

2024环拉萨自行车大赛·曲水站： 高原上的速度与激情之旅

拉萨融媒记者 李从芳 杨璐 吴敏

盛夏曲水美如画，青稞麦浪共芳华。7月19日上午，2024环拉萨自行车大赛·曲水站在曲水县泰州广场鸣枪开赛。参赛选手如离弦之箭冲出起点，在曲水开启一场震撼人心的热血骑行。

大赛由曲水县人民政府、拉萨市体育局主办，共设置公路自行车男子精英组、公路自行车女子精英组、山地自行车男子公开组、山地自行车女子公开组4个组别，比赛距离约57.5公里。上午9时，随着发令枪响，公路自行车男子精英组率先从起点曲水县泰州广场出发。随后，公路自行车女子精英组、山地自行车男子公开组、山地自行车女子公开组分别出发。选手们途经318国道、南木乡、秀色才纳风景区、俊巴渔村，横跨拉萨河，将曲水的辽阔与壮丽尽收眼底。

“前期我们多次调研，优化赛道设置，把拉萨优美的环境、民风民俗、景区景点考虑到赛道设置里面，进一步推动文旅的融合发展。”拉萨市体育局局长米玛琼达说。

曲水平均海拔3750米，是拉萨海拔最低、最宜人的农业生产与城郊乡村休闲旅游地，辖区文化旅游资源丰富，现有76处文物点，28项非遗，4个国家级A级旅游景区，是自治区级全域旅游示范区。盛夏的曲水风景如画，气候宜人。沿途，参赛选手们你追我赶，激情满满，道路两侧滚滚的麦浪，浩瀚的拉萨河畔长廊，苍劲的高原风光尽收眼底。赛道边，观众的欢呼声、喝彩声不绝于耳；参赛选手在比赛过程中体会到沿途美丽的自然风光和热烈的民俗风情，深度感受到拉萨作为世界旅游目的地的城市形象。

为了确保赛事顺利进行，组委会特别强调了医疗及补给的重要性，并制定了一系列严格的医疗保障措施，设置了安保组、志愿者服务队、固定补水区等，全方位、全时段关注运动员的比赛状态，预防突发情况发生，帮助运动员保持良好心态，赛出好成绩。

“我们医院负责2024环拉萨自行车大赛曲水站的57.5公里的医疗保障，我们全程设了三台随行车，三个救护点保证运动员安全。”



图为选手们在比赛中。

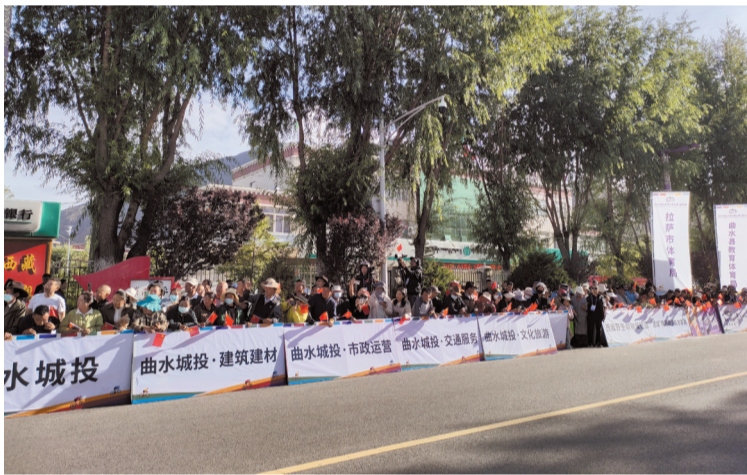
拉萨融媒记者 李从芳摄

曲水县人民医院院长宋江华说。

曲水站共计300名选手参赛。其中，年龄最大的50岁、年龄最小的18岁。经过激烈角逐，来自四川喜德盛 SANTOKS 高校联队的龚琳琅以1:17:19.016获得公路自行车男子精英组冠军，来自蛋壳体育一踏为乐车队的谢园园以1:31:55.562获得公路自行车女子精英组冠军，来自北京GDR车队的梁世重以1:23:19.243获得山地自行车男子组冠军，来自SAVA女子力量车队的高艳娇以1:33:56.783获得山地自行车女子组冠军。

“今天获得公路自行车男子精英组冠军非常激动，这也是我人生中非常难忘的一段经历。感谢组委会会给我们提供非常好的后勤保障，让我们在比赛中很好地克服了困难，也挑战了自我。”公路自行车男子精英组冠军龚琳琅说。

