

以爱为底色 以专业为支撑

拉萨市特殊教育学校二十六载点亮生命之光

拉萨融媒记者 齐永昌

2026年,拉萨市特殊教育学校迎来建校26周年。作为西藏自治区第一所特殊教育学校,该校不仅让残障孩子“有学上”,更用爱与专业让他们“上好学”。在雪域高原,一代代特教工作者以爱为底色、以专业为帆,陪伴孩子们跨越重重障碍,向阳生长,点亮生命之光。

特教初心:把“六心”刻入骨血

拉萨市特殊教育学校培智部主任林利华说:“建校初期,学校硬件设施虽然简陋,但有一批将特教‘六心’刻入骨血中的教师。孩子生病时,老师们毫不犹豫帮生病的孩子;孩子们离开父母不适应,晚上老师就搂着他们睡觉。有的老师听不懂藏语,大家就一个字一个字地教,帮助克服与孩子沟通的障碍。”

拉萨市特殊教育学校副校长贵桑朗珍说:“特教工作者们默默坚守,默默奉献,把青春和热血全身心投入到残障学生的教育和培养上,在孩子们的成长中寻找幸福和快乐的价值。正是这份坚守,让学校始终坚守‘为了每一名特殊孩子都能绽放生命光彩’的初心,不断探索最适合特殊孩子的适应教育。”

课程赋能:文化、康复、职教互为补充

林利华介绍,学校课程设置兼顾文化知识教育、康复训练和职业技能培养。文化基础知识是学生成长的必备知识点,康复训练是针对孩子生理发展需求实施的“缺陷补偿”与潜能开发。职业教育是学生最终走上社会、成为社会主义新时期建设者与接班人的根基所在。三者互为补充,成为促进孩子发展的指引与方向。学校对视力障碍孩子开设盲人按摩专业,对听力障碍孩子开设唐卡绘画、藏毯编织等专业,既让孩子有一技之长,又传承和弘扬中华优秀传统文化。



图为老师正在给孩子们上趣味课。

拉萨融媒记者 齐永昌摄

缝纫班专业教师罗桑次旦说:“通过实操教学传授技能,同时以技能指导树立孩子们的自信心。孩子们的作品售卖所得作为奖励,鼓励他们自立自强。我的学生还成功开办了属于自己的缝纫店。学校还配置了康复教室、图书室、篮球场、足球场等设施,为孩子德智体美劳全面发展提供保障。”

生命绽放:从受助者到助人者

贵桑朗珍说:“办学20多年来,学校培养出西藏第一批听力障碍大学生、第一批职业中专生和第一批听力障碍教师,以及世界特奥冠军和残运冠军。拉萨市特殊教育学校毕业生宁晓寒考上南京特殊教育师范学院,大学毕业后在市特校从教

11年,专门负责听障部学生美术课程教学。宁晓寒用手语表示,作为第一届毕业的学生,我真的非常感谢母校对我的栽培,现在让我衣食不愁,还能从事自己喜欢的工作,希望母校越来越好。”

视障7年级学生阿旺格旦说:“我最喜欢上语文课,可以读很多有趣的故事和优美的文章,感受文字的魅力。我视力不好,在学校主要摸读盲文书籍,也会借助放大镜看大字课本。我学会了阅读、写作和摸读盲文,还学会了跟同学合作沟通,遇到困难时会独立思考。我的梦想是当一名老师,将来把学到的知识教给更多的小朋友,帮助和自己一样有视力障碍的孩子。”

培智三年级(1)班学生朵朵的家长武淑清说:“现在,孩子的变化

很大,自主能力明显提高,以前都靠家长,现在通过学校老师的关心呵护,基本上自己的事情自己都能做。”

拉萨市特殊教育学校党支部书记尼玛说:“学校学子斩获世界特奥会冠军、全国残运会冠军以及全国文艺汇演、全国美术作品展览等不少荣誉。这些成绩鼓舞在校残障学子树立自信心、勇敢追梦,也彰显了学校尊重生命、赋能成长的办学价值。未来,学校将锚定建设西部一流特殊教育学校的目标,围绕《特殊教育发展提升‘十五五’行动计划》,夯实办学基础,强化队伍建设,提升办学质量,拓宽学生成长成才路径,用心呵护每一名特殊孩子,努力让每一名残疾孩子不仅‘有学上’,而且能‘上好学’。”

抢抓假日消费旺季 惠民利企添活力

拉萨经开区系列促消费活动成效显著



拉萨融媒讯(记者吴敏)中秋、国庆双节期间,为抢抓假日消费旺季、激活市场内需、提振商贸活力,拉萨经开区扎实开展“幸福经开·优享生活”惠聚双节系列促消费活动,聚焦餐饮、商超、汽车等消费领域,精准投放惠民消费补贴,以真金白银让利群众,赋能商户,有效点燃辖区假日消费热潮,实现惠民、利企、旺市的多方共赢。

