

“党的二十大精神进拉萨千家万户”月月讲暨“饮水思源颂党恩 同心共筑中国梦”宣讲活动举行



拉萨融媒讯(记者乔梁)3月20日上午,由市委宣传部联合相关单位举办的“党的二十大精神进拉萨千家万户”月月讲暨“饮水思源颂党恩 同心共筑中国梦”宣讲活动在宗角禄康公园举行。

活动现场气氛热烈,市委讲师团成员尼玛且增、达孜区基层宣讲员米玛围绕全国两会精神等进行专题宣讲。他们用通俗易懂的语言、生动鲜活的事例,将党的二十大精神、全国两会精神等重要内容转化为群众听得懂、能领会、可落实的“家常话”,从国家发展到拉萨的发展变化,从宏观政策解读到民生福祉改善,让现场群众深刻感受到党的政策与自身生活的紧密联系。

“今天带着我们合作社的非遗手工艺参加这场主题宣讲,我心里特别激动也特别自豪。活动把党的好声音送到群众身边,又给我们提供了展示平台,让大家在感受政策温暖的同时,进一步了解我们的传统文化。”阿古传统藏戏服饰农牧民专

业合作社米玛才说。

除了精彩的理论宣讲,活动现场还穿插了丰富多彩的文艺表演。舞蹈《北京的金山上》以明快节奏、鲜明民族风格,将藏族人民的喜悦与祝福化作优美舞姿,彩袖飞扬、步履铿锵,礼赞新时代,共祝家国兴旺;歌曲《不忘初心》以“不忘初心、牢记使命”为核心,传递出坚守理想、砥砺前行的信念与情怀;群口相声《颂新生》巧妙运用民间文学歇字手法,以四人妙语连珠的群口形式,生动讲述新时代西藏在衣、食、住、行等民生领域的喜人变化,接地气的语言展现城乡面貌焕然一新,群众幸福生活安康的生动图景,引得现场观众发出阵阵掌声和欢笑声。

此次活动不仅让党的二十大精神在全国两会精神在拉萨落地生根,更进一步丰富了市民的精神文化生活,增强了市民对本土文化的认同感和自豪感。下一步,拉萨市将继续创新宣讲形式,丰富宣讲内容,推动党的创新理论走进千家万户,为拉萨长治久安和高质量发展凝聚强大精神力量。

活动通过“拉萨融媒”抖音号、“幸福拉萨”抖音号、视频号、快手号、“拉萨发布”视频号进行网络直播。新媒体各平台总播放量1.29万人次,总点赞量1.98万人次。



↑图为活动现场,演员在舞台上进行表演。
←图为活动现场,宣讲员围绕党的二十大精神等进行专题宣讲。
拉萨融媒记者 乔梁 梁 摄

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁)3月20日下午,《问政拉萨》栏目(第51期)聚焦我市部分区域存在的安全隐患问题展开专题问政。通过调查短片,曝光了居民小区楼道堆物、消防设施遮挡、飞线充电情况反弹、背街小巷线缆杂乱,以及非法营运、电动车闯红灯逆行、外卖骑手交通违法行为等城市安全顽疾。截至目前,线上各平台总播放、点赞量2.83万人次。

问政现场,相关责任单位负责同志逐一进行问题解答、表态发言并作出整改承诺,表示将常态化开展联合清查与靶向整治,坚决防止问题反弹,切实把安全风险化解在萌芽状态,把隐患问题消除在源头。现场观察员、问政团成员直击治理短板,督促相关部门压实监管责任。节目以问促改、以改促治,推动城市安全隐患治理常态化长效。

市人大常委会副主任达瓦,市政协副主席宋留柱出席,市委作风办及相关单位负责同志参加。

以问促改除隐患 常态长效护平安

拉萨市民政领域群众身边不正之风和腐败问题集中整治部署会召开

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)3月20日,拉萨市民政领域群众身边不正之风和腐败问题集中整治部署会召开。

