

山南市琼结县下水乡求解独居老人养老难题——

小小“平安铃”牵挂有回应

本报记者 孙开远

乡村振兴
在高原

巴掌大的红色按钮，一根触手可及的红绳，串联起的是独居老人与整个社区的温暖守望。

在山南市琼结县下水乡，一场关乎独居老人的温暖变革正在悄然进行。18位独居老人的家中，多了一个巴掌大小、带着红色按钮的设备——“一键呼叫器”。

社区的老人们亲切地称它为“平安铃”，这个看似简单的小装置，却在老人与村干部、驻村干部和网格员组成的志愿服务队之间，牵起了一条看不見的“守望线”。只要老人有需要，按一下按钮，马上就有人员回应。

“平安铃”的推出，并非一蹴而就，而是下水乡长期探索养老服务优化的结果。

近年来，下水乡整合各类资金500余万元，对全乡党群服务阵地进行升级改造，打造出各具特色的“5分钟服务圈”。

在措杰村，智慧居家服务驿站配备了健康监测、紧急呼叫系统，成为老人日常最爱去的场所。

这个不足200平方米的驿站，每天都上演着温馨场景：老人们边吸氧边下棋，妇女们围坐在一起，编织藏式手工艺术品，孩子们在图书角捧书阅读。

“这里就像我们的第二个家！”村民卓玛拉姆笑着说。

正是基于智慧阵地的建设经验，下水乡进一步将服务延伸至老人家中，推出了更具个性化和便捷性的“平安铃”服务。

要送“平安铃”，首先要精准识别谁最需要。下水乡的干部前期做了大量工作，村干部、驻村工作队和网格员一趟趟往村里的老年人家里跑，详细了解每位老人的家庭情况、健康状况、居住环境和特殊需求。

“阵地不在于大，关键要实用。”下水乡党委书记多吉泽丁一语中的。

安装设备只是第一步，让老人会用、敢用才是关键。

面对大多不熟悉电子产品的老年群体，乡里安排技术人员上门，手把手教老人如何使用“平安铃”：“您看，这个按钮一按，志愿者的手机就响了”“要是不方便按，喊句藏语‘救命’‘快来’也管用”。

一遍教不会就再来第二遍，直到每位老人都能熟练操作为止。

“平安铃”最让人安心的是它24小时不间断的守护机制。

老人如有头疼脑热、需要买药，或是想找人说话，只需按下按钮，志愿者的手机立即会收到信息，迅速赶往老人家中。

更贴心的是，这套系统还能实现“反向呼叫”——志愿者可以主动通过系统联系老人，询问“今天吃饭没”“身体舒不舒服”等，变被动等待为主动关心。

这种双向互动，让冰冷的科技设备变成了温暖的“守护铃”。

“平安铃”虽小，却是下水乡破解独居老人养老难题的创新举措。

在“一老一小”服务上，当地创新举措频出：为独居老人安装一键呼叫系统，为全村老年人建立健康档案；久河村开设“老年食堂”；唐布齐村举办寒假辅导班。

下水乡乡长冯树表示：“我们要让每个群体都能感受到党的温暖。”

将智慧养老与人文关怀相结合，正是我区养老服务发展的重要方向。

如今的下水乡，党群阵地已成为密切干群关系的“连心桥”、服务群众的“暖心站”、基层治理的“前哨点”。而小小“平安铃”正是这些功能的具体体现。

科技正在重新定义养老的边界，而琼结县下水乡的“平安铃”就是这个时代潮流中的一朵浪花。那枚小小的红色按钮，如同开在老人指尖的花，让安全感绽放，让牵挂有回应。

民生直通车

“康桑（您好），我们是社区网格员，晚上来跟您核对下信息，再把网格名片给您送家里来！”10月14日的傍晚，拉萨市城关区纳金街道林琼社区佳禾未来城的楼道里传来敲门声。19时刚过，身着红马甲的社区工作者便带着登记表、网格名片，穿梭在各小区楼栋间，一场对准“群众时间”，破解“服务时差”的夜间入户行动正式拉开帷幕。

