

“更加坚决有力地贯彻落实党中央重大决策部署，更加科学有效地把权力关进制度笼子，更加清醒坚定地推进反腐败斗争”，在二十届中央纪委五次全会上，习近平总书记鲜明提出三个“更加”重要要求。1月16日至17日，自治区纪委十届六次全会召开。会议认真学习、深刻领会习近平总书记重要讲话精神特别是三个“更加”重要要求，总结2025年以来我区纪检监察工作，部署2026年工作，进一步昭示了西藏持之以恒

推进全面从严治党的坚定决心和鲜明态度。我们要切实把思想和行动统一到习近平总书记三个“更加”重要要求上来，以更高标准、更实举措推进全面从严治党，为“十五五”时期西藏经济社会发展提供坚强保障。

“更加坚决有力地贯彻落实党中央重大决策部署”，就是要保障党中央决策部署在雪域高原落地生根、开花结果。党的十八大以来，在以习近平总书记为核心的党中央坚强领导下，西藏步入

发展最好、变化最大、群众得实惠最多的新时代。每一项成就的取得，最关键在于以习近平总书记为核心的党中央的坚强领导，最根本在于以习近平新时代中国特色社会主义思想的科学指引，最关键在于不折不扣把习近平总书记关于西藏工作的重要指示和新时代党的治藏方略落到实处。今年是“十五五”开局之年，开局关乎全局，起步决定前程。

(下转第二版)

且巴家的农事新年——

一碗“羌锅”三重滋味

本报记者 杨子彦 马晓艳 旦增嘎瓦

新春走基层

1月19日，日喀则农事新年正月初一。

清晨六点刚过，拉孜县曲下镇鲁如村村民且巴家的灶火便烧得通红，锅里“咕嘟咕嘟”煮着香喷喷的“羌锅”。青稞酒、糌粑、奶渣、红糖的香气交织在一起，飘满了整间新房。

这是定日6.8级地震后，且巴家5口人在重建新房里度过的第一个日喀则农事新年。

地震前后三年，且巴一家在三个截然不同的“家”里度过了三个不一样的新年，一碗“羌锅”煮出了三重不同的滋味。

老房新年：

土木墙里的烟火与期盼

2024年的新年，且巴一家人是在老房子里度过的。

老房建于2008年。靠着自治区农牧民安居工程补贴，夫妻俩自己打土坯砖，请乡亲们帮忙，垒起一栋坐北朝南的两层藏式民居。

大女儿扎西宗吉的手机上存着老房子的照片：外立面整洁宽敞，可记忆里，老式铝合金窗关不严，土木墙留不

住温度。

“房子虽大，却层高压抑，也没明确分区；最好的房间总是空着，留给可能来访的客人。”平时用得最多的房间，就是一间兼做厨房的客厅。

老屋虽不完美，但过年的仪式从不打折：藏历十一月二十九，煮羊头、做“古突”；十二月初一，天不亮熬煮滚烫浓香的“羌锅”、取“头水”……这些年复一年的程序，藏着这个家庭对“更好一点”生活，最简单也最执拗的期盼。

71岁的奶奶吉拉坐在炉边，边喝“羌锅”边念叨生活的变化：“我们小时候，过年能吃上糌粑就知足了。这些年家里生活越来越好，食材也越来越丰富了。”

变化是从什么时候开始的？2017年脱贫攻坚的阳光照进了这个曾经的建档立卡贫困户家庭；村里的合作社年底有了分红，生态岗位提供了稳定收入，农闲时且巴和妻子外出打零工……日子像慢慢攥紧的拳头，渐渐有了力量。

脱贫那年，他们用攒下的钱，把老屋二楼那个“凹”字形的大平台封成房间。“房子完整了，心也踏实了。”扎西宗吉说。自那年起，姐妹俩过年开始领压岁钱，“五十元，就能高兴一整天。”

