聚焦老年人所需所盼，拉萨不断健全养老服务体系，提升养老服务品质——

托起幸福“夕阳红”

本报记者 央金卓玛

民生直通车

“老吾老，以及人之老。”随着“银发浪潮”到来，如何让老年人安享幸福晚年、共享美好生活，不仅是每个小家的“愿望”，更成为全社会共同努力的目标。近年来，拉萨市聚焦老年人所需所盼，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”。

适老化改造，让居家养老更安心

居家适老化改造是老年人改善生活环境、提高生活质量的一项惠民工程。近年来，拉萨市民政系统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，努力让更多老年人共享改革发展成果、安享幸福美好生活。

“自从家里的卫生间安装了扶手以后，上厕所就方便多了，再也不用担心滑倒了。”家住拉萨市城关区嘎玛贡桑街道俄杰塘社区的朗加谈起住所适老化改造，脸上露出了笑容。

据俄杰塘社区民政专干达娃拉姆介绍，朗加今年78岁，是一位空巢老人，除了亲戚偶尔会帮忙照料之外，平日里都是独自一人生活。随着年岁渐长，老人的日常生活起居不是很方便，加之房屋年久失修，厕所也未安装扶手，导致老人如厕存在不小的安全隐患。

俄杰塘社区工作人员在走访入户过程中了解到这一情况后，积极联系相关部门，今年7月，拉萨市城关区民政局对朗加老人的居家环境进行现场评估，摸清老人的居家适老化需求，“对症下药”推进居家适老化改造工作。

记者了解到，拉萨市民政部门通过对房屋的通道、居室、厨房、卫生间等生活场所以及家具配置、生活辅助器具等进行一定调整或改造，来适应老人的生活使用习惯。

如今，朗加老人家的厕所不仅安装了扶手，家中还配备了制氧机、紧急呼救器、烟感报警器等设备。“老人在家有紧急需求可以按下呼叫器，我们网格员接到呼叫以后，会第一时间赶到老人的家中。”达娃拉姆告诉记者，经过适老化的“小改造”，切实解决了老人的生活难题，让朗加老人从细微处感受到居家养老的便利和温暖。

办好“爱心食堂”，守护老年人美好“食”光

“儿子平日里工作比较忙，我和老伴年纪都大了，身体不好，行动也不便，做饭成了难题。”家住拉萨市城关区扎细街道扎细新村社区的老人多吉对家门口的“爱心食堂”赞不绝口：“自从社区开了‘爱心食堂’，我和老伴再也不用为吃饭发愁了，每天都能吃到新鲜又健康的饭菜，方便多了。”

前段时间，记者来到扎细新村社区“爱心食堂”，餐厅环境整洁清爽，氛围温馨，饭菜的香味扑鼻而来，让人食欲大增。正值午餐时间，老人们三三两两坐在餐桌旁，一边用餐一边聊天，脸上洋溢着满足的笑容。今年年初，扎细新村社区与嚓如仓传统甜茶馆在原租赁合同的基础上进行合作，打造“爱在新村·免费吃饭”社区“爱心食堂”，为社区居民尤其是老年人带来了实实在在的便利。“食堂开起来以后，我们不仅为辖区的残疾人、低保户、孤寡老人和留守儿童提供免费的套餐，而且还对居民进行入户排查，发放免费就餐卡，邀请更多老人来食堂就餐。如果有行动不便的老人，也可以提前跟我们预约上门送餐服务。”扎细新村社区相关负责人说，“我们希望老人们能把食堂当成家一样，经常过来吃饭聊天。”

为持续改善“一老一小”免费就餐服务，扎细新村社区“爱心食堂”正在进行升级改造，改造完成后能为更多的老年人提供方便舒适的就餐环境。

民以食为天，社区食堂的“小饭碗”实则是幸福养老的“大保障”。近年来，拉萨市多个社区聚焦老年群体“用餐难”的问题，加快推进助餐服务设施建设，全力为老人们打造家门口的养老“服务圈”，不断提升老年助餐服务质量，让老人在家门口就可以享受幸福“食”光。

日间照料中心，老年人家门口的“幸福驿站”

10月12日上午11时许，记者来到位于拉萨主城区的城关区策门林老年日间照料中心，刚进大门就被正在练习瑜伽的老人们吸引，只见老人们坐在各自的瑜伽垫上跟着老师一起练习瑜伽动作。