“白天我们都在上班，社区上班我们也上班，想反映问题时间总不合适。”居民普布占堆打开门，见是社区网格员，立刻把他们迎进门。客厅里，网格员次巴卓玛一边对照表格核对家庭人口、联系电话等信息，一边递上印着姓名、电话、微信二维码的网格名片：“您把这张卡收好，有问题或者是需要咨询，随时打电话、发微信，我们第一时间帮您处理。”一旁的网格长且增罗布则拿着笔记本，认真记录着普布占堆提出的诉求。

夜间入户行动，是林琼社区破解基层服务时间冲突难题的实践之一。据社区工作人员普珍介绍：“辖区70%以上居民白天外出工作，我们把服务时间调整到19:00—21:00，这时候，大家基本上都在家，既能高效完成7个网格的信息更新，还能走进居民家里、听大家说心里话。”截至目前，该项行动已实现网格名片全覆盖，收集民诉求14条、政策咨询20件，当场办结18件。

连日来，在佳禾未来城、天峰祥和苑以及林琼社区其他小区的楼道间、单元楼门口，随处可见红马甲忙碌的身影：他们有的蹲在台阶上整理收集的信息，确保“数据鲜活”；有的向居民讲解医保缴费政策，解答养老保险疑问；遇到晚归的居民，工作人员会主动上前，做好信息登记与名片发放。“以前，不知道社区的网格员是谁，遇到问题应该找谁，现在有了这张名片，办事就方便多了！”刚下班回家的居民拉巴接过名片，笑着把名片上的联系方式存进手机。

林琼社区第一书记顿珠表示，从“居民找服务”到“服务找居民”，夜间入户行动不仅补齐了网格化服务的“时间短板”，更架起了干群“连心桥”。下一步，社区将持续优化“错峰服务”机制，结合居民作息动态调整走访时间，推动网格化服务从“全覆盖”向“精准化”升级，将基层治理的温度，传递到每一位居民的心坎上。

本报记者 格桑珍珠

对准「群众时间」破解「服务时差」

——拉萨市林琼社区夜间入户行动见闻

全区离退休干部党组织书记讲坛在拉萨举办

本报拉萨10月20日讯（记者 耿锐仙）20日，全区离退休干部党组织书记讲坛在拉萨举办。

讲坛邀请自治区社科院一级巡视员、西藏党建研究会副会长程越作专题辅导。程越以《铸牢中华民族共同体意识为主线 共同书写美丽西藏新篇章》为题，围绕“在全区开展铸牢中华民族共同体意识教育、创建全国民族团结进步模范区的重要意义”

“全面准确理解习近平总书记关于加强和改进民族工作的重要思想，共同推进新时代党的民族工作高质量发展”等方面展开系统讲解。

自治区党委老干部局副局长郭中华表示，广大离退休干部党组织书记在实践中积累了丰富经验。本次讲坛作为一个开放的交流平台，旨在促进彼此互学互鉴，进一步提升书记们的组织协调和示范带动能力，同时充分发挥其“领头雁”作用，带动更多离退休干部在基层治理、乡村振兴等领域继续发光发热，贡献“银发力量”。

讲坛还设置了交流发言环节，自治区司法厅、昌都市、那曲市的3位离退休党组织书记代表结合各自工作实际，畅谈体会和认识。

《藏戏新韵》获全国优秀小戏小品展演优秀奖

本报拉萨10月20日讯（记者 格桑珍珠）近日，中国戏剧家协会主办的第十届“全国优秀小戏小品展演”在江苏无锡开幕。自治区藏剧团创作演出的觉木隆藏戏小戏《藏戏新韵》入选展演并在无锡市人民大会堂演出，演出后主办方对该团颁发优秀荣誉证书。

