

130余个市场化便民早餐点位、8家标准化便利店、12处社区便民维修点——

拉萨全力打造“一刻钟便民生活圈”

本报记者 谭瑞华

民生直通车

社区商业是城市消费微循环的核心载体,也是激活基层经济、稳住小微市场、带动群众就业增收的关键抓手。近年来,拉萨市通过优化全域业态布局、规范经营秩序、夯实营商基础,为市井小微经济发展打造优质环境。依托成熟的市场土壤与旺盛的民生消费需求,拉萨各类市场主体主动布局、自主运营、补齐业态短板,持续推动“一刻钟便民生活圈”提质升级,充分释放市场活力、激活基层内需。目前,拉萨已自发形成130余个市场化便民早餐点位、8家标准化便利店、12处社区便民维修点,以及多处社区生鲜网点,构建起业态齐全、供需匹配的基层商贸体系,为城市经济高质量发展夯实了民生底盘。

规范经营秩序 赋能小微市场自主发展

“来一笼酱肉包、两碗菜粥”“豆浆油条打包”“一碗牛肉小面,堂食”……早上9时许,位于拉萨市城关区加荣路的喜福来包子铺里,刚出锅的包子冒着腾腾热气,店内坐满了食客,排队打包的顾客也络绎不绝。店主葛先生介绍,店里每天凌晨就开始准备、揉面、炒馅料、蒸包子、熬粥、炸油条,其中最受顾客欢迎的包子一天能卖出1000多个,“附近居民都很喜欢我们这儿新鲜美味的早餐。”

随着城市精细化治理不断推进,拉萨的经营环境持续优化,本地商户纷纷扎根社区,有序集聚经营,早餐业态逐步形成规模化、市场化发展格局。目前,拉萨城区已有130余个便民早餐点位,餐食品类丰富多样,既覆盖大众日常早点,也囊括本地特色小吃,进一步丰富了社区晨间消费场景。与此同时,

各类经营主体下沉社区布局,建成8家标准化便利店,补齐了社区商超配套缺口,留住了本土消费资源。

优质的经营环境带来了多方共赢的结果。葛先生告诉记者:“我们家包子铺生意不错,在这里开了好几年,客源一直稳定,收入也很稳定。”市场化的便民早餐业态既便利了居民生活,也带动社区消费持续升温。加荣社区居民扎西表示:“以前家门口的早餐摊杂乱无序,可选品类也少,买早餐很不方便。现在早餐点位规范整齐,品类又多,出门几分钟就能买到,性价比还高,咱们社区的烟火气越来越足了。”

补齐生鲜短板 打通内需消费闭环链条

生鲜零售是撬动基层内需、平衡片区商贸发展的核心业态,不仅是刚需旺盛的民生领域,更具备广阔的市场潜力。此前,拉萨部分老旧小区与城郊片区的生鲜配套基础薄弱:大型菜市场距离远,社区生鲜供给不足,居民采购耗时费力,这既拉低了居民生活品质,也导致片区消费外流、商贸发展不均衡,同时也为本地生鲜商户创业布局留出了广阔空间。

本地生鲜商户精准对接各片区的人口结构与消费特点,主动下沉到居民集中区域,增设便民菜店、生鲜自提点,还创新推出“线下选购+线上配送”的服务模式,打造出5分钟便民购菜圈。市场主体通过优化经营模式、完善服务体系,有效补齐了社区生鲜配套短板,打通了就近消费闭环,带动生鲜零售、同城配送等关联业态协同发展,激活了薄弱片区的消费活力。

全域铺开的市场化生鲜网点,彻底扭转了片区消费外流的局面。柳梧新区居民卓玛说:“以前小区周边没有正规菜店,买新鲜食材要跑好几公里,上班族挤不出时间,老年人出行也不方

便。现在楼下就有便民菜店,果蔬、肉蛋、粮油一应俱全,新鲜平价,还支持线上下单配送,日常采购省心又便捷,基本不用再跨区购物了。”

旺盛的民生需求为生鲜商户稳定经营、稳步增收提供了坚实保障。柳梧新区热玛岗社区某生鲜菜店老板王女士介绍:“以往片区生鲜需求大、网点少,居民采购不便,也给了我们创业机会。如今社区客流稳定、消费集中,我们只要把控好菜品品质、坚持平价经营,生意就能稳步向好,社区生鲜市场的发展氛围越来越浓厚。”

填补便民服务空白 丰富基层商贸业态体系

家电检修、衣物缝补、五金修缮这类便民服务,是完善社区商业生态、吸纳灵活就业的重要业态。此前,拉萨的社区便民维修行业多为自发零散发展,存在布局分散不均、服务标准不一、门店难找等问题,居民的维修需求难以就近满足,不仅造成服务消费外流,也留下了社区商贸业态的空白。

在朵森格路的一家裁缝店里,店主杨女士正为顾客量体裁衣,她说道:“现在有了固定合规的经营点位,收费透明、服务规范,邻里对我们的认可度越来越高,客源稳定,收入也稳步增长,终于能扎根社区安稳经营了。”

瞄准社区高频便民需求,本地维修商户主动扎根基层,已在重点社区布局12处标准化便民维修点。在市场竞争和城市规范治理的推动下,整个行业完成迭代升级:入驻商户规范运营、公开收费标准、提升服务品质,推动便民服务向规范化、专业化转型,既补齐了社区商贸短板,也丰富了基层服务业态体系。

