

“三色银龄”志愿服务队：

余热映初心 银发践使命

本报记者 次吉 谭瑞华

60多岁时你会干嘛？很多人或许会说,到了这个年纪,就该享受生活,含饴弄孙、养花遛鸟。但是在拉萨市堆龙德庆区,一群老人给出了不一样的答案——做志愿者。这些老人虽已年过半百,却主动加入由拉萨市堆龙德庆区德庆镇邱桑村农村幸福院牵头的“三色银龄”志愿服务队,每日穿梭在村落间,帮助高龄老人送餐、量血压、捡拾垃圾等,他们说现在政策好、生活好,想发挥余热。

银发课堂上,老人走上讲台挥洒热情

在拉萨市堆龙德庆区德庆镇邱桑村,有一处充满温情与活力的地方——邱桑村农村幸福院。“一二一,踏步,一二一……”早上10时许,还未走进幸福院,响亮的口令声便远远传来。走近一看,老人们正整齐划一地跟着节奏做操,他们虽已年迈,却个个精神矍铄、神采奕奕。

待一整套操做完,老人们围在一起三言两语地说着,并熟练地准备好纸笔,满心期待着藏语课。藏语课的老师是“三色银龄”志愿服务队的志愿者拉巴次仁,今年68岁的他精神头丝毫不输年轻人。课堂上,他耐心地老人们教授日常藏的词汇,还会分享一些文化故事。“看着大家从最初的不会写藏文,到慢慢能够自己书写,我打心底里高兴。以前,签名字都得我帮忙,现在他们都能自信地说‘我自己写’,这份成就感是无法言喻的。”拉巴次仁满脸笑意。他说家人支持他做志愿服务,自己也因能帮大家而感到踏实、充实。

藏语课结束后,老人们的活动依然丰富多彩。有的晒太阳,有的练锅庄舞,还有的在65岁的志愿者桑珠的带领下捡垃圾。回忆起自己参与志愿工作

的经历,桑珠感慨万千:“以前整天待在家里,除了喝茶就没啥事儿可做,生活单调又乏味。现在能出来帮助别人,我心里特别开心,而且身体也比以前硬朗多了。在这里能和大家一起跳舞,心情好得不得了!”

“我们一共有30名志愿者,年龄普遍60多岁,老人们每日活力满满,积极参与各项活动,用实际行动展现了低龄老年人在志愿服务中的价值和作用,也为其他老年人树立了榜样,激励着更多的老人加入到志愿者队伍中,共同为社会贡献自己的力量。”幸福院院长、社工旦增赤列说,“一开始因为有些老人存在听力障碍,和他们沟通有点困难,但这也让我变得更更有耐心,和他们相处,我学到了很多。”

“来来来,大家继续练习,下午我们还要去参加村里邀请的表演呢!我们的锅庄舞可是拿过两届堆龙德庆区级的冠军。”在旦增赤列召集下,老人们开始排练锅庄舞。

低龄帮助高龄,让老人感受来自身边的温暖

中午11时许,在德庆镇一处温馨的小院里,89岁的孤寡老人白吉正坐在桌前,享用热气腾腾、香气四溢的饭菜。这些饭菜是63岁的志愿者次热专程骑着三轮车为她送来的。往昔,由于年事已高,白吉老人的饮食十分简单,常常只有糌粑和酥油茶相伴。如今,她既可以自行前往就餐点,也能享受志愿者送餐上门的服务,方便又贴心。

不仅如此,志愿者们还常常登门,帮白吉老人打扫卫生、查看老人身体状况,哪怕是电路跳闸这样的琐碎小事,也会有人第一时间帮忙处理。“我年龄大了,一个人生活其实很吃力,真的很

感谢他们。”无微不至的关怀,让白吉老人的心里满是温暖。

记者了解到,“三色银龄”志愿服务队分别为代表助医志愿服务项目的蓝色、代表生态环保项目的绿色、代表教育支持项目的红色,以德庆镇邱桑村、门堆村幸福院和东嘎街道祥和苑社区日间照料中心为点位,打造固定服务阵地。每个点位按1:30的比例,由1名社工和30名老人志愿者组成,这是一支充满温情与力量的队伍。队伍中,60余岁的低龄老人主动肩负起帮助70岁以上高龄老人的重任。这些志愿者们全都怀着一颗热忱的心自愿加入,积极主动地去发现、帮助身边需要关怀的人。

“因为都是同村人,彼此之间十分熟悉,我们的志愿者们能够更迅速、更全面地了解村里的各种情况,这是我们的志愿服务区别于其他服务队的显著优势。”29岁的社工旦赤介绍道,“低龄老人主动伸出援手,去帮助那些需要关爱的高龄老人,这种低龄帮助高龄的服务模式,不仅让低龄老人的余热得以充分发挥,也让高龄老人们真真切切地感受到了来自身边人的关怀与温暖。”

