

# 青山碧水润雪域 幸福拉萨启新章

## ——拉萨市“十四五”国家生态文明高地创建纪实

拉萨融媒记者 赵慧

时序更新，岁在初元。雪域古城阳光明媚、碧空如洗，拉萨河如碧绿绸带，映照着湛蓝的天空，远处群山覆雪，山坡绽出片片绿意。蓝天常驻、群山叠翠、碧水长清，不仅是高原独有的秀美画卷，更是拉萨人与自然和谐共生的鲜活见证。

“十四五”时期，拉萨市坚持“生态立市”原则不动摇，践行“12345”工作思路，聚力建创国家生态文明高地。五年来，拉萨空气质量稳居全国前列，水源水质达标率100%，土壤环境安全稳定，声环境全面达标。成功创建国家生态文明建设示范市、荣获“国际湿地城市”认证、入选联合国“自然城市”平台；南北山绿化工程与拉萨河流域生态修复项目，分获国家“双碳”典型与联合国“世界生态恢复旗舰项目”……这一项项荣誉的背后，是拉萨市坚定不移走生态优先、绿色发展之路的生动实践。

### 高位推动，织密生态文明保障网

西藏自治区党委、政府始终把保护青藏高原生态环境作为最大的价值、最大的责任、最大的潜力，2021年召开的自治区第十次党代会明确提出“着力创建国家生态文明高地，努力做到生态文明建设走在全国前列”的战略目标。

拉萨市委、市政府坚决贯彻落实自治区党委、政府决策部署，将生态文明高地建设摆在全市工作的突出位置，着力构建“党委领导、政府主抓、上下发力、部门协同、全民参与”的创建工作格局，市领导深入一线、靠前指挥，切实将生态文明建设与经济社会发展同部署、同落实。

### 系统施策，“12345”思路引领绿色转型

如何走出一条具有高原特色的生态文明建设之路？拉萨的答案是：坚定不移践行“12345”生态工作思路，统筹推进高质量发展和高水平保护，实现生态效益、经济效益和社会效益有机统一。

建好“一个高地”，生态环境质量全国领先。创建国家生态文明高地是拉萨市的核心目标。五年来，全市生态环境

质量持续领跑全国，空气质量优良天数比例始终保持在99%以上，PM2.5浓度稳定控制在10.5微克/立方米以下，“拉萨蓝”已成为常态。“这几年，明显感觉天更蓝了，呼吸更顺畅了。”在拉萨生活了20年的退休教师王女士说。城区区域环境噪声平均值控制在55分贝以下，国控断面、县级以上集中式饮用水水源地水质达标率100%，土壤环境质量总体安全。

写好“两篇文章”，保护与发展协同并进。一手抓高水平保护，生态安全屏障日益牢固。全市森林覆盖率提升至19.5%，完成造林120余万亩，南北山绿化工程栽植苗木1.2亿株，拉鲁湿地生态功能持续增强，153个历史遗留矿山完成修复。一手抓高质量发展，绿色发展动能强劲。扎实推进碳达峰行动，全市培育国家级和自治区级绿色制造企业36家，清洁能源装机容量超535万千瓦、规模不断扩大，“东数西算”区域中心加快建设，产业结构向“绿”而行。

抓好“三项行动”，治理体系持续完善。持续推进城乡环境综合大整治战略，城市面貌与功能得到系统性提升，建成区绿地率达45%，建设108个宜居宜业和美乡村，卫生厕所普及率达94.06%。深入打好污染防治攻坚战，淘汰10蒸吨以下燃煤锅炉，强化臭氧污染防治，城市新能源公交车实现全覆盖。调整县级以上饮用水水源地保护区，划分60个农村饮用水水源地保护区，推进“无废城市”建设。抓好生态文明建设示范创建，拉萨市及堆龙德庆区、当雄县和曲水县获得国家生态文明建设示范区；当雄县、曲水县和达东村获“绿水青山就是金山银山”实践创新基地命名。

干好“四大工程”，城乡生态承载力增强。生态修复工程投资52亿元，实施拉萨河流域山水林田湖草生态保护修复试点项目，入选联合国“世界生态恢复旗舰项目”。绿满拉萨工程以南北山绿化工程为重点，规划10年完成206.72万亩国土绿化，“十四五”时期累计完成107.93万亩，整体成活率超85%。以水兴城工程以“水润城”为目标，二期累计投资5.97亿元，实施7个城市水系治理项目，药王

山综合整治、两岛内河绿色生态廊道等成为市民休闲新景点。基础补短工程建成东嘎污水处理厂、生活垃圾焚烧发电厂二期，加快补齐环境基础设施短板。北环西延线、旁多引水工程等建设，为生态保护和绿色发展提供重要支撑。