本次双节促消费活动靶向覆盖群众日常刚需与大宗消费场景,分层分类推出餐饮消费、商超购物、汽车购新等专项补贴,政策精准直达市场主体与消费者,极大释放了辖区消费潜力。活动期间,拉萨经开区消费市场人气聚拢、交易活跃,消费拉动成效显著。

在拉萨经开区嘉惠生活超市,货架上生鲜果蔬、米面粮油等日常生活用品备货充足、码放整齐,不少市民推着购物车精心挑选,在收银台前有序排队核销优惠券。

拉萨经开区嘉惠生活超市负责人杨飞说:“双节促消费活动启动以来,到店客流明显增多,节日礼盒、

生鲜粮油、日用百货销量上涨显著。消费补贴政策有效激发了市民的消费热情,既给老百姓带来实惠,也帮助我们提升了营业额,实现了群众得实惠、商户增收益的双赢效果,后续期待有更多惠民促消费好政策。”

此次拉萨经开区优惠活动商超惠民消费投入预算资金37.5万元,最终核销资金37.41万元,核销笔数3624笔,带动消费187.09万元;餐饮促消费投入预算资金17.7万元,最终核销资金9.24万元,核销笔数979笔,带动消费46.64万元;汽车消费投入预算资金480万元,双节期间累计核销补贴322.1万元,完成交易核销388笔,撬动市场消费高

达3716.32万元。

此次系列促消费活动坚持政府引导、市场主导、全民受益的原则,通过精准施策、精准补贴、精准服务,充分发挥财政资金杠杆撬动作用,全方位激发假日经济活力。系列促消费活动不仅让辖区群众实实在在享受到政策红利,提振了市场主体经营信心,更持续丰富了经开区消费场景、完善了消费业态。

下一步,拉萨经开区将持续立足辖区商贸发展实际,常态化开展各类惠民促消费活动,持续优化消费环境、丰富消费载体、释放消费潜力,不断完善全域消费体系,持续激发区域经济发展内生动力。

拉萨市退休干部“迎重阳 展风采”趣味运动会开幕



拉萨融媒讯(记者齐永昌)10月12日,拉萨市老干部活动中心欢声笑语、热闹非凡,市委组织部和市委老干部局举办的拉萨市退休干部“迎重阳 展风采”趣味运动会在这里拉开帷幕。离退休老同志欢聚一堂,在轻松有趣的比赛中舒展身心、畅叙友情、共迎佳节。

赛场内,克朗球、骰子、投壶、阶梯马球、筷子夹乒乓球、飞盘九宫格等项目依次展开。老同志们或屏

息瞄准,或相互鼓劲,掌声、笑声、加油声此起彼伏,现场洋溢着轻松欢乐的节日气氛。

市委组织部副部长、老干部局局长拉珍说:“举办老干部趣味运动会,是进一步提升老干部工作精准化服务水平的具体举措,旨在通过搭建舒展身心、切磋交流、强身健体的平台,丰富和活跃老干部精神文化生活,引导广大离退休干部展示良好精神面貌。”

拉萨市退休干部代表尼玛普赤说:“这样的活动对我们退休老干部来说是假期盼的,活动趣味十足,大家轻松、快乐地参与,不仅对身心健康有很大帮助,还见到了很多老朋友,特别开心。”

城关区“雪域零聘”精准对接 高校毕业生就业



拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,城关区人社局在明珠西路零工市场举办“雪域零聘”零工市场岗位精准对接会。本次为第七期专场,聚焦高校毕业生、农牧民两类重点求职群体,共组织5家优质企业到场,释放59个就业岗位,岗位覆盖健康照护、销售和教育等多个行业领域。

招聘会现场,今年毕业于泸州师专汉语言文学专业的求职者李鑫,正在寻找符合自身定位的就业机会。毕业3个月来,他一直没有找到称心的工作。李鑫说:“从毕业到现在已经有3个月了,没有找到称心、符合自己的工作岗位。今天有一个做直播的岗位,我打算去试一下。”

李鑫心仪的岗位是西藏添乐

跨境电商有限公司提供的主播岗位。公司负责招聘的工作人员介绍,该岗位要求口齿清晰、表达流畅、抗压能力强。经过现场交流,招聘人员认为李鑫比较适合该职位。一场面对面对接,让这名高校毕业生从“找工作迷茫”转为“先试岗看看”。

