

拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会今日开赛

1447名运动员角逐18个大项 开幕式首次设在晚上

拉萨融媒讯(记者次仁卓嘎)5月29日,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会新闻发布会召开。记者从发布会上获悉,本届运动会将于6月1日正式拉开帷幕,赛程共13天。来自全市16个代表团的1447名运动员,将在18个大项、81个单项中展开角逐。

本届运动会由拉萨市人民政府主办,市体育局、市民族事务委员会

联合承办,秉持“绿色、共享、开放、廉洁”的办赛理念,遵循“简约、安全、精彩”的办赛原则。赛事旨在展示近年来拉萨经济社会与文体事业发展成果,传承弘扬中华优秀传统文化,促进群众体育与竞技体育融合发展,为健康拉萨、幸福拉萨建设注入体育动能。

据拉萨市体育局党组成员、局长米玛次仁介绍,目前各项筹备工作

已进入最后冲刺收尾阶段。发布会上,拉萨市体育局党组成员、拉萨市群众文化体育中心主任刘明透露了本届赛事的三大亮点:一是开幕式首次安排在晚上举行,时间为6月10日20时30分;二是民族传统体育项目设在自治区赛马场,方便市民和游客现场观赛;三是拉萨市体育logo和吉祥物将在本次运动会上首次发布。

本届运动会闭幕式定于6月13日15时30分举行。一场融合竞技风采、民族特色与全民健身热情的体育盛会,即将在日光之城精彩上演。



精彩扫码观看

青春拒烟 健康筑梦

我市开展世界无烟日主题宣传进校园活动

拉萨市第二高级中学

拉萨融媒讯(记者齐永昌)5月31日是第39个世界无烟日。5月29日,西藏自治区卫健委、拉萨市卫健委、拉萨市烟草专卖局等单位,联合在拉萨市第二高级中学开展“青春无烟 未来无限”主题宣传教育活动。

活动面向青少年群体,结合高中生成长特点,依托校园健康教育阵地,重点讲解香烟、电子烟等含尼古丁产品的危害,着重阐释烟草与电子烟对青少年身体发育造成的不可逆损伤,从源头防范青少年吸烟行为。现场还设置了无烟倡议签

名、典型案例宣讲等互动环节,全校师生积极参与,纷纷签名承诺自觉远离烟草、坚决抵制电子烟。此次活动共发放各类宣传资料及用品300余份,覆盖师生1000余人,有效提升了大家的控烟意识与自我防护能力,进一步夯实了无烟校园建设根基。

下一步,拉萨市卫健委将常态化推进控烟宣传“进校园、进社区、进家庭”活动,健全家校社协同控烟工作机制,丰富宣传形式,加大青少年控烟引导与干预力度,持续巩固全市控烟工作成果,全力护航青少年健康成长。



图为拉萨市第二高级中学开展“青春无烟 未来无限”主题宣传教育活动现场。

拉萨融媒记者 齐永昌摄

拉萨市第六中学

拉萨融媒讯(记者央金)5月29日,城关区疾病预防控制中心走进拉萨市第六中学,开展“远离烟草 守护健康”主题控烟讲座。活动通过互动问答、情景演绎、播放禁烟视频等形式,为学生普及健康知识。

活动依托“健康科普行 万场健康知识讲座”开展,讲解烟草危害、电子烟误区及青少年控烟要点。工作人员介绍吸烟对呼吸道、心血管系统和青少年发育的伤害;学生上台演绎劝烟场景,沉浸式学习拒绝烟草

的方法。现场视频结合真实案例与数据,直观展现吸烟带来的不良影响,让控烟理念深入人心。同学们纷纷表示,会坚决拒绝第一支烟,主动宣传控烟知识,带动身边人远离烟草。两位学生代表分享感悟,称将自觉远离烟草,携手共建无烟校园。

本次讲座贴近学生生活,兼具知识性与趣味性,提升了学生健康素养与拒烟意识,营造出文明健康的校园氛围,为文明城市与健康校园建设夯实基础。

自治区藏医院开展控烟宣传暨义诊活动



图为自治区藏医院“世界无烟日”控烟宣传暨义诊活动现场。

拉萨融媒记者 次央卓摄

拉萨融媒讯(记者次央卓)5月29日,自治区藏医院开展2026年“世界无烟日”控烟宣传暨义诊活动。

活动现场布置规整,主题横幅与控烟展板营造出浓厚的科普氛围。工作人员设置咨询台,向过往群众免费发放宣传手册与小礼品,细致讲解烟草对呼吸道、心脑血管及人体内脏器官的伤害,普及二手烟、三手烟的潜在危害,倡导大家远离烟草、主动戒烟。

