

话变迁 颂党恩 强信心

我市开展形式多样的活动纪念西藏民主改革65周年

拉萨融媒记者

感党恩·颂盛世

3月25日，我市各乡镇、街道、社区举行系列活动，全面展示西藏民主改革65年来，在中国共产党的领导下西藏取得的巨大成就与深刻变革，充分展示拉萨各族群众幸福生活的美好画卷，凝聚起推动拉萨长治久安和高质量发展的强大力量。

当日，堆龙德庆区德庆镇、城关区七一社区、娘热街道组织开展文艺汇演，演出现场人头攒动、气氛热烈。七一社区党总支书记拉巴修央说：“整场演出呈现一派欢乐、祥和、团结、奋进的气氛，我们将更加珍惜来之不易的幸福生活，更加拥护党的领导，用实际行动感谢党中央对西藏的特殊关心关怀。”

“文艺汇演吸引了镇机关干部和农牧民群众的积极参与，我们还特别邀请了日间照料中心的老人们带来自编自导的精彩节目，大家用文艺展示的形式，表达了对美好生活的向往和追求。”堆龙德庆区德庆镇党委副书记任胜说。

无论是诗歌朗诵，还是激昂的歌曲演唱，演员们的深情演出，使观众产生了强烈的情感共鸣。大家一致表示，只有中国共产党才能带领西藏走向繁荣发展，群众获得感、幸福感、安全感才能不断增强，要将这份感动转化为实际行动，为建设社会主义现代化新西藏贡献力量。

“听我爷爷奶奶说，旧西藏只有有权势的人才能上学，农奴家的孩子根本没有受教育的机会。现在政策好，上学方便，这在以前做梦都想不到。”娘热街道居民赤列杰说。

“今后，我们有信心不断提高农

牧民群众的生活水平，让大家生活得更加幸福美满。”堆龙德庆区德庆镇邱桑村党总支书记索朗布说。

当日，堆龙德庆区羊达社区、城关区纳金村专门邀请骨干宣讲员，为辖区居民、村民带来了一场别开生面的宣讲活动。骨干宣讲员以生动的语言和丰富的案例，讲述新旧西藏对比与西藏民主改革，让广大干部群众深刻认识到今天的美好生活得益于中国共产党的正确领导。

堆龙德庆区羊达社区居民晋美告诉记者：“民主改革之后，吃的、喝的、穿的、住的以及教育、交通都有了翻天覆地的变化，大家过上了幸福的日子。这是党和政府给予的，感谢党和政府的关怀，我们会时时刻刻记在心里。”

堆龙德庆区羊达社区工作人员仓琼表示：“我们羊达社区将以铸牢中华民族共同体意识为主线，引导广

大党员群众‘牢记历史，珍惜现在’，努力推进羊达社区长治久安和高质量发展。”

八廓社区、纳金村还分别开展了红色歌曲比赛、演讲比赛和知识竞赛，通过竞赛看变化、话历史、谈感受，充分展示各民族在党的领导下手足相亲、守望相助、团结一心、共谱美好的景象。

“八廓社区党支部将以纪念西藏民主改革65周年为契机，进一步坚定群众听党话、感党恩、跟党走决心和信心，不断增强居民群众获得感、幸福感、安全感。”八廓社区党支部书记次成说。

“我们要更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，刻苦学习，增长本领，听党话、感党恩、跟党走，带领群众用双手创造更加美好的明天。”纳金街道纳金村党总支书记罗桑说。（记者：范江英、杨璐、大拉姆次仁、吴敏、满文妍）

城关区常委会(扩大)会议召开

徐海讲话

拉萨融媒讯(记者大索朗曲珍)3月24日，城关区召开十届城关区委第七次常委会(扩大)会议。

市委常委、城关区委书记徐海主持会议并讲话。

会议传达学习习近平总书记近期重要讲话、重要指示批示精神，自治区党委书记王君正及自治区党委常委、拉萨市委书记肖友才相关讲话精神，研究城关区贯彻落实意见。

会议指出，城关区各级各部门要把学习贯彻习近平总书记重要讲话和全国两会精神作为当前和今后一个时期的重要政治任务来抓，坚定信心、鼓足干劲，推动今年经济社会发展各项工作不断取得新成效。