做好“五类保障”，领导垂范聚合合力。强化组织领导。拉萨市成立着力创建国家生态文明高地专项组，强化统筹部署，细化工作举措，拧紧责任链条，全力推进高地创建工作走深走实。强化要素保障。落实生态文明高地建设资金167.41亿元。与区内外科研机构深度合作，建立生态环境监测、高原苗木培育等多个科技创新平台。构建“天空地一体化”生态环境监测网络。出台《拉萨市碳达峰行动实施方案》《拉萨市南北山绿化管理条例》等政策法规，形成“法规+规划+办法”的完整制度体系。强化安全保障。拉萨市五年来未发生重特大森林草原火灾、重大环境污染事故。建立跨部门联动机制，组织10次应急演练，危险废物处置率达100%，医疗废物(废水)收集转运和处理处置实现100%全覆盖。强化队伍保障。五年来开展百余场次业务培训，培训干部职工8000余人次，打造专业化生态环保队伍。强化监督保障。构建“纪检监察监督+生态环境监管+群众监督+舆论监督”全方位监督体系。常态化开展生态环境执法检查，五年来出动执法人员1.54万人次，检查近8000家次。畅通“12345”政务服务热线等举报渠道，通过媒体宣传成效、曝光违法行为，发布生态环境类新闻3000余条，营造“生态保护、人人有责”的良好氛围。拉萨市生态环境局连续两年获“全国生态环境保护执法大练兵表现突出集体”。

### 生态惠民，绿色发展成果全民共享

拉萨市始终坚持把生态为民、生态惠民、生态利民作为生态文明建设的出发点和落脚点。如今，拉萨实施的一项项生态惠民工程，成为群众增收致富的“金钥匙”。在南北山绿化工程务工的群众仁增深有感触地说：“以前山上光秃秃的，现在

绿树成荫。我们参与植树护林，不仅改善了环境，一年还能增收几千元，绿水青山真的变成了金山银山。”充分发挥生态工程带动作用，南北山绿化工程累计带动群众增收25.5亿余元，惠及770余万人次。

生态岗位，让守护者吃上“生态饭”。58岁的索朗多吉曾是曲水镇的采石场工人，如今，他每天骑着电动车巡护30亩林地。“我的工作就是防止林地破坏和火灾。既能照顾家里，又能为保护环境出力，还有稳定收入，特别好！”像索朗多吉这样的生态岗位人员全市年均保持在1.3万人以上。

人居环境的持续改善，不断提升城市品质，不断增强人民群众获得感幸福感。清晨的拉鲁湿地，水鸟翩跹；傍晚的团结公园，市民漫步休闲。“现在家门就就像公园，推开窗满眼是绿，每天都要来湿地边走走，心情特别好。”市民德吉满脸笑容地说道。通过背街小巷整治、老旧小区改造、“口袋公园”建设，城市“颜值”与“品质”同步提升；农村实施“六改”和“四化”，风貌焕然一新。

保护生态，已成为拉萨社会各界的自觉行动。五年来，拉萨开展环保宣传行动1.4万余场，覆盖百万人次，从机关到学校，从社区到乡村，“生态保护、人人有责”的共识深入人心，绿色生活方式渐成风尚。“在南北山，我认养了三棵树，每次上山看看它们，就像看望自己的孩子一样。”参与“认领一棵树、共建南北山”公益活动的企业职工刘先生说。五年来，该活动吸引超百万人次参与。

从“12345”的战略蓝图，到“生态立市”的系统实践，再到全民共享的生态红利，拉萨正以坚实的步伐，在青藏高原上绘就一幅人与自然和谐共生的壮美绿色画卷，为高海拔地区生态文明建设提供了可借鉴的“拉萨经验”。

蓝图已绘就，奋进正当时。站在新起点，拉萨市锚定“到2030年，国家生态文明高地创建工作走在全区前列”的目标，持续深化“12345”工作思路，重点在压实生态责任、提升环境质量、推动绿色低碳发展、增进生态民生福祉、健全治理体系五方面发力，奋力谱写美丽拉萨新篇章。

# 自治区政协十二届四次会议筹备工作领导小组会议召开

## 王刚主持并讲话

本报拉萨1月16日讯（记者 段敏）15日下午，自治区政协十二届四次会议筹备工作领导小组会议召开，学习贯彻自治区党委常委会会议精神，通报全会筹备工作情况，安排部署具体任务。

自治区政协党组成员、副主席兼秘书长王刚主持并讲话。

会议指出，自治区政协十二届四次会议，是在我区“十五五”开局之年召开的一次十分重要的会议。要提高政治站位，充分认识组织好、服务好、保障好这次会议的重要性、严肃性，切实增强责任感、使命感，把思想统一到自治区党委和政协党组的部署要求上来。要聚焦重点任务，认真准备会议材料，精心策划宣传报道，全力保障会议安全，做好会务服务联络，提升后勤保障质量，确保会议风清气正，高标准推进筹备工作落实。要强化协同联动，凝聚筹备工作强大合力，把会议开成一次团结鼓劲、凝聚人心、风清气正的大会。

