

# 仁心越山海 义诊暖高原

## ——2026年“同心·共铸中国心”拉萨沿线公益医疗活动扫描

本报记者 央金

### 奋进首府

2026年恰逢西藏和平解放75周年、青藏铁路全线通车20周年。为扎实推进健康西藏建设,切实解决基层群众看病就医难题,深化各民族交往交流交融,近日,“同心向党 医心为民”暨2026年“同心·共铸中国心”西藏拉萨、青藏铁路沿线大型公益医疗活动在拉萨市各县(区)同步开展。来自全国多地的顶尖医疗专家团队下沉基层一线,把优质诊疗服务、先进医疗理念、暖心惠民举措送到农牧民家门口,以专业力量守护高原群众身心健康。

#### 名医下沉到基层

本次大型公益医疗活动由中央统战部、国家卫生健康委员会指导,多家权威机构联合主办承办,活动汇聚全国200余家医疗单位、千余名骨干医师,开设20余个临床科室,服务范围覆盖拉萨市各县区,全方位赋能拉萨及青藏铁路沿线医疗卫生事业高质量发展。

本次活动采用多点位巡回义诊模式,医疗队伍分赴各县区开展惠民服务。在林周县,来自北京妇产医院等14家知名医院的60余名专家组建专项医

疗队,深入县人民医院及边交林镇、卡孜乡、旁多乡等7个乡镇开展集中义诊。义诊现场划分内科、外科、妇科、骨科、中医科等专属诊疗区域,专家们俯身细致问诊查体、解读体检报告、对症开具处方、免费发放常备药品,耐心回应群众各类健康疑问,现场暖意融融、秩序井然。

“今天很多知名专家来义诊,还发放了很多药品,真的很好,希望以后多开展类似的活动。”林周县卡孜乡康桑村村民次旦在就诊后由衷地说。短短3日,林周县各义诊点位累计服务群众3000余人次、僧尼300余人次,免费发放30余种、价值35万元的常用药品,针对行动不便的特殊困难群众,医疗队还主动上门开展爱心诊疗。

与此同时,百余人的公益医疗团队,深入墨竹工卡县8个乡镇、社区、寺庙、矿区、部队,同步开展疾病筛查、健康宣讲、公益救助服务,累计捐赠价值53.17万元的医疗物资,切实缓解偏远群众看病路遥远、寻医难的现实困扰,将医疗惠民红利送到千家万户。

#### 传经送宝授医技

本次公益活动打破单一义诊模式,兼顾群众即时诊疗需求与基层医疗长效提升,同步落地教学培训、实

操帮带、健康科普,专门聚焦高原女性健康短板,推进“西藏半边天健康计划”。

首都医科大学附属北京妇产医院专家在林周县一边接诊群众,一边与本地医护人员交流基层医疗建设思路。专家钱睿亚谈道,本地群众饮食特色鲜明,不少人存在血脂、肝功能指标异常问题,日常应当均衡饮食,多补充蔬菜水果。专家刘恒结合接诊案例提出,基层群众乳腺疾病早筛意识薄弱,筛查覆盖面不足,要常态化开展健康宣讲,持续普及早筛早治理念,引导群众建立长期健康管理习惯。专家张宇迪重点提及基层硬件优势:“如今乡镇卫生院血压仪、血糖仪、心电图机等基础设备全部配齐,基层医护人员要熟练操作、充分盘活现有医疗设备,把完善硬件转化为稳定的常态化诊疗能力,规范基层诊疗流程。”

除坐诊科普外,专家团队同步开展教学查房、专题授课、实操带教、围绕急诊急救、慢病管控、医疗质量规范开展系统化培训,手把手传授临床诊疗技巧,为县域医疗队伍建设积蓄长效专业力量。