板房新年：

寒风里的温暖与守望

土木老房的烟火气还未散尽，一场突如其来地震，打乱了且巴家的生活节奏。

2025年1月7日清晨，鲁如村的宁静被地震撕裂。

扎西宗吉和妹妹阿旺拉姆还赖在被窝里，房屋突然剧烈摇晃，墙上的彩

绘簌簌掉落。正在煮茶的且巴扔下茶壶，冲进卧室，一把将姐妹俩拉出房间。

震后，老房没塌，却裂了缝，成了危房。

惊慌未定，救援已至。当天，蓝色的救灾帐篷就在村中空地支了起来；没过多久，更保暖的装配式板房建成，成了临时的家。

年关将至，且巴最发愁的是年货。

(下转第二版)

小家温度 大国刻度

习近平主席在二〇二六年新年贺词中深情寄语：“柴米油盐、三餐四季，每个‘小家’热气腾腾，中国这个‘大家’就蒸蒸日上。”

采访中，在且巴家新房的客厅里，捧着那碗滚烫的“羌锅”，我触到了“人民至上、生命至上”的温度——

脱贫攻坚政策让且巴家甩掉贫困帽子；灾后重建政策让乡亲们迅速住进新房；以工代赈政策让群众在家门口增收……

国家宏大的叙事，从来不是悬在空中的口号，而是百姓家的新房、碗里的热饭、脸上的笑容，是与每个人生活息

息相关的双向奔赴。百姓的幸福，是政策托底、奋斗打底的硕果。

国家托举起群众的期盼，群众用奋斗回应时代的召唤。在这双向奔赴的温暖中，山河与人民，一起为梦想奋斗、为幸福打拼，共同书写着把宏伟愿景变成美好现实的故事。

看着北斗星走不迷路，跟着共产党走会幸福。

记者手记

嘎玛泽登主持召开自治区政府全体会议 专题研究《政府工作报告(送审稿)》、自治区“十五五”规划《纲要草案》等文件

本报拉萨1月19日讯(记者 唐启胜 实习生 梁文)16日，自治区党委副书记、自治区主席嘎玛泽登主持召开自治区政府全体会议，专题研究拟提请自治区十二届人大四次会议审议审查的《政府工作报告(送审稿)》《西藏自治区国民经济和社会发展第十五个五年规划纲要(草案)》《西藏自治区2025年国民经济和社会发展计划执行情况与2026年国民经济和社会发展计划草案的报告(送审稿)》《关于西藏自治区2025年预算执行情况和2026年预算草案的报告(送审稿)》。

嘎玛泽登指出，2025年，在自治区党委坚强领导下，各地各部门全面贯彻党中央、国务院决策部署，进一步改进作风、狠抓落实，马上就办、真抓实干，推动经济社会发展不断取得新成效，“十四五”圆满收官。

嘎玛泽登强调，2026年是“十五

五”开局之年，开局关乎全局，起步决定前程。高质量起草好《政府工作报告》、编制好“十五五”规划纲要、安排好民生实事和计划预算，对于“十五五”良好开局具有重要意义。要深刻领悟“两个确立”的决定性意义、坚决做到“两个维护”，紧紧围绕“四件大事”落实，主动对标对表，广泛听取、充分吸纳各方面意见建议，进一步修改完善。要做好《纲要草案》、计划报告、预算报告与《政府工作报告》的衔接，确保上下贯通、协同联动，更好贯彻党中央精神、符合西藏实际、顺应人民期盼。要认真听取、讨论、审议自治区两会各项报告，主动回应代表委员关切，进一步把各族干部群众的思想统一起来、信心提振起来、干劲激发出来，切实把自治区党委、政府的决策部署转化为全区上下的共同意志和一致行动。

(下转第二版)