现场还对院内成功戒烟的职工予以表彰,以榜样力量带动更多人参与控烟行动。工作人员拉巴介绍,医院自2020年开设戒烟门诊,2023年获评“无烟医院”。控烟工作既能守护医患健康,也能优化就医环境。医院借此次活动把控烟知识、戒烟服务送到群众手中,后续也会坚持常态化控烟管理,持续巩固创建成果。

活动同步开展便民义诊,医护人员为群众免费测量血压,结合个人情况讲解吸烟危害,解答健康疑问,分享科学戒烟方法,帮助大家走出戒烟误区、坚定戒烟决心。

市民格洛有三十余年烟龄,过往多次戒烟均半途而废。此次参与活动后,他学到了专业戒烟技巧,深知长期吸烟的健康隐患,下定决心彻底戒烟。

拉萨融媒讯 5月30日,拉萨市“青春零距离·永远跟党走·奋进新征程”“六一”国际儿童节文艺汇演暨主题游园会在拉萨市少年儿童活动中心欢乐启幕。本次活动由共青团拉萨市委员会、拉萨市妇联、拉萨市教育局联合主办,为全市少年儿童送上一场集艺术、文化、科普、安全于一体的欢乐盛会。

活动现场专门设置非遗体验区,藏香制作、藏戏展示、藏鼓互动等特色项目,让孩子们近距离感受优秀传统文化魅力,在亲身体验中传承非遗文脉。科普宣传区以趣味讲解、互动体验的形式播撒科学种子;安全自护区通过实景演示、知识问答普及安全常识,全方位守护孩子们健康成长。

“我表演的节目是《小树筑巢,小马奔驰》,很荣幸能站上舞台展示自己,也欣赏到了其他学校同学的精彩演出。”学生索娜央金说。

“本次活动丰富了少年儿童的精神文化生活,营造出全社会关心关爱少年儿童的良好氛围,也引导孩子们厚植爱党、爱国、爱家乡的情怀。接下来,我们还将持续开展此类活动,不断丰富孩子们的课余文化生活。”拉萨市少年儿童活动中心工作人员德央说。

为了给孩子们打造一场童趣满满、底蕴十足的节日盛宴,近日,“六一”童心漫游嘉年华活动在西藏文化旅游创意园区·南山童乐园精彩启幕。

本次嘉年华以“盛会启幕,欢乐起航,童心向党,薪火相传”为主题,将红色教育与文化浸润融入童趣活动之中。活动正式启动后,城关区第二小学孩子们登台表演《北京的金山上》,用灵动的舞姿、饱满的精神,生动展现新时代西藏少年儿童向党、向阳而生、奋勇争先的良好风貌,现场掌声喝彩声此起彼伏。

精彩纷呈的文艺展演结束后,沉浸式趣味体验环节火热开启。园区精心打造非遗小匠人、怀旧时光机、宝贝衣帽街等特色体验专区,集趣味性、文化性、体验性于一体,让孩子们在玩乐中解锁新体验。

近日,城关区第十四幼儿园以“童心向阳阳 十载伴成长”为主题,举办庆“六一”暨建园10周年庆祝活动。

活动现场喜气洋洋、温馨热闹。园内专门设置了亲子作品展板,一幅幅充满童趣与创意的手工作品、绘画作品,充分展现了孩子们丰富的想象力与创造力,生动记录了家园共育的美好瞬间。孩子们身着节日盛装,自信大方、活力满满,用稚嫩的歌声、优美的舞蹈、真挚的情感,展现阳光向上的精神面貌,表达了节日的喜悦之情和对幼儿园的美好祝福。

城关区第十四幼儿园自办园以来,始终坚守育人初心,用心用情呵护幼儿健康快乐成长,不断提升保教质量,赢得了家长和社会的广泛认可。此次活动将节日庆祝与办园十年成果展示有机结合,既为孩子们搭建了展示自我的平台,也进一步凝聚了家园合力,续写温暖幼教新篇章。(记者余洋洋、次央卓、央金)

城关区夺底街道维巴村：开展“网格连心·积分兑换”主题活动

拉萨融媒讯(记者次珍)近日,城关区夺底街道维巴村在易错湖庄园开展“网格连心·积分兑换”主题活动,让网格服务有温度、基层治理有活力。

活动现场,村委会为网格积分优秀户长、优秀积分户、优秀积分商户和积分明星户代表颁发了荣誉证书及奖品;优秀户长代表、优秀积分户代表及优秀积分商户代表结合自身日常履职、家庭践行的真实经历,分享了参与村级治理、遵守村规民约、践行环保安全理念、带动邻里共建的心得与感悟。

为进一步深化群众对积分制管理和村级治理等工作的知晓率和参与度,活动还特别设置了趣味有奖问答环节,紧扣村规民约、积分制和生态环保等12项内容,在轻松愉快的氛围中,达到了“以问促学、

