



拉萨高新区：打造“享老”新模式 引领养老服务新未来

拉萨融媒记者 莫瑞英

辉煌60年
新时代拉萨答卷

“十五五”时期是我国养老服务体系从“有”到“优”、从“养老”到“享老”的关键转型期。“十五五”规划明确提出，要健全普惠性、基础性、兜底性养老服务体系，推动社区嵌入式养老提质、银发经济发展、医养康养融合等。近年来，拉萨高新区(柳梧新区)老年人日间照料中心积极响应号召，围绕“人人享有基本养老服务”的目标，不断推进老年人服务工作，取得了显著成效。

清晨，阳光洒满拉萨高新区(柳梧新区)老年人日间照料中心，老人们正享用着美味的早餐。一杯热气腾腾的早茶，一碗香气四溢的藏面，伴随着一首欢快洋溢的歌曲，开启了爷爷奶奶们简单而愉快的一天。老人巴桑杰布感慨道：“我到日间照料中心两年多了，这里生活舒心，锻炼身体也方便，各方面都非常好，工作人员的服务态度更是暖心。”

该中心依托地域文化优势，引入藏式推拿等特色理疗服务。以传统藏医理论为支撑，提供疏通筋脉、缓解疼痛、补气血等个性化康养服务，精准适配老年人常见健康问题，构建起“预防——康复——护理”的基层健康服务体系。护理人员格桑德吉说：“老年人容易患上关节、风湿等疾病，我们用藏药材敷在老人关

节上，并进行藏式推拿按摩等理疗，有效缓解他们的疼痛，老人对这项服务特别满意。”

在服务内容上，拉萨高新区(柳梧新区)老年人日间照料中心实行适当收费制度，为老年人提供助餐、助医、助浴、助洁以及文娱活动等多样化服务。同时，还为老年人提供免费按摩、老年大学课程以及居家服务等。从简单的晒太阳、聊天，到进行健身、文娱及康复康养活动，老人们的生活更加充实，幸福感显著提升。

老人次仁央宗说：“我因为腿脚不便来到日间照料中心，这里的工作人员给我洗脚、剪指甲，把我当作自己的父母一样照顾，他们的细心无法用语言来表达，老人们在这里生活得很幸福。”

该日间照料中心于2016年建成，总面积1395.45平方米，总投资797.79万元。中心内配备了理发室、休息室、康复训练室、医疗保健室等基础设施，以及丰富的活动器材，从硬件上满足了老年人的基本生活需求。自2020年起，中心通过招投标方式引入第三方服务，由蓝天社会工作者和志愿者服务协会运营，为老年人提供全方位的服务。

拉萨高新区(柳梧新区)老年人日间照料中心院长边巴说：“近年来，中心服务老年人约1.5万人次。下一步，我们将加强普惠性居家养老的服务力度，让我们的服务覆盖更广范围的老年人，打通养老服务‘最后一公里’。”

白唇鹿做客高原小镇 曲水县达嘎镇绘就和美乡村新画卷

拉萨融媒记者 王静敏

大力实施乡村振兴战略

冬日的拉萨市曲水县达嘎镇，暖阳洒满大地。几只白唇鹿悠闲地踱步在镇政府驻地旁的田间，低头觅食，这幅人与自然和谐共生的画面，正是达嘎镇美丽乡村建设成果的生动注脚。2025年，达嘎镇深入践行“千万工程”经验，统筹推进乡村发展、建设与治理，让这座雪域小镇完成了人居环境与民生福祉的双重焕新。

行走在达嘎镇的村道上，宽阔整洁的路面延伸向远方，一栋栋藏式新居错落有致，大门上的五星红旗在阳光下熠熠生辉。如今的蜕变，始于一场“自下而上”的规划革命。镇里组织干部、村“两委”和村民代表共商发展蓝图，历时数月编制完成5个村的“多规合一”实用性村庄规划，每个村还量身定制2至3套农房建设图集，让藏式传统与现代宜居完美融合。

环境整治是美丽乡村建设的硬仗。达嘎镇组建“志愿队+保洁队”联动队伍，开展环境卫生整治300余次，搭建“村收集、乡转运、县处理”的垃圾处理闭环。“厕所革命”更是直击民生痛点，全镇1360户农户完成卫生厕所改造，实现人畜分离，群众生活品质大幅提升。

“在党和政府的好政策下，盖了新房子，房子里也有厕所，用起来很方便。能住在这么好的房子里，很幸福。”达嘎镇色甫村6组村民阿旺扎西感慨道。

宜居更要宜业。达嘎镇把促增



图为白唇鹿在达嘎镇田间觅食。

拉萨融媒记者 小洛追摄

收作为美丽乡村建设的核心抓手，2025年实现农牧民转移就业26000人次，高校毕业生就业率97%。维修电工、中式烹饪师、无人机飞手等紧贴市场需求的技能培训，为群众插上了致富的翅膀。总投资8257.92万元的基础设施项目落地，更带动本地群众就业17070人次，增收1617.65万元，形成“建设——就业——增收”的良性循环。

