

# 雪域高原铸忠诚

——西藏定日地震中的坚强堡垒和先锋队伍

光明日报记者 傅强 尕玛多吉

## 民生直通车

本报拉萨11月17日讯(记者文凤见习记者胡婉柔)近日,记者从《西藏自治区关于健全基本医疗保险参保长效机制的实施意见》(以下简称《实施意见》)政策解读新闻发布会上了解到,为鼓励居民医保参保人员加强自我健康管理、连续参保缴费,从根本上更好维护全体参保人的利益,对连续参加居民医保的参保人员和基金零报销人员,采取相应提高城乡居民大病保险最高支付限额的激励措施。

据了解,自2025年起,对连续参加居民医保满4年的参保人员,之后每连续参保缴费1年,每年提高城乡居民大病保险最高支付限额4000元。如果中断参保,前期连续参保积累的年限自动清零,再次参加居民医保时,年限需要重新计算。前期积累的激励额度继续保留。同时,对当年医保基金零报销且次年正常缴费的居民医保参保人员,次年提高大病保险最高支付限额4000元。连续参保和基金零报销激励金额累计提高不超过我区居民大病保险封顶线(14万元)的20%,激励后累计可以提高2.8万元,居民大病保险最高支付限额可以达到16.8万元。参保人员在实施自治区级统筹后在藏参加城乡居民基本医疗保险连续不间断缴满10年及以上的,自缴满当年起住院和门诊特殊疾病基本医疗保险待遇在其选择的缴费档次待遇基础上提高3%。

据介绍,《实施意见》还明确了约束机制,强化对所有参保人的保护。首先,设置“两个等待期”,即固定待遇等待期和变动待遇等待期。自2025年起,除医疗救助对象(含集中缴费期外动态新增的未参保医疗救助对象)、一周岁以内婴儿、因个人就业状态发生变化中断缴费不超过3个月切换医保关系(含当年接收安置的退役军人及其随调随迁的配偶和子女、未就业退役军人、弃婴、刑满释放人员、社区矫正对象等参加居民医保)等人群外,未在居民医保集中缴费期参保缴费人员,可自行零星参保,但需按最高缴费档次缴纳居民医保费用,并由个人承担年度财政补助部分,同时设置参保后固定待遇等待期3个月。未连续参保的,设置参保后固定待遇等待期3个月,每多断保1年,在固定待遇等待期的基础上,增加变动待遇等待期1个月。考虑到参保人的实际情况,参保人员可通过缴费修复变动待遇等待期,缴费按照当年我区居民医保的个人缴费(高档)标准执行。每多缴纳1年,可减少变动待遇等待期1个月。连续断缴4年及以上的,修复后固定待遇等待期不少于6个月。待遇等待期发生的医疗费用不纳入医保统筹基金支付范围。其次,对居民医保参保人员再参保缴费的,规定了降低大病保险最高支付限额,每断保1年,降低居民大病保险最高支付限额4000元,累计降低总额度不超过我区城乡居民大病保险封顶线的20%,即累计降低不超过2.8万元。同时,《实施意见》还专门明确了建立参保人员欺诈骗保约束机制。自2025年起,对参与欺诈骗保的参保人员,提高居民大病保险(职工大额医疗补充保险或公务员医疗补助)起付标准。起付标准提高金额按照每次查处骗取金额累加计算,骗取金额低于4000元的,提高起付标准4000元,骗取金额高于4000元的,按骗取金额提高起付标准。提高的起付标准,从居民大病保险(职工大额医疗补充保险或公务员医疗补助)应报销的基数中全额冲抵。

## 西藏居民医保建立参保激励约束机制

### 中央媒体看西藏

“全速前进赶往震区!”2025年1月7日,西藏日喀则市定日县发生6.8级地震仅3分钟后,定日县消防救援大队队长顿珠江村即带队驰援震中。与此同时,定日县各驻村工作队就地转化为抗震救灾先锋队,一面面鲜红的党旗迎风而立,180个驻村工作队的605名驻村干部用忠诚和担当为受灾群众撑起了片天。

地震发生时,定日县长所乡玉白村驻村工作队副队长吴坚第一时间组织队员和村两委班子疏散群众。全村28户164人全部安全转移,无一伤亡。在措果乡野江村,驻村第一书记扎西顿珠挨家挨户安抚群众情绪,宣传震后注意事项。他的声音已经沙哑,却依然坚定:“有党组织在,大家不要怕!”措果乡

塘仁村驻村工作队员珍拉,得知自己拉孜老家的房子倒塌时,强忍泪水继续投入救援。“我的老家虽然受了灾,但是这里群众更需要我。”简单的话语,道出了关键时刻一名共产党员的抉择。

