

歌舞颂重阳 健康暖夕阳

——我市各地开展形式多样活动弘扬敬老美德

拉萨融媒记者



金秋送爽,又逢重阳。为弘扬中华民族尊老、敬老、爱老、助老的传统美德,近期,拉萨市精心组织了一系列形式多样、内容丰富的重阳节主题活动,为老人们送上了节日的真挚祝福与温暖关怀。

10月28日,拉萨市社会福利院暖意融融,“九九重阳霞满天 浓浓关爱暖人心”主题活动温情上演。院内热闹非凡,老人们精神矍铄,有的身着色彩鲜亮的服饰随节奏翩翩起舞,有的手持乐器轻声吟唱,脸上洋溢着幸福的笑容。活动还专门为10余位老人筹备了集体生日,烛光映照老人们喜悦的脸庞,温馨的氛围感染着在场的每一个人。拉萨市社会福利院院长邓君表示,活动通过文艺演出、集体生日、趣味游戏等形式,全力营造孝亲敬老的浓厚氛围,未来将继续为老年人提供更多更优质的贴心服务,让老年人感受到更多的温暖。

同一天,一份重阳节专属的“健康防护礼”被送到了墨竹工卡县特困人员集中供养服务中心。由墨竹工卡县疾控中心与工卡镇卫生院组成的流动接种小组,细致地为老人们核对信息、评估健康状况,并免费接种四价流感疫苗。活动伊始,工作人员用通俗易懂的语言详细讲解了接种政策和注意事项。随后开展的“健康小课堂”上,墨竹工卡县疾控中心宣教科人员结合实例,生动



图为扎细新村社区文艺汇演现场。

拉萨融媒记者 齐永昌摄

讲解了情绪管理对老年健康的重要性。接种环节井然有序,留观期间医护人员全程值守,并普及流感预防知识。刚接种完的老人次卓玛说:“在家门口就能打疫苗,太方便了。”据悉,此次活动共为95名符合条件的老年人及护理人员接种了疫苗,这份由墨竹工卡县人民政府统一采购、联合服务小组上门服务的“健康礼”,切实护佑着老人们的秋冬安康。

10月29日,城关区蔡公堂街道香嘎社区邀请30余名老年居民与老党员代表,共聚“情暖重阳 爱满香嘎”敬老感恩活动。社区“邻里食光”里茶香四溢,老人们品尝着香甜的蛋

糕,聆听老党员讲述初心故事。社区负责人逐一向老人敬献哈达,并送上保暖套装与老年鞋,将浓浓的敬意与关怀亲手传递。香嘎社区老人布拉说:“感谢国家,感谢社区,组织我们聚在一起过节非常的好。”

同日,扎细新村社区举办的“情暖重阳 健康同行”文艺汇演暨义诊活动现场也欢声不断。老人们兴致勃勃地观看了《扎西雪巴》《礼韵》等富有民族特色的歌舞节目,另一边,来自西藏藏医药大学附属医院的医护人员则为老人们提供了细致的义诊服务。居民洛桑卓嘎老人称赞道:“活动做得非常好,既请我们看演出,又有专业医生来义诊。”

此外,夺底街道联合吉祥社区于10月29日开展了“党心连民心 重阳送温情”主题活动。老年朋友们在社区“邻里中心”齐聚一堂,学习党的方针政策,共享定制蛋糕,共话幸福生活。社区还为大家送上了精心准备的老年鞋及保温壶。居民扎西卓玛说:“活动特别暖心,像一家人一样团圆,很有归属感。我们也会发挥余热,为社区发展尽份心。”

系列活动的成功举办,不仅丰富了老人们的精神文化生活,更在全社会营造了尊老、敬老、爱老、助老的良好氛围,让孝亲美德在秋日暖阳中熠熠生辉。(记者满文妍、莫瑞英、次仁卓玛、齐永昌、旦增拉珍通讯员次昂)

拉萨构建多元养老服务体系 托举幸福“夕阳红”

拉萨融媒记者 莫瑞英



图为老人们在拉萨智松康乐苑就餐。

拉萨融媒记者 莫瑞英摄

岁岁重阳,今又重阳。尊老敬老爱老,是中华民族的传统美德,更是社会文明的一个重要标志。近年来,我市聚焦老年人医疗保障、精神文化、社会参与等多维度发力,推动养老服务体系不断完善,让老年人

