

墨竹工卡县防治流感巡诊暖人心

拉萨融媒讯(记者莫瑞英通讯员次昂)寒冬时节,流感进入高发期。为守护基层群众健康,近日,墨竹工卡县人民医院组织开展“健康守护暖寒冬——流感防治巡诊进基层”系列活动,医疗团队先后走进巨龙矿业、消防部队、县小学、县中学及县养老院,为矿区工人、消防官兵、在校师生、孤寡老人等重点群体送上专业、便捷的医疗服务,筑牢高原冬季健康防线。

“医生,我最近有点咳嗽,还流鼻涕,是不是流感啊?”“老人冬天总怕冷,怎么预防感冒?”在巡诊现场,前来咨询的群众络绎不绝。医疗团队由内科、儿科、公共卫生科骨干组成,他们提前结合高原流感发病规律制定专项方案,携带防治感冒、退热镇痛等药品及高原适应性防护用品、健康宣传手册,有序开展流感症状问诊、血压血糖检测等服务。

对确诊流感的群众,医护人员给予规范用药指导和对症治疗;针对高原冬季流感防治特点,他们通过双语讲解、真实案例分享、发放宣传资料等形式,向群众普及科学佩戴口罩、勤通风消毒、合理饮食作息、避免交叉感染等实用技巧,详细解答流感与普通感冒区分、用药安全等常见疑问。

“不用跑医院,在家门口就能看病拿药,还学到了预防知识,太方便了。”



图为医护人员为重点群体送上专业、便捷的医疗服务。

拉萨融媒记者 莫瑞英摄

了。”刚做完血压检测的养老院老人扎西感慨道。矿区工人李师傅拿着领到的药品和宣传册说:“我们平时作业忙,医院上门巡诊解决了我们的就医难题,心里特别暖。”

此次巡诊活动累计服务群众2053人次,发放药品价值29185元,有效提升了群众的流感防控意识和自我保健能力。“下一步,医院将持续聚焦高原群众健康需求,把基层

巡诊、健康宣教等便民服务常态化,不断完善流感防治应急预案,优化医疗资源调配,用实际行动守护辖区群众冬季健康。”墨竹工卡县人民医院业务副院长钱小华表示。

拉萨市市本级机关事业单位办公用房权属统一登记工作动员培训会召开

拉萨融媒讯(记者次珍)市委、市政府高度重视办公用房权属统一登记工作,将其作为深化国有资产管理体制、提升政府治理能力的重要抓手。为顺利推进此项工作,12月1日,拉萨市机关事务管理局组织召开拉萨市市本级机关事业单位办公用房权属统一登记工作动员培训会,进一步统一思想、凝聚共识,形成全面

发力、协同联动的良好工作局面。

拉萨市机关事务管理局在办公用房权属统一登记工作中承担着组织者、协调者、执行者和监督者的多重角色。此次培训,该局特别邀请拉萨市自然资源局确权登记科、项目管理科、不动产登记中心有关负责人,面向市直128家机关事业单位工作人员开展专业辅导,从政策法规、技

术要求、操作步骤等多个方面进行全面讲解,帮助大家准确把握工作中的重点和难点,提高工作效率和质量。

会议传达学习了国家和自治区关于党政机关办公用房权属统一登记工作的相关文件精神和要求,解读了《拉萨市市本级机关事业单位办公用房和技术业务用房权属统一登记工作实施方案》等。

拉萨市机关事务管理局房产和公共机构节能管理科科长吕立涛说:“今天我们组织市本级128家机关事业单位举办办公用房和技术业务用房权属统一登记工作动员培训会,旨在贯彻落实中央、自治区和拉萨市关于党政机关办公用房权属登记各项要求,确保各单位在此项工作中方向明确、行动有序、工作高效。”

我区启动2026年公务员招录工作 面向高校毕业生计划招录475人

拉萨融媒讯(记者齐永昌)日前,西藏自治区2026年高校毕业生公开考录公务员工作正式启动,本次计划采取定编定岗方式,公开考录公务员(含参照公务员法管理单位工作人员)共475名。拟报考人员可于2025年12月7日9:30至12月12日18:00期间登录全国人事考试服务平台进行网上报名。

本次考录主要面向我区生源取得国家承认学历的高校毕业生。同时,服务期满且考核合格的西部计划西藏专项志愿者、“三支一扶”人员、乡村振兴专干、大学生退役士兵,以及在藏干部职工、驻藏部队现役军人符合条件的配偶子女,也可报考。此外,符合条件的具有本科以上学历、安置地为 my 区的退

役军士和义务兵也被纳入招考范围。

报考者需具备大专以上学历,考录坚持把政治标准放在首位,要求报考者拥护中华人民共和国宪法和中国共产党的领导,坚决维护国家统一和民族团结。笔试分为公共科目和专业科目,公共科目笔试定于12月28日举行,考试

