

“藏梦同行·职引未来”大学生就业创业挑战赛与全区规模大学生就业创业交流大会在拉萨举行

高校毕业生就业创业

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)为深入贯彻落实国家、自治区、拉萨市关于高校毕业生就业创业工作决策部署,扎实推进区外就业创业专项工程落地见效,5月27日,由拉萨市人力资源和社会保障局指导,湖北万方国际经贸合作有限公司承办,西藏大学、西藏农牧大学等多所区内高校及拉萨人力资源服务产业园协办的“藏梦同行·职引未来”大学生就业创业挑战赛与全区规模大学生就业创业交流大会,在拉萨圣地天堂洲际大饭店举行。通过搭建集政策宣讲、经验分享、岗位对接、赛

事选拔于一体的专业化、精准化青年就业创业综合服务平台,助力西藏籍高校毕业生高质量就业、高水平创业。

湖北万方国际经贸合作有限公司西藏项目负责人边疆表示,本次活动旨在扎实推进专项工程落地,全面搭建西藏籍高校毕业生就业创业展示、交流和对接平台,真正实现以赛促就业、以赛促创业,为广大高校毕业生就业创业注入新动能。

挑战赛总决赛设创业、就业两大独立赛道。经前期选拔,11个创业项目和10名就业选手晋级决赛。创业项目聚焦高原农牧科技、乡村振兴、文旅融合、数字经济、非遗传承等领域开展路演比拼;就业选手围绕职业规划、岗位适配、综合素质进行展示。由企业高管、创业导师、投融资专家等组成的评审团,

进行现场咨询、专业点评、综合评分,为优质创业项目提质升级精准赋能。

“很荣幸今天能够带着雪域桃香酥参与本次大赛。项目依托西藏本土食材,打造特色点心,希望助力本地农业产业发展。比赛中,各位评委老师给出了宝贵指导建议,帮我们理清了产品优化、市场运营上的不足,也拓宽了发展思路。对我们来说,这段经历既是挑战也是成长。我们团队会虚心改进不足,用心做好产品,让这份雪域桃香酥发展得更好,真正发挥产业价值。接下来,我们会认真吸收各方建议,打磨产品、完善方案、坚守初心,努力把高原特色美食推广出去。”创业组参赛项目代表吴春绵说。

在交流大会上,拉萨市人社局有关负责人致辞,解读扶持政策,鼓

励广大青年抢抓发展机遇,拓宽就业视野,勇于创新创业,主动投身家乡发展与区外广阔舞台;来自区内外企业家、创业导师、投融资专家围绕创业形势与政策、AI时代职业发展、青年创业实践等作专题分享,为在场大学生送上干货满满的就业创业指导;优秀就业创业代表现场交流经验。活动为挑战赛获奖项目、选手及90名就业典型颁奖,并开展项目与资源对接签约。

此次活动搭建了西藏籍高校毕业生与市场、资源、机遇对接的桥梁,激发他们的就业创业热情。下一步,相关方面将持续做好项目孵化、岗位推送、导师辅导和政策落地等全链条跟踪服务,推动我区更多高校毕业生实现高质量就业创业,为西藏经济社会发展高质量发展注入源源不断的青春动能。

逐风千里 骑行圆梦拉萨——体育博主“游不动的小明”顺利抵达拉萨

拉萨融媒记者 央金



跨越四千公里征途,历经十八天风雨兼程。知名体育博主“游不动的小明”从北京出发,后沿国道318一路向西骑行,克服高原多变气候、长途骑行疲惫、体力持续透支等多重考验,于5月26日顺利抵达拉萨。此次超长距离骑行,备受广大网友关注。

当天上午,拉萨市体育局相关负责人、市自行车协会会员、本地骑行爱好者代表早早集结在达孜高速公路口,手持鲜花、哈达,静候追梦人的到来。当“游不动的小明”与同行队友一同骑行抵达时,现场人群纷纷上前,献上圣吉哈达与鲜花,迎接他完成漫漫征途、圆梦拉萨。