的获得感、幸福感、安全感持续提升。

近日,记者走进布达拉宫脚下的拉萨智松康乐苑,只见窗明几净的用餐区暖意融融。墙上张贴的菜谱荤素搭配、营养均衡,就餐须知与

服务项目简明清晰……69岁的贡觉措姆老人正和朋友们享用美味的午餐。在这里,老人们手中端起的,不仅仅是一份热腾腾的饭菜,更是一份来自社会的深切关怀。“在党和国家的好政策下,我们老人不管在哪都能吃饱饭,生活得很幸福,特别感恩。”贡觉措姆说。

据了解,拉萨智松康乐苑推出低偿服务和普惠服务两种服务模式。其中,普惠服务为60岁以上社会老人享受20元自助餐(四种菜品)的优惠服务,同时免费开放包裹寄存、开水和清茶饮用,残疾人辅助器具借用等服务。

拉萨智松康乐苑还科学划分餐饮服务区、健康监测室、多功能活动室、阅览室等区域,满足老年人多元化的养老需求。餐饮服务区提供营养均衡、安全卫生的餐饮服务,符合老年人的健康需求和口味偏好;健康监测室配备专业设备,为老年人提供免费的血压、血脂等常规健康自助监测服务;多功能活动室为老年人提供棋牌娱乐等休闲用品,丰富他们的精神文化生活;阅览室则提供各类养生、保健书籍,满足老年人的阅读需求。

“康乐苑2024年12月份运营以来,共接待老年人14万人次,并且

为451名老年人发放了政策补贴。今后我们会继续做好各项服务,让老年人安享晚年。”拉萨智松康乐苑工作人员次央说。

不仅城市里的老人们安享幸福晚年,县区的老人们也共享改革发展成果。每天上午,墨竹工卡县老年人日间照料中心的活动室都会传来欢快的音乐声,工作人员带着老人们唱歌跳舞。腿脚不便的老人则晒晒太阳、喝茶聊天,大家脸上都洋溢着幸福的笑容。

据了解,该中心是中央福利彩票公益金支持的民生项目,自2023年9月运营以来,已累计服务3.6万余人次,成为43位老人安享晚年的幸福家园。这个总投资500万元、建筑面积1260余平方米的日间照料中心,已成为当地养老服务体系建设的靓丽名片。

墨竹工卡县老年人日间照料中心工作人员白玛德吉说:“我们每天都会帮老人们收拾卫生,有时候会帮他们洗头洗脚。现在在党和国家的好政策下,我们也在不断学习各项护理技术,继续服务好老人们。”

如今,在党和政府的关怀下,拉萨市养老服务体系持续完善,老人们在各个幸福驿站里,安享着幸福美满的晚年生活。

娘热街道无人机+APP让社区治理更“智慧”

拉萨融媒记者 王静敏



为提升党建引领基层治理效能,推动城乡环境综合整治常态长效,城关区娘热街道引入无人机、智能监控等高新技术,同步打通“我的移动爱家”APP便民通道,以“智慧化”破解治理难题,让城市管理更精细、问题处置更高效。

近日,在娘热街道辖区上空,一架无人机正自主巡航——这是娘热街道今年9月底投用的“智慧城管帮手”。依托新建无人机机场与自动巡航模式,其超高清摄像头如同“千里眼”,可实时捕捉路面堆积杂物、车辆违停等各类环境问题,第一时间将画面传回街道指挥中心。

空中有无人机巡查,地面有APP响应。“今天早晨,我通过短信收到居民反馈的问题,我立马点开‘我的移动爱家’APP,

查看问题是否属实,确认属实后,转派给我们社区的网格员去处理。”慈松塘社区社工旦增吉的操作,正是街道“掌上治理”的缩影,居民诉求通过APP可实现“一键反馈、快速流转”。