#### 温情义诊暖民心

贴心的问诊服务、免费的药品物资、专业的健康指导,让各族群众真切

感受到跨越千里的关怀,大家纷纷诉说着这些年基层医疗的巨大变化。

林周县卡孜乡白朗村村民扎西感慨,此次义诊科室齐全、专家专业,各级部门统筹安排细致到位,在家门口就能问诊取药,实实在在解决了群众就医烦心事。卡孜乡托门村村民旦增措姆深有感触,如今基层医疗条件日新月异,乡镇卫生院可处理基础病痛,区外专家还会定期下乡义诊,就医便捷度大幅提升,处处都能体会到党和国家无微不至的关怀。

此次“同心·共铸中国心”公益活动,既以精湛医术为群众筛查健康隐患、缓解身体病痛,又通过技术帮扶补齐基层医疗短板,搭建起各族群众心连心的民族团结桥梁。活动同步建立长效对口帮扶机制,涵盖远程会诊、医护进修、定期巡诊等内容,推动短期义诊帮扶转变为可持续的基层医疗提升工程。

医者仁心跨越千里山海,民生温情浸润雪域大地。下一步,相关部门将持续联动“同心·共铸中国心”公益医疗资源,常态化组织下乡义诊、医护技能培训、全民健康宣讲等惠民活动,持续织密基层医疗卫生服务网络,筑牢高原群众健康安全屏障,以扎实的医疗民生成果助力拉萨长治久安和高质量发展。

### 『四季』舞台秀童真



近日,拉萨市实验幼儿园东城分园2026届大班毕业文艺汇演暨首届艺术节温情上演。

演出以春生、夏长、秋收、冬藏四季时序为脉络。孩子们身着特色服饰轮番登台,生动有趣的情景短剧接连亮相,真挚动人的画面让台下家长们掌声不断。

图为幼儿表演节目“秋收”。

本报记者 央金 摄

## 花开盛夏满古城 生态拉萨入画来

本报记者 裴聪

盛夏时节的拉萨生机盎然、景致怡人,月季迎来盛放佳期。缤纷花朵点缀古城街巷、大小公园,幽幽花香漫溢全城,为高原古城增添了温柔绚烂的夏日气韵,市民、游客纷纷走出家门,踏夏赏花、漫步休憩,悠然享受着生态城市建设带来的惬意生活。

宗角禄康公园内芳草萋萋,连片绿草平整绵软、宛若绒毯,铺展在大地之上,各色月季簇拥盛放、烂漫多姿,红绿相映、生机盎然。清新秀美的园景吸引不少游客驻足停留,纷纷举起手机拍照留念,定格高原夏日的烂漫风光。

罗布林卡公园内,满园月季迎风绽放,鲜红夺目、粉嫩柔和、浅黄清新,各色花朵疏密有致、层层绽放。翠绿枝叶映衬着缤纷繁花,与古朴的园林风貌、澄澈的高原蓝天融为一体,相映成趣,勾勒出一幅清新雅致、独具雪域特色的夏日画卷。

不只是各大公园,如今的拉萨处处皆是绿意繁花。城市的主次干道、街头巷尾、居民片区绿植环绕、鲜花点缀,移步皆景、满眼入画,整座城市的生态颜值持续攀升。

亮丽的城市生态风貌,是拉萨久久为功推进绿化美化工程的生动成果。近年来,拉萨立足高原地域特点,持续优化城市绿植布局,丰富花卉种植品类,精细化打造街头景观、口袋公园,持续夯实城市生态基底,着力构建错落有致的城市生态体系,让城市绿化品质、生态宜居水平稳步提升。

生态环境的持续改善,切实惠及每一位市民。市民白玛央金对此感触颇深:“现在拉萨大街小巷花草遍地、绿意盎然,花卉绿植种类越来越丰富,城市环境干净又漂亮。闲暇时出门散步赏花,看着满眼生机,心情格外舒畅。”朴素的话语,真切道出了群众对城市生态建设成果的认可与欣喜。

满城盛放的月季与繁茂绿植,不仅精致装点了高原古城,更厚植了城市生态底色。持续优化的人居环境,让市民的获得感、幸福感不断提升。如今的拉萨,在生态绿意的滋养下,尽显雪域古城宜居宜游的独特魅力,绽放出温润鲜活的城市新风貌。