会议要求，城关区各级各部门要一体学习领会习近平文化思想和区市两级宣传思想文化工作会议精神，认真抓好贯彻落实；要打造专兼结合的宣讲队伍，编印适合城关群众的宣讲提纲，深入开展对象化、分众化、互动化宣讲；要以打造“文旅融合先行区”为引领，推动文化旅游互动发展、良性循环；要建好用好“拉萨城关发布”“城关融媒”等平台，充分挖掘宣传“城关好人”“城关故事”，着力提升城关“软实力”；要健全完善网络综合治理体系，加强全过程监管；要提前谋划新中国成立75周年系列庆祝活动，广泛宣传城关经济社会发展取得的新成绩新进步。

会议还研究了其他事项。

吉祥社区开展全国两会精神集中宣讲活动

全国两会精神在拉萨

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)为进一步学习贯彻习近平总书记在全国两会期间的重要讲话精神和全国两会精神，近日，夺底街道吉祥社区组织辖区干部群众开展全国两会精神集中宣讲活动。

在吉祥社区党群服务站，夺底街道党工委书记李世坤与社区老党员、干部职工、社区工作者面对面交流，以大家最关心、最关注的话题为切入点，用通俗易懂的语言生动细致地传达并解读全国两会精神的主要内容、习近平总书记重要讲话精神，将以习近平总书记为核心的党中央对西藏人民的关心关怀及时送到老百姓心坎上。李世坤还结合

“一老一幼”关爱服务保障、优化党群服务阵地建设、党建引领基层治理、创新网格化管理、乡村振兴、铸牢中华民族共同体意识等方面内容，教育引导干部群众要把学习贯彻全国两会精神的成效体现到具体工作中，统筹推进辖区高水平安全和高高质量发展良性互动；要以“幸福敲门”行动为抓手，入户走访收集社情民意，把一项项“民生清单”落实落细成千家万户的“幸福账单”；要使“有困难找社区”理念深入人心，切实做到做好群众美好生活的保障者、先行者、服务者，打通服务群众“最后一米”，奋力书写宜居宜业和美乡村新画卷。

“下一步，夺底街道将持续学习贯彻全国两会精神，把党和国家惠民利民的好政策、好声音传到党员干部群众身边，踏春启程，向‘新’而行，向着高质量发展的铿锵迈进。”李世坤说。

文明用餐您做到了吗？

拉萨融媒记者 小索朗曲珍

文明餐桌 你我同行

一粥一饭，当思来之不易；半缕半丝，恒念物力维艰。餐桌文明是社会文明的重要体现，它承载了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。从尊重劳动、珍惜粮食到勤俭节约，每一顿饭都蕴含着对生活的尊重和对资源的珍视。然而，在快节奏的现代生活中，我们是否真正做到了文明用餐呢？

近日，记者深入多家餐饮场所进行调查采访。首先来到受大众欢迎的自助餐餐厅，提起自助餐“一定要吃回本儿”是大多数人的第一想法。多拿多占、大吃大喝成了常见现象，由于这种不吃亏的消费思想，让自助餐餐厅一度成为食物浪费的重灾区。

某自助餐餐厅老板杨雪梅在接受采访时表示，为了杜绝这种现象，她们餐厅推出了针对光盘行动的代金券活动，鼓励客人节约食物。该餐

厅内，醒目位置可以看到光盘行动、少取勤拿等温馨提示。同时，该餐厅注重食材新鲜与季节变化，从源头上避免浪费。杨雪梅发现，近年来客人餐桌礼仪有了明显提升，大家都在积极参与光盘行动，餐厅内的氛围也变得更加和谐。

随后，记者来到一家中餐厅，据中餐厅工作人员介绍，他们会在客人点餐时主动询问人数，建议适量点餐，并提供免费打包服务。正在店内用餐的市民蒋先生告诉记者：“我们今天有4个人一起过来就餐，点了四五个菜基本能吃完，吃不完的也会打包带走，做到合理消费，文明用餐，反对浪费。”显然，按需点餐、理性消费、厉行节约、反对浪费，将“光盘”进行到底、时刻牢记光盘行动的宗旨，餐厅不多点、厨房不多做的良好习惯已蔚然成风。

文明用餐不仅是厉行节约，反对浪费，餐桌礼仪也处处彰显着文明形象。不大声喧哗、保持桌面卫生、看管好孩童等行为，每一处细节都将提升公众用餐的舒适度，创造一个文明的社会。

本周我市有较明显雨雪天气 需注意防寒保暖

拉萨融媒讯(记者杨璐)3月25日，记者从市气象台了解到，上周我市各地以多云天气为主，周中后期我市大部出现降水天气，其中日最大降雪量为5.3毫米。周降水总量与常年同期相比，各地偏少。周平均气温与常年同期相比，市区和当雄县正常，尼木县偏低，其余各地偏高。

