

公益暑托解民忧 健康快乐育新苗

——拉萨多措并举做好暑期青少年教育服务保障工作

本报记者 梁兰

每年暑假,青少年假期教育安排成为广大家长关注的民生热点。连日来,记者走访拉萨市城区多家培训机构、儿童活动中心、社区暑期托管班了解到,今年,拉萨暑期教培行业呈现健康多元、提质增效的发展态势,各类融合高原特色的体育、艺术及传统文化等素质类培训课程热度持续攀升。

助力成长——

特色课程受青睐

“画画的时候要专心,注意阴影变化。”“这个舞蹈动作幅度要大一些。”近日,记者来到拉萨市少年儿童活动中心,暑期各类素质课堂秩序井然、人气旺盛,绘画、书法、器乐、舞蹈、篮球、少儿编程等课程常态化开展,孩子们在专业老师的指导下深耕兴趣、锤炼特长,全面提升综合素养。“以前我们很注重孩子的学习成绩,暑假都给孩子安排学科类培训,孩子压力也大。”市民罗女士说,“现在我们更注重孩子的兴趣培养,都是按照她的意愿报名兴趣班。”

在自治区青少年乒乓球训练基地,参训学员神情专注地挥拍击球,在运动中收获乐趣,充实假期生活。乒乓球教练黄先生介绍:“今年素质体育课程报名人数较往年显著增长,家长不再只关注孩子的学业成绩,更加重视孩子综合素质、文化底蕴、兴趣特长的长期培养。”

相较于其他省(市),拉萨暑期素质教育培训突显鲜明的高原特色,扎念琴弹奏、藏语故事演讲、藏文书法、民族舞蹈等,成为今年暑期最受欢迎的课程。在拉萨诺伊舞蹈工作室,学员们正跟

随节奏认真打磨每一个舞蹈动作,展现舞蹈的独特韵律与美感。“我学习舞蹈已有三年,在上一期培训中收获很多,这个暑假继续报名学习。”学员张钰涵说道。

此外,拉萨各类生态研学、民族团结实践、非遗体验夏令营档期饱满,引导青少年走出课堂、亲近自然,成为拉萨暑期素质培训的新亮点。西藏博物馆和西藏自然科学博物馆面向青少年打造特色主题研学课堂,通过趣味讲解、互动游戏、手工实践、研学打卡等多元形式,带领青少年探索文化历史和自然科学,体验传统藏香制作技艺、参与观鸟研学、体验高原生态农业,有效拓宽了青少年的科学视野。

普惠暑托班——

破解家庭看护难

为切实解决暑期“家长看护难、孩子无处学、无处玩”的民生痛点,今年暑期,拉萨市各社区、企事业单位全面铺开公益免费暑托服务,以普惠公共资源补齐暑期教育服务短板,用心守护青少年平安充度过快乐假期。

记者在拉萨市城关区功德林街道泽新社区、幸福社区、雪社区等多个社区看到,各个暑期托管班运行规范、秩序井然,孩子们在高校志愿者、社区工作人员看护下完成暑期作业、学习高原环保科普、应急安全急救、民族团结手工、法治安全教育、经典诵读等特色公益课程,丰富暑期生活。“我们每年暑假都会开展托管班,给孩子们安排手工、阅读等各类活动,既能帮辖区居民解决看护难题,又能让孩子们学习到新的知识。”功德林街道

工作人员慈央说。

在拉萨市城区公益暑托服务广泛开展的同时,各县(区)同步完善暑期公益教育供给。堆龙德庆区青少年活动中心开设扎念琴、戏剧英语、藏文书法等特色公益课程;达孜区面向干部职工子女开设暑期托管服务;林周县开设扎念琴、民族舞蹈、藏文书法、英语口语等暑期兴趣班;墨竹工卡县等周边县(区)同步开展“家燕归巢”暑期公益课堂,开设热巴舞、扎念琴、足球、编程等多元课程,让辖区青少年均等享受优质普惠的暑期教育资源。全面铺开的公益普惠暑托服务,有效缓解了家长报班焦虑,为学科类培训规范化治理、持续降温提供了坚实支撑。“我们双职工平日工作繁忙,无暇照看孩子,社区公益暑托班不仅能免费辅导作业,开展素质拓展活动,切实解决了我们的后顾之忧。”家长曲女士说道。

观念更新——

暑期教育回归育人本真

拉萨暑期教培市场呈现的新变化,是政策常态化监管、公共服务不断扩容、民众育儿观念迭代升级多重因素交织的结果。根据拉萨市教育局2026年暑假工作部署,拉萨各县(区)教育行政部门联合市场监管、公安、消防等多部门,持续强化暑期校外培训综合治理,严查隐形变异学科类培训,规范非学科类培训机构经营行为,全面核查各类托管机构办学资质,重点排查居民楼、商务楼宇等隐蔽场所的违规培训行为。同时严格落实在职中小学教师有偿补