“非常激动,也很开心。快到终点时,有当地骑友、体育局工作人员专程来迎接,我心里特别温暖。”谈及抵达拉萨的感受,“游不动的小明”难掩激动与欣喜。

从首都北京到雪域古城拉萨,近4100公里的骑行路,对“游不动的小明”(以下简称小明)而言,不仅是一场挑战身体极限的耐力之旅,更是一场实现十二年前许下愿望的初心之旅。

“这次骑行总用时正好28天,抵达这里时实际路程已经超过4000公里。”他坦言,沿途基础设施建设完善程度远超预期,从北京到成都路况良好,成都至拉萨的国道318线通行条件好,完全打破了此前的担忧。

这场远行,实现了他跨越十二年的青春执念。“我13岁就萌生了骑行来拉萨的想法,今年25岁,在



图为拉萨骑行爱好者热烈欢迎体育博主“游不动的小明”来到拉萨。
拉萨融媒记者 央金摄

骑行路上过了生日,这个梦想整整攒了12年。”小明说,陪伴他完成全程的,是自己人生中的第一辆公路自行车,正是靠着这辆车,他拿下了一级运动员证书,老单车承载着青春记忆与运动初心,让这段旅途意义非凡。

“一路遇到很多怀揣热爱的骑友,有人为自由而来,有人为梦想奔赴。现在沿途条件这么好,真心想跟大家说,有梦就别等待,勇敢出发就好。”他由衷说道。

拉萨素有“高原运动圣地”的美誉,国道318线集壮美风光与挑战魅力于一体,早已成为全国骑行爱好者心中的追梦圣地。作为全程同行的队友,体育博主莫顺加对这条线路有着深切感触:“国道318线是所有骑行者向往的梦想之路,一路既能领略绝美风光,也能收获别样

人生阅历。如今西藏发展越来越好、基建越来越完善,希望更多人能来挑战国道318线,亲身感受高原的独特魅力。”他同时提醒,进藏骑行务必把安全放在首位,做好保暖防护,平安享受骑行乐趣。

本地骑行爱好者索朗多吉表示,小明不畏艰险、勇攀高峰的骑行精神,令人由衷敬佩,这正是骑行运动的精神内核,也是所有运动爱好者应有的品质。“我们欢迎小明到来,也期盼全国各地的运动爱好者,常来高原骑行交流、参与各类体育赛事。”索朗多吉说。

此次迎接活动,既是对勇于挑战、逐梦前行体育精神的致敬,也恰逢西藏自治区2026“体育赛事季”全面启动。拉萨市体育局党组副书记、局长米玛次仁介绍,今年6月至9月为自治区体育赛事季,期间将陆

续举办环喜马拉雅公路自行车极限赛、环拉萨自行车赛、拉萨半程马拉松等一系列国内外精品赛事。此次借助骑行博主的影响力,旨在全方位宣传拉萨、推广全市特色体育赛事,进一步带动文旅旅游融合发展,激活城市经济活力。“真诚欢迎全国各地体育爱好者来到高原,亲身领略高原体育的独特魅力,感受西藏体育的别样风采。”米玛次仁说。

二十八天坚守,四千公里奔赴。小明用车轮丈量祖国山河,用坚持兑现初心,既完成了个人的高原追梦之旅,也向大家传递了热爱不息、勇往直前的正能量,更让更多人看到了拉萨的城市温度与高原体育的蓬勃活力。



扫码观看精彩视频

西藏社科联深入林周县开展党的创新理论“五进五学”宣讲活动

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)近日,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“五进五学”宣讲活动走进林周县旁多乡宁波村,以“喜玛拉雅社科大讲堂”暨“五进五学”实践活动为题,开展民族团结进步专题授课。

宣讲中,西藏民族大学教师拉巴次仁用通俗易懂的话语、接地气的宣讲方式,传递团结的力量,厚植了民族团结进步的根基。整场宣讲深入浅出、催人奋进,有效增强了基层群众维护民族团结的思想自觉和行动自觉,为该县进一步充分践行