在助餐区，老人们喝着甜茶，吃着“卡塞”，分享各自听到的趣闻，拉着家常。“日间照料中心离家近，过来很方便。自从来了照料中心，我认识了很多新朋友，大家在这里一起聊天、娱乐，每天都有丰富多彩的活动，晚年生活变得充实而快乐。”家住拉萨市城关区吉日社区的卓玛央宗告诉记者。今年77岁的卓玛央宗是策门林老年日间照料中心的常客，在这里，她享受着中心提供的全方位服务，参与丰富多彩的娱乐活动，生活十分惬意。

短暂的休息过后，老人们在老师的带领下开启了老年课堂。“日间照料中心除了给老人们最基础的照料外，也针对他们的兴趣爱好设置了相应的课程，全面呵护老年人身心健康。我们每天设置的课程都不一样，包括瑜伽、朗玛堆谐、书法、藏医、体操等，老人们喜欢学习，也愿意接触新鲜事物。”策门林老年日间照料中心老年教育班负责人罗布果杰告诉记者。

策门林老年日间照料中心院长格桑曲珍介绍，为丰富老年人的生活，日间照料中心设有老年人娱乐活动室、康复照料室、休闲餐厅、藏医理疗室、综合活动室、阅览室等几大功能室，充分满足大家的不同需求。

日间照料中心以低偿、无偿形式，为城关区60岁以上的高龄老人、独居空巢老人、残疾老人、优抚老人、低保老人、低收入老人及辖区内需要日间照料的自理、半自理、失能老年人，提供“日照+居家”生活照料、益老助老、精神慰藉等一站式的“5+N”服务。

老年人日间照料中心是推进养老服务提质升级的一项惠民工程，通过提供专业化、亲情化的服务，能够让老年人实现老有所依、老有所养、老有所乐。近年来，拉萨市聚焦老年人养老服务需求，健全多层次养老服务体系，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”，让更多老年人在家门口就能享受到更优质贴心的服务，托起幸福“夕阳红”。

斯朗尼玛在区党委统战部部务会理论学习中心组学习会上强调

有形有感有效铸牢中华民族共同体意识 着力创建全国民族团结进步模范区

本报拉萨10月16日讯（记者 **耿锐仙 崔艳 龙霞** 实习生 **沈雨秋**）10月15日，区党委常委、统战部部长斯朗尼玛主持召开区党委统战部部务会理论学习中心组学习会，专题传达学习习近平总书记在全国民族团结进步表彰大会上的重要讲话，传达学习王君正书记在区党委常委会会议、区党委理论学习中心组学习会和会见我区受表彰全国民族团结进步模范集体代表和模范个人时的讲话精神。会议邀请有关专家学者作辅导报告。

斯朗尼玛强调，全区统一战线各级各部门要深入学习贯彻习近平总书记关于加强和改进民族工作的重要思想，深入贯彻落实习近平总书记在全国民族团结进步表彰大会上的重要讲话精神，深入实施“四大工程”、“六项行动”，有形有感有效铸牢中华民族共同体意识，不断推进中华民族共同体建设，着力创建全国民族团结进步模范区，扎实推进新时代我区民族工作高质量发展。要以社会主义核心价值观为引领，着力构筑中华民族共有精神家园，引导各族群众牢固树立正确的国家观、历史观、民族观、文化观、宗教观，不断增进“五个认同”。要精心打造“高原红石榴”少数民族参观团品牌，促进各族群众广泛交往交流交融，促进“四个共同”“四个与共”理念深入人心。要教育引导各族群众增强国家意识、公民意识、法治意识，依法治理民族事务，不断提高民族事务治理能力和水平。

“新时代西藏故事·名家讲坛”走进昌都

本报昌都10月16日电（记者 **贡秋曲措**）10月15日，由自治区党委宣传部主办的“新时代西藏故事·名家讲坛”暨贯彻落实习近平生态文明思想的西藏经验活动在昌都市康巴文化演艺中心举行。

活动中，西藏自治区社会科学院一级巡视员程越作了题为《贯彻落实习近平生态文明思想的西藏经验》的演讲，昌都市生态环境局江达县分局局长涂花、西藏晨曦建设集团有限公司董事长白玛江才分别围绕“守护西藏生态 书写绿色篇章”“吃‘生态饭’走‘绿富双赢’”主题，讲述自身感受与故事。