课治理规定,严明从教纪律,筑牢校外培训监管防线。

不少小学教师表示,近年来家长教育理念持续优化,单一“唯分数论”的功利教育认知逐步转变,家长咨询重点集中在孩子体能锻炼、兴趣培养、行为习惯养成等综合素质培育方面,超前补课、刷题提分的咨询需求大幅减少。

拉萨暑期教培市场“学科降温、素质升温”的良好态势,是教育回归育人规律、回归成长本真的生动缩影。采访中,多数家长表示,今年暑期充分尊重孩子意愿,理性选择培训课程。

当前拉萨素质教育培训热度持续攀升,家长选课报班更需理性甄别。在拉萨从事多年教培行业的丹增表示,家长在选择暑期培训机构时,应重点核查机构的完整办学资质及授课教师的专业从业资格,从源头保障教学质量;理性看待机构的宣传成效,多参考在读学员的真实口碑,综合评估教学与服务质量;认真审阅培训服务合同条款,明确双方权责义务,切实维护自身合法权益,理性规避培训消费风险。“以往家长选课多侧重升学加分等目标,如今更加注重孩子审美素养、综合素质的长期培育,这是素质教育理念深入人心的直观体现。”丹增说。

如今的拉萨,多元化素质体验和实践性成长已经成为青少年假期的主旋律。未来,随着“双减”治理工作持续走深走实、普惠教育公共资源不断扩容、家长育儿心态愈发理性,拉萨青少年的暑期生活呈现出多元健康、温暖向上的良好成长风貌。

7月28日上午9时许,记者来到山南市曲松县藏医院牙科走廊时,看到几名患者正坐在长凳上静静等待。诊室内,钻头轻微的嗡鸣声与医生的轻柔叮嘱交织在一起。副院长、牙科医生多吉旺扎俯身为患者处理龋齿,趁间隙抬头对记者笑道:“别着急,等到11点,这几条凳子可就不够坐了。”

这位藏医全科医生,如今是当地远近闻名的“牙痛克星”。

回看2024年4月,曲松县藏医院牙科刚开始从一片空白中起步。彼时,多吉旺扎放下熟悉的全科诊疗,赴外地进修牙科技术,凭一己之力把科室“撑”了起来。谁也没想到,短短两年间的时间,科室就交出了亮眼成绩单:开诊当年接诊450人次,去年飙升至1200余人次,而今年才过7月,门诊量已突破1300人次。

“不仅本县,加查县的群众也来,连林芝和拉萨都有患者专程跑来看牙。”曲松县中心医院副院长、藏医院院长洛松次仁告诉记者,这里的收费比市里便宜近三分之一,技术却扎实可靠,百姓信得过、用得起来。

正是这份沉甸甸的信任,促成了一场大胆的改革。

去年9月,山南市曲松县人民医院牙科正式并入藏医院,唯一一名牙医带着设备和经验“加盟”,两家医院的牙科资源合二为一。如今,三名牙医齐聚一堂,告别了过去“各守一摊、力量分散”的局面。

合并带来的不仅是人数翻倍,更是资源革新。今年3月,科室引进了口腔CBCT设备,这台“三维透视眼”对于根管治疗、埋伏牙定位等复杂操作,“如虎添翼”。多吉旺扎指着屏幕上的三维影像说:“以前靠手感,现在有‘导航’,治疗精准多了。”目前,科室常规开展补牙、拔牙、根管治疗、洁牙及牙龈脓肿切开引流等项目,牙科从昔日的小科室跃升为医院的特色。

采访中,一位从加查县赶来的藏族阿妈刚做完根管治疗,她摸着腮帮子,含糊却满意地说:“以前看牙要往市里跑,来回一天,现在在临县就能治好,钱也省了。”

走廊里候诊的人渐渐多了,长凳不够坐,有人便靠墙站着,低声聊着家长里短。

多吉旺扎送走一位患者,匆匆喝口水,又回到诊台前。他身后那台新装的口腔CBCT设备屏幕还亮着,三维影像上,一颗埋伏牙的位置清晰可见。他又俯下身,为下一位患者检查起来。

西藏首个“1376全球通驿站”落户八廓街

本报拉萨讯(记者 李梅英)近日,西藏首个世界屋脊“1376全球通驿站”在拉萨八廓历史名街正式揭牌开业。该驿站由中国移动西藏公司打造,以“连接世界、服务本地”为定位,将全球通品牌服务与八廓街千年人文底蕴相融合,为高原群众和八方游客提供专属通信与文化体验服务,成为展示西藏城市形象的一张全新文旅名片。

