

世界屋脊上的“绿色奇迹”

——当雄县书写高寒牧区“两山”转化新篇章

本报记者 刘斯宇



在平均海拔超过4200米的藏北高原腹地，拉萨市唯一的纯牧业县当雄，正通过一系列科学创新的生态实践，悄然绘就一幅生态保护与经济发展相得益彰的壮美画卷，世代逐水草而居的牧民过上了名副其实的“牛”日子。

科学守护，让草原“喘口气、长新绿”

初冬的当雄，广袤草原已披上金黄。在素有“当雄之肺”之称的阿热湿地，巡护志愿者罗拉央宗指向远方念青唐古拉山的冰川溪流：“这水滋养了我们的草场。”自2016年湿地管理站成立，限量放牧、分区休牧、季节轮牧等科学措施得到严格执行，让草原生态系统得以休养生息，实现良性循环。

面对高寒、干旱、风沙等严峻挑战，当雄的草原修复是一场与自然的智慧对话。在宁中乡的“千亩试验田”里，披碱草、早熟禾、燕麦草等耐寒抗旱的草种通过混播技术迎风生长。

“混播就像给草场上上了‘健康保险’，不同草种互助共生，抗风险能力更强。”当雄县自然资源和林业草原局副局长肖人狄解释道。3年禁牧管护、围栏封育、精准补播等“组合拳”，正逐步唤醒退化草场的生机。截至目前，全县已完成退化草原修复治理91万亩，草原综合植被盖度提升至20%以上。

产业升级，让牧民“富口袋、展笑颜”

生态保护的成果，最终要惠及百姓。当雄县将保护与利用有机结合，推动传统畜牧业向现代化转型，让生态红利持续释放。

在仁仁乡郭庆村，家庭牧场牧民旦增多吉正忙着整理草垛。“以前靠天养

畜，雪灾旱灾一来，牦牛掉膘，心里发慌。”他回忆道。转变始于2017年，当雄推广家庭牧场建设，帮助牧民修建标准化设施、提供草种补贴，鼓励“放牧+舍饲”结合的科学养殖模式。

如今，旦增多吉家的牦牛四季皆有饲草保障，冬季不再掉膘。新鲜的牦牛酸奶成了家常美味，牦牛肉通过净土公司、合作社等多渠道销售，收入稳步增长。“预计今年能增收5至10万元！”他笑容满面。

截至目前，全县已建成82家家庭牧场，2025年前8个月带动135户户均增收超6000元。

产业的集约化、品牌化发展进一步提升了价值。净土牧场郭庆场内，每一头牦牛都佩戴着记录生长数据的电子耳标——“身份证”。从牧场到餐桌的全流程可追溯体系，确保了“当雄牦牛”这一国家地理标志产品的优良品质，年均销售额700多万元。公司负责人桑旦塔庆介绍，这不仅缓解了草场压力，更让牧民分享到了产业链的增值收益。

品牌引领，让“极净当雄”走出高原

依托绝佳的生态，当雄正打造一张涵盖特色畜牧产品、高端冰川水和圣湖旅游的区域公共品牌名片——“极净当雄”。“有身份证的牦牛肉”“5100”“7100”冰川矿泉水、圣湖纳木错的奇观……这些生态“金名片”正从雪域高原走向全国市场，开辟出一条依托纯净生态环境的绿色发展新路。

多年的不懈努力获得了高度认可。当雄县先后被生态环境部命名为“绿水青山就是金山银山”实践创新基地和“国家生态文明建设示范县”。

从被动适应自然到主动修复保护，从传统粗放牧养到现代集约经营，从单一牧业生产到生态品牌赋能，当雄的实践经验证明：即使在生态极其脆弱的高寒牧区，严守生态红线不仅能筑牢生态安全屏障，更能孵化出蓬勃的绿色生产力。藏北高原上，黑色的牦牛群与金色的草原交织，映照牧民对美好生活的期盼，也勾勒出一幅人与自然和谐共生的最美画卷。

用专业守护心灵 用爱心传递温暖

——墨竹工卡县《百康梅朵》心理志愿服务项目见闻

本报记者 格桑伦珠

12月24日，冬日的阳光洒在墨竹工卡县扎西岗乡党委、政府院内，暖意融融。藏语意为“油菜花”的“百康梅朵”心理志愿服务项目落地于此，如同高原夏日里盛放的花海，带着坚韧与温暖走进扎西岗乡群众的生活。

上午11时，墨竹工卡县委社会工作部相关负责人、拉萨市城关区心理咨询师协会的7名心理咨询师、本地10余名志愿者，还有20位来自乡里的群众代表、学生代表齐聚一堂，共同见证这一重要时刻。

