

情暖桑榆 爱满社区

——拉萨市扎细新村社区以民生服务守护老人幸福生活

本报记者 嘎娃白玛 本报实习生 曲宗



养老服务事关民生福祉,关乎群众幸福感与获得感。近年来,拉萨市城关区扎细新村社区始终将老年服务摆在社区工作的突出位置,聚焦辖区老年群体数量多、需求多元化、康养需求特殊的实际,以嵌入式养老服务驿站为核心载体,紧扣“精准服务、专业保障、共治共享”三大主线,不断优化服务流程、健全运行机制、提升服务质效,推动养老服务实现从“普遍覆盖”向“精准施策”、从“被动就医”向“主动健康管理”、从“单一供给”向“多方参与”的转变。用暖心服务、专业保障、温情治理,为辖区老年人筑起晚年幸福港湾。

精准服务暖民心

清晨的扎细新村社区,街巷整洁,秩序井然。网格员手持工作台账,穿梭于楼栋之间。入户走访、问询需求、细致登记,日复一日地坚守让精准服务的理念融入社区治理的每一个环节。

扎细新村社区常住人口4718人,60岁以上老年人口占比达36%,其中75岁以上高龄老人14人、孤寡老人6人,另有长期居住的流动孤寡老人3名。面对老年群体基数大、服务需求多样的实际,社区坚持就近保障、精准对接,紧盯老年群体的差异化需求,聚焦就餐、用药、日常照料、就医陪护等民生实事,精心打造“15分钟养老服务圈”。“我们打造‘15分钟养老服务圈’,不只是划定服务范围,更是把每一位老人的情况摸清、需求摸准,做到不漏一户、不落一人,真正把服务做到老人心坎上。”社区工作人员索朗德吉介绍道。

为打通服务老人的“最后一公里”,确保诉求有回应、服务不缺位,社区专门为辖区老年人制作并发放爱心联系卡,打通老年人求助办事的便捷通道。“老人有任何需求,都可以通过爱心卡上的联系方式第一时间联系社区工作人员,无论是送餐、购药、陪同就医,还是日常照料、代办事项,我们都会及时响应、上门服务。”社区工作人员且增卓嘎说。

社区困难老人刘德忠、王尚宗年事已高,行动不便,在生病卧床期间,社区网格员坚持每日上门照料,按时送餐送药、监测身体状况、代办各类生活事务,用贴心陪伴缓解老人的生活难题。

“多亏了社区和网格员的照顾,生病的时候有人管、有人陪,心里特别踏实温暖。”老人们质朴的话语,是对社区精准服务由衷的认可。针对流动孤寡老人,社区打破户籍限制与身份界限,将其纳入养老服务保障体系,不仅提供免费就餐服务,解决基本生活难题,还实行网格员一对一结对帮扶,定期上门看望、谈心交流,实时掌握老人生活需求与心理状态,让每一位老人在社区感



受到家的温暖。

为让精准服务常态化、长效化,社区建立“每日巡访、每日登记、每日响应”的工作机制。网格员每日对片区老人进行全覆盖走访,详细记录老人身体状况、生活需求,建立动态管理台账,对老人提出的各类诉求,做到当天登记、当天处置、当天反馈,形成了需求收集、服务响应、办结反馈的完整工作链条。这一机制,实现了养老服务的精准对接与高效落地。“不漏一户、不落一人”的承诺,温暖了辖区每位老人的晚年生活。

专业保障护健康

高原气候特殊,长期生活在高海拔地区的老年人普遍患有高血压、关节炎等慢性疾病,这些常见病不仅影响老年人的生活质量,也对社区健康养老服务提出了更高要求。“我们社区很多老人都是从高海拔地区退休过来的,高血压、关节炎是高发疾病,健康养护、慢性病管理成为养老服务的重中之重。”社区工作人员索朗德吉说。

立足这一实际,社区充分挖掘藏医药特色资源优势,创新打造西藏首家社区藏医馆,采用“社区搭台、医院驻点、资源下沉、服务上门”的模式,推动优质藏医医疗资源走进社区、贴近群众,构建起“基础诊疗、特色调理、上门服务、绿色转诊”的全链条健康服务体系,推动社区老年人从“生病就医”的被动模式,向“日常养护、主动管理”的模式转变,为嵌入式养老服务注入专业力量。

专业医疗资源下沉,是社区康养服务提质增效的关键。社区与西藏番康藏医院深化合作,社区提供服务场地,医院派驻专业医疗团队常驻坐诊,提供技术支持与诊疗服务,双方优势互补、资源共享。“社区藏医馆与番康藏医院直线距离仅10米,从社区服务阵地可直达医院。我们专门开通了绿色转诊通道,实现了空间与服务的双重无缝对接。”社区工作人员且增白宗介绍。



“老年人日常感冒、肠胃不适等常见病,可在社区藏医馆就近诊疗。血压、血糖等基础指标监测,慢性病日常调理,均可一站式完成。遇到需要深度治疗的病症,可通过绿色通道快速转诊,无需排队等候,极大提升了就医便捷性。”西藏番康藏医院药师多杰才让说。