活动结束后，昌都市生态环境局党组成员、副局长加永斯郎表示，下一步，我们将坚定不移忠诚践行习近平生态文明思想，以饱满的热情、务实的举措、扎实的作风深入推进生态文明建设各项工作，为建设美丽昌都贡献力量。

林芝市举办村党组织书记乡村振兴“擂台比武”活动

本报巴宜10月16日电（记者 **刘枫**）近日，林芝市2024年度村党组织书记乡村振兴“擂台比武”活动在巴宜区布久乡举办。来自该市7个县（区、市）的21名村、社区党组织书记同台竞技，比能力促素质提升、比业绩促担当作为，选树一批担当作为的好支书，营造实干争先的浓厚氛围。

参加“擂台比武”的村党组织书记结合各自工作实际，以“演讲+图文展示”的形式，分别就建强基层战斗堡垒、带领群众增收致富、守护绿色家园、提升乡村治理效能等不同主题进行竞演，全面展示自身在乡村振兴一线的成就和经验，收获了在场评委和观众的阵阵掌声。经过精彩的“擂台比武”，共有10名村党组织书记获得“乡村振兴担当作为好支书”荣誉称号。

参赛人员纷纷表示，此次活动为村党组织书记交流互鉴、成长锻炼搭建了平台，增长了见识、受到了鼓舞，提振了干事创业精气神，今后将团结带领村“两委”班子，继续发挥好示范带头作用，以更加饱满的热情推动乡村振兴见实效。

我区社会体育指导员进社区活动举行

本报拉萨10月16日讯（记者 **郑璐 袁海霞** 见习记者 **扎西拉姆**）近日，由国家体育总局社体中心、中国社会体育指导员协会主办的全国社会体育指导员志愿服务活动暨2024年西藏自治区社会体育指导员进社区活动在拉萨举行，共有150名学员参加。

此次活动为期三天，邀请青海、山东等地4位健身锅庄舞专家在拉萨授课。培训结束后，将对所有考核合格的学员，根据《社会体育指导员管理办法》颁发相应的社会体育指导员等级证书。

栏目》入选优秀案例集

《『格桑花开』——西藏日报社重大主题报道策划

中国报业协会主流媒体系统性变革学习研讨会在敦煌开幕

本报敦煌10月16日电（记者 **达娃次仁 康洁白姆**）10月16日，中国报业协会主流媒体系统性变革学习研讨会暨第七届甘肃媒体融合创新与发展论坛在敦煌开幕。西藏日报社报送的《“格桑花开”——西藏日报社重大主题报道策划栏目》入选优秀案例集。

本届论坛由中国报业协会、甘肃报业协会、中共酒泉市委、酒泉市人民政府、甘肃日报社、甘肃日报报业集团主办，以“数智共融·向新求质”为主题，旨在进一步学习宣传贯彻党的二十届三中全会精神，凝聚国内媒体合力，总结新时期国内报业转型发展和创新融合的经验，加强全媒体传播体系建设，塑造主流舆论新格局。论坛分为中国报业协会主流媒体系统性变革学习研讨会暨第七届甘肃媒体融合创新与发展论坛开幕式、第七届甘肃媒体融合创新与发展论坛、主流媒体系统性变革学习研讨会三部分，有近530人参加。

近日，在浙江省援藏指挥部指导下，“浙江日报报业集团紫藤花公益捐赠活动”走进西藏，开展爱心捐赠。

据了解，浙江日报报业集团联合社会爱心企业共同走进拉萨市幼儿园、那曲市尼玛县军仓乡小学、那曲市色尼区香茂乡小学、那曲市第二幼儿园，捐赠了书包、文具、台灯、足球等爱心物资，总价值19万余元。

图为那曲市色尼区香茂乡小学学生开心地展示收到的书包。 本报记者 **万靖** 摄

扭住目标不放松 一张蓝图绘到底 在中国式现代化建设中奋勇争先

（上接第一版）

习近平指出，要在推动科技创新和产业创新深度融合上闯出新路。加快构建支持全面创新体制机制，统筹推进教育科技人才体制机制一体改革，加强高能级科创平台建设，实施科技重大攻关行动，强化企业科技创新主体地位，完善金融支持科技创新的政策和机制，营造更加完善的创新环境、更有吸引力的人才环境。牢牢守住实体经济，巩固传统产业优势，大力推动转型升级，培育壮大战略性新兴产业，前瞻布局未来产业，因地制宜发展新质生产力，塑造产业发展新优势。