### 娘热街道仁钦蔡村依托“六邻服务空间”办好群众贴心事

## 平凡日常显温情

本报记者 央金

### 民生焦点

“如今,我们在村里散步游玩,处处景致清爽宜人,以前悬挂在半空中密密麻麻的线缆‘蜘蛛网’没了踪影,整个村容村貌焕然一新。”村民卓玛感慨道,“这份喜人变化,离不开网格员的用心付出。”

此前,网格员在日常巡查中发现,下巴尔库街巷线缆杂乱交错、松垮垂落,存在安全隐患,影响村民出行。她细致排查登记隐患,及时上报村级组织,主动对接各大运营商现场整改,拆除废弃线缆、规整散乱线路、加固老旧管线,全程紧盯施工进度、协调现场问题,彻底清除空中线缆乱象,村庄人居环境焕然一新,获得村民一致好评。

拉萨市娘热街道仁钦蔡村以邻事共办、邻里共治、邻幼共育、邻老共护、邻里共学、邻里共富“六邻服务空间”为民生服务主阵地,聚焦群众急难愁盼,抓实便民代办、养老服务、网格治理等民生工作,把暖心服务送到群众家门口,切实打通服务群众“最后一公里”。

在邻事共办便民服务上,该村针对

群众办事填表难、跑腿多的问题,开通居住证办理绿色通道,工作人员全程帮代办、核对信息,累计服务800余名群众顺利办证,切实减轻群众办事负担。村里搭建邻里共治平台,吸纳党员、乡贤、群众代表共商村务、调解矛盾纠纷,设立积分超市激励村民参与家园建设,依托红白理事会推进移风易俗,倡导勤俭节约文明新风。

该村扎实做好养老惠民保障,精准落实社保医保惠民政策,完成125名群众社保业务审核申报,常态化开展医保政策宣讲,覆盖群众300余人。依托日间照料中心开设老年智能手机、反诈知识公益课堂,帮助老年人跨越数字鸿沟、守护养老财产安全。常态化开展健康宣讲、节日慰问等暖心服务,同时打造邻里学习空间、建成休闲音乐广场,丰富村民精神文化生活。

前不久,网格员入户走访时了解到,辖区一名患病老人行动不便,外出休养困难,家庭经济负担较重。他第一时间上报,村“两委”核实情况后,为老人上门安装轮椅,耐心讲解使用方法,普及民政救助政策。村内24小时网格服务热线随时畅通,群众诉求快速响应、闭环落实,用心用情解决群众实际困难。

### 拉萨市妇联

## 举办“格桑花开讲堂”反诈宣讲

本报拉萨讯(记者 央金)为扎实推进平安拉萨建设,提升妇女群众及家庭反诈防骗、征信保护意识,切实守护群众财产与信用安全,近日,拉萨市妇联举办“格桑花开讲堂”金融反诈专题宣讲。

本次宣讲特邀请金融行业宣讲员授课。线下组织80余名妇女群众参与,同时在“拉萨女性”平台推出藏语直播,线上线下联动,进一步扩大宣传覆盖面。

宣讲以真实本地案例以案释法,重点讲解刷单返利、农牧贷款、网络

交友等高发电信诈骗套路,揭露诈骗分子作案手段,普及“不听、不信、不转账”反诈原则,介绍国家反诈中心APP、96110预警热线等防护渠道。同时科普征信安全知识,明确不存在花钱修复征信的情况,提醒群众妥善保管银行卡、身份证件,严禁出租出借“两卡”。宣讲现场设置互动问答环节,针对性解答群众疑问,宣传效果扎实有效。现场还发放了反诈文创用品及妇女权益、反家暴等普法宣传资料,引导群众学法懂法、带动家人共同守好安全底线。