村医发挥余热,让老人生活多一份保障

“北京的金山上光芒照四方……”悠扬动听的歌声在村落中回荡,62岁的平措和其他3名志愿者一同哼着曲,迈着轻快的步伐走进一户户高龄老人家中。平措有着长达38年的村医经历,退休后,她没有选择悠闲地安度时光,而是主动加入了“三色银龄”志愿服务队,希望能发挥余热,为高龄老人贡献自己的力量,让他们的生活多一份保障与安心。

每日穿梭在老人们的家中,为他们测量血压,关心他们的身体状况,已经

成为平措与其他几名志愿者生活的一部分。“平时要多吃蔬菜水果,吃完了及时跟我们志愿者说,我们会马上送过来。”平措一边熟练地为94岁的孤寡老人测量血压,一边细心叮嘱着。

在堆龙德庆区,低龄帮助高龄的服务模式温暖着每一位老人的心,它不仅体现了邻里之间的互助互爱,更彰显了党和政府对老年人的关怀,让老人在这片熟悉的土地上安享幸福晚年。“三色银龄”项目负责人白玛央金告诉记者,目前,在德庆镇80岁至90岁的老人有108人,其中,孤寡老人11人,他们在这种贴心周全的服务模式下,得到了悉心照料。

“之前我们组织的运动会上,85岁的奶奶一骑绝尘,勇夺跑步比赛的第一名,引发了广泛关注。老人们其实充满了热情和活力,只是一直缺乏一个展示自我、实现价值的平台。我们的‘三色银龄’项目致力于构建银龄志愿者队伍,不仅是为了给老人们提供一个发挥余热的舞台,更是为了打破社会对老年人的刻板认知,让他们能够在志愿服务中继续发光发热,书写别样的精彩人生。”白玛央金说。

提及未来,白玛央金表示,将把志愿者队伍扩充至120人规模,并同步增加专业社工至6名,进一步充实服务力量,确保项目能够更加高效、专业地运行。通过建立“老带新”实践考核机制,以经验丰富的老志愿者带领新成员,确保每一位志愿者都能具备扎实的专业知识和丰富的实践经验,提供优质、专业的服务。同时,为了更好地激发志愿者的积极性与主动性,还将进一步优化现有的激励机制,构建起“积分兑换+荣誉表彰+多元奖励”的三阶体系,让每一位志愿者都能感受到自己的付出得到了充分的尊重和肯定。

本报日喀则电(记者 扎西顿珠)今年以来,日喀则市市场监管局多措并举,深入开展特种设备安全隐患排查,积极预防事故隐患,全力确保全市特种设备安全形势持续稳定。

聚焦重点环节,念好安全生产“紧箍咒”。日喀则市市场监管局突出抓好安全生产风险管控,先后召开市场监管领域特种设备安全生产工作部署推进会6次,落实安全责任,推动工作落地。督促使用单位落实安全生产主体责任,组织147家特种设备使用单位、19家电梯维保单位开展《特种设备重大事故隐患判定准则》宣传贯彻暨约谈会,观看警示教育片,下达《特种设备安全监察指令书》37份,切实增强使用单位安全隐患意识。

聚焦重点领域,筑牢隐患防范“防护网”。日喀则市市场监管局深入推进市场监管系统“治本攻坚三年”行动,紧盯液化石油气充装单位、重点领域起重机械、场(厂)内专用机动车集中使用单位,强化监督检查,立案查处违规充装违法违规行为1起;聚焦灾后恢复重建期间特种设备安全,深入开展灾后特种设备安全隐患排查工作,共排查特种设备使用单位56家,电梯49台、压力容器105台、锅炉7台及压力管道1350米,发现并整改隐患3处,有效督促使用单位及时排除安全隐患;持续开展电梯安全筑底行动,将大型商超、医院、酒店纳入重点监管对象,对电梯使用单位的290台电梯开展检查,结合全市电梯维保质量监督抽查工作,对40家使用单位的68台在用电梯开展维保质量监督抽查,发现并整改问题273处,有效提升电梯维保质量;组织开展特种设备Ⅳ级事故(电梯困人)应急救援演练,检验日喀则市电梯应急救援体系的有效性和实用性,提高电梯维保单位和使用单位应对突发事件的能力,增强广大市民的安全乘梯意识。