## “十四五”拉林铁路运送旅客575万人次

本报拉萨1月16日讯（记者 王莉通讯员 袁昌玲 实习生 胡成飞）近日，记者从中国铁路青藏集团有限公司获悉，“十四五”期间，拉林铁路运送旅客575万人次，运送货物173.8万吨。

据介绍，“十四五”期间，西藏铁路版图加速扩容，拉林铁路开通运营，形成了由青藏铁路、拉日铁路、拉林铁路构成的“Y”字形主骨架，客货运输能力实现质的飞跃。2021年，西藏铁路运营里程突破1187.8公里，首

次超过1000公里；2023年，青藏铁路进出藏旅客运送量达295.9万人次，创下通车以来历史峰值；2025年，入藏旅游列车累计开行24列，开行数量创历史新高。

同时，中国铁路青藏集团有限公司持续在通达性与便捷性上发力，相继开通中国海拔最高的铁路八人值守车站雁石坪以及不冻泉乘降所，使唐古拉山及昆仑山周边多个乡镇的万余名牧民告别了“出行难”。

## 林芝市举办社会主义核心价值观大讲堂活动

本报巴宜1月16日电（记者 刘枫 王珊 谢筱纯）为推进党的创新理论“百人千场进万站”文明实践示范宣讲活动走深走实，近日，林芝市委宣传部、林芝市消防救援支队联合开展以“护万家平安 守价值初心”为主题的2026年第一场社会主义核心价值观大讲堂活动。共有来自林芝市（中、区）直各单位的100余名党员干部参与。

活动以“理论宣讲+安全科普”的形式开展。林芝市委党校经济教研室主任、高级讲师郝少敬以《在接续奋斗中谱写中国式现代化新篇章——党的二十届四中全会精神解读》为题，深入浅出地阐释了社会主义核心价值观与中国式现代化建设的内在联系；林芝市消防救援支队的消防员向大家普及了常见消防安全隐患以及预防火灾事故、紧急灭火的方式方法，讲解了破拆、照明、通讯等应急救援设备的功能用途，进行了搜救犬的服从性表演，并通过实操培训，指导现场人员正确掌握消防器材的使用方法，引导大家切实筑牢安全防护思想防线。

据介绍，下一步，林芝市将持续创新活动形式，丰富内容载体，让社会主义核心价值观融入日常、浸润人心，为建设平安和谐社会凝聚强大合力。

## 高原短波

## “藏羊输尼”数量创近五年新高

本报拉萨1月16日讯（记者 耿锐仙 见习记者 唐艳平）记者从拉萨海关获悉，2025年，西藏山羊、绵羊等活畜出口7222只、同比增长7.42%，创近五年出口新高；自尼泊尔进口青贮饲草1104.3吨、同比增长83.58%。“藏羊输尼”与“尼草入藏”双向联动，不仅形成了绿色发展的完美闭环，也为西藏乡村振兴与生态保护协同推进探索出新路径。

拉萨海关立足西藏资源禀赋，将活畜出口作为服务乡村振兴、促进兴边富民的重要抓手，组织技术骨干深入牧区，对口蹄疫、小反刍兽疫等疫病开展重点监测，向农牧民普及疫病防控知识，免费提供兽药等物品，并与地方农牧部门协同

强化动物产地检疫，从源头筑牢畜产品安全防线。

为保障活畜顺利通关，拉萨海关通过“一对一指导、即报即检”，以及节假日“预约申报+专人值守”等服务，实现通关“零延时”。“现在预约申报很方便，羊群一到口岸就可以通过绿色通道快速通关，有效降低了企业成本。”吉隆启腾报关有限公司负责人王金剑说。

同时，拉萨海关积极支持中尼饲草种植合作，通过“一品一策”政策辅导、设立“青贮饲草进口专窗”和查验“绿色通道”，建立饲草检测“直送内地”模式，助推尼泊尔优质饲草高效入藏，有效缓解本地草场压力，形成“尼草入藏、藏羊输尼”的循环模式。

## 诗集《生命高原》在拉萨首发

本报拉萨1月16日讯（记者 晓勇 实习生 彭思源 丹增西热）由西藏自治区文联、西藏作家协会主办的刘萱新作《生命高原》首发式在拉萨举行。

诗集《生命高原》以“三章”为主要篇目形式，构建出兼具地理质感、文化厚度与生命温度的立体式雪域文学图景。作品从珠峰、喜马拉雅山脉等壮阔自然景观，到藏香、藏戏等非遗文化与民俗风情，再到援藏者、高原战士的生命轨迹，最终落脚于对青春、坚守与生命价值的深度思考，字里行间充满对这片土地的赤诚与热爱。