科目为《行政职业能力测验》和《申论》。报考公安机关人民警察职位的考生,还须于12月27日参加公安专业科目笔试。笔试在区内外共设12个考区,包括拉萨、日喀则、山南、林芝、昌都、那曲、阿里7个区内考区和北京市、南京市、成都市、武汉市、咸阳市5个区外考区,方便考生就近参加考试。

八一街道开展防治艾滋病宣传活动



拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)今年12月1日是第38个“世界艾滋病日”,为进一步普及艾滋病防治知识,当天,城关区八一街道联合自治区红十字会,组织各社区代表开展主题宣传活动,为大众送上专业、实用的健康防护指导,凝聚全社会共同抗艾合力。

活动伊始,自治区红十字会相关专家向大家作了防治艾滋病科普讲座。从艾滋病的起源到如今在全球的传播情况,从病毒如何破坏人体免疫系统到感染后的症状表现,专家都讲解得细致入微。为了让居民们有更直

观的感受,她还展示了一些真实的案例图片,让大家深刻认识到预防的重要性。

此次宣传活动,将专业科普与基层服务深度结合,有效提升了八一街道各社区工作人员对艾滋病防治知识的知晓率 and 自我保护能力。“下一步,我们将以群众需求为导向,把宣传做细、做实、做长久,让科学防艾的理念真正扎根在群众心里,共同营造‘相互关爱、共同防艾’的社区氛围。”八一街道吉曲雄社区工作人员益西卓玛说。

图为自治区红十字会专家作防治艾滋病科普讲座。

拉萨融媒记者 次仁卓玛摄

拉萨市二〇二五年宪法宣传周活动举行

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)12月2日,拉萨市2025年宪法宣传周暨“格桑花”法治基层行文艺演出在宗角禄康公园举行。西藏自治区司法厅党委委员、副厅长次仁央宗,市委常委、宣传部部长王慧,副市长巴桑多吉,市人大常委会副主任郑卫国,市政协副主席宋留柱出席。

王慧在致辞中指出,今年是习近平法治思想正式提出5周年,全民普法40周年。近年来,我们以宪法为遵循,扎实推进法治政府、法治社会一体建设,制定地方性法规和政府规章75件,建成“一站式”矛盾纠纷调解中心74个。特别是“八五”普法以来,我市开展各类法治宣传活动9607场次,扎实完成了8个五年普法规划的接力传承,推动宪法精神融入拉萨发展的每一条脉络,覆盖各族群众生活的方方面面,有力营造了“尊法学法守法用法”的良好社会风尚。

王慧要求,要深入践行习近平法治思想,精准对接群众法治需求,不断增强普法宣传工作质效,推动法治建设再上新台阶。要积极投身宪法宣传和教育事业,引导青少年扣好法治的“第一粒扣子”,让宪法精神在雪域高原生生不息、薪火相传。

凝聚思想共识 激发奋进力量

——市委十届十次全会精神在尼木县引发热烈反响

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)近日,市委十届十次全会胜利召开,会议科学谋划了拉萨未来发展的宏伟蓝图,特别是提出“坚持生态立市不动摇,建设高价值生态的美丽拉萨”的重要部署,在尼木县引发强烈共鸣和热烈反响。全县各级干部群众迅速掀起学习贯彻全会精神的热潮,纷纷表示要把思想和行动统一到全会决策部署上来,以实际行动推动全会精神落地生根。

尼木县生态环境局工作人员任国权说:“我们迅速组织学习,将全会精神转化为守护生态的具体行动。全会明确的‘生态保护与价值转化相融合’要求,与尼木‘生态立县’思路高度契合。我们将以全会精神为指引,持续深化污染防治攻

坚,紧盯入河排污口整治等关键环节,守牢空气质量持续优良、地表水质趋于稳定的生态成果。”

尼木县帕古乡党委书记达瓦说:“全会提出了‘十五五’时期拉萨经济社会发展的主要目标,科学谋划了拉萨未来五年发展的宏伟蓝图。我相信,只要我们团结一心、接续奋斗,我们的家园一定会建设得更加美丽富饶,各族群众的生活一定会越来越好。”

从生态环境治理到特色产业发 展,从基础设施建设到民生服务提升,尼木县各族群众正以饱满的热情和务实的作风,将全会描绘的美好蓝图转化为生动实践,奋力在建设高价值生态的美丽拉萨进程中展现尼木担当、书写尼木答卷。

自治区首届“格桑花普法宣讲员”竞赛决赛举行

拉萨融媒讯(记者满文妍)近日,由自治区党委宣传部、自治区普法办联合主办的自治区首届“格桑花普法宣讲员”竞赛决赛在拉萨举行。20名历经初赛、复赛层层选拔出的选手同台比拼,最终10人获评首批自治区“格桑花普法宣讲员”。

比赛现场气氛热烈,选手们紧扣习近平法治思想,用身边人、身边事展开宣讲。一个个鲜活的法治故事,一件件具体的法治案例,将抽象的法律条文转化为通俗易懂的语言,以小切口诠释大主题、以小故事映照大时代,演讲既接地气又富有感染力。评委从宣讲内容、语言表达、仪态仪表、