副市长罗丹出席并讲话,市政协副主席詹晓圣出席。

罗丹要求,要以高度政治自觉推动整治工作走深走实;要以问题导向谋划抓实举措,聚焦养老服务、社会救助等民政重点领域和关键环节,深

入排查梳理群众反映强烈的突出问题,建立问题清单、责任清单、整改清单,靶向发力,精准施策;要标本兼治巩固整治成果,坚持当下改与长久立相结合,既要从严查处不正之风和腐败问题,形成有力震慑,又要深挖问题根源,健全完善民政领域监管机制、长效机制,从源头上防范化解风险,切实以整治成效提升民政服务质量,不断增强群众的获得感、幸福感和安全感。

蔡公堂街道白定村举行春耕备耕启动仪式

拉萨融媒讯(记者格桑卓嘎)近日,蔡公堂街道白定村春耕备耕启动仪式举行。沉寂一冬的田野,迎来了生机勃勃、万物耕种的美好时刻。

仪式现场,村民们以传统民俗与现代农机相结合的方式,拉开春耕生产序幕。数十台拖拉机整齐排列,车头被装点得焕然一新。村民们盛装出席,手捧象征吉祥如意的“切玛”与自酿青稞酒,脸上笑意盎然,整个田野洋溢着浓厚的喜庆氛围。

“举行春耕仪式既是对传统民俗的传承,也是祈愿新的一年风调雨顺、阖家安康。我们村共有耕地400亩,今后我们将坚持科学种田,

用心耕耘,力争实现丰产丰收。”白定村4组村民扎西次仁说。

近年来,依托农机购置补贴等惠农政策,白定村农业机械化水平显著提高,越来越多农户享受到科技兴农的红利。同时农业技术人员深入田间地头指导,为粮食稳产增产筑牢根基。

“过去种地全靠牛拉人扛,不仅辛苦,还费时费力。如今在各项惠农政策的支持下,农业机械化大大减轻了劳作负担,种地方便了很多。再加上科学种植管理,粮食产量稳步提升,我们种地的底气更足、信心更强,心里满是感激。”白定村4组村民晋珍说。

春分时节话养生 科学护肝正当时



拉萨融媒讯(记者丁增美朵)春分是春季重要节气,既是气候变化的关键节点,也是调养身心的黄金时期。民间“春分养肝”习俗传承千年,契合人体生理节律,为春季健康

提供科学指引。

肝脏是人体核心代谢与解毒器官。春分之后日照增多、气温回升,人体新陈代谢加快,肝脏负担随之加重;加之季节转换易引发情绪波动、睡眠不佳,春季花粉过敏等也会进一步增加肝脏代谢压力,顺应时节科学养护肝脏尤为重要。

拉萨市人民医院消化内科主任医师张伟表示,从西医角度来说,春

分养肝并非依赖特定“保肝药”,而是顺应代谢增强的节奏,通过改善生活方式优化肝脏代谢、解毒功能,调节身体整体内环境。饮食上要注重均衡,坚持“一少三多”。一少是减少精制碳水与反式脂肪酸摄入,少吃精制米面、糖、糕点、油炸食品;三多包括适当增加鸡蛋、鸡胸肉、牛羊肉等优质蛋白,多吃杂粮、绿叶蔬菜等富含膳食纤维的食物,多摄入菠菜、西

兰花、荠菜等春季新鲜蔬果中的抗氧化物质,保护肝细胞膜不受损伤。

呵护肝脏还要远离伤肝行为。春季聚会应严格限酒,避免酒精直接损伤肝细胞;感冒、过敏时切勿盲目用药、叠加服药,预防药物性肝损伤;同时注意饮食卫生,定期检查乙肝抗体并及时补种。

张伟建议,春分后阳光充足、气温回升,适合开展运动。建议每周进行150分钟中等强度有氧运动,如快走、慢跑等,可直接消耗肝脏内堆积的脂肪,是逆转轻度脂肪肝的有效方法。

把高质量充分就业作为经济社会发展优先目标

(上接第一版)习近平总书记深刻指出:“要坚定不移贯彻新发展理念,更加自觉地把高质量充分就业作为经济社会发展的优先目标,使高质量发展的过程成为就业提质扩容的过程,提高发展的就业带动力。”