《藏戏新韵》是自治区藏剧团以八大藏戏经典人物为灵感，融入现实

题材，通过演员表演抨击社会不良现象，实现思想性与艺术性统一。演出中，演员身着传统藏戏服饰，通过藏戏念白唱腔与程式动作进行表演，赢得观众阵阵热烈掌声。

此次展演汇聚襄阳花鼓小戏、眉户小戏、锡剧小戏、儿童剧等多地优秀作品，《藏戏新韵》与这些作品同台竞技、交流互鉴，展示了藏戏艺术的独特魅力。

中国国际大学生创新大赛(2025)全国总决赛 西藏职业技术学院获一金二银七铜

本报拉萨10月20日讯（记者 杨小娟）近日，中国国际大学生创新大赛(2025)全国总决赛圆满收官，西藏职业技术学院参赛团队凭借扎实的专业素养与出色创新能力，收获一金二银七铜。

据悉，本届中国国际大学生创新大赛(2025)聚焦关键领域技术突破与成果转化，为青年学子搭建了展示创新风采、实现创业梦想的顶级平台，

吸引了161个国家和地区，5673所高校，619万个项目，2443万名学生踊跃参与，累计报名项目数量再创新高。最终经层层选拔，4720个优质项目入围全国总决赛。西藏职业技术学院师生创作的《“香”村振兴——科技助力非遗藏香活化与乡村共富实践》和《雪域“微”力——以高活性菌群筑牢高原粮安防线》项目分别获职教赛道的金奖和银奖。

西藏清洁能源开发与产业发展合作论坛暨第一届雅江论坛举行

本报巴宜10月20日电（记者 董国峰 见习记者 土旦仁青）近日，西藏清洁能源开发与产业发展合作论坛暨第一届雅江论坛在西藏农牧大学举行。

本次论坛在政策、技术、产业多方

面形成广泛共识，有效整合了各方资源。在专题研讨环节，与会代表分别就水电工程技术、电氢转化与微电网应用等议题展开深入交流。技术讨论聚焦大水电建设等关键技术，同时探讨了清洁能源创新应用路径。生态保护专题重点关注地质灾害防控，促进了工程建设与环境保护的有机结合。



高原健儿 砺剑“十五运”

随着第十五届全国运动会的临近，连日来，在四川省彭山西藏训练基地各个场馆，尽是高原体育健儿为了梦想拼搏的身影。

上图：在摔跤场馆，运动员进行摔跤训练。

左图：在攀岩场馆，攀岩运动员正在训练中。

本报记者 洛桑 摄

(上接第一版)

“中央八项规定都抓不好、坚持不下去，还搞什么十八项规定、二十八项规定？抓‘四风’要首先把中央八项规定抓好，抓党的建设要从‘四风’抓起。办好一件事后再办第二件事，让大家感到我们是能办成事的，而且是认真办事的。”

新时代的徙木立信之举，在“共产党人最讲认真”的言行之中，得到人民衷心拥护。

习近平总书记一再强调“钉钉子”精神，“钉牢一颗再钉下一颗，不断钉下去，必然大有成效”；同时，反复告诫“抓工作不能狗熊掰棒子”，掰一个丢一个，最终瞎忙活。

九层之台，起于累土。“干大事都要一点儿一点儿地积累”“一环紧着一环拧，一锤接着一锤敲，才能积小胜为大胜”……言语之间，蕴含朴素而深刻的道理。

又何止八项规定！

“像我们抓绿水青山，像我们的脱贫攻坚、实现全面小康，像我们共建‘一带一路’，像我们区域协调发展的几大战略……都是一件事、一件事在做，按照党中央的要

抓铁有痕 踏石留印

求，一丝不苟做起来。”

一如在地方工作时，习近平同志曾写下的为政体悟：“我们需要的是一步一个脚印的实干精神，而不需要新官上任只烧三把火希图侥幸成功的投机心理”。

成事之道，从全局观一域，明智而笃行。

山东东营，浩荡黄河奔腾万里，汇入茫茫渤海。“黄河入海流，真是辽阔啊！今天来到这里，黄河上中下游就都走到了，我心里也踏实了。”2021年10月，习近平总书记在黄河入海口凭栏远眺。