民族团结进步使命提供了精准指导、指明了前进方向。聆听宣讲后,大家纷纷表示,对民族团结进步工作的重要性、必要性、紧迫性有了更加全面、深刻的认识。

下一步,林周县将持续把民族团结进步宣传教育融入日常,常态化开展形式多样的宣讲宣讲活动,进一步加强宣传引导、创新宣传方式、丰富宣传载体,不断深化民族团结进步创建,让民族团结进步家喻户晓、深入人心,营造主动参与民族团结进步创建的浓厚氛围,奋力推进全县民族团结进步事业再上新台阶。

当雄县举行纪念西藏和平解放75周年专题宣讲报告会



拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)5月27日,当雄县举行纪念西藏和平解放75周年专题宣讲报告会,引导广大干部群众铭记历史、凝聚奋进力量。

宣讲会上,自治区宣讲团讲师、西藏大学马克思主义学院教授曾燕以详实的史料、生动的案例,系统回顾了西藏和平解放波澜壮阔的历史进程,深刻阐释了老西藏精神、“两路”精神的时代内涵以及民族团结、边疆稳定、民生改善的重大意义。曾燕教授的授课理论阐释精准透彻、历史脉络清晰完整,具有极强的思想性、指导性和实践性。

大家纷纷表示,聆听宣讲后深

受教育、备受启发、倍感振奋。当雄县委党校常务副校长任春荣说:“今天聆听了曾燕教授的专题授课,我感受颇深。我们将利用流动党校送教下乡平台,深入基层群众,持续开展宣讲工作,引导各族群众始终听党话、感党恩、跟党走。”“下一步,我县将扎实开展系列宣传文化活动。一是依托县、乡、村三级新时代文明实践阵地,用汉藏双语讲好红色故事和当雄发展变迁,让宣讲走进牧场、走进群众、浸润人心。二是组织开展文艺汇演、知识竞赛、书画摄影展等群众喜闻乐见的主题文体活动,营造浓厚氛围。三是开展‘传承红色基因·践行初心使命’主题政策宣传,引导全县各族群众铭记历史、感恩奋进,凝聚起建设团结富裕文明和谐美丽新当雄的强大合力。”当雄县委宣传部副部长谢开锋如是说。

数智赋能文旅转型 智力援藏再启新程——2026年拉萨文旅数智化专题培训班开班

拉萨融媒讯(记者次仁卓嘎)为深入落实国家文化数字化战略,加快推进拉萨文旅产业数字化、智能化转型,培育文旅发展新动能,5月26日,由江苏省文化和旅游厅主办,拉萨市文化和旅游局、南京旅游职业学院联合承办的2026年拉萨文旅数智化专题培训班在拉萨市图书馆开班。全市文旅系统干部、景区、文旅企业及相关单位业务骨干参加培训。

本次培训为期两天,立足拉萨文旅发展实际,紧扣数智应用、场景落地、融合创新主线,邀请行业专家、技术骨干、一线从业者授课。课程围绕文旅数字化发展趋势、智慧景区运营管理、大数据精准营销、AI文旅应用、沉浸式文旅体验打造、数字文化IP开发、文旅网络宣传等内容展开讲解。专家结合区内外优秀案例,深入浅出地拆解实操方法、分享先进经验,助力学员把前沿知识

转化为实战能力。

南京旅游职业学院副教授耿海告诉记者:“自2002年起,南京旅游职业学院受江苏省文化和旅游厅委托,持续对口支援西藏旅游人才建设。二十余年来,学院累计为西藏培训旅游管理干部、企业骨干、院校师资等各类人才数千人次,涵盖多个领域。本次‘送教进拉萨’活动,学院再次选派骨干教师,聚焦当地文旅发展实际需求,助力提升从业人员专业能力与创新意识。”

参训学员纷纷表示,培训内容贴合工作实际,实用性强,既厘清了数智文旅发展趋势,又学到了运营技巧,对今后提升景区智慧化水平、优化酒店服务品质、开展精准营销具有很强的指导意义。大家将以此次培训为契机,把所学运用到实际工作中,以数字化创新推动拉萨文旅产业提质增效。

