

西藏自治区2026“体育赛事季”活动新闻发布会举行 6月至9月全区计划开展重点赛事23场次

拉萨融媒讯(记者央金)5月27日,西藏自治区2026“体育赛事季”活动新闻发布会在拉萨举行。记者从会上获悉,2026“体育赛事季”将于6月至9月全面举办,全区共计划开展重点赛事23场次,以拉萨为主场、带动七地市联动。我市将以高标准服务保障、高品质赛事供给、高水平融合发展,全力当好东道主,充分彰显高原体育魅力,推动以赛促旅、以赛兴商、以赛富民。

据了解,本次“体育赛事季”由自治区体育局、商务厅、文旅厅联合主办,立足高原区位、民族文化与户外资源优势,构建“体育搭台、文旅唱戏、商务赋能”融合发展格局,通过集中举办品牌赛事、群众性赛事、特色体验活动,吸引区内外选手与游客参与,进一步激活消费、拉动经济、服务民生。本届赛事季涵盖公路自行车、马拉松、传统民俗体育、全民健身等多个类别,实现专业赛事与群众体育同步推进。

作为本次“体育赛事季”主场城市,拉萨将切实扛起首府责任、当好东道主,聚焦打造高原体育赛事标杆,统筹推进赛事组织、文旅体验、消费激活、文化展示四大重点工作,把体育赛事打造为展示城市形象、带动产业融合、提升城市活力的重要平台。

西藏社科联深入尼木县开展党的创新理论“五学五进”宣讲活动

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)日前,西藏自治区哲学社会科学界联合会(以下简称西藏社科联)党的创新理论“五学五进”宣讲活动走进尼木县开展法治专题授课,推动党的创新理论与法治宣传深度融合,切实引导广大干部群众尊法学法守法用法,奋力谱写县域基层治理现代化新篇章。

当日,来自西藏社科联及西藏大学党委委员、政法学院教授、博士生导师次仁片多来到尼木县塔荣镇恩泽社区居委会,以宣讲宪法为主题,立足社区实际,从邻里权利边界等居民关心的问题入手,精准对接群众需求,选取与居民利益直接相关的法律问题作为切入点,用通俗易懂的语言阐释宪法的根本法地位、对日常生活的规范与保障作用以及与日常生活的密切关联等。此外,活动现场采取“群众点题——专家回应”的方式,使理论宣讲从单向灌输转变为双向互动,既注重互动交流,又实现理论宣讲与法律服务的有机结合。

宣讲结束后,尼木县委宣传部还为参与活动的群众发放了抱枕、手提袋等共计200余份宣传物品,进一步深化宣传效果。

下一步,尼木县委宣传部、县文明办将继续紧扣铸牢中华民族共同体意识主线,以基层实际需求为导向,推动党的创新理论直达基层、深入人心。

拉萨公布2026年高考注意事项： 今年高考实行“2+1”安检模式

拉萨融媒讯(记者齐永昌)2026年全国普通高考在即,5月26日记者从拉萨市教育局考试中心了解到,根据拉萨考区高考相关安排,全体考生将于6月5日15:30至17:30参加考点入场演练,演练内容包括违禁物品检查、身份验证、试听开考指令及外语听力光盘等。该中心提醒广大考生及家长,今年高考需自备合规文具,做好考前准备,从容诚信应考。

该中心工作人员介绍,6月5日考生参加考点入场演练时,需带上准考证和二代身份证,15:30通过安检门进入考点,16:00后禁止迟到考生入场。高考期间,8:00开始安检,9:15后禁止入场;14:00开始安检(外语科目13:45),外语科目14:45后禁止入场。请提前熟悉考点位置和路线,关注天气变化,合理添衣,注意食宿与交通安全。

考试实行“2+1”安检模式(两次人工安检+一次智能安检门安检)。严禁携带手机等电子设备,不得携带涂改液、修正带、管制刀具、易燃易爆物品等进入考点。不得穿校服、制服及带文字、字母的衣物,不佩戴金属饰品。考生需自备0.5毫米黑色字迹签字笔、2B铅笔、直尺、圆规等。文具全程不得带出考场。考试结束指令发出后立即停笔,否则按违规处理。所有考场全程视频监控,违纪作弊将依法依规严肃处理并记入诚信档案。

我市启动第四届城市生活垃圾分类宣传周活动



拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)5月25日,拉萨市委城市管理委员会办公室联合各县(区)、各功能区园区分类办,开展以“回收焕新生,分类新时尚”为主题的第四届城市生活

垃圾分类集中宣传活动,吸引不少市民驻足了解,掀起全民参与垃圾分类的热潮。

当日,活动现场氛围浓厚,主题横幅醒目,宣传展板整齐陈列,清晰展示垃圾分类政策、标准及重要意义。身着统一志愿马甲的工作人员则通过发放宣传资料、现场讲解、互动答疑、实操指导等多种形式向过往居民普及垃圾分类知识,用通俗易懂的语言重点解读可回收物、厨余垃圾、有害垃圾、其他

垃圾的区分技巧以及日常投放常见误区,引导居民掌握规范分类方法,切实提升居民分类意识与实操能力。

据悉,此次宣传活动共发放宣传册1500余册、环保购物袋、分类垃圾袋等各类宣传物品20余种,累计吸引1500余人次参与,有效推动垃圾分类理念深入人心,助力拉萨市生活垃圾分类工作走深走实,为城市绿色高质量发展、高原生态环境保护奠定坚实基础。