走遍沿黄9省区、长江沿线11个省市，确立起国家的“江河战略”，以系统思维统筹治水全局。

由京津冀协同发展肇始，新时代一个个区域发展战略谋篇布局：两条母亲河、三大城市群、四大经济区……一步步部署、一项项落实，广袤大地上点与线交相辉映，绘就区域发展新蓝图。

由京津协同发展肇始，新时代一个个区域发展战略谋篇布局：两条母亲河、三大城市群、四大经济区……一步步部署、一项项落实，广袤大地上点与线交相辉映，绘就区域发展新蓝图。

实干不是蛮干，谋定而后动，这是发

带发展，强调“防止畸重畸轻、单兵突进、顾此失彼”；谋划京津冀协同发展，要求“打破自家‘一亩三分地’的思维定式”；部署网络安全和信息化工作，要求摒弃“宁为鸡头、不为凤尾”等想法。

抓重点、谋长远——构建新发展格局，强调“操其要于上”“分其详于下”；开展乡村建设，明确“聚焦现阶段农民群众需求强烈、能抓得住、抓几年就能见到成效的重点实事，抓一件成一件”；抓民生工作，要求“全心全力把老百姓的事一件一件办好”。

回顾新时代以来区域发展战略的形成历程，习近平总书记深刻指出：“不是说规划完了就算完了，不是说只喊口号没有行动。我们都是一件件做，全面系统布局。做就要做好它，完成它。”

不驰于空想，不骛于虚声。真正的实干，是尊重实际，是遵循规律，是实现改造主观世界和改造客观世界的相统一。

察问题、重精准——推进全面深化改革，强调“找准改革发力点和突破口”；对于脱贫攻坚，指出“聚焦精准发力，攻克坚中之坚”；应对污染防治，提出“精准治污”；着眼城市管理，要求“像绣花一样精细”。

新征程上，始终秉持担当作为、求真务实的品格，以抓铁有痕、踏石留印的干劲韧劲将党中央决策部署落到实处，无论风吹浪打，我们必将向着更伟大的胜利进发。

（新华社北京10月20日电）

(上接第一版)

这份将群众放在心上的态度，很快在一件急事上得到了印证。今年7月，连绵的雨季让64岁的居民旦增家经历了一场关乎生计的“水患”。家住郊的旦增，在院里修了羊圈，日常在周边牧场忙活。那阵子的暴雨来得突然，雨水顺着低洼的地势往院里灌，很快就淹了羊圈，水位直逼房屋。

“我当时急得不知道怎么办才好，就拨通了社区工作人员的电话。”旦增回忆。

没过多久，孟兆东带着社区工作人

“家事”里的小温情

员冒着雨水踩着稀泥来到旦增家。大家分工清理积水、搬石筑堤，雨水混着汗水顺着脸颊流下来，衣裤全裹着泥，可谁也没停下。

积水很快排净了，羊圈保住了。旦增擦着大家泥乎乎的手，反复说着“突吉切、突吉切”。孟兆东后来想起那一刻，总说：“看到老人放下心来的样子，浑身的疲惫都散了，再苦都值。”

没过多久，孟兆东带着社区工作人

暖老人的晚年；对于依靠低保生活的残疾人许锦弟，社区一次次奔走协调，为他争取到残疾人专用电动车和轮椅等辅助器具，还时常送去米面油等生活必需品，帮他撑起生活的底气。

社区为群众办的暖心事远不止这些。帮老人跑腿办社保、联系医院进社区义诊、一件件落实群众的“微心愿”……这些事不大，却像似泉河畔的暖阳，一点点焐热了每位居民的心。在森格社区，民族团结就是这样，藏在每一次伸手、每一声问候里，暖得扎实，也长久。

本报巴宜10月20日电（记者 董国峰 见习记者 土旦仁青）近日，西藏清洁能源开发与产业发展合作论坛暨第一届雅江论坛在西藏农牧大学举行。

源。在专题研讨环节，与会代表分别就水电工程技术、电氢转化与微电网应用等议题展开深入交流。技术讨论聚焦大水电建设等关键技术，同时探讨了清洁能源创新应用路径。生态保