消费潜力持续释放 开放发展势头强劲 2025年我区商务工作稳中有进

本报拉萨1月19日讯(记者 丹增朗赛 见习记者 强巴普尺)近日，记者从2026年全区商务工作会议上获悉，2025年，全区商务工作呈现稳中有进、提质增效的良好态势，消费市场活力持续迸发，一系列提振消费、培育首发经济与夜间经济的政策精准落地。22类家电产品纳入以旧换新范围，实现销售额27.2亿元；开展各类促销活动460场次，兑现促消费资金8.25亿元，王府井、海底捞等知名品牌首店相继落户拉萨。新增限上企业322家，全区限上企业突破千家，为消费增长提供了坚实支撑。

2025年，全区流通水平持续提升，对外贸易提质增效，开放水平稳步提升，口岸功能更加完善。日喀则市拉孜县、那曲市色尼区2个跨区域冷链物流集散中心建成投用，打通农牧区物流“大动脉”；“东方甄选·西藏行”等专场直播带动网上零售额

突破349.3亿元；乡镇综合服务站、供销项目加快落地，织密基层商贸服务网络。外贸领域亮点纷呈，拉萨南亚跨境电商产业园、2个海外仓建成投用，带动“新三样”出口额达3.05亿元；南亚班列开行25列、货值3.09亿元；里孜边境群众互市贸易区新设运营，14个传统边贸点累计交易额近2亿元，西藏特色产品出口1亿余元。与此同时，口岸功能持续升级，吉隆口岸免税店获批、进境水果监管场所通过验收，农副产品通关实现“即报即放”。全年口岸通关货运量19.14万吨、货值64.2亿元。

自治区商务厅相关负责人表示，2026年作为“十五五”规划开局之年，全区商务系统将进入“战时状态”，打好政策“组合拳”，聚焦编制商务规划、提振消费等重点任务，加快构建“流通体系+消费市场+跨境通道”联动发展新格局。

咖啡馆里看非遗展演，公园草坪上听户外音乐会，周末跟着“巴宜人的周末”线路打卡乡村秘境……如今的林芝市巴宜区，文化场景无处不在，文旅体验有声有色。面对公共服务不均等、文化转化不充分、城市个性不鲜明等挑战，林芝市巴宜区以“小而精、精而美”为抓手，创新推出“小城Time”与“巴宜人的周末”两大公共文化品牌，用空间再造、业态重构、IP重塑“三重工作法”，让“人、城、旅”深度融合，激活了藏东南这座城市的内生动力与烟火气息。

空间再造：15分钟圈出“无界文化生活”

“以前想参加文化活动得去文化馆，现在楼下公园、商圈里就有，太方便了！”冬日暖阳下，市民扎西正带着孩子在城市公园观看“公园+演艺”专场演出，舞台上巴宜区艺术团的演员舞姿灵动，台下掌声不断。

这背后，是巴宜区投入67万元专项资金打造的“小城Time”项目。当地打破传统公共文化空间局限，把咖啡馆、艺术客栈、商圈中庭变成了人人可及的文化载体——“书店+社区”，读者围坐分享好书；“商圈+文化”，非遗手艺人现场展示藏香制作；“公园+演艺”，本土乐团带来原生态音乐……一张覆盖城区的“15分钟文化体验圈”悄然成型，让文化服务从“定点供给”变得“随处可及”。

为了让这些场景“活起来、可持续”，巴宜区文旅局推出“项目主理人”“创意直通车”制度，通过政府购买服务、项目合作等方式，邀请专业团队参与策划。从2024年4月至今年4月主题活动轮番开展，草地音乐党课、非遗展演、艺术沙龙、“徒步+NPC互动”等形式丰富多样，线上线下近100万人次参与，真正实现了“文化就在身边”。

(下转第二版)

林芝市巴宜区推出“小城Time”与“巴宜人的周末”两大品牌 『人城旅』点燃城市烟火气

本报记者 王珊 刘枫 谢筱纯

古城沐暖阳 “卡塞”正飘香

新年临近，拉萨街头巷尾的年味日渐浓郁。近日，记者走访老城区多家“卡塞”店铺，只见一锅口滚烫的油锅旁，师傅们正手法娴熟地揉捏、切割、翻炸，金黄酥脆的“卡塞”在油花中欢快起舞，香气四溢。