“比赛过程中，本地居民很热情，在赛道两旁给我们加油呐喊，



群众。因为赛道两旁为选手加油鼓劲的。拉萨融媒记者 李从芳摄

很好地燃起了我们的斗志，希望下次还能来拉萨参加这样的比赛。”公路自行车女子精英组冠军谢园园在赛后说。

此次赛事的成功举办，不仅推动了曲水当地的体育事业，也促进了曲水县体育和文化及旅游的

融合发展，加快体育产业和文旅产业发展转型升级，为曲水乃至全市经济社会发展作出新贡献。未来，曲水县将继续举办更多精彩纷呈的体育赛事，同时提升曲水知名度影响力，为曲水县体育产业高质量发展注入新动能、新活力。

市政协赴高新区开展 加强民族团结铸牢中华民族 共同体意识委员讲堂活动

拉萨融媒讯(记者增拉珍实习生增晋美)7月19日,市政协深入高新区组织全市工商联、经济界委员和企业家代表开展加强民族团结铸牢中华民族共同体意识委员讲堂活动。活动中,李媚、卓嘎等4名全国、自治区和拉萨市三级政协委员和2名高新区企业家代表作交流发言;市发改委规划科科长罗秀珍为与会人

员授课。达娃要求,民营企业要坚持正确的政治方向不动摇,发挥行业优势和委员联系面广的优势,大力培育民族团结进步先进典型和先进企业文化,不断厚植铸牢中华民族共同体意识的文化根基,推动企业生产经营体系和企业文化建设同向发力,以实际行动推动拉萨高质量发展 and 长治久安。

策门林老年日间照料中心 老年人家门口的“幸福驿站”

拉萨市基层治理效能
大提升

拉萨融媒讯(记者大索朗曲珍实习生增卓嘎)近年来,城关区民政局聚焦老年人养老服务需求,健全多层次养老服务体系,通过政府购买服务方式,让更多老年人在家门口就能享受到更优质贴心的服务。城关区策门林老年日间照料中心在运营中,不仅关注老年人身心健康,还重视他们的精神文化需求,着力把老年日间照料中心打造成老年人家门口的“幸福驿站”。

走进策门林老年日间照料中心,近800平方米的两层楼内设有医务室、多功能活动室、休息室、食堂等共8个区域,为老年人提供休闲娱乐、康复理疗、学习音乐、文化休闲等多元化日间照料服务。上午9时,来自周边社区的近60名老人已经集合在院子里,坐在瑜伽垫上,优美节奏的律动一响起,跟着老师的动作缓缓舒展身体。随后,又在节奏明快的音乐中跳起保健操,结束后又来到二楼的活动室准备开始上课。

大家跟着老师学习藏文朗诵,课堂学习氛围十分浓厚。来自吉日社区的75岁老人卓玛央宗每天早上9时准时来到照料中心,参加瑜伽课、学习音乐、文化课,还在这里免费就餐。她说:“日间照料中心帮我弥补了从小没能上学的遗憾,老

师对我们所有老人特别尊重,也很有耐心,每天学习朗诵、音乐,也有助于我们的身心健康,如今我们的晚年生活很幸福,这都得益于党的好政策。”

除了上音乐课、文化课,举行各种活动以外,有身体不适的老人,中心还会根据老人的身体状况提供看病、拿药、陪诊等服务,考虑到多数老人患有有关节病,中心还开设理疗室,在上课之余为有需要的老人进行了理疗。“党的好政策给我们老人创造了如此优越的生活环境,我几乎每天都会过来做理疗,膝盖恢复得也很好,工作人员也特别贴心,像对待自己的父母一样,让我很感动。”策门林社区索朗曲珍老人说。

“策门林老年日间照料中心提供5+N服务,包括助餐、助医、助洁、助浴、助急、心理辅导、代办服务、老年教育、休闲娱乐等。其中,休闲娱乐项目是根据老年人的实际需求建立的创新性服务,本月在原有的基础上,还增加了瑜伽课堂,让老人们能多锻炼身体,促进身心健康。”策门林老年日间照料中心主任格曲说。