强化就业优先政策,健全重大政策、重大项目、重大生产力布局就业影响评估机制;建设现代化产业体系,创造更多高质量就业岗位;积极培育新职业新岗位,拓展数字经济、绿色经济、银发经济等就业新空间;实施稳岗扩容提质行动,对吸纳就业多的行业企业持续强化政策支持

持;综合应对外部环境变化和人工智能等新技术发展对就业的影响……

“十五五”规划纲要勾勒高质量发展路线图,为促进高质量充分就业打开广阔空间。

坚持问题导向,习近平总书记对就业领域出现的新情况新问题高度关注,作出一系列重要指示,为探索解决之道提供根本遵循。

针对就业领域结构性矛盾,习近平总书记指出,“现在的劳动力市场,有的出现人员荒、人才荒,有的供过于求,是个结构性问题”,强调要进一步深化职业教育改革;

牵挂重点群体就业,习近平总书记实地考察高校毕业生就业工作,强调“国家发展方方面面都需要人才,关键是要提高人的素质。当然,学校专业设置、学生知识结构要同社会就业结构相匹配,同时要给予人才应有的地位和待遇”;

关心新就业群体,今年春节前夕,习近平总书记在北京考察期间看望快递员,叮嘱“各级党委和政府一定要关心他们,为他们的生活、工作、学习提供好服务”;

……

从推进现代职业教育体系建设、健全终身职业技能培训制度,到

健全灵活就业、新就业形态劳动者权益保障制度,从稳定和扩大高校毕业生、农民工、退役军人等重点群体就业,到加强困难群体就业帮扶……“十五五”规划纲要作出系统部署,为促进高质量充分就业筑牢政策制度保障。

就业是家事,更是国事。把就业当作民生头等大事来抓,实现高质量充分就业,构建就业友好型发展方式,为推动人的全面发展、全体人民共同富裕迈出坚实步伐奠定坚实基础,为基本实现社会主义现代化取得决定性进展提供有力支撑。

(新华社北京3月20日电)

(上接第一版)走进浙江省余姚市区域性水稻育秧中心,两条自动化育秧流水线正开足马力高效运转。

空苗盘在流水线上有序“排队”,加上仓精准铺土,播种仓按设定量播种,随后盖土、浇水一气呵成;在流水线末端,两条智能协同的四轴机械臂灵活转动,每15秒就能抓取10个苗盘,稳稳码放到指定区域……

“这套设备的核心就是自动化与智能化,彻底打破了传统育秧的效率瓶颈。”中心负责人余军林算了一笔细账:单条流水线日均播种量达1.2万盘,育秧效率较传统方式提升约三成。

在河北省保定市,望都县高优农业技术服务专业合作社服务的千亩高标准农田里,多架植保无人机在飞手精准操控下,依托北斗导航定位系统,高效开展农药喷施、肥料撒施等田间管理工作。

新装备、新技术的应用提高了春耕效率,良种良法配套、农机农艺融合,也在更大范围内发挥作用,为春耕生产保驾护航。

3月初,来自辽宁省彰武县的高级农艺师李晨忙着走村入户,围绕玉米单产提升提前对村民们开展技术指导。

破口,加快选育推广高产品种,集成应用浅埋滴灌、水肥一体化、病虫害综合防治等关键技术,以技术创新提升粮食产能。

2025年,彰武县玉米单产提升项目落实面积达8.1万亩,平均亩产超过1800斤,较普通种植地块增产约700斤,示范带动效应明显。

“今年我们还要继续在提高单产上下功夫!要把单产提升项目面积扩至10万亩以上。”李晨告诉记者,眼下他正忙着筛选更多抗病性强、产量高的玉米新品种,同时推进粪肥还田,提高土壤有机质含量,实现以肥调沙、以技增产的综合效益。