该驿站科学规划四大功能板块:兼具休闲社交属性的咪咕咖啡区、赋能文旅传播的属地文创展示区、提供一对一尊享服务的全球通专属区,以及可沉浸式观览雪域风光的休息区。依托西藏著名景点慢直播、5G元宇宙、AI智能互动等前沿科技,驿站将构建起沉浸式藏文化数智体验空间。

面向游客,驿站深挖藏地文化,融合“1376”(谐音“心想事成”)

吉祥号段,推出专属藏式文创产品;面向本地群众,驿站设立全球通专属服务台席,落地系列专属权益,让群众在家门口享受贴心便捷的服务。

开业当天,驿站人气火爆。一位来自四川的游客姜先生称赞:“以前每个月领取视频会员、出行券就觉得挺值,现在还能免费喝上一杯高原特调咖啡,坐在八廓街感受人文特色,是别处找不到的体验。”市民扎西体验后竖起大拇指指说:“办业务又快又贴心,还教我们用AI生成藏式风格照片,新鲜又自豪。”

作为全球通品牌落地雪域的新起点,该驿站的启用标志着中国移动西藏公司在深耕属地、服务民生、赋能文旅上迈出坚实一步,将为西藏数字文旅与民生服务升级注入新动能。



义诊进社区 服务暖民心

近日,“同心·共铸中国心”拉萨行大型公益义诊活动走进拉萨市城关区塔玛社区,以免费诊疗、健康咨询服务为抓手,把优质医疗资源送到群众家门口,用暖心医疗服务践行为民初心。

图为义诊现场。

本报记者 索朗旺久 摄

2026年是西藏和平解放75周年。回望这波澜壮阔的75年,从签订《中央人民政府和西藏地方政府关于和平解放西藏办法的协议》、进行民主改革、成立自治区,到新时代着力构建全国民族团结进步模范区,民族团结进步事业始终是贯穿雪域高原发展的一条生命线。站在这一历史节点,系统梳理民族团结进步创建从萌芽到提质增效的理论脉络,审视马克思主义民族理论在西藏落地生根的壮阔历程,这对于在新起点上推动模范区创建沿着法治轨道行稳致远,具有重要的理论价值与现实意义。

平等与解放

马克思主义民族理论的早期实践,开启西藏历史新纪元。

民族团结进步创建的理论源头,可追溯至马克思列宁主义关于民族平等、民族解放的核心思想。马克思从阶级分析的视角揭示了民族压迫的根源与解决路径——他在《共产党宣言》中深刻指出:“人对人的剥削一消灭,民族对民族的剥削就会随之消灭。民族内部的阶级对立一消失,民族之间的敌对关系就会随之消失。”列宁则进一步丰富发展了这一理论体系,他在《社会主义革命和民族自决权》中明确指出,民族自决权“只是反对一切民族压迫的彻底表现”,并补充强调“这种要求并不等于分离、分散,成立小国家的要求”,其根本目的恰是在真正平等的基础上促成各民族的接近与融合。

这些闪耀真理光芒的思想,在20世纪中叶的雪域高原转化为改变历史的

伟大实践。1951年西藏和平解放,彻底驱逐了帝国主义势力,为马克思主义民族平等理论在西藏的实践打开了历史之门。随后的民主改革,彻底废除了黑暗落后的封建农奴制度,占人口95%的百万农奴翻身得解放,第一次获得了人身自由和法律上的平等地位。这不仅是人类废奴史上的壮举,更是马克思主义民族平等原则最为生动、最为深刻的集中体现。

在此基础上,国家在西藏有序开展民族识别工作,依法保障藏族、门巴族、珞巴族以及僜人、夏尔巴人等的合法权益,让西藏各族人民以主人翁姿态平等参与国家政治生活。与此同时,中央派出访问团深入雪域高原,邀请少数民族代表到内地参观学习,逐步打破历史遗留的地理与心理隔阂。和平解放与民主改革所开创的崭新局面,正是我国民族团结进步创建事业在西藏的“逻辑起点”,它奠定了各民族一律平等的政治根基,筑牢了不可动摇的共同思想政治基础。