作为老年人家门口的“健康驿站”,社区藏医馆坚持普惠性、公益性、本土化定位,每日安排2名专业藏医坐诊,日均服务老人20人次。社区藏医馆推出的常见病基础诊疗、血压血糖监测、藏医特色涂擦理疗等多种免费康养服务,切实减轻了老年人就医负担。

“藏医涂擦理疗对关节炎、骨关节疼痛效果显著,很多老人经过调理后,腿脚疼痛明显缓解,生活质量也提升了。”西藏番康藏医院医护人员贡嘎说道。

为扩大健康服务覆盖面,藏医馆针对辖区高龄、独居、失能老年群体,定期开展上门问诊、涂擦理疗、监测健康数据、完善健康档案等服务。对于需要深度康养疗的老人,番康藏医院还提供藏医药浴、足浴等特色理疗服务,并支持医保卡结算,降低老人就医成本,让专业医疗服务更有温度。

传统藏医药与老年健康服务的深度融合,让专业康养服务真正融入日常、惠及群众,为社区嵌入式养老服务提供了坚实保障。

共治共享惠民生

为更好服务老年群体,筑牢养老服务保障,扎细新村社区坚持共治共享理念,不断优化服务阵地、创新服务模式、凝聚多方力量,用心用情守护老年人幸福晚年,切实提升老年群体的幸福感与归属感。

走进扎细新村社区多功能综合服务区,舞蹈室内,老年文艺队翩翩起舞;自习室里,社工为孩子们辅导课业;健身休闲区内,老人们闲谈娱乐,笑语不

断,处处充满着温馨和谐的氛围。

为让公共空间真正服务于民,社区大力推进服务阵地升级改造,大幅压缩行政办公用房,将三层办公空间全面改造为便民服务区,打造集医疗康养、文体休闲于一体的综合服务平台,并免费向居民开放。通过优化空间布局、完善服务功能,让社区服务更贴近群众、更贴合日常需求。

社区“一老一小”食堂是共治共享理念的集中体现,食堂立足公益普惠定位,实施分层分类惠民举措,面向老年人、外卖员、出租车司机、环卫工人等群体提供优惠就餐服务,对孤寡老人、留守儿童、残疾人等特殊群体实行免费就餐。同时,社区打破户籍与身份限制,将外来特殊困难群体一并纳入保障范围,只需说明需求即可免费领取餐食。针对行动不便的高龄、独居老人,食堂提供免费送餐上门服务,切实解决老人就餐难题。

共治共享重在人人参与、多方协同。社区积极培育志愿服务力量,组织辖区青年、共建单位志愿者常态化开展敬老爱老、爱心帮扶、文明实践等活动。此外,社区创新推行“低龄助高龄”模式,引导健康低龄老人结对帮扶高龄、独居老人,以邻里互助传递温暖。社区还组织专业社工为青少年提供免费学业辅导和兴趣培养服务,让“一老一小”都能得到贴心关爱。

社会各界爱心力量也积极融入社区治理,爱心企业、商户定期履行社会责任,为辖区流动人口困难家庭代缴房租、捐赠物资、开展节日慰问,切实解决群众急难愁盼;辖区共建单位发挥资源优势,积极为老年人提供健康科普、法律援助、文体活动、智能设备使用指导等便民服务,让养老服务更有温度、更加贴心。

扎细新村社区相关负责人表示,将多方协同发力,进一步健全社区常态化共建、多元化供给、精细化服务的运行保障机制,推动养老服务从“单点突破”向“全域联动”转变,让嵌入式养老更具活力、更可持续。从精准彻底的暖心服务,到专业高效的康养保障,再到共治共享的基层治理,扎细新村社区以嵌入式养老服务为抓手,全方位破解辖区群众养老难题,让老有所养、老有所依、老有所乐的美好愿景变为现实,也为高原地区创新推进社区养老服务、提升民生保障水平提供了可复制、可推广的经验。

图①:辖区群众在扎细新村社区舞蹈室内欢快起舞。
图②:扎细新村社区藏医馆医生为群众提供健康诊疗服务。
图③:西藏藏医药大学附属医院党总支在扎细新村社区藏医馆开展送医送药义诊活动。
图④:群众在扎细新村社区“一老一小”惠民甜茶馆休憩用餐。
(图片均由城关区扎细新村社区提供)



4月,春风拂过山岗,泥土中萌发出新一季的希望。对于拉萨市城关区夺底街道维巴村的村民们来说,这个春天格外暖心——农行拉萨城北支行“格桑花”金融服务队专程来到村里,把金融服务、惠农政策和风险防范知识送到了“家门口”。

早上九点半,维巴村村委会会议室里已坐满了村民。年过五旬的村民扎西次仁特意换了一身干净的衣服,早早赶来。“听说农行的工作人员来讲解银行贷款政策,我家今年想扩大青稞种植面积,正愁周转资金呢。”扎西次仁眼里满是期待。