2025年,我国粮食产量达到1.43万亿斤,其中单产提升对全国粮食增产的贡献率超过90%。

今年政府工作报告提出,深入实施种业振兴行动,加快选育推广突破性品种,推进先进适用农机装备研发应用,打通农业科技推广“最后一公里”。

农业农村部有关负责人表示,今年将加力实施粮油作物大面积单产提升行动,促进良田良种良机良法集成增效,选育推广一批耐密高产多抗品种等,促进大面积均衡增产。

肥装车,运往各村农民合作社。

每年备耕期,该厂可生产化肥约5万吨,能满足400余家成员合作社的化肥需求。“今年我们提前采购了原料,产量也增加了,能够稳定供应市场。”该联合社负责人徐国臣说。

各地各部门齐心协力,采取一系列举措,千方百计做好春季农业生产保障。

金融先行,支持不断档——去年秋季,黄淮海等地区遭遇连阴雨,冬小麦普遍晚播。为积极应对对冬小麦晚播、苗情偏弱生产形势,财政部会同农业农村部统筹安排中央财政资金12.5亿元,支持11个冬小麦粮食主产省份开展促弱转壮等相关工作,重点对追加增施提苗肥等防灾稳产措施给予适当补助。

作为重点支持“三农”发展的国家政策性银行,中国农业发展银行今年备足1800亿元,扎实做好春耕备耕资金供应工作,截至3月14日,已投放2026年春耕备耕贷款1272.47亿元,达到去年全年投放的72.87%。

强化政策支持,调动种粮积极性——今年中央一号文件提出,强化价格、补贴、保险等政策支持和协同,健全种粮农民收益保障机制;合理确定稻谷、小麦最低收购价,完善棉花目标价格政策;稳定实施耕地

核心引领稳增长 开放突破启新程

(上接第一版)投用跨境电商二期项目并获评“西藏自治区首个跨境电商产业园”,构建南亚跨境电商新通道。第二届拉萨进口商品展销会实现现场销售额1.36亿元,其中线上销售额1200万元;“拉萨保税跨境电商旗舰店”实现“1210网购保税进口”模式与实体新零售的深度融合和“家门口买全球”的消费升级目标。

2026年是“十五五”开局之年,做好全年商务工作责任重大。全市商务系统将保持昂扬斗志和务实作风,立足拉萨高原特色,发挥自身优

势,持续深化商贸流通改革,推动外贸提质增效,强化高质助农作用,全力推动拉萨商务高质量发展再上新台阶,为奋力谱写中国式现代化拉萨新篇章贡献商务力量。

“我们创新开展有奖发票试点工作,通过激励引导消费者主动索票,在规范市场秩序的同时激发消费市场活力。通过政策撬动与惠民举措双管齐下,深挖城乡消费潜力,提振消费信心,把稳增长、促发展、惠民生、防风险的实效作为重要的检验标准,推动全市商务工作高质量发展。”市商务局供销合作社主任洛桑旦增说。

势,持续深化商贸流通改革,推动外贸提质增效,强化高质助农作用,全力推动拉萨商务高质量发展再上新台阶,为奋力谱写中国式现代化拉萨新篇章贡献商务力量。

“我们创新开展有奖发票试点工作,通过激励引导消费者主动索票,在规范市场秩序的同时激发消费市场活力。通过政策撬动与惠民举措双管齐下,深挖城乡消费潜力,提振消费信心,把稳增长、促发展、惠民生、防风险的实效作为重要的检验标准,推动全市商务工作高质量发展。”市商务局供销合作社主任洛桑旦增说。

势,持续深化商贸流通改革,推动外贸提质增效,强化高质助农作用,全力推动拉萨商务高质量发展再上新台阶,为奋力谱写中国式现代化拉萨新篇章贡献商务力量。

“我们创新开展有奖发票试点工作,通过激励引导消费者主动索票,在规范市场秩序的同时激发消费市场活力。通过政策撬动与惠民举措双管齐下,深挖城乡消费潜力,提振消费信心,把稳增长、促发展、惠民生、防风险的实效作为重要的检验标准,推动全市商务工作高质量发展。”市商务局供销合作社主任洛桑旦增说。