“‘百康梅朵’象征着生机与守望相助，这个项目将扎根乡域，为乡村女性、残障人士、少年儿童筑牢心灵防线。”墨竹工卡县委社会工作部相关领导详细介绍项目内容：针对乡村女性开展家庭教育指导、手工技能培训；为残疾人及家属提供一对一心理疏导；为乡村儿童青少年实施感觉统合训练……每一项服务均精准对接群众需求，尽显项目筹备的用心。

志愿心理咨询师代表刘玉萍老师的宣誓铿锵有力：“用专业守护心灵，用爱心传递温暖，全力以赴做好志愿服务！”宣誓完毕，全体人员合影留念，随后一同参观项目专属工作室。

二楼的一对一咨询区，柔软的座椅、私密的空间让人瞬间放松；一楼的抄写疗愈区里，水培绿植生机勃勃，汉藏双语的经典素材整齐摆放，还贴心配备握笔辅助器，兼顾残疾群体与学生的使用需求；沙龙与技能培训区的围坐式桌椅、投影设备，成果展示区里琳琅满目的手工编织成品、学生手抄报，无不彰显项目设计的细致与周全。“以后我们在家门口就能学技能、做心理疏导，太好了！”扎西岗乡群众代表卓玛望着工作室，脸上露出欣喜的笑容。

志愿心理咨询师们随即与现场群众、孩子展开交流。一位学生代表拉着咨询师的手，小声讲述成长中的烦恼，咨询师蹲下身耐心倾听、温柔回应。阳光透过窗户映在每个人脸上，也照亮了大家对美好生活的期许。

“百康梅朵”项目的落地，不仅填补了该县乡村心理志愿服务的空白，更将心理健康建设融入乡村振兴进程。当“油菜花”的美好寓意化作实实在在的服务，当专业力量遇见淳朴期待，扎西岗乡群众的日子，正朝着更温暖、更美好的方向稳步前行。

时讯快递

筑牢运输安全防线

青藏集团拉萨车务段全面启动安全检查

本报拉萨讯(记者 鹿丽娟)为全力保障运输安全稳定，近日，中国铁路青藏集团有限公司拉萨车务段全面启动覆盖全领域安全大检查工作。

据介绍，青藏集团拉萨车务段组建6个专项检查小组，分别聚焦技术规章与施工维修、车务自管设备、劳动安全与职工教育、客运组织与消防用电、汽车交通与食堂安全以及督导

检查等关键领域进行检查。同时，全生产指挥中心将每日对施工维修、现场人身安全、调车防溜等关键环节进行远程监控，实现即时纠正，构建立体化安全监管网络。

青藏集团拉萨车务段有关负责人表示，将以此次安全大检查为契机，以严的标准、实的作风、硬的举措，把安全风险消灭在萌芽状态，为运输安全稳定提供坚实保障。

拉萨交警

精准研判协助擒获涉嫌诈骗网逃人员

本报拉萨讯(记者 鹿丽娟)近日，拉萨市公安局交通管理支队事故调处大队快速响应、高效协同，成功协助达孜区公安局刑警大队抓获一名涉嫌诈骗罪的网上在逃人员，有力彰显了多警种联动实战效能。

2025年12月10日15时许，事故调处大队接到达孜区公安局刑警大队协查通报，称在逃人员普某疑似在城北大队辖区活动。接报后，大队立即启动跨警种协作机制，迅速调取辖区视频监控资源，对交通卡口画面进

行细致排查分析。经过缜密研判，民警成功锁定普某所驾车辆最后出现在慈松塘西路某酒店地下停车场。

锁定目标位置后，办案民警火速前往现场核实并发现涉案车辆。为确保一举抓获犯罪嫌疑人，民警随即展开蹲点布控。经过数小时守候，于当日18时20分许，配合达孜区刑警大队民警将返回车辆的普某成功抓获。此次行动中，事故调处大队凭借精准的轨迹研判和快速的应急处置，为案件侦破提供了关键支撑。



近日，拉萨市城关区嘎玛贡桑社区开展西藏自治区成立60周年纪念品发放活动，社区工作人员细心将领袖画像、酥油茶壶等纪念品送达居民手中。工作人员分工协作，保障纪念品发放有序，居民们畅谈生活变迁，感恩党和政府关怀。此次发放活动既是对自治区成立60年来辉煌成就的纪念，更是党心系群众的生动体现。

