

# 书香致远·阅见城关

## 城关区2026年全民阅读系列活动启动



拉萨融媒讯(记者次央卓)4月23日第31个“世界读书日”当天,城关区“书香致远·阅见城关”全民阅读系列活动启动仪式在新世界购物广场举办。

光”中拉开帷幕,诗歌朗诵《我在书里等你》深情动人,将文字的温暖与力量传递给现场每一位观众。随后,西藏作家协会会员、知名作家李玉萍与读者面对面交流分享,跨越地域与山海,传递文字的温度。与此同时,现场还有书法家挥毫泼墨,一笔一画间传递着深厚的书香底蕴,一幅幅精妙的作品引得观众驻足喝彩,让传统书法艺术与阅读风尚完美相融。

契机,在这里启动书香致远·阅见城关全民阅读活动,贯穿全年,每月开展一场主题活动,持续推动阅读进社区、进校园、进机关,把“书香城关”打造成群众看得见、摸得着、感受得到的民生文化品牌,让阅读成为城关最动人的城市风景。”城关区文明办工作人员赵娜介绍道。

为了让阅读更接地气、更具参与感,现场精心设置了打卡墙、互动闯关等体验区,大家通过完成打卡集章兑换文创礼品,沉浸式感受

阅读的乐趣。据介绍,城关区2026年全民阅读活动以“一季一风景,一月一书会”为脉络,全年不间断、月月有主题:5月走进央喜书吧,以青春赴书香之约;6月进校园陪伴少年成长;7月传承红色基因;8月走进社区以书会友;9月相约茶馆书馆共话民族团结;10月以书香礼赞祖国;11月围炉品谈暖冬相伴;12月年终聚会总结收获,切实打造贯穿全年、覆盖全域的书香文化品牌。

# 书香润堆龙 诵读伴同行

## 堆龙德庆区全民阅读周活动暨朗诵大赛举行

拉萨融媒讯(记者吴敏)4月25日,由堆龙德庆区委、区政府主办,堆龙德庆区委宣传部、区文旅局、区妇联、团区委等单位联合承办,各镇(街道)、堆龙德庆区公安分局等部门协办的堆龙德庆区“书香堆龙·悦读同行”全民阅读周活动暨书香堆龙朗诵大赛(第三届亲子朗诵比赛)在民族团结公园中心广场举行。活动以诵读传文脉、以书香润心田,引导干部群众爱上阅读、享受阅读,持续擦亮“书香堆龙”文化名片。



图为堆龙德庆区全民阅读周活动现场。

拉萨融媒记者 吴敏摄

活动现场书香四溢,气氛热烈。活动在藏戏温巴顿开场舞中拉开帷幕,欢快的舞姿尽显高原文化魅力。活动主办方领导致辞,阐释全民阅读对涵养文明乡风、提升文化素养的重要意义,号召干部群众以书为伴、以读修身。

在朗诵比赛环节,12支亲子代表队率先登场,选手们以饱满的情感、真挚的语言,诵读经典美文、红色篇章与民族团结佳作,亲子共读的温馨画面感染全场观众;9支行业(单位)代表队接续亮相,声音铿锵有力、情感真挚动人,充分展现了堆龙德庆区干部群众昂扬向上的精神风貌,赢得台下阵阵掌声。比赛间隙,《洞庭秋月》《阅行万里》等舞蹈轮番上演,为现场增添了浓郁的文化气息。

面对面交流阅读心得、探讨文学魅力,让大家在文字交流中感受思想的碰撞与文化的力量。现场还举行图书捐赠仪式,向堆龙德庆区第三小学、堆龙德庆区第二初级中学捐赠书籍,为孩子们送上精神食粮,播撒阅读种子,助力青少年健康成长。

本次朗诵大赛分亲子、行业(单位)两个组别,分别评选出一、二、三等奖及优秀奖若干。颁奖仪式上,获奖代表队依次上台领奖,全体参赛选手合影留念,定格书香与欢笑交织的美好瞬间。活动在二重唱《梦的种子》的悠扬歌声中落幕。现场同步设置书法展示、咖啡休

闲、文创产品等10余个特色展台,打造沉浸式阅读文化场景,让群众在参与中感受阅读乐趣、领略文化魅力。此次全民阅读周系列活动,进一步丰富了群众精神文化生活,推动形成“爱读书、读好书、善读书”的社会风尚,为堆龙德庆区高质量发展注入强劲文化动力。

# 夺底街道举办“百人千场进万站”文明实践活动暨首个全民阅读活动周红色经典诵读比赛

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)为深入推进新时代文明实践建设,扎实开展全民阅读推广工作,传承红色基因、厚植爱国情怀,4月24日,夺底街道“百人千场进万站”文明实践活动暨“书香润夺底·理论践初心”首个全民阅读活动周红色经典诵读比赛,在桑伊社区党群服务中心举办。

