

# 市市场监管局联合市总工会开展“情系‘小个专’职工‘五送’服务惠企暖心”主题活动

## “五送”服务暖一线 惠企暖心助发展

拉萨融媒讯(记者满文妍)聚焦“小个专”群体急难愁盼，传递党和政府关怀温度。近日，市市场监管局联合市总工会、城关区市场监督管理局共同开展了“情系‘小个专’职工‘五送’服务惠企暖心”主题活动，全市130名“小个专”经济组织职工代表及外卖骑手齐聚现场，享受精准化、多元化暖心服务。

“小个专”(小微企业、个体工商户、专业市场)作为市场经济的“毛细血管”，是稳增长、保就业、惠民生的关键力量。目前，拉萨市小微企业已占全市经营主体总量的80%，遍布城市各个角落，承载着万千职

工的生计与发展期盼。一直以来，拉萨市市场监管局与市总工会始终牵挂着“小个专”职工的冷暖安危，心系经营主体发展难题，此次“五送”活动正是精准对接需求、深化服务实效的具体实践。

活动现场暖意融融，服务内容扎实丰富。在市总工会的大力支持下，40名困难职工每人领到500元慰问金；全体参与职工均收获了政策口袋书和暖心礼品；演职人员带来的精彩文艺演出，为职工们送上了一场文化盛宴，丰富了他们的精神文化生活；恰逢宪法宣传周、讲师通过案例解读、资料发放等形式普

及宪法知识，让法治理念深入人心；免费诊疗专区前，医护人员为职工提供问诊答疑、健康指导，同步发放西药、藏药等日常药品，以“汉藏结合”的诊疗服务守护职工健康。

“真切感受到了市总工会和市市场监管局对我们‘两新’领域从业者的关怀与温暖，非常感谢。”美团外卖工作人员索朗说，“在活动中系统学习了宪法知识，法治意识和责任意识显著增强，今后将把这份关怀转化为工作动力，坚守岗位，用心服务每一位市民。”仟味烤鱼庄总经理易明说：“活动带来了实实在在的温暖与鼓励，未来我将努力经营，为

拉萨建设贡献力量。”

“‘小个专’职工是城市发展的‘生力军’，既关乎民生保障，也牵动区域经济活力。”市市场监管局行政审批科科长齐楠介绍，此次“五送”活动是落实“党建引领、服务为本”理念的具体行动，旨在把服务送到经营主体“家门口”、送到职工心坎上。

下一步，市市场监管局将继续联合市总工会等相关单位，持续当好“‘小个专’职工的‘娘家人’和‘服务员’”，不断优化服务举措，落实扶持政策，搭建服务平台，为“‘小个专’经济蓬勃发展保驾护航，与广大职工携手为拉萨经济社会发展注入更强动力。

## 提升学生地震防灾减灾意识与应对能力

### 联劝·扬帆计划“移动平安小屋”地震防灾减灾项目第二期在城关区第二小学开展

拉萨融媒讯(记者丁增美朵)近日，联劝·扬帆计划“移动平安小屋”地震防灾减灾项目第二期在城关区第二小学顺利开展，活动旨在提升升学生的地震防灾减灾意识与应对能力。

此次活动吸引了城关区第二小学三年级及以上600名学生踊跃参

与。课程设计科学合理，将理论知识与实操演练紧密结合，围绕地震应急避险和心理应对精心打造。从课程规划、物资配备到实际授课，全方位涵盖了中小学学生应知应会的地震防灾减灾知识。

参与活动的学生收获颇丰。学生丹增珍拉说：“通过这节课我学到了地震发生时的自救方法，被困地下且旁边有石头时，敲击钢管发出响动，能让上面的救援人员听到后来救我们，或者大喊引起别人的注意。”学生德吉也分享道：“如果在室

内发生地震，我们要抱头撤离到比较空旷的地方，然后等待救援。”

山西12355青少年服务台总督导、心理危机干预专家苏虹介绍，“移动平安小屋”项目旨在帮助当地学校乃至社会逐步构建起地震防灾备灾安全教育体系。项目前期已经在定日县两所中学为3400余名学生开展完成，第二期将在西藏拉萨市、山南市、林芝市八所中小学同步进行。此次除在城关区第二小学进行外，本周还将在另外两所学校陆续开展，本期将完成约6500名学生的公众安全教

育服务。“我们期望借助本次活动，助力更多孩子熟练掌握地震灾害应对技能，在自然灾害来临时能多一份从容和安全保障。未来，我们将持续推进该项目，不断拓展覆盖范围，让更多学校参与，更多学生受益。”苏虹说。

“移动平安小屋”地震防灾减灾项目第二期在城关区第二小学的成功开展，不仅为该校学生传授了实用的知识和技能，也为全社会的防灾减灾教育工作提供了宝贵经验。相信在各方共同努力下，将有更多学生在灾害面前具备更强的自我保护能力。

## 推动全民健身理念深入人心

### 2025年西藏街头三人篮球联赛落幕



图为2025年西藏街头三人篮球联赛现场，篮球爱好者们正在进行激烈的比赛。  
(西藏自治区体育局供图)