### 拉萨市市场监管局、民政局

## 开展养老服务机构食品安全培训

本报拉萨讯(记者 央金)近日,拉萨市市场监管局、市民政局联合开展养老服务机构食品安全专题培训,全市各养老机构食品安全管理人员、各县区相关工作人员参训,进一步筑牢养老机构食品安全防线。

本次培训采取实地观摩与视频授课相结合的方式开展。参训人员走进市社会福利院食堂现场学习,市场监管局业务骨干围绕食材查验、储存加工、餐具消毒、食品留样、环境卫生等关键环节,逐一规范操作流程,细致讲解日常管理要点。

同时,培训通过视频会议开展理论授课,解读食品安全相关法律法规,重点讲解风险隐患排查、食物中毒处置、食材溯源、台账登记、“互联网+明厨亮灶”建设、制止餐饮浪费等内容,进一步强化参训人员的责任意识与法治意识。

此次培训针对性强、实用性高,有效补齐养老机构食品安全管理短板。下一步,市市场监管局、市民政局将持续强化常态化监管,推进养老机构食品安全规范化建设,全力守护老年群体“舌尖上的安全”。



柳梧新区老年人日间照料中心常态化开展丰富多样的文娱康养活动,老人们在这里唱歌跳舞、趣味互动、锻炼康养,在轻松愉悦的氛围中舒展身心、增进情谊,晚年生活温馨充实、幸福美满。

图为老人们在玩扑克游戏。

本报记者 央金 摄

## 轮椅为台 匠心为笔

——唐卡画师强巴次仁、顿珠曲培的非遗传承之路

本报记者 格桑伦珠

八廓街邦达仓古院,青石板路藏着悠悠古韵。善德唐卡工作室里色彩斑斓,画笔摩挲画布的轻响此起彼伏,不少游客围坐在画案前,一笔一画临摹唐卡线条。这座人气十足的非遗体验小院,掌笔的两位画师,却常年与轮椅相伴。

2026年初,同门师兄强巴次仁、顿珠曲培携手创办善德唐卡工作室,这里所有手艺人都是残障人士。二人下肢行动不便,却从未停下传承唐卡技艺的脚步,小小的轮椅,承载起他们守护勉唐派唐卡文脉的大梦想。

强巴次仁是拉萨市林周县人,与唐卡相伴已有20余年。2003年拜师学艺后,他日复一日坐在轮椅上钻研造像量度、勾线填色,克服身体带来的诸多不便,深耕画艺。多年苦修终有收获,他先后拿下自治区残疾人职业技能竞赛奖项,多幅作品入选全区唐卡精品展,扎实细腻的画风,得到业内同仁与游客的一致认可。

顿珠曲培同样功底深厚,身为西藏美协会会员,他深耕矿物颜料、古法装裱等传统工艺。谈及开办工作室的初衷,他话语朴实:“来拉萨的游客一年比一年多,很多人只是远远看过唐卡,不了解背后的文化。我们想搭建体验平台,让大家亲手触摸非遗,用我们的微薄力量,讲好西藏传统文化故事。”

在相关部门扶持下,两人的工作室兼顾唐卡创作与文旅体验。不同于普通文创店,这里主打沉浸式教学,两位画师坐在轮椅上,耐心为游客讲解唐卡历史、示范绘画技法。各地游客慕名而来,沉浸式感受西藏非遗魅力。上海游客李女士带着孩子体验后十分动容,亲手绘画的经历,让孩子真切读懂了传统艺术的厚重;山东游客张先生说,残障匠人坚守技艺的模样,让这次拉萨之行多了一份独特的温暖与感动。

作画之余,两人还搭建公益实训平台,吸纳更多残障匠人就业增收。他们恪守古法绘制每一幅唐卡,不简化传统工序,同时用通俗的讲解、亲民的体验,打通非遗与大众之间的桥梁。

古院不大,丹青有情。轮椅限制了他们的脚步,却束缚不住传承文化的初心。强巴次仁与顿珠曲培以匠心为笔、以坚守为墨,在文旅融合的浪潮中,让千年勉唐唐卡走出展馆、走进游客心中。