强健巾帼体魄 凝聚奋进力量——拉萨市举行第四届妇女运动会

拉萨融媒讯(记者次仁卓嘎)5月28日,拉萨市举行第四届妇女运动会。来自全市各行各业的200余名妇女干部职工欢聚赛场,在趣味与竞技兼备的比赛中展现新时代女性的昂扬风貌,凝聚团结奋进的巾帼力量。

本次运动会由拉萨市妇女联合会主办,立足趣味性、竞技性、协作性、群众性相结合的原则,设置了田径比赛、传统体育比赛、陆地冰壶比赛等多元赛事项目,兼顾个人风采展示与团队协作比拼。赛场上,选手们精神饱满、斗志昂扬,在各项挑战中全力以赴,展现出不输男儿的拼搏精神与沉着应对的能力。

运动员代表韦力丹在赛前表示:“我们将以最饱满的热情、最昂扬的斗志投身本届运动会的每一场比赛,用汗水诠释体育拼搏精神,用实际行动证明巾帼不让须眉。”

比赛期间,平日里严谨干练的妇女干部职工们卸下工作压力,在

欢声笑语中享受运动带来的快乐,在奋力拼搏中凝聚团队合力。

大家纷纷表示,要将赛场上的激情与协作精神带回工作岗位。作为一名教师的运动员代表唐玥说:“我会把拼搏进取、团结协作、永不言弃的运动精神转化为立足岗位、履职尽责的工作动力,以更饱满的热情、更务实的作风投身教育工作,为建设社会主义现代化新拉萨贡献智慧和力量。”

拉萨市妇联发展科负责人白珍介绍,近年来,拉萨市始终重视妇女事业发展,常态化开展各类文体活动,不断提升广大妇女的获得感、幸福感与归属感。本届运动会的举办,不仅有效缓解了大家工作压力、强健了身体素质,也搭建了各单位、各行业妇女交流互动的桥梁。她表示:“下一步,市妇联将以体育凝聚力、以拼搏促担当,引导全体妇女职工把赛场的奋进激情转化为履职尽责的动力,立足岗位奋勇争先,为拉萨高质量发展贡献巾帼力量。”

童心筑梦暖“六一” 党建护航伴成长——城关区嘎巴村党总支开展“六一”国际儿童节关爱主题活动

关爱未成年人 用心呵护成长

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁)在“六一”国际儿童节来临之际,5月28日,城关区纳金街道嘎巴村党总支在城关区第十幼儿园分园(第二十一幼儿园),开展“童心筑梦暖‘六一’ 党建护航伴成长”“六一”国际儿童节关爱主题活动,以趣味研学、科普教育、爱心慰问的形式,为园内幼儿送上温馨的节日祝福与暖心关怀。

本次活动依托优质科普研学资源,聚焦儿童美育培养与生态科普教育,精心设计多项寓教于乐的趣味体验课程,让孩子们在动手实践、艺术创作、自然探索中开阔视野、增长学识、陶冶情操,在轻松愉悦的氛围中度过充实而有意义的节日。

活动现场,趣味满满、氛围热

烈。嘎巴村党员志愿者提前备好各类特色树叶、花朵,孩子们挑选着心仪的花叶,小心地固定在布袋上,手持小锤轻轻敲击拓染,清脆的敲击声与阵阵欢声笑语交织,一件件独一无二植物拓染作品悄然成型。

在创意美育环节中,孩子们大胆释放童真创意,以手指为画笔、以缤纷颜料为色彩,自由挥洒、随心创作,充分激发自身想象力与艺术创造力,丰富了精神文化体验。同时,活动还开展蜜蜂科普知识讲解,引导孩子们了解自然生灵、树立生态保护意识。

活动中,嘎巴村党总支为辖区儿童精心准备了助学物资,一幅幅暖心画面定格成浓浓的节日温馨,切实将党组织的温暖关怀送到少年儿童身边。

嘎巴村社工旦增宗吉说:“下一步,嘎巴村党总支将持续常态化开展儿童关爱活动,用心用情护航少年儿童健康成长。”



图为志愿者与孩子们协作完成作品。 拉萨融媒记者 拉姆次仁摄