

# 拉萨市科协： 多元科普齐发力 提升全民科学素质

拉萨融媒记者 小拉姆次仁 实习生 德央

近年来，拉萨市科协持续推进提升全民科学素质行动计划，组织实施各类科普活动、进一步创新科普工作方式、不断提升科普服务能力，积极促进全市公民科学素质水平不断提高。

在拉萨市青少年示范性综合实践基地，工作人员带领记者参观了拉萨江青青少年科技馆，整个科技馆由1个序厅和素质教育机器人活动室、声波万象、数学探秘、力学传奇、电磁魔幻、光影互动7个主题展区组成，以互动体验为主，动静结合，紧扣学生的需求，营造了丰富多彩的第二学习课堂，让学生在互动体验中感受科技的乐趣与魅力，引导其认识科学、热爱科学，培养科学文化素养，增强科学探究精神和动手实践能力。

科技馆旁边还设有三间教室，在这里学生们可以学习制作机器人、航模、3D打印，为学生的知识应用和个人才能的展示与发展提供自由的活动空间，普及与应用现代科

技，激发学生潜能，磨炼学生意志，增强学生之间的沟通与交流。

拉萨市青少年示范性综合实践基地老师张春霞介绍说：“这里主要是面向青少年传播和普及科学知识，不仅涵盖了青少年科技讲座、科普体验课程，还注重与学校、企业等单位合作，形成了多元化的科普网络，通过科学课程、社团班讲座、科普实验、互动体验等活动，激发青少年对科学的兴趣和热情。”

今年，市科协以“科技三下乡”“全国科技活动周”“科普大篷车巡展”等为契机，开展了形式多样、内容丰富的科普宣传活动。通过活动不断加强科普服务能力，各项活动始终贯穿“贴近群众、贴近生活、因地制宜”的原则，在全社会进一步形成了讲科学、爱科学、学科学、用科学的良好氛围，为普及科学技术知识，推动国家创新型城市建设发挥了重要作用。

“科普进校园活动为孩子们打开了一扇认识科学、了解科学的窗

户，开阔了学生们的眼界。学校今后也会积极配合市、县两级相关单位开展系列活动，普及科学知识、弘扬科学精神、传播科学思想，提高学生的科学素养。”林周县中学科普指导员边巴扎西说。

同时，市科协还积极推动城关区、达孜区、当雄县、林周县、曲水县创建全国科普示范县(市、区)，为提升农牧区科技工作者素养，市科协从各县(区)选派6名基层一线的技术人员参加西藏科协系统人员能力提升培训班，不断完善科普服务方式，提高科普工作效能。

林周县农业农村局副局长李旭说：“林周县作为农牧业大县，农牧科普是农业农村工作重点，我们通过举办科技讲座、发放科普手册、组织田间教学等形式，帮助农牧民群众掌握新技术、新方法，提高生产效率和产品品质，让农牧民科技素质不断提升、生产水平稳步提高、收入持续增长。”

一直以来，市科协为不断创新科普方式，加强科普信息化，持续推动图书、报刊、电视、广播等传统媒体与大数据、云计算、智慧科普建设等新媒体深度融合，加强“互联网+科普”工作模式，推进“科普中国”“科普中国·西藏”平台资源在拉萨的落地应用。

截至目前，拉萨市科协分别获得了由中国科协办公厅颁发的“2023年全国科普日优秀活动”，由科技部科技人才与科学普及司颁发的“2022年、2023年全国科技活动周表现优异”等荣誉称号。同时，自治区科技厅对我市科学普及工作给予了充分肯定。

拉萨市科协副主席次仁白珍说：“下一步，拉萨市科协将不断推动拉萨市全民科学素质提升行动的全面实施，增强科普公共服务能力建设，创新科普工作方式方法，加强与其他行业间的交流合作，同时加大科普工作力度，使居民群众科学素质水平得到大幅提升。”

## 选手领取参赛包 对2024拉萨半程马拉松充满期待

拉萨融媒讯(记者郝奕凝)8月15、16日，2024拉萨半程马拉松进入参赛包领取环节，选手们对赛事充满期待，静待鸣枪开跑。

15日，在拉萨市群众文化体育中心篮球馆1号通道训练馆，记者看到，装好的参赛包根据项目和选手号码的不同，整齐地摆放着，参赛选手们来到相应的区域，在志愿者

的帮助下拿到自己的参赛包，迫不及待地打开了解参赛包里的物品。

在现场，由志愿者扮演的吉祥物“亚诺诺”受到众多选手的喜爱，大家纷纷拿出手机和“亚诺诺”合影。而以“亚诺诺”为原型的钥匙扣、冰箱贴、小摆件等盲盒礼品更是让选手们充满期待，大家都希望自己的参赛包里有盲盒礼品，参赛选

手郑文非常幸运，他的参赛包里有“亚诺诺”冰箱贴，这也是他最喜欢的一个物品。他说：“我之前就了解过盲盒礼品有哪些，当时就比较喜欢这个冰箱贴，就想能抽到一个冰箱贴就太好了，没想到今天真的抽到了，很开心。”