聚焦特检技术,拧紧隐患预警“安全阀”。日喀则市市场监管局充分发挥特种设备检验检测技术力量,通过“专业找疑”,组织开展2025年特种设备安全评估,对全市15年(含)以上老旧电梯及重点领域老旧特种设备、快开门式压力容器等在用特种设备82台进行全方位检查。据介绍,目前已完成所有特种设备安全评估工作,发现并整改隐患215处,全面推动特种设备隐患动态“清零”,为日喀则市市场监管工作高质量发展奠定安全基础。

昌都市丁青县完成老年人精准能力评估——

构建养老服务“数字底座”

本报记者 平措郎加 董国峰

近日,在平均海拔4000米的藏东丁青县,县民政和退役军人事务局联合全县13个乡镇组织,通过“党员结对接送+集中评估+动态建档”的创新模式,为该县1115名60岁及以上老人完成精准能力评估,构建起高原养老服务的“数字底座”。

“阿妈啦,这是握力器,您慢慢用力……”在丁青县特困人员集中供养中心评估现场,老年人能力评估执行机构民生社工评估师刘成康联合党员志愿者益西旺加为老人讲解评估流程。

评估过程中,党员们自发组成陪护小组。党员扎西泽措全程搀扶着高龄老人次仁卓玛,边走边描述环境:“前面有三级台阶,我们数着脚步

慢慢下。”

“扎西大爷,我们来为您开展能力评估啦!”清晨,色扎乡贡桑村党支部书记乐央带领评估团队深入辖区老人家中开展老年人能力评估工作。

此次老年人能力评估工作形成三大创新机制:建立“党员+社工+医护”三方评估小组;开发能力评估APP,实行“评估—建档—服务”闭环管理;为每位老人建立包含4个一级指标、26个二级指标的“数字画像”。

丁青县民政和退役军人事务局相关负责人介绍,通过老年人能力等级评估,能更加准确全面地了解全县老年人的能力状况和养老服务需求,从而为老人们提供更加精准、个性化的养老服务方案。

昌都市卡若区

税务服务助推餐饮企业健康发展



图为昌都市卡若区税务局工作人员为餐饮企业提供上门辅导政策服务。
卡若区税务局供图

本报卡若电(记者 温凯 通讯员 尼玛拉增)为引导餐饮行业合规经营,国家税务总局昌都市卡若区税务局聚焦餐饮行业分布广、中小主体多、涉税需求集中等特点,系统梳理餐饮纳税人适用税费政策,推出一系列针对性服务举措,助力企业健康发展。

“我们平常比较忙,对涉税事项了解不多,也没有深入学习了解相关政策。多亏税务局工作人员经常来店里讲解,操作一步步教、政策一项项讲,帮我们解决了许多涉税方面的难题。”在卡若区从事火锅餐食经营的游满表示,“在宣传政策的同时,税务人员还向我们普及相关税法知识,现在日常经营管理也更规范了,真是既贴心又靠谱!”

据了解,在餐饮行业中,对相关政策和合规经营事项了解不够全面的经

营主体并不在少数。针对这一情况,卡若区税务局通过常态化安排工作人员定期走访,耐心细致为纳税人讲解政策、辅导办理涉税事项,引导纳税人规范日常经营和财务事项。同时,坚持优化税费服务,线上,依托电子税务局、征纳互动平台等数字化渠道,根据企业类型和规模实施分类标签管理,实现行业政策精准推送,确保税费优惠直达快享,有效提升政策覆盖面和享受便利度,切实增强政策落实整体效能;线下,开展多元化实体服务,定期组织面向餐饮企业的专题线下辅导会、座谈会,现场集中答疑解惑,快速响应纳税人在发票申领、申报操作、政策适用、合规经营等方面遇到的个性化问题,上门开展个性化定制服务,切实解决餐饮行业纳税人急难愁盼,持续夯实行业发展基础。

青春筑梦

展示成果

近日,“青春筑梦六十载·实践育人新征程”——西藏团区委庆祝西藏自治区成立60周年暨青少年校外实践教育成果汇报展,在拉萨市宗角禄康公园举办。

此次成果展分为艺术作品成果展、舞台艺术展演、实践教育成果展示、互动交流四大板块,形成“可看、可听、可感、可参与”的立体展示格局。

此次成果展不仅是西藏青少年才华与活力的集中展示,更是西藏校外实践教育发展历程的生动缩影。

图为活动现场,小朋友正在表演节目。 本报记者 袁海霞 摄



国网仁布县供电公司：

让群众用上绿色电、实惠电

文/图 本报记者 袁海霞 本报通讯员 罗布次仁



国网仁布县供电公司技术人员正在施工。

近日,海拔4500米的日喀则市仁布县嘎曲村的晒谷场热闹非凡。5户村民扶老携幼围在新装的配电箱旁,

目光紧紧盯着国网仁布县供电公司技术人员的手。当“合闸”指令落下,这个被大山阻隔半生的“弱电村”,终于