据市气象台介绍，预计本周前期我市有一次较明显的雨雪天气过程，其余时段以晴间多云天气为主，部分时段有阵雪或雨夹雪。周内气温波动大，周中各地有4至8摄氏度

降温。沿雅鲁藏布江一线有4级左右阵风，高海拔地区有7级左右大风。主要天气过程周一至周二：我市大部阴天有小雪或雨夹雪，东部部分乡镇有中到大雪；周三至周四：各县(区)少云间多云；周五至周日：各地多云，部分时段有阵雪或雨夹雪。

市气象台建议，雨雪天气对交通、电力、通讯设施等有不影响，需加强防范；高海拔山区易出现积雪结冰，需加强道路安全工作。雪后降温天气较明显，高寒山区需做好牲畜的防寒保暖；农区需做好冬小麦返青期的霜冻管理工作。

拉萨市纪念西藏民主改革65周年千人合唱大赛进入彩排阶段

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)今年是西藏民主改革65周年。为进一步激发全市各族干部群众爱党、爱国、爱社会主义的热情，教育引导群众铭记苦难历史、感恩伟大时代、汲取前行力量，坚定不移听党话、感党恩、跟党走，我市将举办“盛世中国 幸福西藏”纪念西藏民主改革65周年千人合唱大赛。经过前期节目筛选和紧张排练后，目前合唱大赛已进入彩排、合光、走台阶段。

3月25日，在拉萨师范高等专科学校体育馆，记者看到各参赛队的啦啦队和合唱队在领队和老师的指挥下，正在进行上场、下场、舞台队形站位及合唱表演的彩排。对彩排中发现的瑕疵，演员们不厌其烦地进行一遍又一遍纠正排练，只为在比赛中展现更好的一面。

刚彩排完下来的拉萨市中级人民法院干警德吉央金兴奋地告诉记者：“这次比赛是我们第一次以政法系统为队伍参加的比赛，在近半个月的时间内，大家积极参加排练并做到工作、排练两不误，确保以更加饱满的精神展现政法系统干警的良好精神风貌。”

此次千人合唱大赛由市委、市政府主办，市委宣传部承办。合唱大赛经过发动报名、收集筛选、辅导训练等阶段工作后，最终来自我市各县(区)、功能区和市直各系统的16支参赛队进入决赛。各参赛队参赛的曲目均为歌颂党、歌颂祖国、歌颂人民、歌颂社会主义、歌颂民主改革等主题的经典歌曲。合唱大赛将于近期以现场比赛和网络直播的形式举行。“广大网友和观众朋友们可以通过拉萨发布微信公众号和拉萨融媒抖音号观看合唱大赛直播，为自己喜爱的参赛队投票。”合唱大赛总导演白玛央宗说。

架，保障根系与土壤紧密接触，减少树木损伤，保证树木美观整齐。随后，工人们开始修剪枝条，原本杂乱无章的树形呈现出崭新面貌。

项目现场监理杨文旭告诉记者：“项目总面积为71770平方米，其中绿化占地面积39009平方米，乔灌木共计3445株、88个品种。复工以来，已种植8个品种、618株乔木，剩下的乔木和草坪种植力争在5月1日之前全部栽植完成。”

文创园区云天湖公园项目一大设计亮点是引入了海绵城市设计理念，通过布局生态湖池、旱溪驳岸、透水铺装、生态植草沟、雨水花园和地下凹绿地等“海绵”设施，加强对场地内雨水径流的涵养和蓄存，在提升园区“弹性”与“韧性”、改善城市人居环境品质的同时，营造海绵城市与拉萨自然山水景观的有机融合；另一个亮点是使用了RTK仪器，可以进行厘米级的准确定位。

RTK仪器的主要作用是实时动态测量，是一种主要应用于测量测绘行业的专业的、精密的测量仪器。RTK精确测量整个公园的道路边界及高程、行道树坐标位置，更好



图为拉萨市消防救援系统代表队合唱《火焰蓝战歌》彩排现场。

拉萨融媒记者 次仁卓玛摄

文创园区云天湖公园项目建设有序推进

完成总工程量85% 预计今年7月交付使用

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)近日，记者从文创园区云天湖公园项目处了解到，截至目前，该项目建设已完成总工程量的85%，预计今年7月交付使用。

三月上旬，文创园区云天湖公园项目正式复工。各岗位人员全部就位，所需材料陆续运抵现场，在项目经理的统筹下，项目节奏平稳有序地从“暂停状态”切换到“推进模式”。各岗位工种紧密配合，高度协同，迅速恢复了往日的繁忙景象。