“我是党员,我先上!”在长所乡古荣村,党支部书记次仁平措强忍母亲遇难的悲痛,震后12小时内组织营救被困群众26名,转移安置160余人。最令人动容的是定日县公安局交管大队辅警伦珠。地震夺走了他的一双儿女,但他擦干眼泪,转身投入救援。“我不敢停下来,停下来就想两个孩子。”在刺骨的寒风中,这个藏族汉子的背影格外坚毅。

灾情就是命令。定日县各驻村工作队坚决扛起抗震救灾的责任,第一时间组织群众有序疏散,抢救财产,排查隐患……定日县长所乡森嘎村驻村工作队全力投入灾后搜救工作,第一时间将632名群众安全转移至临时安置点。定日县长所乡森嘎村驻村工作队积极

配合相关部门参与水电线路抢修、道路疏通等工作,灾后1小时内就恢复与外界联系,5小时全部抢通损坏路段,更好助力灾后救援。定日县长所乡杂村驻村工作队配合移民管理警察,24小时不间断对安置点周边进行巡逻及安全隐患排查。

海拔4000多米的高原,夜幕降临时气温骤降至零下十几摄氏度。“阿妈,帐篷里暖和吗?晚饭有肉吃!”在长所乡杂村安置点,驻村干部旦增为80岁的次仁老奶奶掖紧被角。老人攥住他的手哽咽道:“你们就是我的亲人,这里就是我的家!”各驻村工作队连夜架起火炉,发放保暖物资,组织集中供应热饭热水。在拉孜县拉孜镇措布村,党支部书记达娃举着喇叭喊话:“帐篷每家都有!党和政府绝不会让一个乡亲挨冻受饿!”铿锵有力的声音在雪山之间回荡……

冬去春来,冻土萌发新芽,重建家园的行动紧锣密鼓、科学有序地铺开。冬去春来,冻土萌发新芽,重建家园的行动紧锣密鼓、科学有序地铺开。

(转载自《光明日报》2025年11月12日第2版)

### 第十五届全运会男子3000米障碍决赛落幕 我区运动员尼玛桑珠获第四名

本报广州11月17日电(记者郑璐晓勇明吉洛桑平措尼珍)16日晚,第十五届全运会男子3000米障碍决赛在广东省奥体中心体育场落下帷幕。经过激烈角逐,我区运动员尼玛桑珠以8分45秒33的成绩位居第4名,扎西巴卓以8分58秒16的成绩获第10名。

“他们跑过来了!让我们一起为优秀的运动员加油!”比赛现场,解说员声情并茂地讲解。面对强大的对手,我区运动员尼玛桑珠和扎西巴卓始终保持着乐观向上的姿态。

“虽然没能获得前三的成绩,但本届全运会作为自己在国家大赛上的首秀,整体速度还是有所提升。”19岁的尼玛桑珠在赛后表示,“我会继续努力,争取在下一届全运会上,有更大的突破。”

自治区竞技体育中心副主任尼玛表示:“尼玛桑珠和扎西巴卓的表现都很不错。相信他们今后会继续刷新自己的纪录,为西藏的竞技运动创造更多佳绩。”

图为我区运动员尼玛桑珠正在冲刺。  
本报记者晓勇郑璐明吉摄



### 扎根高原践初心 履职尽责促团结 ——记阿里地区改则县政协委员梁帅

本报记者 次仁片多

### 政协委员、政协工作者风采

阿里地区东部的藏北高原腹地——改则县,海拔超过4500米,被称为“世界屋脊的屋脊”。然而,一位来自他乡的创业者,用近20年的坚守与奉献,在这里书写了一段与高原共发展、与各族群众心连心的动人篇章。他就是改则县政协委员、梁氏科技有限责任公司董事长梁帅。

2004年,梁帅怀揣梦想来到改则县。从最初的一家小照相馆起步,凭借坚韧不拔的毅力和诚信经营的理念,逐渐赢得市场的认可和群众的信赖。“改则人民特别淳朴和热情,虽然当时生活并不富裕,但脸上洋溢的笑容始终感染着我,让我感受到了家的温暖。”于是,梁帅决定留下来,为这里的发展尽一份

力。他的身份,也从一名外来商人,逐渐转变为深受当地群众认可的“改则人”,并先后担任了改则县工商联副主席、商会副会长兼秘书长、个体非公党支部书记等职务。

2012年,梁帅多了一个光荣的身份——改则县政协委员,2021年又当选为县政协常委。“政协委员是要实实在在为地方发展建言,为群众利益发声的。”梁帅是这么想的,也是这么做的。

