

建设幸福家园 创造美好生活

——“十四五”以来我区城乡建设面貌大幅提升

本报记者 王超



的新型城镇化建设和城市更新“两大行动”。截至2024年底,全区常住人口城镇化率达到39.68%，“十四五”期间年均增速约1%，新增城镇常住人口16万人，城镇建成区面积新增24平方公里，农牧业转移人口市民化加快推进。县城及以上城镇污水集中处理率和生活垃圾无害化处理率分别达到93.24%和99.34%，较“十三五”末分别提升15.18%、2%。

“十四五”期间,全区完成投资390亿元,实施671个市政基础设施项目。截至目前,全区市政道路长度约3500公里,供暖面积达3779万平方米,分别比“十三五”末增加500公里、758万平方米,城市公共供水普及率达100%,比“十三五”末提升10.66个百分点。

同时,“十四五”期间,全区投资约44亿元,实施321个2000年之前建成失养失管失修城镇老旧小区改造,受益群众达6.62万户。目前,已完成232个小区改造,89个小区正在改造中。

持续加大村镇建设力度

自从搬进山南市桑日县扎嘎新村的新房,村民索木措姆少了一件困扰她多年的心事——“再也不怕下雨,雨天也能一觉睡到天亮,连梦都是香的。”

“扎嘎”,藏语意为“白石”,过去曾是贫瘠的代名词,如今已成为吉祥的象征。2024年10月,同住一条扎嘎沟、分属5个行政村的200户、800名村民,告别“挂在半山腰”的旧房子,搬到扎嘎新村,迈进了新生活。

“再也不用年年夏天为保通道路和抢险救灾而心焦。”如今,搬出大山,安家省道边,扎嘎新村党委书记洛桑阿旺格外高兴。

建设农房千万间,群众安居又乐业。“十四五”以来,我区扎实开展农村危房改造,完成全区48.66万户农房安全隐患排查整治工作,基本实现全区在用农房全覆盖;建立健全农村低收入群体住房安全动态监测机制,完成6类重点对象住房安全动态监测;完成16.42万户脱贫户住房安全“回头看”工作,3516户C、D级危房已全部整治完成。

落实中央财政农村危房改造补助资金10.34亿元,实施5.33万户低收入群体危房改造;探索实施农村房屋高延性混凝土加固新技术,出台相关技术导则,在昌都市和那曲市的5个村25户开展试点,在那曲市农村危房改造中拓展应用。

此外,“十四五”以来,全区实施乡镇及农牧区集中供暖项目11个。多渠道筹措资金3949.46万元实施了山南市浪卡子县普玛江塘乡清洁能源供暖和那曲市双湖、尼玛等县1553户农牧户供暖项目,实现了海拔5000米以上乡镇农牧区供暖全覆盖。

完善历史文化保护体系

八廓古城南街的夏扎大院是座典型的藏式石木结构大院,历经数百年风雨洗礼。门梁与门窗上的彩绘经过细致补色,古朴的藏式图案色泽温润。今年70岁的赤普老人看着修缮一新的街

巷,感慨地说:“修的是破损的角落,留住的是我们的记忆。”

坚持文物保护“最小干预、古今交融”的原则,拉萨市将八廓古城保护与旧城改造提升确定为“一号工程”,明确“严禁大拆大建、严禁大搬大迁、严禁拆旧建新”,最大限度保留原住民、原风貌、原生态。古建文物大院和居民大院修缮采取“一院一策”,路面工程仅对破损严重路段进行修补,地面与墙体原有材料尽量回收再利用。

着眼“面子”,更重“里子”。近期,古城全面实施水电、通信、消防等基础设施改造,铺装道路石板近一万平方米,修复台阶4580平方米、整治飞线605处,非机动车停车位增加到1.1万个。

城乡历史文化保护传承工作社会关注度、工程建设难度大。

“十四五”以来,全区系统推进相关工作,编制印发《西藏自治区城乡历史文化保护传承体系规划》,完成《拉萨历史文化名城保护规划(2021-2035年)》《日喀则历史文化名城保护规划(2021-2035年)》等规划编制。落实投资15.25亿元,实施拉萨、江孜等历史文化名城保护提升改造,同步推进贡嘎县杰德秀镇、萨迦县萨迦镇、札达县托林镇、尼木县吞达村、工布江达县错高村等历史文化名镇名村和左贡县、乃东区传统村落集中连片保护利用示范区项目建设。深入开展西藏古建筑研究,挖掘各民族交往交流交融的历史元素,成功申报一批历史文化名镇、名村,相比“十三五”末新增自治区级名镇6座、名村14座、历史建筑147个。

那曲市妇幼保健院救助高危产妇:

