

架起连心桥 画出同心圆

——拉萨市深耕民族团结进步工作

本报记者 卢文静



高原风暖,同心致远;雪域沃土,团结常青。作为西藏自治区首府的拉萨市自古便是各民族交往交流交融的热土,各族群众守望相助、手足相亲的优良传统,深深镌刻在城市发展的年轮之中。今年以来,拉萨市以铸牢中华民族共同体意识为主线,紧紧围绕着力创建全国民族团结进步示范区目标,从统筹规划到宣传教育,从基层阵地到规范管理,一幅全域创建、全民参与、全面推进的民族团结生动画卷正徐徐展开。

下好“先手棋”： 顶层设计绘就“路线图”

凡事预则立,不预则废。2026年以来,拉萨市坚持系统谋划、制度先行,为全年民族团结进步工作定下基调、划出重点。

拉萨市委牵头制定印发了《拉萨市2026年民族团结进步宣传教育工作方案》《拉萨市2026年民族团结进步示范区创建“十进”工作计划》等一系列指导性文件,起草了《同心筑梦工程专项工作方案任务清单》。一份份文件如同一张张精准的“施工图”,明确了总体目标、重点

任务、责任分工和工作要求,为全年工作画定了清晰的“路线图”和“任务书”。

尤其值得一提的是,聚焦民族团结进步示范区创建“十进”要求,拉萨市坚持分类指导、精准施策,分领域梳理创建重点、设计特色载体、明确责任单位。这种“一领域一策”的做法有效推动了创建工作从市层面面向基层一线延伸、向各行各业场景覆盖,形成了上下联动、左右协同、齐抓共管的创建工作格局。

奏响“交响乐”： 厚植共同意识“思想根”

思想同心,方能行动同向。拉萨市坚持把宣传教育作为民族团结进步的先导工程,常态化、多样化开展民族团结主题宣传教育活动。

每一位通过达孜检查站、堆龙检查站、机场隧道、火车站来到拉萨的旅客,都会收到一条温馨的手机短信,送上来自拉萨的第一声民族团结问候。据统计,2026年第一季度拉萨市通过“三大运营商”累计发送民族团结主题宣传短信305万条,让民族团结的理念随着信号覆盖到每一位进藏游客和市民手中。

元旦、春节、藏历新年、“3·28”西藏百万农奴解放纪念日……每逢重要节点,拉萨市都会推出切合实际的宣传内容。拉萨市融媒体中心积极配合,完成了第五届“全国民族团结进步先进集体”先进事迹

宣传报道和《中华人民共和国民族团结进步促进法》普法宣传采访工作。先进典型的示范引领作用得到充分发挥,民族团结相关法律法规真正走进千家万户,浸润人心。

线下宣传同样精彩纷呈。拉萨市的人行天桥的LED显示屏上,民族团结进步宣传广告轮番播放;措美林南、八廓商城南、冲赛康北等30座公交站台,民族团结主题宣传画格外醒目。拉萨新世界购物广场被打造成民族团结进步商超,让市民在购物休闲中潜移默化地感受团结氛围。一位正在购物的市民告诉记者:“现在走到哪里都能看到民族团结的相关宣传,感觉我们这座城市就是一个各民族相亲相爱的大家庭。”

筑牢“主阵地”： 搭建守望相助“连心桥”

民族团结进步工作,重在基层,要在阵地。2026年以来,拉萨市把目光投向基层,把资源下沉到一线,因地制宜打造沉浸式阵地,让铸牢中华民族共同体意识在群众身边有了实实在在的载体,团结之风可感可触。

拉萨市委印发《关于征集2026年市级民族团结石榴巷打造需求的通知》,面向全市各县(区)、功能园区广泛征集打造需求,建立起标准化、规范化的“民族团结石榴巷”需求库。林周县民族团

结进步街区已完成前期实地勘察、选址和建设方案设计;甘丹寺民族团结主题文化长廊已完成三方比价和效果图设计,即将开工建设。

在曲水县聂当乡德吉村,一座民族团结主题公园正在规划中。拉萨市民委联合曲水县委统战部深入点位选址、功能布局、文化融入等核心意向进行沟通。不久的将来,这里将成为各族群众交往交流交融的新平台。