作为三方机构的城关区普阳社会工作机构和志愿者服务协会除了运营策门林老年日间照料中心,还承担着堆龙德庆区祥和苑、德庆镇老幼日间照料中心、林周县老年日间照料中心4个点的运营,机构通过“居家+日照”养老服务模式,为拉萨养老服务链的形成与可持续发展提供良好环境,满足多样化养老服务需求,全面打造健康养老服务的“全面模式”,4个点日均服务160余人(次)。

我区计划招募2024年“三支一扶”人员1320名

拉萨融媒讯(记者齐永昌)7月19日,记者从自治区人力资源和社会保障厅了解到,为深入贯彻党的二十大精神,进一步引导和鼓励高校毕业生到基层工作,根据《西藏自治区党委组织部 人力资源和社会保障厅关于实施全区第四轮高校毕业生“三支一扶”计划的通知》要求,我区2024年“三支一扶”招募计划共计1320名,重点招募应届毕业生,招募报名时间另行通知,考生可关注西藏人社厅官网及

“西藏人事人才”微信公众号,届时点击“西藏人事人才”系统,进入“三支一扶”模块进行报名。

我区2024年“三支一扶”招募范围为参加西藏自治区2024年事业单位公开招聘高校毕业生笔试(以下简称招聘考试)的人员,本次招募不再单独组织考试,依据2024年招聘考试成绩从高到低依次确定招募人员,免试人员纳入招募范畴,限报指定岗位。系统登录时,账号为考生本人身份证号,密码默

认为123456。登录后,考生必须确认手机号码并修改密码。报名时,管理系统根据考生招聘考试科目分类,引导考生自动获取可报岗位,考生选岗后确认提交报名,服从调剂人员需勾选服从调剂选项。拉萨市等各地市人社局、区直有关单位政工人事部门负责本地本部门报名人员的资格审核工作,依据招聘考试成绩由高到低确认拟招募人员。研究生岗位的面试工作,由自治区“三支一扶”协调管

理办公室会同区直有关单位负责。我区2024年“三支一扶”招募资格审核贯穿招聘工作全过程,考生任何环节发现有关材料信息不实、弄虚作假、影响资格审核结果的,将被直接取消招募资格。自愿放弃服务岗位的,各审核部门依据成绩从高到低依次递补,递补后仍有缺额的岗位由区“三支一扶”协调管理办公室进行调剂,优先招募脱贫人口、零就业家庭毕业生和易地扶贫搬迁家庭毕业生。

丹杰林社区:认领“微心愿” 架起“连心桥”

拉萨融媒讯(记者增拉珍)为进一步关爱辖区困难群众,推动在职党员联系服务群众,日前,八廓街道丹杰林社区联合西藏自治区藏医院第八党支部深入辖区开展“微心愿”认领活动,赢得群众的广泛好评。

活动中,西藏自治区藏医院第八党支部的12名在职党员来到该社区主动认领老百姓的“微心愿”,先后上门看望辖区内的1名困难学生和1户

困难家庭并送去了慰问金。“因为家庭变故,目前没有收入来源,还要养育两个孩子,生活十分困难。这笔钱解决了我当下的实际困难,让我感受到党和政府的关怀。”困难群众白玛措吉说。

此前,丹杰林社区党支部坚持“问需于民”原则,以困难学生、困难家庭、残疾人、空巢老人等特殊群体为重点,通过入户走访、电话询问等

形式广泛征集了解重点人群的“微心愿”,并根据需求建立了“心愿清单”。“心愿清单”发布后,辖区在职党员纷纷快速响应,积极认领了“微心愿”,在党员干部和居民群众之间架起了一座“连心桥”。

群众利益无小事,尽管许多“微心愿”只是群众生活中的一些琐事,但在党员干部的贴心服务下,解决的是群众的实际困难,更是激发群众参

与基层治理的内生动力。“通过此次‘微心愿’认领活动,在一定程度上解决了困难群众急难愁盼的生活难题,也拉近了党员干部和群众之间的联系。下一步,我们将继续发挥党组织的战斗堡垒作用和党员先锋模范作用,聚焦辖区群众的期望与需求,身体力行为群众做好事、解难事,真正让服务离百姓更近、让居民与社区更亲。”丹杰林社区党支部书记边巴次仁说。

别让城中河成为居民的“垃圾站”