发展与繁荣

共同繁荣理论指引下的西藏建设,民族团结物质基础持续夯实。

从和平解放到模范区创建

——西藏民族团结进步事业理论渊源与实践启示

次旦央宗

随着改革开放的春风吹拂神州大地,马克思主义关于各民族共同繁荣发展的理论,成为民族团结进步创建的核心指引。我们党将马克思主义民族理论与中国国情深度结合,形成了以民族平等、民族团结、民族区域自治、各民族共同繁荣为核心的政策体系。从毛泽东同志确立基本政策框架,到邓小平同志将民族工作与经济发展紧密结合,再到江泽民同志提出“三个离不开”思想、胡锦涛同志提出“共同团结奋斗、共同繁荣发展”主题,中国特色社会主义民族理论的持续丰富完善,为西藏稳定发展提供了行动指南

这一时期,民族区域自治制度在西藏不断巩固完善,成为保障西藏各族人民当家作主的基本政治制度。从1980年起,中央先后召开多次西藏工作座谈会,为西藏量身定制特殊优惠政策,举全国之力对口支援西藏。从43项、62项到117项援藏重点工程,从青藏铁路通车到拉林铁路建成,从“兴边富民”行动到边境小康村建设,祖国大家庭的温暖源源不断注入高原的每个角落。民族团结进步创建不再局限于宣传教育,而是与经济社会发展深度融合,在修路架桥、发展产业、改善民生中,各民族交往

交流交融日益深入,形成了“你中有我、我中有你”的生动局面。

西藏的发展历程雄辩地证明:共同团结奋斗是共同繁荣发展的前提,共同繁荣发展是共同团结奋斗的物质保障。党的民族理论在高原上的成功实践,彻底废除了“政教合一”的封建农奴制,让各族群众在共享发展成果中不断增进对伟大祖国、中华民族、中华文化、中国共产党、中国特色社会主义的认同。

铸牢与法治

新时代民族团结进步事业的西藏篇章,模范区创建迈出坚实步伐。

党的十八大以来,中国特色社会主义进入新时代。以习近平同志为核心的党中央站在中华民族伟大复兴战略全局高度,原创性地提出了铸牢中华民族共同体意识的重大论断,将其确立为新时代党的民族工作的主线。习近平总书记亲临西藏视察指导,作出“加强民族团结、建设美丽西藏”的重要指示,为西藏民族团结进步事业指明了前进方向、提供了根本遵循。

党的十八大以来,西藏坚决贯彻落实新时代党的治藏方略,把民族团结进

步创建提升到前所未有的战略高度。2020年,西藏率先颁布实施《西藏自治区民族团结进步模范区创建条例》,将创建工作全面纳入法治化、规范化轨道,成为全国首个为民族团结进步创建专门立法的省区。这部地方性法规,系统规定了创建工作的目标、机制和保障措施,是西藏各族人民把马克思主义民族理论与本地实际相结合的创制性实践,具有里程碑意义。

更为令人振奋的是,在国家层面,民族团结进步法治保障体系持续健全完善,长期以来行之有效的创建经验和政策举措正在加速上升为国家法律,我国民族团结进步事业全面进入依法推进的新阶段。从西藏的地方条例到国家层面的立法推进,这一“地方先行先试、国家集成立法”的进程,深刻反映出西藏民族团结进步创建在全国大局中的示范价值和先行意义,也为模范区创建提供了更为坚实的法治支撑。

理论的创新引领实践的飞跃。在铸牢中华民族共同体意识主线指引下,西藏62.8万建档立卡贫困人口全部脱贫,26.6万人从高寒偏远地区搬迁至现代化新居,包括门巴族、珞巴族等在内的西藏各族群众历史性告别绝对贫

困。国家通用语言文字在各级各类学校全面推广普及,各族学生混合编班、共居共学成为常态;组团式援藏医疗和教育人才带来先进理念和技术,嵌入式社区建设让不同民族的群众成为和睦邻居。各民族在空间、文化、经济、社会、心理等方面的全方位嵌入不断深化,“四个与共”的共同体理念深入人心,转化为各族群众日用而不觉的行为准则。

结语

75载岁月峥嵘,75载团结如诗。从和平解放种下民族平等的种子,到新时代绽放铸牢中华民族共同体意识的繁花,西藏民族团结进步事业走过的每一步,都闪耀着马克思主义民族理论真理的光芒,都印证着中国特色社会主义解决民族问题正确道路的优越性。

站在西藏和平解放75周年的新起点上,我们要更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围,以铸牢中华民族共同体意识为主线,以民族团结进步法治保障体系的持续健全完善为契机,着力创建全国民族团结进步模范区,将法治保障与思想引领、物质发展、精神凝聚统一起来,不断增进“五个认同”,让民族团结之花在雪域高原开得更加绚烂多彩,为强国建设、民族复兴伟业贡献西藏力量。

(作者单位:拉萨市党委校)