他们「抢」回了一个新生命

本报记者 汪纯 赵书彬

近日,那曲市妇幼保健院手术室里,一名慢性高血压并发子痫前期、急性胎儿宫内窘迫的危重孕产妇,经多学科团队与援藏专家紧急抢救,成功脱险,母婴双双转危为安。

该名慢性高血压合并妊娠患者,孕期内一直被纳入那曲市妇幼保健院高危孕产妇集中服务管理中心重点管理。时间回溯到3月12日,常规胎心监护设备突然提示胎心晚期减速——这是胎儿急性宫内缺氧的危险信号,意味着生命危在旦夕。医护人员立即启动危重孕产妇应急处预案,快速完成病情评估与术前准备。该院援藏专家迅速到位,团队果断决定:立即实施急诊剖宫产手术。

手术过程中,医护人员发现情况比预想的更为凶险。羊水Ⅲ度污染,羊水量仅20毫升,胎儿已严重缺氧。在该院援藏专家精准指挥下,手术团队以最快速度顺利娩出胎儿。新生儿科无缝接力施救,清理新生儿气道、建立呼吸、监测生命体征……一系列操作紧张而有序。

终于,新生儿发出第一声啼哭,生命体征趋于平稳,随即转入新生儿科继续观察。目前,产妇与新生儿情况稳定,抢救圆满成功。

这场成功救治,是高危孕产妇全流程闭环管理的生动注脚,也是多学科无缝协同作战的鲜活案例。从孕期内规范监测,到警报拉响后的快速响应;从援藏专家“传帮带”机制的落地,到手术台上的紧密配合——每一个环节都在关键时刻发挥了作用。

那曲市妇幼保健院相关负责人表示,将继续紧扣公立医院高质量发展主线,持续加强学科能力建设、人才梯队培养与急危重症救治体系建设,充分发挥孕产妇集中服务管理中心优势,深化援藏医疗协作内涵,以更高水平的医疗技术、更温暖的人文关怀,为辖区妇女儿童健康事业贡献坚实力量。

“嘟嘟”,警车开进校园——

趣味课堂解锁交通安全技能

本报记者 彭琦 见习记者 李欣梦

“嘟嘟——”清晨的阳光洒在校园的操场上,交通民警吹响哨子,学生们立刻围成半圆蹲下藏身于车辆的不同方位……一场别开生面的交通安全互动体验就此开始。

近日,山南市公安局交通管理支队民警走进山南市第三小学和山南市第二实验幼儿园,将操场变成“交通安全游乐园”,让孩子们在玩耍中学习交通小知识。

在第二实验幼儿园,交警手持蓝底白箭头的“直行”标志牌:“大家看这个标志像不像给马路装了个‘指南针’?看到它,车辆只能沿着箭头所指方向走,要拐弯就要等下一个路口哦!”孩子们认真观察后纷纷回应:“原来箭头指向哪里,车就要往哪里开。”互动环节中,孩子们分组玩“标志配对”:有的举着“红绿灯”卡片找对应颜色,有的将“斑马线”贴到“学校区域”旁,询问把标志放在这里的原因。在交通标志小课堂上,民警借助色彩鲜艳的标识卡片,详细讲解红绿灯、斑马线、禁止通行、慢行等常见交

通标识的含义,引导孩子们通过观察颜色和形状来快速识别,并通过“找朋友”配对游戏,在轻松互动中牢记交通安全标志标线的作用。

在山南市第三小学,民警针对车辆视野盲区这一隐藏风险,组织学生分组站到车辆的前后左右不同方位,让老师和学生轮流体验驾驶员视角,当看到“明明身边有同学,驾驶员却看不到”时,学生们纷纷惊呼,直观感受到了车辆“视线死角”和“内轮差”的潜在威胁,也记住了“不靠近车辆盲区玩耍”的重要性。不仅如此,交通民警还围绕“回头杀”“突然开门”“不观察侧方来车”等危险行为,为孩子们传授“荷式开门法”等实用防护技巧,让学生们学会“知危险,会避险”。

生动的演示、实用的技巧,在孩子们心中种下了交通安全的“种子”。山南市公安局交通管理支队民警表示,愿这颗种子在他们今后每一次过马路、每一次开车门时,都能生根发芽,绽放出平安之花。

时讯快递

拉萨市开展残疾人驾驶技能培训

本报拉萨讯(记者 鹿丽娟)近日,由拉萨市残疾人联合会主办、拉萨交安驾校承办的2026年拉萨市残疾人驾驶技能培训开班。

此次培训对象经前期摸底、严格筛选,最终确定全市8县区40名符合机动车驾驶证申领条件的肢体残疾人参加培训。培训内容涵盖驾驶证理论知识、实操技能(含辅助装置操作、安全驾驶规范等),严格按照新国标开展实战化教学。培训费用由市残联全额补贴,培训周期为3年,预计3年内完成全部培训与考核。

此次培训是落实“以培训促就业、以就业促发展”理念的重要举措,

旨在帮助残疾人掌握驾驶技能,圆其“驾车梦”,进一步提升残疾人生活自理能力和社会参与能力,不断增强其获得感、幸福感。驾校将专门配备教练车、无障碍训练场地,实行“一对一”个性化教学,全程跟踪培训质量,确保学员安全、规范掌握驾驶技能。