随着2024拉萨半程马拉松的到来，全国各地的跑友齐聚拉萨，他

们中的很多是第一次来拉萨，专为2024拉萨半程马拉松而来，只为挑战高原马拉松，挑战自我。

来自陕西汉中市的选手高长城为了参赛坐了40个小时的火车硬卧来到拉萨，他说：“我是第一次来拉萨，今年6月份在嘉峪关跑了个全程马拉松，所以才有底气过来体验一下拉萨的高原马拉松，没有高原反应，挺好的。”

## 第三届“西藏人人健康”院士专家进藏义诊活动在我市举行



拉萨融媒讯(记者余洋洋)8月16日，由援助西藏发展基金会主办，西藏自治区卫健委、拉萨市人民政府、日喀则市人民政府、拉萨市卫健委和日喀则市卫健委协办，西藏大学附属阜康医院和华医心诚医生集团承办的2024年“西藏人人健康”院士专家进藏义诊活动在西藏阜康医院综合院区举行。

义诊现场，前来咨询和就诊的患者络绎不绝。在志愿者的协助下，专家详细询问患者病史，细致分析检查结果，提供专业的病情诊断，并就患者提出的各种问题耐心解答，根据患者的病情个体化分析，给出合理的治疗建议。

“我的母亲有十多年的高血压病史，在微信朋友圈里看到这个义诊活动的通知后，今早就带着妈妈前来检查，医生开了免费检查的单子，态度特别好。”市民李女士说。

此次义诊团队由来自24个省份、自治区，54个城市的中科院相关领域院士、国内知名三甲医院心血管病学专家及各学科专家、志愿者近260人组成，分赴拉萨市、日喀则市进行为期4天的大型义诊。其中，西藏阜康医院义诊点内，设有心血管内科、眼科、胃肠外科、肿瘤内科、急诊(内)科、中医科、综合科等多个科室，共计24位医疗专家现场



图为专家义诊现场。

拉萨融媒记者 余洋洋摄

坐诊。此外，进藏专家们还将在两市以专题研讨、学科培训的方式开展学术培训交流活动。

连续三年参加“西藏人人健康”院士专家进藏义诊活动的原中国人民解放军空军医学特色中心心血管内科主任医师刘潮中说：“三次进藏义诊，使我对西藏心脏病的发生、病人的情况以及医疗条件都有了一些了解。我认为老百姓的健康意识还

需要提高，好多病人血压都很高了，自己还浑然不知，基于这种情况，我觉得我们的义诊是非常有意义的，一方面帮助老百姓解决疑难病症并传播健康知识和健康理念，另一方面让老百姓对自己的健康有一个正确的认识，提高他们的健康意识。”

“西藏人人健康”公益项目开展以来，通过开展地域性病症心血管专科健康体检项目以及相关疾病的

专业化诊疗外，还努力建立高原疾病筛查互联网支撑数字化平台和心血管病诊疗基地，不断提高西藏人民的健康水平。

“义诊活动经过前期宣传，今年前来就诊的人数更多，覆盖面更广。我们还将持续开展义诊活动，让更多老百姓在不出藏的情况下，就能享受到区外知名专家的诊疗服务。”西藏阜康医院行政副院长马磊说。

## 功德林街道开展学习贯彻党的二十届三中全会精神宣讲活动

拉萨融媒讯(记者乔梁)8月15日，功德林街道党工委组织开展学习贯彻党的二十届三中全会精神宣讲活动，确保全会精神在基层落地生根。

活动邀请自治区党委党校讲师谢勇为全体党员干部进行专题宣讲，谢勇以深入浅出的方式，全面系统地阐释了党的二十届三中全会的重大意义、丰富内涵和精神实质。他结合城关区区情，将全会精神与基层工作实际相结合，为党员干部提供了清晰的工作思路 and 方向。与会党员干部认真聆听、积极思考，纷纷表示，此次宣讲不仅加深了对全会精神的理解和把握，还进一步明确了对今后工作的重点和方向。

“党的二十届三中全会精神为我们基层工作指明了方向，在今后的工作中，我会把学到的知识运用到

实际工作中，努力提升自己的工作能力和服务水平。”功德林街道泽新社区组织委员边珍说。

下一步，功德林街道将坚持把学习贯彻党的二十届三中全会精神作为当前和今后一个时期的一项重大政治任务，不断创新宣传方式方法，持续在学习领悟内涵、在宣传中凝聚共识，全力推动党的二十届三中全会精神在社区居民心中落地生根、开花结果。

“党的二十届三中全会提出了一系列全面深化改革的举措，为街道社区工作提供了新思路和新动力。功德林街道将结合自身实际，学习宣传贯彻好全会精神，积极探索创新社区治理模式，把全会精神转化为推动工作的强大动力和实际成效，不断提高人民群众的获得感、幸福感和安全感。”功德林街道党工委副书记张俊说。