以学促行”的目的。

为进一步提升村民参与村级事务和基层治理工作的积极性,维巴村立足本村实际,创新推行“网格积分制”管理模式,精心打造“维巴星光芒”特色品牌,由村党总支协同驻村工作队,制定《维巴村积分管理规则》,将“网格巡查、环境整治、政策宣传、矛盾调解、志愿服务、文明家风、邻里互助、公益奉献”等各类村级事务和文明行为纳入积分考核体系,村民在日常生活中的环境卫生、遵纪守法等行为,被逐一量化为具体积分,真正实现“事事有积分、付出有回报、文明有荣光”。

“下一步,我们将持续优化网格积分管理制度,丰富积分获取渠道和兑换品类,常态化开展积分兑换、文明宣讲、移风易俗宣传等活动。”城关区夺底街道维巴村公共卫生委员旦增曲珍说。

学童齐心美化家园 共庆西藏和平解放75周年

白定村举行主题实践活动



拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,城关区白定村党委、白定村新时代文明实践站联合白定小学,开展“学童齐心美化家园 共庆西藏和平解放75周年”主题实践活动,以文艺浸润心灵、实践赋能成长的形式,礼赞雪域高原七十五载沧桑巨变。

活动现场,三百余名白定小学生整齐落座。具备歌唱特长的同学们登台演唱红色歌曲与感恩曲目,嘹亮的歌声抒发着少年对党和祖国的热爱,以及对家乡的美好祝愿。

本次活动将爱国主义教育、民族团结进步教育与生态环保实践深度融合,不仅有效改善了村容环境,更让青少年在实践中真切感受到家乡75年来的发展变迁,厚植感恩奋进的家国情怀。下一步,白定村将持续深化村校共建模式,以整洁优美的乡村风貌庆祝西藏和平解放75周年。

西藏自然科学博物馆科普活动惠及40余万人次

拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,记者从西藏自然科学博物馆(以下简称科技馆)2026年全国科技活动周暨全国科技工作者日启动仪式上获悉。该馆深耕馆校协同育人模式,十年来各类科普活动累计惠及40余万人次,构建起馆内研学与科普进校双向联动的良好格局。

活动当天,拉萨、那曲、阿里三地11所中小学代表齐聚现场,共同完成馆校合作签约与授牌工作。双方将整合优质科普资源,共建科普教育阵地,推动资源共享、活动联办,助力校园科学教育提质增效,让“双减”

政策落地见效。科技馆副馆长段娜在活动中表示,科技创新是发展的核心动力,科普普及是创新的坚实根基。未来,科技馆将持续打通校内课堂与社会科普阵地,多措并举激发青少年的科学探索热情。

现场科普成果展示亮点纷呈。优秀小小讲解员轮番上台宣讲:罗布旦增细致讲解高原野生动物生态知识、阿旺旺姆深情讲述青稞科研领域先辈的感人事迹,生动展现了青少年科学素养培育的丰硕成果。本次活动的举办,标志着我区馆校科普共建工作正式迈入规范化、常态化、长效化发展新阶段。

为西藏文旅高质量发展注入青春动能

西藏旅游未来之星导游服务技能大赛初赛开赛

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)近日,西藏旅游未来之星导游服务技能大赛初赛在拉萨正式开赛。来自全区各高校、旅行社的参赛选手同台竞技,凭借专业讲解与风采展示,为西藏文旅高质量发展注入青春动能。

本次大赛分高校组、专业组两个赛道,以“讲好中国故事 竞展导业风采 赋能文旅发展”为主题,旨在以赛促教、以赛促学,全面提

升导游队伍的专业水平与服务能力。初赛现场,选手们围绕西藏5A、4A级景区以及非遗项目等内容,结合自制PPT脱稿讲解。从布达拉宫的建筑美学,到藏戏的非遗传承,再到红色景点的时代故事,大家将专业知识与文化内涵娓娓道来。综合知识问答环节,选手们从容应答文旅政策、法律法规及西藏发展相关题目,展现出扎实的业务素养。

据了解,初赛将从高校组、专业组各选拔10名选手晋级决赛,决赛定于6月底举办。获奖选手不仅可获得荣誉证书与奖金,还将纳入全区精英导游培育计划,优先参与重大文旅活动服务、行业评优及实习就业对接。

西藏民族大学旅游管理教研室主任余正军担任本校参赛队伍带队老师。他介绍,学校虽地处区外,却始终致力于为西藏文旅产业培育高

素质人才。“得知赛事消息后,我校学生踊跃报名,最终筛选出6名选手参赛。我们希望借助这个平台,锤炼学生综合素养,加深他们对西藏文旅产业的认知,助力西藏文旅事业长远发展。”

此次大赛既是导游职业技能的比拼,也是西藏文旅形象的集中展示。活动以文塑旅、以旅彰文,进一步夯实旅游人才基础,为当地文旅产业提质增效筑牢支撑。