拉萨市残联相关负责人表示,在下一步工作中,将全程跟进培训进度,持续做好服务保障,确保培训取得实效;不断健全残疾人职业技能体系,开展更多贴合需求的技能培训项目,助力更多残疾人实现就业创业、更好融入社会,推动拉萨市残疾人事业持续高质量发展。

阿里地区札达县萨让村

举行民间建筑施工队分红仪式

本报札达电(记者 永青)近日,阿里地区札达县萨让乡萨让村当巴组民间建筑施工队举行分红仪式。

此次分红为每户发放大米、面粉、砖茶及现金500元,总价值近7万元。仪式现场,54户村民有序领取分红物资与现金。村民们洋溢着幸福笑容,纷纷表示,真切地感受到了集体经济发展带来的“红利”,进一步增强了获得感、幸福感、安全感。

据了解,此次分红既是萨让村“党支部+施工队+农牧户”利益联结机制落地见效的生动实践,也是乡、村两级聚力壮大集体经济、带动群众增收致富的关键举措。萨让村“两委”相关负责人表示,下一步,将持续规范施工队运营管理,拓宽增收渠道,不断发展壮大村级集体经济,以产业兴旺带动群众稳步增收,扎实推进共同富裕。



养老安民心 幸福映夕阳

近年来,拉萨市墨竹工卡县着力补齐农村养老服务短板,全力推进幸福苑建设。今年,全县计划在6个乡镇建成7座幸福苑,其中扎雪乡幸福苑正加快施工,预计今年6月投用。一座座温馨的“幸福苑”,填补了农村专业养老服务设施空白,为高原老人筑起幸福港湾,让老人的晚年生活更有温度、更有质感。

▲在墨竹工卡县尼玛江乡羊日岗村农村幸福苑,老人们围坐一起拉家常。

▼墨竹工卡县尼玛江乡羊日岗村农村幸福苑里,老人在玩藏式骰子。

本报记者 格桑伦珠 摄



中国铁路青藏集团有限公司陈生鹏:

“毫米”校准,守护天路的“信号医生”

文/图 本报记者 王超 本报通讯员 马生明

“大家要养成规范的作业习惯,像转辙机的缺口一定要用探尺精准测量,绝不能凭肉眼估测!”近日,寒风凛冽中,那曲站的股道旁暖意涌动,对讲机里中国铁路青藏集团有限公司拉萨基础设施段那曲信号车间那曲信号工区工长陈生鹏的话语让班组成员充满干劲。他们准备对那曲站内的信号设备展开一次全面的“深度体检”。

“天窗”命令已下达,作业人员可以上道作业!驻站防护员李佳乐的声音透过对讲机传来。陈生鹏率先督促现场防护员抓紧上道,他认真确认作业位置及防护位置,迅速布设现场安全防护员,作为扎根高原11年的“老信号”,“标准就是生命线,一丝一毫不差!”是他常挂在嘴边的话。

近期,进出藏列车密度增加,道岔转换频率高,加之高原低温导致润滑脂易凝固,稍有疏漏就可能引发转换卡阻。

陈生鹏手持油壶、批灰刀,来到某道岔旁,身体微倾,目光紧盯滑床板关键受



▲中国铁路青藏集团有限公司工作人员在进行检修作业。

力点,每一滴润滑油都精准滴注在上面。“道岔是列车的‘方向盘’,咱们的手稳了,列车才能跑得稳。”他对身旁的年

轻职工说,语气里满是对标准的敬畏。在日常工作中,陈生鹏对每一项规章制度都烂熟于心,对每一个作业环

都严格把关。无论是设备检修、故障处理,还是施工配合,他都坚持按标准作业,绝不因环境艰苦而降低要求,也不因任务繁重而简化流程。在他的带领下,工区形成了“人人学标准、事事讲标准、处处达标准”的良好氛围。

道岔检修完毕,陈生鹏走向相邻的信号机。高原风沙大,机器透镜表面早已蒙上一层薄尘。他从工具包里取出棉纱,认真擦拭透镜,他擦得格外仔细,连边缘的细小沙粒都不放过。“把道从标准养成习惯,就不会觉得麻烦——你对设备负责,设备才会对旅客负责。”

“你看这表示杆缺口,探尺塞不下去,也就只有1.3毫米,这要是再过去几趟车,缺口间隙就会变小,极易导致缺口报警。”他拿起专用扳手,卡在表示杆调整螺母,顺时针微调半圈。“我们这个调整螺母转一圈是3毫米,高原设备‘娇气’,但咱的标准不能‘娇气’。”在检修现场,陈生鹏边作业边给新人入职的徒弟王常明讲解。调整完毕,师徒二人进行扳动试验,每一次“咔嚓”声都清脆坚实,在寂静的高原上,化作平安的脉动。

结束了一天的检修作业,陈生鹏带领工友进行最终复查,逐一确认箱体处于锁闭状态,对所有设备按标准进行试验,确认无误后交付使用。

寒风中,陈生鹏和工友们撤出线路,他们搓着冻红的手,感受扳手的余温。