选手们饱含深情,用铿锵有力的语言、真挚饱满的情感,诵读了一段段红色经典篇目。诵读题材涵盖红色家书、党的创新理论、基层故事、时代担当等多个维度,内容丰富、立意深远。每一段诵读都凝聚着对党的忠诚,每一句誓言都彰显着对群众的深厚情谊,铿锵有力的声音回荡在现场,深深打动了在场的每一位观众,赢得阵阵热烈的掌声。比赛经过

评委打分,评选出一、二、三等奖和优秀奖并进行颁奖。“作为一名新入职的社区社工,于我而言,这场朗诵比赛是新社工的一次破茧,它让我从台下的倾听者变成了台上的讲述者,从只懂埋头做事到学会用声音传递社区温度,这不仅是表达能力的提升,更是社区职业初心的一次锻炼,让我更有勇气在基层岗位上走下去。”夺底街道吉祥社区社工德吉卓玛激动地

说。此次活动将全民阅读与红色教育、文明实践深度融合,既是夺底街道推进“百人千场进万站”活动的具体举措,也是首个全民阅读活动的生动实践。通过诵读红色经典,引导辖区干部群众在书香中感悟革命精神、汲取奋进力量,进一步丰富了辖区居民群众精神文化生活,营造了爱读书、读好书、善读书的浓厚氛围。

# 拉萨市妇联开展世界读书日暨“妇女”读书分享会

拉萨融媒讯(记者仁青拉姆)4月23日第31个“世界读书日”当天,拉萨市妇联机关党支部举办书香润拉萨 阅读沁初心主题党日活动暨“妇女”读书分享会。分享会现场氛围温馨热烈,城关区妇联、大党建联盟城关区热嘎曲果村党支部、城关区恩惠苑基层妇女代表及水厂幼儿园城东分校党员代表齐聚现场,共赴书香之约。活动邀请了作家高荣娜,她携

原创长篇纪实文学《甲子一梦》,深情讲述书中跨越岁月长河的高原女性奋斗事迹,以平凡女性的坚守与温情,映照时代变迁的鲜活印记与人文温度。市妇联工作人员包鹏霞对记者说:“今天的阅读分享会特别有意义,作家高荣娜老师的分享让我深受触动,书中女性的坚守与拼搏激励着我。今后我会坚持阅读,不仅丰富自己的精神世界,更要带动身边姐妹和家人一起读书,让书香滋养生活,以

巾帼之美助力家乡发展。”随后,市妇联党员代表紧扣活动主题交流研讨,立足本职岗位、结合生活实际分享读书感悟,畅谈阅读所思所悟与成长收获。活动中,市妇联面向全市广大妇女群众及家庭发出全民阅读倡议,号召大家养成阅读习惯、涵养优良家风、以学修身增智,切实把读书学习成效转化为服务基层群众、建设幸福拉萨的务实行动。市妇联办公室

主任齐海洋说:“这既是响应全民阅读号召、打造‘书香拉萨’‘书香妇联’的具体行动,更是立足妇联职能、服务妇女家庭、凝聚巾帼力量的务实举措,对不断丰富妇女群众精神文化生活,以书香涵养家风、以家风润泽民风、以文明赋能城市具有重要意义。”此次分享会,进一步营造了爱读书、读好书、善读书的浓厚氛围,丰富了妇女群众精神文化生活。

# 我市开展“4·26世界知识产权日”主题宣传活动

## 以多元形式向市民传递知识产权保护理念

拉萨融媒讯(记者吴敏)4月26日第26个世界知识产权日当天,市场监督管理局(知识产权局)牵头组织,联合市委宣传部、市中级人民法院、市人民检察院等7家单位,在宗角禄康公园开展知识产权线下集中宣传活动,以多元形式向市民普及知识产权知识,传递知识产权保护理念。

为扩大宣传覆盖面,活动还采用“线下+线上”联动模式,在开展现场集中宣传的同时,联动全市12座人工天桥LED屏,全天滚动播放知识产权宣传标语,进一步延伸宣传触角,营造浓厚的知识产权保护社会氛围。

活动现场,各相关部门工作人员化身专职宣传员,热情地为往来市民提供服务,耐心解答专利申请、商标注册、知识产权侵权纠纷维权等群众关心的热点问题,用通俗易懂的语言解读知识产权法律法规。市场监督管理局四级调研员孙珍说:“本次宣传结合我市实际,依托宗角禄康公园人流密集优势,宣传活动现场设置知识产权综合咨询台、主题宣传展板区、假冒伪劣展示区、食品快检特色服务体验区四大板块,全面展示知识产权保护成效,为拉萨市知识产权事业高质量发展,加快新质生产力培育营造了良好的社会环境,实现知识产权宣传有广度,有深度,有温度。”

此次多部门协同联动的宣传活动,有效提升了市民知识产权认知度与保护意识,凝聚起部门协同保护知识产权的强大合力。据统计,活动现场共发放宣传资料1000余份,接受群众咨询1000余人次,开展各类产品快检15批次,检测金银饰品30余件。

下一步,市场监督管理局(知识产权局)将以此次活动为契机,持续加大知识产权宣传力度,创新宣传形式,丰富宣传内容,推动知识产权普及宣传常态化开展,不断提升全民知识产权素养,强化全链条知识产权保护力度,为拉萨市经济社会高质量发展、培育壮大新质生产力注入强劲知识产权动力。