“我们这期厨师培训是从12月9日开始的，现在学会了30多个菜。学到技术之后，我想自己开家餐馆，把日子过得越来越好。”达嘎镇色甫村5组村民达瓦坚才对未来充满期待。

作为达嘎镇美丽乡村建设的一个缩影，色甫村的变迁正是全镇发展的生动写照。在环境整治中，村里修通道路、整治排水沟，连续三年拿下全镇环境整治第一名；在民生发展上，村里成立文化汇演队，让群众在家门口实现就业增收。小村庄的蝶变，折射出达嘎镇全域推进和美乡村建设的坚实步伐。

白唇鹿的到访，是对达嘎镇生态环境的肯定；群众的笑脸，是美丽乡村建设最温暖的答卷。从人居环境的精细提升，到群众生活的节节攀升，再到乡村治理的效能提质，达嘎镇以点带面、全域推进，走出了一条具有高原特色的和美乡村建设之路，这也是西藏千余个乡村践行“千万工程”经验的生动缩影。一幅村美、人和、丰富的和美画卷，正在雪域高原的乡村振兴浪潮中，徐徐铺展。

白唇鹿的到访，是对达嘎镇生态环境的肯定；群众的笑脸，是美丽乡村建设最温暖的答卷。从人居环境的精细提升，到群众生活的节节攀升，再到乡村治理的效能提质，达嘎镇以点带面、全域推进，走出了一条具有高原特色的和美乡村建设之路，这也是西藏千余个乡村践行“千万工程”经验的生动缩影。一幅村美、人和、丰富的和美画卷，正在雪域高原的乡村振兴浪潮中，徐徐铺展。

市文旅局局长闫伟表示：“此次系列活动是践行习近平生态文明思想、探索‘生态+文旅’融合发展路径的重要举措，将推动绿色低碳旅游经济体系构建。”

据悉，后续还将开展黑颈鹤主题IP与作品征集、研学及巡回展览等活动，进一步拓展品牌内涵，助力拉萨全域旅游建设与生态文化传播。林周县委副书记王慧在致辞中指出，建设拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆，是市委坚强领导与市政府的大力支持下，12月27日，由拉萨市委宣传部与堆龙德庆区委精心打造的拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆。

市委副秘书长、一级巡视员赵辉年出席并宣布开馆，市委常委、宣传部部长王慧致辞，自治区党委宣传部宣教处二级调研员罗松卓嘎出席。

王慧在致辞中指出，建设拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆，是市委坚强领导与市政府的大力支持下，12月27日，由拉萨市委宣传部与堆龙德庆区委精心打造的拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆。

民生保障全域覆盖 幸福生活触手可及

堆龙德庆区用心用情用力解决群众急难愁盼问题

清晨的拉萨市堆龙德庆区岗吉村牧区，牧民扎西的手机传来直播的声响，屏幕那头是来自全国各地的订单咨询。“以前，打个电话都要跑几公里找信号，现在坐在自家帐篷里就能卖牦牛肉，一年收入多了好几万元！”扎西脸上满是笑意。

民生改善，基础设施是根基，堆龙德庆区始终把补齐设施短板作为重中之重，让群众生活更便利舒心。在岗吉村，拉萨电信联合区驻村办、村“两委”组建协作团队，克服高原复杂地形和严寒气候，仅用数月就建成通信基站，技术骨干还手把手教牧民群众进行线上交易、学习养殖技术，让网络成为产业发展的“加速器”。

在市区，总投资超1.3亿元的滨河两岸3大主题公园建设正酣，乃琼亲子公园的迷宫探险区、南岸体育公园的专业运动场地、北岸体育文化公园的绿化景观，将于2026年2月底前陆续竣工，为市民打造“家门口”的休闲天堂。祥和苑搬迁点1488.34万元的基础设施提升改造项目已完工，7547名脱贫人口全部参保人身意外险，搬迁群众住着整洁的楼房，享受完善的配套设施。

产业兴旺是民生之本，就业增收是群众最迫切的期盼，堆龙德庆区以“产业兴区”为抓手，构建特色农牧业与现代服务业并重的产业体系，让群众在“家门口”就业致富。

楚布沟党委创新“沟域抱团”模式，引入专业团队打造“林卡经济”，开发唐卡绘制、藏香制作等沉浸式体验项目，今年1月至10月，实现营业收入20余万元，带动6个林卡点收入提升10%。

西藏那嘎共富商贸有限公司今年前三季度营收突破110万元，即将落地的新项目将新增百余个就业岗位；拉萨城投物流有限公司通过校企合作每年提供500多个实习岗位，全园区带动就业1700人以上。作为西藏首家县域电商直播基地，堆龙德庆区让糌粑、牦牛肉等特色产品走出高原，2024年，社会消费品零售总额达25.82亿元，同比增长7.5%。城乡居民人均可支配收入分别达54001元、29530元，增速跑赢地区生产总值6.5%的增幅，群众腰包越来越鼓，获得感越来越强。

生态宜居是民生福祉的重要内涵，堆龙德庆区坚持生态优先、绿色发展，让群众共享生态红利。全区强力推进南北山绿化工程，2024年，新增山体造林6.4万亩，城区绿地面积达21万平方米；2025年持续发力，截至6月，已完成绿化面积约1.4万亩，累计种植苗木超80万株。