在规范民族事务管理方面,拉萨市同样步履坚实。

拉萨市民委承办拉萨市统战系统《中华人民共和国国家通用语言文字法》专题座谈会,召开“全市民委主任会议暨民委委员单位联席会议”,开展《西藏自治区民族团结进步模范区创建条例》《拉萨市民族团结进步条例》宣传和执行情况检查。2026年第一季度,拉萨市依法依规办理民族成份变更(确认)3例,切实以规范管理保障民族事务有序运行。

如今的拉萨,“全域化创建、场景化宣传、项目化推进”的特色亮点已然显现。从“十进”体系的全域推进,到线上线外立体宣传矩阵的构建,再到一个个基层阵地的拔节生长,拉萨市正以守正创新的姿态,让民族团结进步理念融入城市日常、走进群众身边,让铸牢中华民族共同体意识如高原上的格桑花一样,在每个人心中生根发芽、绚丽绽放。

时讯速递

拉萨市人民医院

举办院感知识技能竞赛

本报拉萨讯(记者 央金)近日,拉萨市人民医院“感控践于行,安全重于山”院感知识技能竞赛火热开赛,全院19支临床、医技科室代表队同台竞技,以赛促学筑牢医疗安全防线。

竞赛聚焦院感防控核心,围绕国家感控标准、手卫生、医疗废物处置、职业暴露处置等内容,设置理论考核与技能操作两大环节。赛场内气氛紧张热烈,理论答题时,选手们凝神思索、快速作答,展

现扎实理论功底;实操环节中,大家规范完成手卫生、隔离衣穿脱等操作,动作娴熟精准,流程严谨有序,尽显专业素养。

经过激烈比拼,手麻科代表队夺得团体一等奖,急诊医学科、产科获二等奖,呼吸与危重症医学科等3个科室斩获三等奖。

此次竞赛让“人人都是感控实践者”的理念深入人心。医院将以此为契机,持续抓实感控常态化管理,以过硬防控能力守护患者就医安全。

拉萨市第四高级中学

赴农科院开展劳动教育研学活动

本报拉萨讯(记者 央金)近日,拉萨市第四高级中学劳动备课组带领高一年级80余名学生,走进西藏自治区农牧科学院蔬菜研究所,开展劳动教育实践研学活动。

在农科院专家的引领下,学生们先走进蔬菜品种展示厅,聆听西藏蔬菜产业发展与特色品种培育讲解;近距离观摩无土栽培、水肥一体化等现代农业技术,直观感受高原农业科技的独特魅力。

田间实践环节,学生们分组俯身劳作,亲手完成蔬菜移栽、田间除草等任务,泥土粘在指尖,汗水浸湿衣衫,在亲身劳作中体会农耕艰辛,感悟粮食来之不易。活动结束后,农科院向学校赠送10株葡萄苗,作为研学纪念。

此次研学让劳动教育走出课堂,下一步,学校将持续拓展实践平台,打造特色劳动课程,培育热爱劳动、勤于实践的新时代学子。

温情守护夕阳红



近年来,拉萨市墨竹工卡县敬老院坚持以人为本、服务优先理念,扎实筑牢养老服务保障底线。院内工作人员恪尽职守,常态化开展生活照料、健康巡查、洗护清洁等精细化暖心服务,悉心守护老人身心健康。一系列务实举措有效解决老人实际生活困难,持续提升在院老人获得感、幸福感与安全感,不断健全县域养老服务体系,传承弘扬尊老敬老传统美德。

图①:该院护理人员为老人添衣保暖。

图②:该院护理人员为老人洗脚。

本报记者 格桑伦珠 摄



拉萨市场监管部门

整治转供电收费乱象

本报拉萨讯(记者 央金)今年以来,拉萨市市场监管局主动担当,联动市发展改革委、国网拉萨供电公司协同发力,开展转供电收费专项整治,重拳整治价格乱象,保障惠民电价落实到位。