拉萨市第一中等职业技术学校2026年职业教育活动周暨学生职业技能大赛启动

拉萨融媒讯(记者吴敏)5月26日,拉萨市第一中等职业技术学校组织举行以“一技在手,一生无忧”为主题的2026年职业教育活动周暨学生职业技能大赛启动仪式。

仪式现场氛围热烈庄重,活动在精彩的表演中拉开序幕。学校负责人在致辞中指出,职业教育是培养多样化人才、传承技术技能的重要途径。本次活动周以“以赛促教、以赛促学、以赛促改、以赛促建”为核心,开展办学成果展示、职业技能大赛、产教融合论坛、职普融通体验及工匠精神讲座五大系列活动,全方位展现学校在建设、教学改

革、校企合作等方面的成果,引导学生崇尚技能、锤炼本领。拉萨市第一中等职业技术学校教师、文化艺术教学部副部长白玛次仁说:“活动期间,我们精心策划了87项职业技能展示,1场产教融合校企交流研讨会,5场主题讲座,4项职普融通体验课程,97项职业技能比赛等丰富多彩的活动,希望通过本次系列赛事和展示活动,激发学生的学习积极性,让大家在比拼中精进技能、积累经验,真正做到学以致用,成长为适配本地发展的优质技能型人才。”

启动仪式上,学生代表表态发言,承诺将以饱满热情参与各项活

动,刻苦钻研技能,努力成长为高素质技术技能人才。拉萨市第一中等职业技术学校学生罗珍说:“这次活动让我们有机会走出课堂、展示学习成果,也让我们更加直观地看到自身的不足。接下来我会积极参与技能大赛和各类体验活动,认真打磨专业技能,勤学苦练、精益求精,主动传承工匠精神,努力练就过硬本领,未来用所学技能服务家乡。”

仪式结束后,与会嘉宾共同参观了办学成果与职业技能展示区。本次展示采用“集市体验”模式,集中呈现食品加工、文创设计、园艺技术等专业学生的实操成果,烘焙制

科普进湿地 守护高原生灵 我市开展生态科普活动



图为活动现场,工作人员向来往群众细心讲解生态保护知识。
拉萨融媒记者 莫瑞英摄



拉萨融媒讯(记者莫瑞英)为进一步普及生态保护知识,提升群众生物多样性保护意识,日前,我市围绕“护一方生灵 泽万物共荣”主题在拉鲁湿地开展丰富多彩的宣传及生态科普活动,全方位展示雪域高原生物多样性保护丰硕成果。

活动现场热闹有序,一排排色彩鲜明、内容详实的科普展板整齐陈列,图文并茂地展示着高原珍稀野生动植物、湿地生态系统、生物多样性保护案例等内容,吸引不少市民、游客驻足观看。工作人员与志愿者穿梭其间,向来往群众细心讲解生态保护知识,发放生物多样性保护、野生动植物保护、湿地保护等宣传手册与科普资料,用通俗易懂的语言讲解高原生态的独特价值,引导大家认识生物多样性、重视生态保护,树立敬畏自然、爱护生灵的环保理念。

美丽公约拉萨志愿者郑楠说:“美丽公约是一个在环保领域深耕十几年的公益组织,希望通过我们的各种活动,宣传号召大家在旅行的途中保护环境,不要随地乱

扔垃圾,保护我们这片纯净的雪域高原。”

科研力量的持续深耕,为高原生物多样性保护筑牢根基。西藏自治区高原生物研究所助理研究员周生灵介绍,自建所以来,研究所持续系统性开展我区生物多样性本底调查,搭建起多个观测平台,助力生物多样性可持续发展。

周生灵说:“我们建立了西藏的种子资源库、墨脱生物多样性西藏自治区野外观察站、吉隆野外生物多样性观察站,常态化开展生物多样性科普工作。通过一系列科研与保护举措,有效维系了西藏生态安全屏障,推动科研工作与生产发展协同并进,助力生物多样性可持续发展,切实守护国家生态安全。”

近年来,拉萨市委、市政府始终牢记习近平总书记“保护好西藏生态环境,利在千秋、泽被天下”的殷殷嘱托,坚持生态立市,把生物多样性保护融入经济社会发展全过程。

拉萨市生态环境局副局长吴玉成说:“保护生物多样性,守护高原生态安全是我们义不容辞的责任,我们将认真开展生物多样性调查,持续强化监管执法,严厉打击破坏野生动植物和生态环境的行为,扎实推进湿地保护、生态修复等重点工作,同时也呼吁广大市民积极参与,共同爱护高原生灵草木,守护好我们共同的美丽家园。”

沃野耕耘启新程 田间播种盼丰收 达孜区唐嘎乡农业生产现场热火朝天



图为达孜区唐嘎乡村民播种现场。
拉萨融媒记者 吴敏摄

拉萨融媒讯(记者吴敏)5月初,达孜区唐嘎乡唐嘎村广袤的农田里生机盎然,春耕春播全面铺开,村民们抢抓高原黄金农时,穿梭于沃野之间,勾勒出一幅热闹繁忙的高原春耕实景图。

在唐嘎村播种现场,伴随着阵阵机械轰鸣声,播种工作正式开始。

农机手熟练地操作着液压翻转犁、播种机,银色犁头深耕沃土,翻起沉睡一冬的泥土,一粒粒优质青稞、冬小麦种子均匀播撒进田地。昔日依靠牦牛耕地、人工撒种的传统模式早已更迭,全程机械化作业高效推进,大幅提高了耕种效率。

“现在种地太方便了,机械下

地,省时又省力,一天就能完成过去好几天的工作量。”正在田间驾驶型地机的村民朗杰说道,“乡里成立了农机合作社,从耕地、播种到后续收割,全程有专业农机服务,不仅解放了劳动力,还能保障种植标准统一,今年村里推广优质青稞良种,大家对丰收满怀信心。”