首发式现场，刘萱分享了自己的诗歌创作体会，向西藏作协、西藏自治区图书馆赠送了《生命高原》诗集，并为现场读者签名赠书。

据悉，刘萱深耕西藏诗歌创作多年，著有《生命·阶梯》《生命高地》《西藏三章》等多部诗集，其中《西藏三章》作为西藏第一本有声诗集，荣获“第七届西藏珠穆朗玛文学艺术奖”，诗作《藏北三章》（二）曾入选国内“十大国学文字作品”榜单。此次《生命高原》的出版，不仅为西藏文学宝库增添了新的光彩，更让更多人有机会聆听高原的声音、读懂西藏的深情。



## 自治区党委常委会召开二〇二五年度民主生活会

（紧接第一版）坚持以人民为中心的发展思想，持续做好教育、医疗、就业、社保等民生工作，不断增强各族群众的获得感幸福感安全感。加强生态文明高地建设，协同推进降碳、减污、扩绿、增长，大力实施国土绿化行动，科学有序推进南北山绿化工程，不断筑牢国家生态安全屏障。坚持屯兵和安民并举、固边和兴边并重，扎实推进边境地区基础设施建设，因地制宜发展边贸物流等特色产业，推动军民融合深度发展，确保边防巩固、边境安全。

王君正强调，要坚定不移贯彻全面从严治党战略方针，把党要管党、全面从严治党贯彻落实到社会主义现代化新西藏建设全过程，不断巩固党在西藏的执政基础。坚持把党的政治建设摆在首位，把“两个维护”作为最高政治原则和根本政治规矩，提高政治站位、把准政治方向，强化政治担当，严明政治纪律和政治规矩，严格遵守请示报告制度，严肃反分裂斗争纪律，始终做政治上的明白人、老实人。压紧压实管党治党政治责任，各级党委（党组）要切实履行主体责任，主要负责同志要扛牢第一责任人责任，领导班子成员要履行好“一岗双责”，各级领导干部要认真贯彻民主集中制，自觉按制度规矩办事，要求别人做到的自己首先做到、要求别人

得人心，同球共济、团结合作才是唯一正确选择。我提出全球治理倡议，旨在推动构建更加公正合理的全球治理体系。中国将始终站在历史正确一边，以人民之心为心、以天下之利为利，同各国一道推动构建人类命运共同体。

王毅参加上述活动。

## 村里有个“文化客厅”

需求精准对接。

自去年8月开放以来，该小院开展活动10余次，累计接待群众3000余人次。

“百姓小院”的星火，离不开西藏持续夯实的公共文化服务基础。截至目前，西藏已建成覆盖区、地、县、乡、村五级的公共文化服务网络，场馆总数达6287个，实现县县有活动中心、乡乡有文化站、村村有活动室。

刘鸿锦表示，“十四五”时期，西藏将健全完善现代公共文化服务体系，建强用好基层文化阵地，开展公共文化服务提质增效行动，推动文化资源下沉，完善“嵌入式”服务，培育本土人才，支持群众自办文化活动。

冬日阳光透过“百姓小院”的窗，洒在阅读的老人身上，映照着嬉戏孩童的笑脸，温暖着每一个村民的心。

（转载自《人民日报》2026年01月15日13版）

（紧接第一版）中国开放的大门将越开越大，将通过高质量发展为世界注入更多确定性和新动能，实现共同发展、美美与共。

习近平指出，今天的世界，百年变局加速演进，国际形势变乱交织，全球性挑战更加突出。分裂对抗、零和博弈注定没有出路，让世界重回从林法则不

得人心，同球共济、团结合作才是唯一正确选择。我提出全球治理倡议，旨在推动构建更加公正合理的全球治理体系。

王毅参加上述活动。

“百姓小院”的星火，离不开西藏持续夯实的公共文化服务基础。截至目前，西藏已建成覆盖区、地、县、乡、村五级的公共文化服务网络，场馆总数达6287个，实现县县有活动中心、乡乡有文化站、村村有活动室。

刘鸿锦表示，“十四五”时期，西藏将健全完善现代公共文化服务体系，建强用好基层文化阵地，开展公共文化服务提质增效行动，推动文化资源下沉，完善“嵌入式”服务，培育本土人才，支持群众自办文化活动。

冬日阳光透过“百姓小院”的窗，洒在阅读的老人身上，映照着嬉戏孩童的笑脸，温暖着每一个村民的心。

（转载自《人民日报》2026年01月15日13版）