他充分利用自己扎根基层、联系广泛的优势,经常深入牧区、社区、商户调研。2013年,他提出的“关于新建高压氧舱、保障生命安全”的提案,源于他目睹过多起干部群众,因突发疾病在就医途中因缺氧不幸离世的事件。该提案得到相关单位的高度重视,2015年,改则县第一个高压氧舱竣工投入使用。这个提案不仅被评为改则县优秀提案,更成为梁帅履职路上的一个重要标志。

2018年,梁帅做出一个重大决定,投资近4000万元建设县文化路商业综合体。如今,这个项目已成为改则县城的商业地标,并提供了大量就业岗位和商业空间,极大提升了县城面貌和商业活力。

在改则这个多民族聚居的县,民族团结是发展的基石。2021年,梁帅投资建设的富源雅居公寓投入使用,公寓内居住着汉族、藏族、回族、维吾尔族等多个民族。如何让多民族住户和谐共处,梁帅提出了一个创新性的想法:将商业公寓打造为“民族团结示范小区”。“我们成立了办公室和领导小组,建立健全了制度,设立了彩色LED宣传大屏幕和28个宣传栏,定期组织召开民族团结座谈会。”梁帅介绍说,通过常态化开展“民族团结一家亲”活动,设立矛盾纠纷调解室,小区里形成了浓厚的民族大团结氛围。

不仅如此,梁氏科技有限公司也连

续被评为自治区、地区、县三级“民族团结进步模范单位”。

“企业的发展离不开社会的支持,回报社会是企业应尽的责任。”这是梁帅常说的话。十多年来,在“五四”青年节、“六一”儿童节、教师节……这些日子,他总会出现县中小学,为贫困学生送去助学金和学习生活用品,累计捐款捐物价值超过80万元。

疫情期间,他带头捐款捐物,无偿提供车辆支援方舱医院,组织公司员工参与志愿服务。同时,对旗下的商户租户缓收、减免租金80余万元,与大家共渡难关。这一系列雪中送炭的举措,温暖了无数人的心,也生动诠释了新时代民营企业家的家国情怀和责任担当。

如今的梁帅,身上有着诸多光环:改则县优秀政协委员、阿里地区劳动模范、自治区优秀党务工作者、自治区民族团结进步模范个人、改革开放40周年突出贡献人物……

对于未来,梁帅希望以自己的实际行动在民营企业和工商界中起到模范带头作用,让更多的民营企业和工商界人士能够安心在改则发展,积极投身到民族团结和乡村振兴的伟大事业中来,共建中华民族共同体、书写美丽西藏新篇章。

今年前三季度西藏全社会用电量增速全国第一  
同比增长13.44%

本报拉萨11月17日讯(记者袁海霞通讯员索娜央金)近日,记者从国网西藏电力获悉,2025年前三季度,西藏全社会用电量达124.53亿千瓦时,同比增长13.44%,增速位列全国第一。

数据显示,2025年1—9月,西藏第一、二、三产业用电量分别达1.68亿千瓦时、62.7亿千瓦时、41.91亿千瓦时,分别实现同比增长20.05%、18.36%、12.84%;城乡居民用电量18.24亿千瓦时。

据介绍,用电快速增长的背后,离不开坚实可靠的供电能力和始终在线

的稳定保障。前三季度,国网西藏电力以“源”筑基,青藏直流二期扩建、拉玉220千伏输变电等工程顺利建成投运,让西藏电网“筋骨”更加强健;以“稳”保供,日均发受电量4460.49万千瓦时,同比增长11.46%;向“绿”发展,今年已累计组织跨省外送绿电交易10笔,实现外送清洁能源13.07亿千瓦时,助力减少标煤使用约40万吨。

同时,持续推广“三零”“三省”办电模式,累计为用户节省投资3003.6万元,惠及13332户居民和小微企业。

## 高原短波

### 日喀则市首家“养老服务”示范网点挂牌成立

本报日喀则11月17日电(记者杨子彦通讯员罗惠琳)近日,日喀则市首家集储蓄、信贷、理财等多领域的养老金融服务平台——“养老服务”示范网点挂牌成立,标志着全市银行机构在推动养老金融高质量发展方面迈出新步伐。

“养老服务”示范网点位于中国银行日喀则市年河支行,由中国人民银行日喀则市分行指导推动建设。其内部围绕“环境适老、科技助老、产品惠老、服务暖老”,设置了养老服务专区,配备了敬老服务专员,配置了适老化座椅、老花镜、放大镜、移动

扶手、急救箱等基础适老服务资源,手机APP、柜台、ATM机同时支持字体放大和藏文功能,可为老年客户群体提供“一站式”金融服务。

下一步,中国人民银行日喀则市分行将持续聚焦金融“五篇大文章”,坚守金融工作政治性、人民性,督促引导全市银行业金融机构加大金融资源向银发经济领域倾斜,不断优化养老金融服务内涵外延,为广大老年群体提供更加优质、高效、暖心的金融服务,满足老年人多元化、差异化、个性化养老服务需求,推动全市养老金融事业高质量发展。