图为颁奖仪式现场。  
(西藏自治区体育局供图)

拉萨融媒讯(记者丁增美朵、拉姆次仁)12月7日晚，由自治区体育局和体育总会主办的2025年西藏自治区全民健身主题系列活动暨街头三人篮球联赛在热烈氛围中圆满落幕。本次赛事是西藏自治区深入实施全民健身国家战略、全面落实《西藏自治区全民健身实施计划(2021—2025年)》的具体举措，旨在促进群众体育与旅游、文化、商业多元融合的重要平台，共吸引来自全区各地的16支队伍、80余名运动员踊跃参与。

此次联赛面向全区18至45岁居民开放，采用标准三人篮球竞赛规则，设置冠、亚、季军及体育道德风尚奖，吸引了来自全区各地的篮球爱好者踊跃参与。比赛现场气氛热烈，参赛选手们精神抖擞、配合默契，运球突破、精准传球、纵身投篮

等动作行云流水，充分展现了运动员们顽强拼搏的体育精神，引得场边观众阵阵欢呼与掌声。裁判公正执裁，记分认真记录，工作人员有序维持现场秩序，共同保障赛事顺利推进。赛事不仅为全区篮球爱好者搭建了交流竞技的平台，更点燃了市民冬日健身热情，让篮球运动成为高原冬日里一道活力满满的风景线，推动全民健身理念深入人心。

在为期三天的赛程中，各支队伍展开了激烈而友好的角逐。赛事最终决出冠、亚、季军，并同步颁发

了体育道德风尚奖、三分投篮奖等多项荣誉，全面彰显了运动员们团结拼搏、积极向上的精神风貌。

颁奖仪式上，冠军队队员旦增平措激动地说：“能在这样高水平的街头篮球赛中夺冠，我们全队无比兴奋和自豪。比赛让我们切身感受到自治区全民健身事业的蓬勃活力，也特别感谢主办方为所有篮球爱好者搭建了这个展示风采的舞台，我们将把这份荣誉转化为动力，继续投身锻炼、享受运动。”

本次参赛运动员涵盖基层干

部、企业职工、学校教师、社会团体成员等不同领域，生动诠释了“全民健身、全民参与”的赛事理念，是西藏拓展群众性赛事形式、激发全民健身热情的一次积极实践。下一步，自治区篮球协会将继续以全民健身实施计划为指引，进一步优化赛事结构、拓宽参与渠道，常态化开展群众喜闻乐见的体育赛事活动，并重点推动篮球运动进社区、进校园、进乡村，助力构建更高水平的全民健身公共服务体系，为西藏体育事业与健康社会发展注入持续动力。

普通高校毕业生，以及在指导学生赴基层就业工作中贡献突出的高校教师。

今年以来，我区把做好2025届高校毕业生就业工作作为头等大事，优先抓、重点抓，强化开源拓岗，强化就业指导，强化困难帮扶，强化招培联动，我区2025届高校毕业生就业工作实现重大突破，以市场化就业为主导的多渠道就业格局初步形成。

## 我区7位师生获中国就业领域最高奖项

巴桑片多、袁溥钰。

据了解，“高校毕业生基层就业卓越奖学金(教)金”由教育部高校学生司(高校毕业生就业服务司)、教育部学生服务与素质发展中心共同指导，中国长江三峡集团有限公司出资支持，中国教育发展基金会

设立，并于2022年开展第一届评选工作，目前已评选三届，我区累计已有19名师生获此殊荣。该奖项的设立旨在落实党中央、国务院关于引导和鼓励高校毕业生到基层就业的决策部署，表彰在基层就业中表现突出、取得显著成绩的

## 学习宣传贯彻党的二十届四中全会精神

作为多民族聚居的基层阵地，城关区加措社区始终以“党建引领聚合力、文化纽带促团结、民生实事惠万家”为抓手，将学习宣传贯彻党的二十届四中全会精神与社区实际紧密结合，通过开展精准化、暖心式入户宣讲，让党的创新理论转化为看得见、摸得着的民生成果，在雪域高原基层一线落地生根、开花结果。

“深入学习全会精神后，内心满是激动和振奋，更深切感受到了时代赋予我的责任和使命。”八一街道加措社区第一书记旦旺坦言，加措社区积极开展入户调查、卫生整治等多样化活动，用心用情服务群众，不仅切实提升了居民生活品质，更改善了社区整体环境风貌。谈及下一步工作，旦旺表示，社区将更加聚焦居民多元需求，进一步拓展服务领域，不断提高服务精准度与精细化水平，全力打造和谐、宜居、温馨的社区环境，切实增强群众的获得感、幸福感和安全感。

基层工作者是连接群众与政策的“桥梁纽带”。一位加措社区工作人员说：“作为扎根一线的工作者，我将把学习成果切实转化为实际行动，在工作中创新基层社会治理模式，持续优化社区服务，聚焦群众急难愁盼问题，为构建共建共治共享的社会治理新格局贡献自己的力量。”