如今,娘热街道已形成“空中无人机+地面APP+全域监控”的立体治理网络:无人机“主动找问题”,指挥中心调度人员及时处置;APP“高效接诉求”,社区网格员上门响应;800余个更新及新增的监控设备则实现全域覆盖,让环境问题无处遁形。居民诉求“不打折扣”,真正做到了环境问题“主动找、及时清”,居民诉求“快速接、高效办”。

从“人工跑断腿”到“智慧联到底”,娘热街道以科技为笔,织密城乡环境整治网,推动基层治理模式实现质的转变。下一步,街道将持续深化智慧城管与社区便民平台融合,进一步提升基层治理现代化水平,用更优美的环境、更高效的服务,增强群众的获得感、幸福感、安全感。

欧美同学基金会“京藏融合公益项目”在拉萨启动

拉萨融媒讯(记者次珍)10月29日,欧美同学基金会“京藏融合公益项目”启动仪式在拉萨举行。副市长陆从福,欧美同学基金会理事长李军出席仪式并致辞。

陆从福指出,欧美同学基金会此次为期三年的公益项目,精准聚焦就业培训、卫生健康等关键领域,与拉萨当前发展需求高度契合,拉萨市委、市政府将大力支持,全力保障项目的顺利实施。

李军表示,“京藏融合公益项目”将广泛汇聚北京优质资源,创新实施“请进来、走出去”双向赋能机制,助力西藏高质量发展。

仪式上,久爱致和(北京)科技有限公司董事长、总经理王妍代表公司捐赠人民币1000万元;项目支持单位代表、中国医学科学院阜外医院结构性心脏病中心主任胡海波,生动分享了其团队在西藏的创新医疗实践。

我市开展“党的二十大精神进拉萨千家万户”月月讲暨学习宣传贯彻党的二十届四中全会精神宣讲活动

学习贯彻党的二十届四中全会精神

拉萨融媒讯(记者赵慧)为迅速开展党的二十届四中全会精神宣讲工作,全面掀起我市学习宣传贯彻全会精神热潮,按照市委常委会会议部署,特别是肖友才书记对全会精神宣讲工作的指示安排。10月29日,市委宣传部联合相关单位在宗角禄康公园开展“党的二十大精神进拉萨千家万户”月月讲暨学习宣传贯彻党的二十届四中全会精神宣讲活动。

活动邀请市委讲师团成员、市委党校民族宗教教研室讲师格桑次仁围绕学习宣传贯彻党的二十届四中全会精神进行宣讲。宣讲中,格桑次仁老师以通俗易懂的语言、生动鲜活的事例,深入解读了“十五五”规划的重点方向,让现场市民群众对党的二十届四中全会有了深刻的认识,为大家送上了新鲜、详实的理论“大餐”。

当雄县文联副主席仁青加布说:“这次我们参加这个活动意义非凡,主要是让理论‘活’起来,让政策‘沉’下去。用文艺宣讲这种群众喜闻乐见的形式,把党的二十届四中

全会精神转化为接地气、有温度的文化艺术表达。下一步,我们打算把‘月月讲’的成果延伸深化,组建‘牧野之声’的宣讲分队下沉到乡镇、村居,结合本地发展实际开展‘滴灌式’宣讲。”

学习好、宣传好、贯彻好党的二十届四中全会精神是当前和今后一个时期的重大政治任务。全市上下要站在深刻领悟“两个确立”的决定性意义、坚决做到“两个维护”的政治高度,把学习宣传贯彻党的二十届四中全会精神与习近平总书记在西藏视察时的重要讲话精神紧密结合起来,全面掀起热潮、形成规模声势,奋力谱写好中国式现代化的拉萨篇章。

活动现场气氛热烈,《相聚一堂》《故乡赞歌》《骏马奔腾》等精彩节目轮番上演、亮点纷呈。广大演职人员用动听的歌声、优美的舞蹈,传递出雪域儿女对党的感恩和对幸福生活的赞颂。活动还进行了文明宣传、文艺志愿服务、非遗手工艺品和特色农产品展销等。活动进行网络直播,总播放量达1万人次,点赞量1.1万人次。