多方凝聚部门合力,筑牢协同治理根基。整治工作中,各职能部门通过召开政策业务培训会,组织执法人员学习电价专项政策,统一执法标准,压实属地监管责任。各部门打破治理壁垒,补齐监管短板,精准整治转供电突出乱象,回应群众用电方面的急难愁盼,坚守电力价格民生保障底线。

积极深化宣传引导,营造阳光透明市场环境。在工作中充分依托相关媒体平台,发布规范转供电收费行为专项公告,明确合法电价标准与收费红线,公开投诉举报维权渠道。线上线下同步普及价格法律法规,引导物业、商业机构等转供电主体守法诚信经营,发动群众参与社会监督,营造共治共享、规范有序的用电价格氛围。

精准开展全域排查,严肃查处各类违规行为。执法人员紧盯商住小区、商业综合体、出租房源等重点区域,开展拉网式摸底排查,摸清行业整体底数。同时依托12315、12345政务热线及网络舆情线索,及时处置群众诉求。

下一步,拉萨市市场监管局将纵深推进转供电专项整治行动,全域加大巡查监管力度,严厉打击违规加价等违法行为。同步推行转供电制式合同,从源头防范化解收费乱象,以精准监管、优质服务全力办好民生实事,不断提升群众获得感与满意度。

群众身边的“牵线人”

——记拉萨市城关区夺底街道维巴村社工拉姆曲珍

本报记者 刘琳琳

在拉萨市城关区夺底街道维巴村,总能看到一个身穿红马甲的年轻身影穿梭在村头巷尾。她是村里的社工拉姆曲珍,一位把村民的大事小情都装在心上的“90后”姑娘。最近,她因为一件“小事”在村里出了名——帮一位身处生活困境的妇女在家门口找到了工作。

那天,拉姆曲珍像往常一样在维巴村巡逻。走进一户人家时,她看到女主人卓嘎(化名)一边要给年迈卧床的老人喂药,一边还要哄哭闹的幼童。聊天中拉姆曲珍得知,卓嘎的丈夫常年在外打零工,收入微薄且不稳定。卓嘎因为要照顾一老一小,根本没法外出务工,家里经济压力很大,她常常愁得睡不着觉。

“阿佳,别着急,我们一起想办法。”拉姆曲珍把这件事牢牢记在了心里。此后每次巡逻路过,她都会多问一句、多看两眼。几天后,她在走访中发现村里一家小型服装作坊正在招工,工作地点就在附近,上下班只需步行5分钟,而且作息时间灵活,可以按件

计酬。拉姆曲珍眼前一亮:“这不就是给卓嘎量身定制的岗位吗?”

她立刻找到作坊负责人,详细了解用工要求、薪资待遇,又马不停蹄地赶到卓嘎家。得知卓嘎担心自己没技术、怕干不好,拉姆曲珍一边鼓励卓嘎“慢慢学、不着急”,一边跟作坊老板沟通,争取到了岗前培训的机会。经过她反复协调对接,卓嘎顺利通过了面试,在家门口上了岗。

面对村民的称赞,拉姆曲珍却很平静:“群众无小事,我只是做了一名网格员该做的事。”在她看来,基层社工就是要用脚步丈量民情,用真心换取信任。这件小事也让她更加坚定了方向:“今后,我会继续深耕网格,多倾听村民的需求,踏踏实实为大家办实事、解忧愁。”

在维巴村,拉姆曲珍的故事还在继续。而这,正是千千万万基层社工最真实的写照——他们在平凡的岗位上,用点滴行动汇聚成照亮他人的光。



近日,国网消防技术中心聚焦消防安全管控重点,赴国网西藏超高压分公司拉萨换流站开展全方位消防安全专项检查,同步督导换流站消防实战演练,从隐患排查、检验应急处置实战能力,扎实筑牢安全防护屏障。

图为消防实战演练现场。

本报记者 卢文静 摄