政策好不好，群众最有发言权。居民边巴次仁细数着社区的变化：“如今，我们加措社区二组在道路、生活用水、燃气供应等方面都有了很大的改善。特别是一组居民目前全部搬进了新家，他们的生活发生了翻天覆地的变化。作为社区居民，今后将全力支持居委会工作，与社区共筑美好家园。”

为让全会精神真正走进各族群众心坎，社区组建了由党员骨干、民族代表、退休干部组成的“双语宣讲队”，针对不同群体特点量身定制宣讲内容。宣讲员带着双语手册走进千家万户，一边帮群众解决实际困难，一边解读惠民政策，在交流中倾听诉求，将“宣讲+走访+办事”融为一体。截至目前，通过入户宣讲已累计收集民生诉求120余件，办结就业帮扶、矛盾调解等实事98件。

下一步，加措社区将继续围绕全会部署，持续完善便民服务体系，丰富创建民族团结进步活动载体，让党的政策红利精准滴灌到每一户家庭，为推进稳定、发展、生态、强边四件大事筑牢基层根基，让雪域高原的基层社区焕发出更强劲的生机与活力。

## 本周拉萨无明显降水过程

### 需注意防寒防火

拉萨融媒讯(记者吴敏)记者从拉萨市气象部门获悉，2025年12月8日至14日期间，拉萨无明显降水过程，周初云量增多，周二起气温波动下降，大部地区降温2至4摄氏度，沿江河谷午后有4至5级阵风，高海拔地区或将出现8级左右大风，市民及相关部门需提前做好防范。

本周拉萨天气整体晴好：周一至周二，大部地区晴天间少云，北部、东部部分高海拔地区多云；周三至周日，各地以晴天为主，光照条件良好。值得注意的是，周二开始的降温过程中，尼木县、林周县、当雄县等部分乡镇昼夜温差可达20摄氏度以上，早晚寒意明显。

气象部门提醒，市民需及时关注气温变化，早晚适时增添衣物，高海拔地区群众需加强防寒保暖，避免感冒。同时，本周全市无降水，天干物燥导致气象火险等级较高，需持续加强森林草原防火巡查、隐患排查，市民也要注意城市用火用电安全，杜绝火灾隐患。

针对前期间大风天气，当雄县、墨竹工卡县等高海拔地区需重点防范8级左右阵风影响。相关部门应做好设施农业、临时搭建物、户外广告牌防风加固工作，垭口路段过往车辆需警惕横风向来风，减速慢行，确保交通安全。农牧区需提前做好牲畜防寒防风准备，减少大风对农牧业生产的不利影响。

## 城关区第一幼儿园开展总、分园联合园庆活动

拉萨融媒讯(记者仁青拉姆)近日，城关区第一幼儿园以“十五耕耘桃李 五载启航谱新篇”为主题，开展总园15周年暨分园5周年联合园庆活动。

城关区第一幼儿园(分园)教师王彩云对记者说：“我有幸见证了分园从初创到成熟、总园近5年的蓬勃发展，看着孩子们在优质环境中快乐成长，园所品质稳步提升，倍感自豪，更加坚定了深耕幼教、守护孩童成长的初心。祝愿幼儿园弦歌不辍，在拉萨幼教路上续写新辉煌。”

随后，现场播放了幼儿园首屆(2010届)毕业生祝福VCR。昔日的稚嫩孩童已成长为翩翩少年，他

们隔空思念师恩，重温美好童年，为母校送上跨越时空的祝福。

城关区第一幼儿园园长格桑卓嘎说：“幼儿园将以15周年为新的起点，不忘初心、砥砺前行，继续深耕学前教育事业，为培养德智体美劳全面发展的社会主义接班人奠定基础，书写更加灿烂辉煌的城关一幼新篇章。”

十五载春华秋实，五周年砥砺奋进。城关区第一幼儿园始终坚守“以爱育爱、以智启智”的初心，以爱心呵护成长，以专业启迪未来。此次园庆，既是对过往育人成果的温暖回眸，更是站在新起点，向着更高目标迈进的庄严宣告。

## 拉萨遂宁商会成立 搭建两地发展新桥梁

拉萨融媒讯(记者满文妍)12月6日，拉萨遂宁商会成立大会在拉萨举行，标志着在藏遂宁企业家有了凝聚力量、共谋发展的“新家”。

随着川藏两地经济交流日益密切，不少遂宁籍企业家来拉萨创业发展，涉及建筑、商贸、服务等多个领域，成为推动当地经济发展的重要力量。但长期以来，在藏遂宁企业处于分散经营状态，缺乏有效联动平台。拉萨遂宁商会的成立，正是为了破解

这一难题，将分散的“单打独斗”变为“抱团发展”。

拉萨遂宁商会的成立，不仅为在藏遂宁企业家搭建了资源共享、互助发展的平台，更成为连接拉萨与遂宁的重要纽带。现场参会的企业家代表纷纷表示，将积极融入商会大家庭，借助商会平台实现企业更好发展，共同为两地经济社会发展贡献力量。未来，随着商会工作的逐步推进，必将为川藏两地合作发展书写新篇章。