图①为纪念品发放现场。

图②为群众喜领纪念品。

本报记者 格桑伦珠 摄

拉萨市公安局交通管理支队柳梧大队

多措并举深化环境整治工作

本报拉萨讯(记者 鹿丽娟)自开展拉萨市城乡环境综合整治行动以来，拉萨市公安局交通管理支队深入践行“人民至上、生命至上”理念，认真贯彻“四合一”“七管齐下”工作思路，扎实推进道路交通事故预防“减量控大”工作。

近日，柳梧大队聚焦秩序净化，严管整治显成效。针对静态交通乱象，在重点路段、商圈及居民区周边等易堵易乱区域，强化巡逻管控与定点查处力度。12月以来，依法查处违法停车行为6600余起，辖区静态交通秩序显著改善、持续向好。同时，同步开展“僵尸车”全城排查清理专项行动，累计拖移长期占用公共停车资源的车辆1辆，核查并劝离相关车辆130余辆，有效盘活公共停车空间，切实保障群众停车需求。

柳梧大队始终保持对酒驾醉驾交通违法行为的高压态势，紧盯重点时段、重点路段，通过定点设卡与流动巡查结合，12月查获饮酒驾驶16起，全力防范涉酒道路交通事故。

柳梧大队还积极探索“执法+服务+宣教”新模式，在大队违法处理大厅旁新建的“便民服务宣传等候室”正式启用。该等候室集“等候服务”与“宣传教育”功能于一体。服务区配备了休息座椅、饮水设备、充电插座、复印机及内置急救包、雨伞等便民设施，着力改善群众办事体验。宣教区设有LED屏、电视机、宣传展板及资料架，循环播放安全警示视频，展示法规案例，让群众在等候间隙接受直观的交通安全教育，实现了管理、服务与宣传的有机融合，成为展示公安交管文明执法、暖心服务的新窗口。

下一步，柳梧大队将持续深化各项交通管理工作，以更高的标准、更实的举措、更优的服务，全力维护辖区道路交通安全、有序、畅通，不断提升人民群众的幸福感、安全感，为拉萨经济社会高质量发展贡献坚实的交管力量。

墨竹工卡县门巴乡

“温泉+康养”变身乡村振兴“金钥匙”

本报拉萨讯(记者 格桑伦珠)日前，墨竹工卡县门巴乡德仲温泉成功列入西藏自治区康养旅游示范基地名单。这座拥有1400多年历史的高原温泉，正依托示范基地建设契机，加速实现从自然景观向特色康养产业核心的提质升级，不仅成为展现西藏康养旅游资源的重要窗口，更逐步成长为带动当地群众稳定增收、推动乡村振兴的关键引擎。

德仲温泉坐落于海拔约4500米的高原山间，泉水恒温稳定在40℃左右，富含硫、锂、锶等多种对人体有益的矿物质，其“毒湖”化“药泉”的古老传说在当地藏族群众中代代相传，赋予了温泉深厚的文化底蕴。初冬时节，山间飞雪与温泉蒸汽相映成趣，独特的高原康养体验吸引着区内外游客慕名而来。来自林芝市的旦增连续沐浴十余日后，直言身体不适症状得到缓解；拉萨市民扎西卓玛奶

奶也对温泉环境改善、配套服务升级赞不绝口。

作为当地村民赖以的生计来源，德仲温泉入选示范基地后发展动能持续增强，产业辐射效应日益凸显。村民卓玛经营的池畔商铺客流不断，停车场管理员旦达拥有了稳定就业机会，目前温泉相关产业已为当地提供50余个固定就业岗位。2025年，德仲村专项投入15.8万元完善基础设施、优化环境卫生，推出药品供应、吸氧服务等12项免费举措，新增免费床位与停车位；同时通过自媒体宣传、藏戏表演打响品牌，吸引众多区内外权威媒体关注。

墨竹工卡县文化和旅游局负责人表示，下一步将以德仲温泉为核心，串联思金拉错、甲玛景区等文旅资源，打造“墨竹康养旅游黄金环线”，推动景点旅游向全域旅游转型，助力西藏康养旅游产业高质量发展。



近日，城关区纳金街道林琼社区开展第二期“格格讲堂”活动，聚焦基层治理经验学习。活动中，网格员通过PPT系统解读多个优秀社区治理实践案例，内容涵盖制度建设、服务创新、治理协同等多个维度；同时，采用“经验讲解+材料研读”形式，推动先进经验转化为工作实效。此次活动为网格员搭建了经验共享平台，助力社区治理精细化水平进一步提升。

图为网格员通过PPT解读优秀社区治理实践案例。

本报记者 格桑伦珠 摄