“卡塞”是一种油炸面食，是藏历新年必备的年货之一。椭圆形的“果子”、蝴蝶状的“耳朵”……各色造型的“卡塞”寄托着人们对团圆、富足的美好祈愿。店铺里，刚出锅的“卡塞”垒成小山，顾客络绎不绝。

图为市民正在选购“卡塞”。

本报记者 旦增兰泽 摄



在希望的田野上耕耘

——2025年我区农业农村工作综述

本报记者 丹增朗赛 本报见习记者 强巴普尺

180个高原和美乡村，农村户厕普及率、人畜分离率分别达到84.39%、98.95%。

2025年，在自治区党委、政府的坚强领导下，自治区农业农村厅聚焦“四件大事”聚力“四个创建”，扎实有序推进农业农村生产和乡村全面振兴各项工作，全区农业农村工作呈现稳中向好态势。

全力稳住粮食安全基本盘

“现在种青稞有良种有技术，还有政策补贴，一亩地比以前多收百十斤，收入实实在在涨了，日子越过越有盼头。”日喀则市桑珠孜区曲美乡群众普琼感慨道。

2025年，我区锚定粮食安全与脱贫成果巩固双重目标，深入实施“藏粮于

地、藏粮于技”战略，严格落实党政同责，新建和改造提升高标准农田41.67万亩；同步启动青稞关键核心技术攻关项目，培育高功能营养、高产高抗、快培育品种，有效提升青稞的经济价值与市场竞争力。

全区全年粮食播种面积302.4万亩，其中青稞播种面积233.4万亩。粮食总产量达到115万吨，其中青稞产量首次突破90万吨大关，达到90.53万吨，两项指标分别增长1.81%、1.98%，均创历史新高。

2025年，我区通过落实饲草种植主体补贴、牧草返青季休牧补偿、粮改饲等政策，撬动畜产品产能稳步提升，全年完成黄牛改良配种7万头，推广优良种公牛、种公羊4.1万头(只)，完成连片人工种草8.8万亩，饲草复种及房前屋后

种草47.82万亩。蔬菜产业实现多元化发展，全区种植面积累计达46万亩，涵盖叶菜类、白菜类等十大种类35个品种。全年肉蛋奶和蔬菜产量均突破100万吨，大大满足了群众生活需求。

农产品质量安全防线同步筑牢，为稳产保供保驾护航。我区扎实推进重大动物疫病防控工作，评定第一批自治区级动物疫病净化场1个、无疫小区5个，重大动物疫病强制免疫密度达到90%以上。常态化开展重点问题食用农产品专项整治行动，全覆盖推进农产品质量安全检验检测，抽检合格率稳定在98%以上，切实守护群众“舌尖上的安全”。

推动高原农特产品提质

在C887次高原复兴号列车上，来自四川的游客李维拿着刚买的牦牛肉酱说道：“没想到在列车上就能买到西藏特产。”

这一幕，正是高原农特产品拓宽销路、打响品牌的生动缩影。目前，风干牦牛肉、牦牛肉酱等优质农产品已成功入驻青藏铁路列车销售，搭乘“流动窗口”走向更广阔的市场。(下转第三版)

2025 铿锵印记

又是一个丰收年，高原青稞堆满仓。

看粮食生产，2025年全区粮食产量再创新高，达到115万吨，其中青稞产量首次突破90万吨大关，达到90.53万吨，两项指标均创历史新高；

看农民收入，2025年全区农村居民人均可支配收入保持较快增长，农牧民群众的“钱袋子”越来越鼓；

看乡村建设，全区“四好农村路”建设扎实推进，农村公路总里程达到9.44万公里，乡镇道路通畅率达100%；新建