走进施工现场，记者看到绿化组的工人们正在给树木加装支撑

架，保障根系与土壤紧密接触，减少树木损伤，保证树木美观整齐。随后，工人们开始修剪枝条，原本杂乱无章的树形呈现出崭新面貌。

项目现场监理杨文旭告诉记者：“项目总面积为71770平方米，其中绿化占地面积39009平方米，乔灌木共计3445株、88个品种。复工以来，已种植8个品种、618株乔木，剩下的乔木和草坪种植力争在5月1日之前全部栽植完成。”

文创园区云天湖公园项目一大设计亮点是引入了海绵城市设计理念，通过布局生态湖池、旱溪驳岸、

透水铺装、生态植草沟、雨水花园和地下凹绿地等“海绵”设施，加强对场地内雨水径流的涵养和蓄存，在提升园区“弹性”与“韧性”、改善城市人居环境品质的同时，营造海绵城市与拉萨自然山水景观的有机融合；另一个亮点是使用了RTK仪器，可以进行厘米级的准确定位。

RTK仪器的主要作用是实时动态测量，是一种主要应用于测量测绘行业的专业的、精密的测量仪器。RTK精确测量整个公园的道路边界及高程、行道树坐标位置，更好

地为设计师的设计理念提供数据支撑。

文创园区云天湖公园项目于2023年7月正式开工建设，前期场地平整、道路垫层施工、生态湖池和旱溪驳岸改造、景观照明、地下管网安装、新建服务中心和厕所主体结构已基本完成。“现在主要进行的工作有房建基础装饰、道路基础铺设和给排水管网检修及喷头安装、强弱电管线及监控系统安装、照明灯具安装、绿化苗木种植。截至目前，完成总工程量的85%，预计今年7月交付使用。”项目负责人高宏说。

2024年度全市生态环境保护工作会议召开

拉萨融媒讯(记者齐永昌)3月22日，拉萨市生态环境局召开2024年度全市生态环境保护工作会议，分析总结2023年全市生态环境保护工作开展情况并安排部署2024年重点工作。

会议指出，2023年我市大力推进美丽拉萨建设，各项工作取得新的重大进展；2024年我市将聚焦国之大者、区之要事、市之重点，全力

建好“一个高地”；聚焦协同推进经济高质量发展和生态环境高水平保护，奋力书写“两篇文章”；聚焦美丽拉萨样板构建，有力抓好“三项行动”；聚焦山水林田湖草沙一体化保护修复，倾力干好“四大工程”；聚焦现代化环境治理体系，合力做好“五类保障”5项重点工作，力争在全区率先创成国家生态文明高地。

会议要求，要坚定不移贯彻落

实全国、全区生态环境保护大会精神，以更高站位坚决扛起生态环境保护政治责任，勇做习近平生态文明思想的坚定信仰者、积极传播者、忠实实践者，以实际行动在建设美丽拉萨新征程上展现新担当、新作为；要深刻把握当前生态环境保护的新任务新要求，以更大力度谋划和推进生态环境保护工作，扎实推进生态环境治理，大力培育全民生

态文明理念；要深刻把握新时代作风建设的新内涵新要求，以更高标准深化环保铁军队伍建设，自觉担起新时代新征程美丽拉萨建设的使命任务，持续深化改进作风狠抓落实工作，砥砺“人一之，我十之”的干劲，拿出拼的勇气、闯的劲头，高质量筑牢国家生态安全屏障、高水平创建生态文明高地，让美丽拉萨蓝天永驻、青山常在、绿水长流。

民族团结进企业 凝心聚力促发展

拉萨市工商联举行2024年第一季度轮值活动

拉萨融媒讯(记者余洋洋)3月22日，由拉萨市工商联主办的2024年第一季度轮值活动举行。

活动中，市委党校讲师为大家作纪念西藏民主改革65周年专题宣讲，市民委干部讲解民族团结创建工

作内容，西藏拉百商贸有限公司相关负责人分享民族团结创建工作经验。

此次活动以“民族团结进企业 凝心聚力促发展”为主题，通过学习政策和事例分享，推动政企之间、企业之间增进友谊、相互交流，

同时搭建民营企业民族团结创建经验交流平台，进一步推进民族团结进步模范区创建“进商协会”“进企业”工作，号召广大民营企业以此次活动为契机，把活动中的所学所感为推动民族团结进步工作和

做大做强企业的重要成效。

“我们想通过此次活动推进民族团结进步模范区创建‘进商协会’‘进企业’工作，让更多的企业参与民族团结创建工作，促进企业高质量发展。”拉萨市工商联副会长林旭说。