参会企业现场详细讲解岗位薪资标准、岗位职责、晋升路径以及各项福利待遇。工作人员同步开展岗位推介、就业咨询、职业指导等一站式就业服务,并向到场求职者宣传解读灵活就业社保补贴、就业创业扶持、劳动者权益保障等惠企利民政策,有效提振重点群体求职意愿。

城关区人社局工作人员四朗拉姆介绍,下一步,城关区人社局将持续聚焦辖区重点就业群体,依托“雪域零聘”就业服务平台,结合求职与用工实际按需策划组织各类专场招聘活动,不断拓宽岗位供给渠道,精细化做好企业用工、群众求职双向供需匹配,切实提升就业帮扶工作质效,为辖区群众提供更高质量的公共就业服务。

织密养老服务网

让老人们的笑脸更灿烂

本报评论员

今年6月,拉萨市银发经济产业联盟成立,是我市持续健全养老服务体系,拓宽服务领域、丰富服务供给,进一步推动养老事业与银发产业深度融合的重要举措,将进一步整合零散服务资源、规范服务标准、补齐服务短板,推动我市基层养老服务更加系统化、常态化、专业化,促进拉萨养老事业高质量发展。

党的二十大以来,我市坚持以人民为中心的发展思想,聚焦“一老一小”民生关切,围绕“人人享有基本养老服务”的目标,建立老年人日间照料中心、农村幸福院、特困人员集中供养服务中心、老年驿站等,不断健全养老服务体系、优化养老服务供给、拓展养老服务覆盖面、提升养老服务品质,将老年人幸福晚年“稳稳托住”。

人口老龄化是今后较长时期内我国所面临的基本国情,增进老年福祉,成为当今社会需要面对的重大问题。随着“银发浪潮”到来,如何让老年人尽享幸福晚年、共享美好生活,都能有一个幸福美满的晚年,使千千万万老年人老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安,关系社会和谐稳定,是家事,也是国事。数据显示,截至2025年年底,拉萨市60岁以上老年人口比例达常住人口5.4%,如何应对人口老龄化问题、发展养老事业和养老产业、优化孤寡老人服务,织密养老服务网,是今后一个时期需要持续做好的一项重要工作。

习近平总书记强调:“让老年人共享改革发展成果、安享幸福晚年。”今年是“十五五”开局之年。“十五五”时期是我国养老服务体系从“有”到“优”、从“养老”到“享老”的关键转型期。我国“十五五”规划明确提出,要健全普惠性、基础性、兜底性养老服务体系,推动社区嵌入式养老提质、银发经济发展、医养康养融合等工作。这就要求我们要聚焦现实需求,加大拉萨养老体系的多元发展。建立更多老年人日间照料中心、特困人员集中供养服务中心;大力推广“党建+农村养老服务”模式,依托村级党组织用好政府投放到农村基层的养老服务资源,扎实推进农村幸福院建设。要进行养老服务智慧升级。引入智慧化养老系统、设备,探索推进智慧养老服务平台建设,以建立老年人信息数据库为基础,为老年人提供助餐服务、居家助老服务、老年健康服务、养老照护服务、老年文体服务等老年人急需的高频服务,让养老变得更加智慧、便捷。要持续推进适老化改造。按照有关推进特殊困难老年人家庭适老化改造工作的实施方案,以“室内行走便利、如厕洗澡安全、厨房操作方便、居家环境改善、智能安全监护、辅助器具适配”为主要目标,大力推动老年人居家适老化改造工程,不断打造更加安全、便捷、舒适的居家养老环境,努力让更多老年人老有所安,共享改革发展成果、安享幸福美好生活。

同时,要进一步发挥拉萨市银发经济产业联盟作用,汇聚多行业、多领域力量,共同探索符合拉萨实际的养老产业发展路径。依托联盟,持续做好老年群体服务保障工作,加大困难老年人帮扶力度,积极推进老年大学建设、康养产业发展等重点工作,推动养老事业和银发产业双向赋能、协同发展,全力构建适配高原城市特点、贴合群众需求的现代化养老服务体系,用心用情守护广大老年人幸福安康的晚年生活,不断推动全市养老服务事业迈上新台阶。

家事国事,枝叶关情。拉萨市“十五五”规划明确指出:坚持尽力而为、量力而行,把群众身边的小事当作各级党委、政府的大事来抓,加强普惠性、兜底性民生建设,全面增进民生福祉。新时代,只有不断织密养老服务网,进一步完善养老服务保障体系、提升养老服务品质、促进养老产业发展,让全市各族老年人真正实现老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安,享有更加幸福美满的晚年,才能让老人们的笑脸更灿烂,享有幸福“夕阳红”。