我市11月起推行国产小客车新车上牌“一件事”便民服务 通过手机即可完成新车上牌

拉萨融媒讯(记者齐永昌)10月28日,记者从拉萨市公安局交通管理支队获悉,自11月1日起,拉萨市将正式推行国产小客车新车上牌“一件事”便民服务。此举将彻底改变以往新车车主需往返车管所排队办理的模式,实现全业务数字化办理,市民通过手机即可轻松完成新车上牌,真正做到“让数据跑路”代替“群众跑腿”。

据了解,此项改革是公安部自11月1日起在全国实施的7项公安交管“高效办成一件事”改革措施之一。核心在于通过信息共享,打通车辆销售、购置税、保险等环节,群众在办理国产小客车新车上牌时,无须提交任何纸质材料。

据拉萨市公安局交通管理支队机动车管理所副所长罗布格桑介绍,车主购买国产小客车后,只需在“交管12123”APP上找到新车上牌服务模块,按要求填写信息并上传相关凭证,即可在线完成资料提交、审核以及车辆号牌选取等全部流

程。业务审核通过后,车辆号牌将通过邮政寄递直接送达车主手中,省去了前往车管所验车、排队的麻烦。

针对部分偏远地区农牧民群众可能不熟悉手机操作的情况,交管部门下一步将制作藏汉双语的详细操作流程指南,并利用现有的警邮服务网点,为就近群众提供全流程的指导服务,确保便民政策覆盖每一位车主。

除了新车上牌“一件事”网办服务,此次同步实施的改革措施还包括网上办理解除机动车抵押登记、网上办理大件运输车临时号牌、网上补换领机动车登记证书等共7项业务,旨在为广大市民提供更加高效、便捷的交管服务体验。



“码”上看
7项公安交管
“高效办成一
事”改革措施

“迈开步 动出彩”全民欢乐跑在拉萨开跑

拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日,西藏体彩30周年“迈开步 动出彩”体彩家欢乐行全民欢乐跑活动在中华文化公园举行,吸引了拉萨众多跑步爱好者积极参与。

活动于上午10时正式启动,青少年组与成人组分段起跑。青少年组于10时30分率先开跑,成人组紧随其后,成人男子组与女子组分别于11时10分及11时15分起跑。活动现场气氛热烈,参赛者精神饱满。赛事沿途设有补给站,为选手提供饮水、功能饮料及香蕉等,

充分体现了活动组织的人性化与服务保障。赛事组委会对参赛者着装、行进路线及行为规范均提出了明确要求,并设置了男子组、女子组及青少年组别的前六名奖项。

青少年组选手平措朗杰是城关区第二小学的学生,他表示:“这次活动让我明白了坚持的重要性,今后在学习和其他事情上我也会努力坚持。”

本次活动通过全民参与的形式,积极推广了健康生活理念,营造了良好的全民健身氛围。

类乌齐县农产品推介会在拉萨举行

拉萨融媒讯(记者满文妍)日前,2025年西藏昌都市类乌齐县农畜产品宣传推介会在拉萨城关区天海国际广场举行。

推介会现场,各类特色产品琳琅满目,涵盖了类乌齐牦牛系列产品、青稞制品等。其中,作为中国地理标志产品的类乌齐牦牛肉,以其原生态、纯天然、全绿色的品质,以及膘肥体壮、口味浓郁、营养价值高的特点,成为全场焦点,吸引大量市民驻足了解、咨询购买。今年新增的牦牛毛帽子、挂件等文创品同样人气高涨。

活动特别设置了直播带货环节,邀请专业主播向广大网友详细介绍类乌齐县的特色产品,分享产品背后的故事和产地优势。主播与网友实时互动,解答疑问,引发线上观众强烈兴趣,不少网友纷纷下单购买。有效拓宽了产品销售渠道,提升了类乌齐县特色产品的网络影响力。

企业洽谈成果丰硕,昌都市藏家牦牛股份有限公司等企业与拉萨本地伙伴签订供货意向协议。现场还设文化体验区,非遗代表性传承人开展雕刻和藏文书法互动,类乌齐县艺术团带来特色演出,增添文化氛围。

类乌齐县人民政府副县长杨柳柳介绍,去年首届推介会成效显著,今年新增文创与非遗体验,希望深化政企合作,突破企业与冷链物流瓶颈。据了解,此次活动线上线下销售额达20万元,为特色产品拓宽销路奠定了基础。