习近平强调，要在全面深化改革、扩大高水平开放上奋勇争先。聚焦重点领域和关键环节，突出经济体制改革牵引作用，继续大胆试、大胆闯、自主改。坚持“两个毫不动摇”，创新发展“晋江经验”，充分激发全社会投资创业活力。聚焦人民群众所思所想所盼，优先抓好民生领域各项改革。深入实施自由贸易试验区提升战略，主动对接区域重大战略，深度融入高质量共建“一带一路”，打造21世纪海上丝绸之路核心区，巩固拓展国内国际双循环的重要节点、重要通道功能。建设好两岸融合发展示范区。

习近平指出，要在推动区域协调发展和城乡融合发展上作出示范。健全深化山海协作机制，加强山海统筹、强化功能互补。深化国家生态文明试验区建设，构建从山顶到海洋的保护治理大格局，加强重点领域、重点流域、重点海域综合治理，扩大生态环境容量。强化乡村全面振兴与新型城镇化有机结合，加快城乡融合发展步伐。壮大县域经济，加快老区苏区振兴发展，巩固拓展脱贫攻坚成果。严守耕地红线，树立大农业观、大食物观，打造特色农业产业集群。深化集体林权制度改革，发展森林食品、林下经济，不断挖掘培育“森林粮库、钱库”。推动福州、厦门加快建设全国海洋经济发展示范区，做大做强海洋经济。加强对台风、地震等自然灾害防范，提高防灾减灾救灾能力。

习近平强调，要在提升文化影响力、展示福建新形象上久久为功。传承弘扬红色文化，建好长汀、宁化长征国家文化公园，深化革命史料和革命文物研究阐释。加强文化遗产保护传承，坚持不懈做好以文化人工作，积极推进移风易俗。推进文化和旅游深度融合发展，把文化旅游业培育成为支柱产业。促进两岸文化交流，共同弘扬中华文化，增进台湾同胞的民族认同、文化认同、国家认同。依托宗亲乡亲、祖地文化等纽带广泛凝聚侨心。

习近平指出，要教育党员干部继承优良传统、赓续红色血脉，继续发扬敢为人先、爱拼会赢的开拓创新精神，锐意进取、善作善成。树立和践行造福人民的政绩观，不忘初心、担当作为、廉洁奉公，永葆共产党人的政治本色。深化整治形式主义，切实为基层减负。全面落实“四下基层”制度，走好新时代党的群众路线，提升党建引领基层治理效能。

习近平强调，要认真贯彻落实党中央决策部署，全力抓好第四季度经济工作，努力实现全年经济社会发展目标。

何立峰及中央和国家机关有关部门负责同志陪同考察。

（紧接第一版）把西藏的资源优势有效转化为经济优势、发展优势，努力推动西藏经济社会高质量发展。

柯瑞文对自治区党委、政府关心支持企业在藏发展表示感谢。他说，中国电信将以本次签署合作框架协议为契机，积极对接西藏所需，充分发挥自身所能，密切沟通交流，拓展合作空间，做好支持服务，为推动西藏长治久安和高质量发展作出新的更大贡献。

座谈前，自治区人民政府与中国电信集团有限公司签署了“数字西藏”合作框架协议。根据协议，双方将在数字基础设施建设、数字技术创新、产业数字化和数字产业化、数字治理等领域开展深入合作。

自治区领导任维、嘎玛泽登参加。

拉萨市深挖文化资源提升旅游魅力

（上接第一版）

这是《文成公主》在打造文旅新场景上的全新升级。在舞台表演之外，通过公主游园、千人锅庄等沉浸式场景体验，不断注入新活力，实现剧目配套文旅业态生态圈的持续更新。

西藏文化旅游创意园区管委会一级调研员元旦次仁告诉记者，在《文成公主》大型史诗实景剧、《金城公主》舞台剧、慈觉林藏院风情街、文成公主文化旅游主题园共同驱动下，拉萨慈觉林片区目前已形成“两剧、一街、一园”的文旅产业聚集共融发展模式，构建了“吃、住、行、游、购、娱”有机联动的文化旅游全产业链，吸引数百家文旅企业和服务业企业入驻，辐射带动周边区域超百亿元投资规模，成为拉萨文旅产业发展的新高地。