创新形式、背景运用、时间控制等维度,对选手表现逐一打分。

来自阿里地区陕西实验小学的丹增拉木摘得冠军,她说:“以前觉得法律很远,现在才知道它是守护成长的铠甲。”她表示,将继续当好校园“普法小宣传员”,让法治氛围浸润校园。

此次竞赛旨在打造一批叫得响、易推广、受欢迎的基层普法宣讲队伍,通过以赛促宣,凝聚全区各族群众“尊法学法守法用法”的共识,让“办事依法、遇事找法、解决问题用法、化解矛盾靠法”成为大家的普遍共识和行动自觉。

自治区司法厅在桑伊社区开展志愿服务活动



拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,西藏自治区司法厅组织在岗党员干部前往拉萨市夺底街道桑伊社区,开展了以“汇聚志愿力量 共建美好社会”为主题的暖心捐赠志愿服务活动,以实际行动迎接“12·5”国际志愿者日的到来。

活动中,党员干部们将精心准备的儿童书籍、绘画工具、书包文具等物资捐赠给桑伊社区儿童托管

所,为社区的孩子们送上了温暖的关怀与切实的帮助。

捐赠仪式后,自治区司法厅党员干部与社区工作人员围绕托管所的现状与发展进行了座谈交流。社区工作人员介绍了托管所的建设情况及后续运营规划,自治区司法厅党员干部结合自身工作,就托管所的规范管理、设施完善与服务提升等方面提出了可行性建议,积极为社区公共文化设施建设贡献智慧与力量。

下一步,自治区司法厅将继续深化与驻地社区的联动,紧扣群众需求,广泛开展志愿服务,让志愿精神在共建美好社会的进程中持续发光发热。

关于拉鲁湿地国家级自然保护区巡护步道全天开放期间加强防火工作的倡议书

广大市民、游客朋友们:

拉鲁湿地是“拉萨之肺”,作为国家级自然保护区,它不仅守护着城市生态安全、维系着生物多样性,更是我们共同的绿色家园和宝贵财富。如今,生态文明理念深入人心,湿地的生态价值与社会功能愈发凸显。

为了让大家更好地亲近自然、感受生态之美,拉鲁湿地已实行全天候开放。这一便民举措,也给保护区安全管理尤其是防火工作带来了更大挑战。湿地内草木繁盛,秋

冬春三季气候干燥、可燃物多,加之开放时间延长、人员流动增多,火灾风险大幅上升。一旦发生火情,这片脆弱珍贵的生态系统将遭受不可挽回的损失。为筑牢湿地生态安全防火墙,守护湿地资源永续利用和大家的生命财产安全,我们真诚向每一位热爱拉鲁湿地的朋友发出倡议:

一、做湿地防火的遵守者。请严格遵守《中华人民共和国自然保护区条例》《中华人民共和国森林防火条例》及拉鲁湿地保护管理要求,在湿

地及周边区域,切勿携带打火机、火柴等任何火种,严禁吸烟、野炊、烧烤、燃放烟花爆竹、点燃篝火、放飞孔明灯等一切可能引发火灾的行为。

二、做湿地防火的宣传者。多向家人、朋友和身边游客普及防火常识,宣讲湿地防火的重要性,教育未成年人不玩火,提醒长辈注意防火安全,用自身行动带动更多人参与进来,形成“防火护湿,人人有责”的良好氛围。

三、做湿地防火的监督者。拿

出主人翁意识,遇到湿地内违规用火行为,及时上前劝阻制止;若发现火情,务必先远离危险区域,第一时间拨打119火警电话或向湿地管理部门报告,准确提供事发位置,为早期扑救争取时间。

四、做生态文明的践行者。享受湿地美景时,自觉爱护一草一木,不破坏植被、不干扰野生动物,遵守游览秩序,按指定路线行走,不进入未开放区域和生态保育区,共同守护湿地的宁静与洁净。

市民、游客朋友们,拉鲁湿地的安全关乎拉萨生态福祉,更与我们每个人息息相关。全天开放既是对管理工作的考验,更是对大家文明素质和责任担当的检验。让我们携手并肩,从自身做起、从现在做起、从细节做起,像保护眼睛一样保护拉鲁湿地,像对待生命一样对待生态环境,严防火灾、守护绿色,共同捍卫这片珍贵的“城市绿肺”“天然氧吧”,让拉鲁湿地天更蓝、水更清、草更绿,永远焕发勃勃生机!

最后,自2025年12月4日起,随日照时间的变化,拉鲁湿地巡护步道冬季开放时间为:

- 周二至周日开放时间:早09:00—下午19:30(19:15开始清园,禁止进入);
- 周一关闭(进行维护);
- 进入拉鲁湿地请主动扫防火码,配合安检工作。

西藏拉萨市拉鲁湿地国家级自然保护区管理局

2025年12月2日