宣讲中,“格桑花”金融服务队的工作人员用老百姓听得懂的大白话,把惠农信贷政策、基础金融知识和风险防范要点一一讲透。讲到“惠农e贷”时,工作人员次仁卓玛拿起一张申请表,一步步演示申请条件、办理流程 and 还款方式,期间,村民们频频点头。当听到“利率优惠”“无需抵押”等关键词时,会议室里响起阵阵低语,村民们眼中闪过亮光。

“大家注意,天上不会掉馅饼,高利息的诱惑往往是陷阱!”在防范金融风险环节,工作人员结合真实案例,生动讲述了电信网络诈骗、非法集资的常见套路。村民卓嘎听完心有余悸地说:“前几天还有人打电话让我投资养牛项目,说回报率很高,幸亏我没信!以后一定要多留个心眼。”

宣讲结束后,工作人员没有急着离开,而是摆起“服务台”,一对一解答村民疑问。针对有贷款需求的村民,工作人员逐一登记注册;对不会用社保卡的手把手教操作流程;对辨别不了假币的,现场教授识别技巧。村民达瓦次仁当场登记了一笔5万元的贷款需求,他激动地说:“有了这笔钱,我家牦牛的饲料就不用发愁了,农行真的把实事做到了咱老百姓的心坎上!”

据统计,此次活动共发放宣传资料200余份,解答群众咨询百余次,现场对接农户贷款需求10余笔。春风化雨,润物无声。农行拉萨城北支行“格桑花”金融服务队用实际行动,把金融活水精准浇灌到田间地头,让“格桑花”在乡野沃土上绚丽绽放。

农行拉萨城北支行走进维巴村开展金融服务——「格桑花」在乡野沃土上绚丽绽放

本报记者 刘琳琳

自治区妇联联合那曲市多部门 举办“春风行动”校园专场招聘

本报讯(记者 姜梦琳)近日,自治区妇联联合那曲市妇联人社局、职业技术学校、色尼区妇联,在那曲市职业技术学校成功举办2026年“巾帼创业之星进校园宣讲”暨“春风行动”校园专场招聘会,近2000人参加。

宣讲环节中,自治区妇联邀请“巾帼创业之星”分享新媒体创业、本土品牌打造的实战经验,讲解女性创业路径、网络运营技巧,传递“巾帼建功、逐梦雪域”的奋斗精神,为大家提供可参照可借鉴的实践样本;就业创业指导专家围绕职业生涯规划、就业创业政策解读、职业技能提升等内容,开展针对性指导,帮助学生明确职业定位、掌握求职技巧;心理健康辅导专家围绕心理健康与成长赋能,开展心理健康科普、情绪和情感管理、危机干预等,提供专业心理咨询服务,引导大家建立健康心态,提升适应社会的能力。招聘会还邀请了那曲市公安局色尼分局反诈中心干警,聚焦校园高发电信网络诈骗,讲解诈骗手法识别、分析反诈自防技巧,结合真实案例进行警示教育,帮助大学生筑牢财产安全与法治意识防线。

招聘会采取“线上+线下”模式,90家参会企业带来涵盖科技、文化传媒、教育、家政等多个行业的732个岗位。招聘展位前,求职者们认真查看岗位信息,与企业招聘者面对面交流,现场求职氛围热烈而浓厚。同时,线上直播带岗火热开播,求职者通过抖音“西藏就业”观看直播,详细了解招聘企业及岗位情况,并通过扫描“西藏数字招聘平台”微信小程序二维码线上投递简历,实现了“足不出户找工作”,有效拓宽了求职渠道,提升了供需对接效率。

据统计,招聘会现场吸引了580名毕业生、320名群众驻足咨询,发放就业创业政策资料1200份;通过西藏数字招聘平台线上投递简历185份,通过西藏就业抖音观看直播人数达5679人次。

此次专场招聘会,是自治区妇联聚焦“四件大事”聚力“四个创建”,落实中央、自治区稳就业、保民生政策的务实行动,有效打通了企业用工与女性求职的“最后一公里”。自治区妇联相关负责人表示,下一步,将持续聚焦女性就业创业需求,深入开展技能提升、素质赋能等培训,不断优化就业服务,为雪域巾帼就业创业保驾护航,助力更多女性用智慧和技能,在辛勤付出中增收致富、实现人生价值,为全面建设社会主义现代化新西藏注入巾帼力量。

拉萨市残疾人日间照料服务点

开展爱心慰问捐赠活动

本报拉萨讯(记者 鹿娟娟)日前,拉萨市残疾人日间照料服务点组织开展了“情暖雪域——爱心助残”爱心慰问捐赠活动,为在托残疾人送上贴心关怀与实用生活物资,以实际行动践行助残初心,传递温暖力量。

此次活动惠及17名在托残疾人,所有物资均来自社会爱心人士自愿捐赠。活动现场气氛温馨



图为拉萨市残疾人日间照料服务点捐赠活动现场。

本报记者 鹿娟娟 摄