## 城关区卫健委举行职业技能大赛

拉萨融媒讯(记者索朗曲珍)8月15日，城关区卫健委举行职业技能大赛，城关区17个医疗卫生机构的68名医务人员参赛。

大赛分为理论考试和实际操作两大环节，全方位考察参赛者的专业素养与实战能力。在实操环节，设置了头部止血包扎、无菌操作、静脉输液等虚拟场景，参赛者轮番操作，展现了他们精湛的技艺与应对突发情况的急救能力。为确保大赛的公平公正与专业性，大赛邀请了自治区、市级急救专家、医疗机构急诊科主任、护理部主任等6位评委组成评委团队对参赛者的表现打分。

城关区卫生健康委员会医政科副主任药师贡觉平措说：“举办此次大赛，主要目的是提高基层医疗机

构医护人员业务水平，为人民群众提供更加优质、高效、安全的医疗卫生服务，加快推动城关区卫生健康事业高质量发展。”

据介绍，在大赛前三天，城关区卫健委组织了专门的集中培训，邀请了业内专家讲解急救知识与技能要点。此次职业技能大赛，不仅是对参赛选手医学技能的一次全面检验，更激发了城关区医护人员的学习热情，为提升医疗救治水平，优化医疗质量和服务能力奠定了坚实基础。

“通过参加这次培训和比赛，我深刻认识到自己在工作中的不足之处。接下来，我将把学到的宝贵经验应用到日常工作中，为城关区的卫生健康事业贡献力量。”城关区人民医院医生仇慧说。

## 全区职业院校植物嫁接和食品药品检验技能大赛开赛

拉萨融媒讯(记者吴敏)近日，由自治区教育厅主办，拉萨市教育局、拉萨市第一中等职业技术学校承办的“2024年全区职业院校植物嫁接和食品药品检验技能大赛”开赛。

来自山南、日喀则、阿里等地(市)5所中职院校76名选手参赛。

“我的专业是产品质量监督检验，我的参赛项目是食品药品检验，参加比赛能够提高自己的专业水平，也能学到许多新的知识点，未来

我会更加努力，不辜负学校的培养，为食品药品安全事业作出贡献。”拉萨市第一中等职业技术学校学生尼玛卓嘎说。

此次技能比赛，不同学校选手同台竞技，沉着冷静，勇争一流，充分展示了职业院校学生团结协作、积极进取、精益求精的精神风貌，同时也激励着广大学生在竞赛中不断提升自我、全面发展，为今后职业生涯打下坚实基础。

## 爱国卫生公益广告标语

携手巩固国家卫生城市，齐心同育文明之花。  
巩固创卫成果，提升城市品位。  
创造最佳卫生环境，建富民美好家园。

## 拉萨市第二届残疾人运动会即将开赛

### 拉萨市特殊教育学校48名参赛学生赛前训练忙

拉萨融媒讯(记者刘梦婕)拉萨市第二届残疾人运动会将于8月19日正式开赛，8月15日上午，记者来到拉萨市群众文化体育中心，拉萨市特殊教育学校48名参赛学生正在这里紧张地进行赛前训练，选手和教练抓紧最后的时间努力提升，希望在比赛中取得好成绩。

上午10时30分，在拉萨市群众文化体育中心田径场，教练和参赛学生已经开始了第二轮训练。阳光洒在田径场上，孩子们的头发已经被汗水浸湿，虽然疲惫，但他们仍然认真对待每一次训练，努力突破自我。拉萨市特殊教育学校体育总教

练普次也用语言和肢体动作反复纠正孩子们的跑步姿势，让大家努力突破成绩的同时，也能更安全地完成比赛。

普次说：“我们的学生参加的项目有成年组、青少年组田径，盲人定向行走等。我们是从今年6月份开始训练，希望今年我们能够取得比第一届残疾人运动会更好的成绩。”

提起比赛，每个人都信心满满。在拉萨市第一届残疾人运动会上，拉萨市特殊教育学校的孩子们赢得了38枚金牌、26枚银牌、19枚铜牌，他们希望能够延续并突破历史成绩。

田径100米项目的训练场地上，拉萨市特殊教育学校教练宁晓寒带着学生训练。他和他的学生们都有听力障碍，因此，这片训练区域显得格外安静。红色的跑道上，学生们安静地站着，周围只有宁晓寒用力奔跑发令旗的声音以及孩子们努力奔跑的脚步声。

宁晓寒通过手语告诉记者，他们对今年的比赛很有信心，也一直在很努力地训练，他相信，他和所有教练员会带领学生们再次拿到奖牌。

记者了解到，48名参赛学生中，有的是视力障碍，有的是听力障碍，

有的是智力障碍。在蓝天下，这群活跃在田径场上的孩子，与常人仿佛并没有什么不同。他们有着自己的目标，也正在为之拼搏奋斗。

拉萨市特殊教育学校学生嘎玛拉姆通过手语告诉记者，今年她参加了田径100米项目和50米立定跳远项目，希望能取得好的成绩。

学生强巴松热患有智力障碍，但他十分清楚自己的目标。他一字一句地对记者说：“我特别喜欢运动，尤其最喜欢跑步，今年，我参加了田径100米、800米项目，以及篮球比赛，我想拿一枚金牌，我对自己很有信心。”