乃朗谷自然保护区入选首批中国OECMs潜力案例集，通过严格执行禁牧封育和河湖治理，白唇鹿、岩羊等珍稀动物重现河道岸边，人与自然和谐共生的画卷在高原铺展。城乡绿化整治行动成效显著，累计出动15726人次，清理垃圾80余吨，修复栏杆5200余米，15000余平方米黄土裸露地被绿色覆盖。民族团结公园等4个大型城市公园、6个街旁游园建成开放，雄巴拉曲林卡等4个休闲区示范点投入使用，市民推窗见绿、出门入园，在优美环境中感受幸福生活。

民生无小事，枝叶总关情。堆龙德庆区始终把群众的“急难愁盼”放在心上，用干部的“辛苦指数”换取群众的“幸福指数”。堆龙德庆区领导带头践行“四下基层”，以“四不两直”方式深入古荣镇，现场协调解决基层治理、就业增收等民生难题，要求各级干部把政策讲明白、把隐患摸全面、把诉求解决好。

(下转第二版)

拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆

拉萨融媒讯(记者范江英)在市委坚强领导与市政府的大力支持下，12月27日，由拉萨市委宣传部与堆龙德庆区委精心打造的拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆。

市委副秘书长、一级巡视员赵辉年出席并宣布开馆，市委常委、宣传部部长王慧致辞，自治区党委宣传部宣教处二级调研员罗松卓嘎出席。

王慧在致辞中指出，建设拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆，是市委坚强领导与市政府的大力支持下，12月27日，由拉萨市委宣传部与堆龙德庆区委精心打造的拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆。

赵辉年、罗松卓嘎共同为展馆揭牌。开馆仪式结束后，与会人员共同参观展馆，详细了解展馆展陈内容和建设情况。据了解，该展馆位于堆龙德庆区民族团结主题公园主楼负一层，场馆面积706.3平方米，历时一年建成并全面竣工，旨在为拉萨市持续深化铸牢中华民族共同体意识工作搭建起一个重要的教育、展示与交流的平台。

“圣地拉萨·鹤鹤有鸣”生态文旅融合推广系列活动在林周县正式启动

拉萨融媒讯(记者吴敏)12月26日，“圣地拉萨·鹤鹤有鸣”生态文旅融合推广系列活动在林周县春堆百姓小院正式启动。活动由拉萨市人民政府主办，市文化和旅游局、林周县人民政府联合承办，以第八轮“冬游西藏”活动为依托，拉萨市“市鸟”黑颈鹤为核心文化与情感纽带，拉开了拉萨年度生态文旅融合推广的序幕，助力冬季旅游供给升级与文旅产业高质量发展。

作为国家一级保护动物，黑颈

鹤被誉为“高原仙子”“鸟类大熊猫”，是全球唯一繁殖和越冬均在高原的特有鸟类，其“一夫一妻”的习性，与飞越珠峰的坚韧特质，使其成为藏族文化中的吉祥符号。拉萨目前越冬黑颈鹤达4000余只，占全球总数的20%，而林周县作为核心越冬栖息地，每年吸引约2000余只黑颈鹤前来，“冬有鹤舞晴空”的生态盛景与“春有沃野铺绿，夏有谷翠松青，秋有金穗翻浪”的四季风光，共同勾勒出高原人与自然和谐共生的画卷。

活动现场亮点纷呈，西藏大学生命科学系教授次仁揭秘黑颈鹤生态奥秘，著名摄影家车刚从人文视角诠释其生态与文化价值。“冬游拉萨”主题推介环节带来县域旅游资源、黑颈鹤非遗文创、生态康养产品等多元选择，楚布藏香等七项本地非遗技艺集中展销，直观展现生态传承魅力。此外，拉萨市相关部门、高原守鹤人及公益组织代表共同发起“圣地拉萨·共栖共护”生态保护倡议，呼吁全社会参与可持续发展。

市文旅局局长闫伟表示：“此次系列活动是践行习近平生态文明思想、探索‘生态+文旅’融合发展路径的重要举措，将推动绿色低碳旅游经济体系构建。”

据悉，后续还将开展黑颈鹤主题IP与作品征集、研学及巡回展览等活动，进一步拓展品牌内涵，助力拉萨全域旅游建设与生态文化传播。林周县委副书记王慧在致辞中指出，建设拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆，是市委坚强领导与市政府的大力支持下，12月27日，由拉萨市委宣传部与堆龙德庆区委精心打造的拉萨市铸牢中华民族共同体意识主题展馆(拉萨红色基因库专题展)正式开馆。

赵辉年、罗松卓嘎共同为展馆揭牌。开馆仪式结束后，与会人员共同参观展馆，详细了解展馆展陈内容和建设情况。据了解，该展馆位于堆龙德庆区民族团结主题公园主楼负一层，场馆面积706.3平方米，历时一年建成并全面竣工，旨在为拉萨市持续深化铸牢中华民族共同体意识工作搭建起一个重要的教育、展示与交流的平台。