的方式，求职人员既可参加线下现场招聘会，与招聘企业代表进行现场交流咨询，或通过“拉萨就业创业”抖音专号参加线上直播招聘会；也可通过微信搜索“拉萨就业”小程序填写求职登记，并在线上投递简历。

线下招聘会现场专设服务区，专业指导人员全程提供职业介绍、职业指导、政策咨询等“一站式”服务，为求职家属答疑解惑、精准赋能。前来应聘的辅警家属们早早来到现场，手持精心准备的简历，穿梭在各企业展位之间，积极寻找适合自己的就业机会。

“我爱人是辅警，平时特别忙，我既想找份能兼顾孩子的工作，又能为他所在的‘大家庭’出点力。今天应聘的文职岗，刚好和我之前的工作经验对口，如果招聘成功，既能实现自身价值，也不用担心兼顾不好家里，真的特别高兴。”前来应聘的辅警家属牛芳说。

市公安局政治部主任纪雅静