存在垃圾堆放、水体受污等各种乱象,严重影响着河道生态环境。

7月18日,记者同市文明办工作人员来到蔡公堂街街道蔡村(城关区学海路)河道两旁及周边路段走访检查时发现,河道两旁仍然有不少堆放生活垃圾、建筑垃圾的情况存在。河面上更是各类垃圾漂浮、无人清理,和周围优美的自然环境以及新建的配套设施格格不入,十

分碍眼。可见,附近的部分居民、商户及行人只图方便自己,便随意将各类垃圾往河道里扔,完全把河道当成了天然“垃圾桶”。此外,记者注意到,为了遮盖这些不文明现象,有些地段甚至还盖起了“遮羞墙”,小到瓶罐纸屑、大到废弃家具被随意丢在这里,实在大煞风景。

除了河道两岸,在周边沿街的辅路路段,同样也存在乱扔垃圾、乱

停放、路面坑洼、黄土裸露等各种问题。这些看似不经意的陋习,实则是城市文明的一道“疤”。

优美、整洁的城市环境是我们共同的期盼与憧憬,也是我们共同的义务和责任。在您随手丢垃圾的那一刻,请想起我们随手丢掉的不仅仅是垃圾,更是文明。文明,是城市的最美颜值,请将“守护绿水青山”的口号真正付诸行动。

拉萨市2024年低氟健康茶推广普及培训班开班

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)近日,由拉萨市民族事务委员会主办,曲水县县委统战部、西藏农投茶业有限公司承办的拉萨市2024年低氟健康茶推广普及培训班在曲水县开班。曲水县民委委员单位、乡镇(街道)乡镇长(主任)、村委会主任、僧尼代表、商户代表、群众代表共计200余人参加培训。

培训中,学员们共同观看拉萨市低氟健康茶宣传动画片后,西藏农投公司健康茶讲师通过理论和实操相结合的方式,从“低氟健康茶推广普

及的重要意义、低氟健康茶各项政策、低氟健康茶鉴别、饮茶型地氟病的相关知识、藏族群众的健康功效”五个方面进行了全方位的详细讲解。

推广普及低氟健康茶是一项功在当代、利在千秋的民生工程,关系着千家万户、各族群众的健康幸福,更是一项民心工程。通过此次培训,有效提升了干部群众对低氟健康茶的认知度,引导大家逐步改变饮茶观念,形成科学饮茶、健康饮茶的良好生活习惯。同时,也为有效引导广大农牧民群众树立健康饮茶观念提供了宣传依据。

我区普通高校招生提前单独录取艺体类 本科院校未完成招生计划征集志愿

拉萨融媒讯(记者齐永昌)7月19日晚,西藏自治区教育考试院发布区内征集志愿2号公告,对283个提前单独录取艺体类本科院校(文史类)计划和66个提前单独录取艺体类本科院校(理工类)计划重新征集志愿。

我区普通高校招生提前单独录取艺体类本科院校录取工作即将结束,目前尚有部分院校未完成招生计划,详见西藏微青年,7月19日22时至7月20日15时期间,尚未被高校录取且符合条件的考生需按要求及时、准确填报,逾期不予受理。我区普通高校毕业生征集志愿公告:西藏微青年,7月19日22时至7月20日15时期间,尚未被高校录取且符合条件的考生需按要求及时、准确填报,逾期不予受理。我区普通高校毕业生征集志愿公告:西藏微青年,7月19日22时至7月20日15时期间,尚未被高校录取且符合条件的考生需按要求及时、准确填报,逾期不予受理。我区普通高校毕业生征集志愿公告:西藏微青年,7月19日22时至7月20日15时期间,尚未被高校录取且符合条件的考生需按要求及时、准确填报,逾期不予受理。

条件且尚未被录取的考生,请及时填报征集志愿。未在规定时间内填报本次征集志愿,视为自动放弃。

考生及家长可通过以下渠道查询录取结果:
1. 西藏自治区教育考试院招生信息查询系统 http://xxcx.zsks.edu.xizang.gov.cn:8082
2. 西藏自治区教育考试院微信公众号:西藏微青年
3. 西藏自治区教育考试院微服务号:西藏教育考试招生
4. 西藏自治区普通高校毕业生考试信息管理系统 http://ptgx.zsks.edu.xizang.gov.cn:8082
5. 咨询电话:0891-6314277
6. 314322 6650552
6. 举报电话:0891-6530619
7. 现场咨询:西藏自治区教育考试院咨询服务大厅,各地市教育局招生考试部门。