市市场监督管理局充分发挥牵头职能,现场展示假冒商品样本,手把手教授市民辨别真假商品的实用技巧,同时开展金银珠宝检测、食品快速检测公益服务,同步普及计量

# 五一假期近郊游好去处

## 堆龙两处休闲地等你来

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)五一假期将至,不少市民游客计划开启短途休闲之旅,远离城市喧嚣,邂逅自然风光、体验惬意慢生活。堆龙德庆区的嘉牧沟温泉度假村、象雄美朵景区凭借原生态景致、丰富休闲业态与便捷的出行条件,成为本地近郊出游的优质选择,为广大市民游客带来轻松舒适的假期游玩体验。

节灯光造型搭建、线路调试、场景优化等工作,力求以最佳游玩环境迎接八方来客。

嘉牧沟温泉度假村地处堆龙德庆区乃琼街道加木村,隐匿于秀美山谷之中,坐拥得天独厚的原生态风光,是集康养、休闲、露营于一体的原生态度假之地。这里远离闹市嘈杂,四周青山环绕,草木葱茏,清新的空气与静谧的环境,让市民及游客一踏入便能卸下疲惫。度假村主打沉浸式田园度假体验,每一处休憩空间都与自然相融,独立私汤温泉干净舒适,一客一换的全新泉水搭配专人消杀服务,让大家能安心享受高原温泉康养的惬意;宽敞的专属草坪区域,适合家庭野餐、好友露营、星空小聚,无论是亲子嬉戏、拍照打卡,还是静坐赏景,都能感受悠然自在的度假氛围,在青山绿水间度过悠闲时光。

据了解,五一期间景区将推出一系列特色文旅活动。5月1日起,沉浸式主题灯光节正式开幕,每晚定时开放,光影、场景与音效相互交融,点亮高原夜间美景,打造别样夜间游玩体验。假期期间,景区全品类游乐设施全面开放,涵盖多类型动力游乐设备、无动力亲子乐园及网红休闲项目,充分满足亲子游玩、青年娱乐等不同群体需求。5月4日至5日,景区还将举办专业赛马竞技与特色马术表演,展现浓郁高原民俗风情,丰富市民及游客游玩体验。

“我们嘉牧沟温泉度假村于2025年9月正式营业以来,得到了广大市民游客的支持。这里离拉萨市区只有30公里,环境好且安静。目前我们正在迎接五一假期的各项准备工作,欢迎广大新老顾客前来打卡。”嘉牧沟温泉度假村负责人索朗次仁说。

同时,景区配套的温泉酒店、休闲林卡等设施,可一站式满足大家餐饮、住宿、度假需求。票务方面,景区推出多项惠民政策与多样化游玩套餐,对特殊群体实行门票减免优惠,游客可通过线下窗口、官方线上渠道便捷购票,轻松玩转景区。

此外,象雄美朵景区作为近郊热门文旅打卡地,目前正全力推进五一假期各项筹备工作。记者在景区看到,工作人员正加紧完成灯光

象雄美朵景区运营专员李蓉说:“五一期间,景区将推出第二届嘉年华赛马活动,同时开放万亩花海、灯光节、彩虹滑道和无动力乐园。欢迎大家五一前来打卡游玩,祝大家度过一个安全、舒心、愉快的五一假期。”这个五一,无需远途奔波,走进堆龙这两处休闲胜地,感受高原自然之美、体验特色文旅乐趣,解锁轻松惬意的假期时光。



扫码了解近郊游好去处

# 青藏铁路公安局拉萨公安处联合拉萨市红十字会举行初级红十字救护员培训

拉萨融媒讯(记者齐永昌)日前,青藏铁路公安局拉萨公安处联合拉萨市红十字会,举行初级红十字救护员专项培训。本次培训旨在践行“人民至上、生命至上”理念,提升铁路公安一线民警应急救援能力,筑牢雪域高原公共安全防护网。

培训采用中国红十字会总会培训中心线上线下融合模式,依托“救在身边”应急救援平台面向社会公开招募学员,打破行业壁垒,同步吸纳铁路公安民警与社会热心人士共同参训。课程紧扣实战导向,系统讲授创伤应急处置、现场急救流程,重点开展心肺复苏、自动体外除颤器

操作及创包扎等核心实操教学,将专业救护知识与铁路执勤、旅客服务等场景紧密结合。本次计划报名人数60人,实际参训50人,涵盖民警及社会人士。经过严格的理论与实操双重考核,49人顺利通过,取得初级红十字救护员资质。拉萨市红十字会常务副会长吕

孝峰说:“此次培训是警民协作推进应急救援体系建设的重要实践,既提升了铁路公安一线应急能力,又带动社会人士掌握实用急救技能。下一步,市红十字会将持续深化多部门协作,开展多元化应急救援培训,为平安拉萨建设、保障高原群众生命安全贡献力量。”



图为游客在象雄美朵景区游玩。

拉萨融媒记者 多吉吉布摄