### 西藏自治区搏击俱乐部联赛在拉萨开赛

本报拉萨11月17日讯(记者平措诺吉)近日,2025年西藏自治区搏击俱乐部联赛暨年度总决赛在拉萨开幕。赛事以“世界之巅·终极对决”为主题,来自全区多家搏击俱乐部的70余名选手在为期3天的比赛中展开激烈角逐。

赛事汇聚了西藏恩波格斗、格萨尔格斗、勇士格斗等多家搏击俱乐部的顶尖选手。“在高原环境下比赛,对选手的体能和技术都是极大考验。”赛事承办方之一、拉萨杨洋搏击俱乐部负责人表示,“这也正是高原搏击的独特魅力——它不仅考验技术,更锤炼意志。”

此外,赛事创新采用“体育+商圈”的办赛模式,将专业擂台设置在拉萨繁华商业综合体中,吸引了大量市民驻足观看。场边设置的搏击互动体验区也排起长队,不少观众在专业教练指导下尝试基础动作。“一边逛街一边看比赛,还能亲身体验,这样的形式非常新颖。”带着家人前来观赛的市民拉姆称赞道。

(紧接第一版)塑造职业精神,敢于坚持原则、敢于动真碰硬,勇于讲真话、说实话,以实际行动践行绝对忠诚、绝对过硬、绝对可靠。建设忠诚干净担当的干部队伍,不断提高专业能力和素养,持续巩固心齐气顺、劲足干事的良好局面。改进作风狠抓落实,巩固拓展深入贯彻中央八项规定精神学习教育成果,坚持从严从简,把过紧日子的思想和行动落到实处,力戒形式主义、官僚主义,推动审计工作迈上新台阶。坚持从严治党治审,落实好中央关于整治形式主义为基层减负的部署要求,科学规范开展审计,确保审计结果真实准确、审计定性实事求是、审计处理有法可依。任维、龚会才、旦巴参加。

(上接第一版)  
村里的农牧专干次仁拉宗问:“平措哥,今年你家添了多少只新仔?”

平措次仁掰着指头算了算,说:“一共添了226只羊。现在家里有1100多只羊,一天到晚根本忙不过来。要不是村里有分新房这个大喜事,我是不会轻易离开放牧点的。”

次仁拉宗笑着说:“那你今年的收入又增加不少啊!”

平措次仁知道一到年底次仁拉宗都要挨家挨户统计大家的收入,便如实回答:“今年羊绒卖了8万元,搞运输收入10万元,草补有4.6万元,村集体分红2.1万元,新生仔畜补贴0.6万元。”他又掰了掰指头,底气十足地说,“

### “茶话会”上算富账

共收入25.3万元!”

平措次仁提到的分红,是11月6日发放的。扎普村集体经济2025年度共分红353万元,为全村村民每人发放了3000元现金。该村集体经济收入主要来自于发展白绒山羊产业、经营砂石场和砖厂等。

村委会主任嘎玛拉加说:“通过发展白绒山羊特色产业,今年乡亲们的收入又有大幅提升,年人均收入有望超过26530元,相比去年,预计增长近2000元。”

文静接过话茬:“乡亲们,前不久召开的党的二十届四中

全会,党和国家计划今后五年要加快农业农村现代化,扎实推进乡村全面振兴。我们要再接再厉,进一步壮大白绒山羊养殖业,发展林草产业,让这些乡村特色产业成为大家的幸福产业,让日子越过越舒心。”

话音刚落,全场便响起了热烈的掌声。嘎玛拉加继续给大伙儿加油鼓劲:“今年,村里的白绒山羊达到了47144只,明年我们再加把劲儿,争取突破5万只。苗圃种植再扩大300亩,同时把大家手上的货车、机械利用好,多跑项目多挣钱!”

文静接过话茬:“乡亲们,前不久召开的党的二十届四中

听完嘎玛拉加的话,大家再次鼓起热烈的掌声,现场气氛高涨,乡亲们纷纷说出自己的想法。

旦增旺扎说:“冬季来临,村里的高标准羊圈要加紧建设,不仅能有效防止野兽的袭击,保暖效果还特别好。”

次仁拉宗补充说:“人工种草也得抓好,一到冬春季节,牛羊不会因为缺少饲草料而掉膘。”

平措次仁大声说:“等搬进新房后,我要把房前屋后收拾收拾,种上红柳、班公柳,把新家好好装扮一番。”

旦增旺扎说:“乡亲们,一言我一语,忘了时间。乡亲们的日子像极了这太阳,红红火火,蒸蒸日上!”