完善的社区服务业态,让城市基层发展更有温度。策门林社区居民次仁表示:“以前小家电坏了、衣服需要缝

补,找不到门店,只能买新的。现在这些小修小补的需求在社区里就能解决,师傅专业、收费公道、效率还高,解决了我们跑腿找店的大难题。”目前,拉萨已经形成“小修小补不出社区”的服务格局,进一步夯实了市井经济的发展底盘。

深耕精细商贸治理 赋能城市经济高质量发展

社区市井小微经济的蓬勃发展,核心依托于市场主体自主经营与供需良性循环,而城市精细化治理,则为这类业态的健康发展提供了坚实保障。依托拉萨持续优化的营商环境,本地小微商户紧扣居民生活刚需,主动布局便利店、生鲜零售、特色餐饮、便民维修等多元业态,全方位完善社区商业体系。便民业态的全域覆盖,有效激活了基层市场活力,在稳定小微经营主体、拉动就近消费、拓宽灵活就业渠道等方面发挥了重要作用,让基层市井经济成为推动拉萨高质量发展的重要增量。

当前,拉萨“一刻钟便民生活圈”日益成熟,整个建设过程完全依托市场完成自主培育、自主升级与自主完善,实现了民生提质、市场增收的双向共赢,得到了商户和市民的广泛认可。规范有序的经营环境、供需匹配的商业业态,既为小微商户提供了稳定的经营阵地,也为群众带来了便捷的消费体验,是实打实的惠民兴商、助企纾困工程。

下一步,随着城市营商环境持续优化、基层消费潜力不断释放,拉萨本地小微经营主体将继续深耕社区,通过优化经营布局、丰富服务品类、提升服务品质,持续壮大大社区市井经济,盘活基层消费资源、稳固小微经营主体、拓宽民生就业渠道,激活城市经济微循环,以蓬勃发展的基层商贸经济,持续赋能拉萨经济社会高质量发展。

徐芝文在西藏人民出版社、西藏国际传播中心调研时强调 坚持内容为主 创推精品力作 更加生动立体讲好新时代西藏故事

本报拉萨8月22日讯(记者 史金茹)近日,自治区党委常委、宣传部部长徐芝文前往西藏人民出版社、西藏国际传播中心调研。

在西藏人民出版社,徐芝文认真翻阅近年来推出的各类出版物,详细询问选题策划、图书出版、市场发行等情况。他指出,要加强统筹谋划,围绕历史、文化、发展等主题,出版系列丛书,打造一批思想精深、内涵丰富、群众喜爱的图书,提升出版工作水平。要面向基层农牧民群众,策划推出语言通俗易懂、形式图文并茂的读物,让群众能看懂、愿意看。

来到西藏国际传播中心,徐芝文实地查看传播平台运行和内容制作流程,听取各部门介绍。他强调,西藏国际传播是对外塑造新西藏良好形象的重要阵地,要提高政治站位,坚持以贯彻新时代党的治藏方略为

遵循,把国际传播作为维护边疆稳定、筑牢意识形态安全屏障的重要任务,聚焦“四件大事”聚力“四个创建”,主动识变应变求变,牢牢把握涉藏传播话语主动权。要扩大传播效果,讲好新旧西藏巨变、民族团结、生态保护、乡村振兴、干部群众扎根雪域的故事,用真实故事、鲜活案例和基层视角生动展现新时代西藏的安定繁荣。要建强外宣队伍,加强业务培训与协同联动,提升干部工作能力,夯实履职根基。要坚持内容为主,创推精品力作,以小切口反映大主题、用小故事展现大格局,打造富有共情力、吸引力、影响力的传播产品。要创新传播范式,探索市场化运作,构建精准传播格局,释放国际传播效益。要严守风险底线,严格把好政治导向关和产品质量关,有效提升国际传播工作整体效能。

环羊卓雍错自行车公开赛纳入国家级赛事体系

本报泽当8月22日电(记者 孙开远)2026中国自行车运动骑游大会(湖系列)暨第十一届环羊卓雍错自行车公开赛,于8月22日至23日在羊卓雍错景区举行。这是该赛事连续举办11年后首次升级为国家级赛事,这也是被列为西藏自治区2026年首批纳入国家级C级赛历的环湖标杆赛事。

据悉,本次赛事设置公路男子精英组、山地男子公开组、山地女子公开组、山地男子大师组四个组别。

赛道沿羊卓雍错内环湖畔布设,总里程133.5公里,分两个赛段进行:第一赛段从浪卡子县道布龙社区至

洞巴村,长73.5公里;第二赛段从洞巴村至浪卡子县藏曲,长60公里。这条内湖环湖铺装赛道于去年实现全线贯通,今年首次用于国家级赛事,改变了以往隔湖观景的模式,赛道紧贴湖岸,串联卡龙乡、阿扎乡等地,途经推窗见湖的民宿、200年历史宅院、千年古柏林等特色景观。

据了解,针对高原办赛特点,赛事全面升级了高原专项医疗、全域交通安保、赛道运维及赛事配套服务体系。同时,创新打造“体育+旅游+公益”模式,同步开展公益骑游、生态宣传等活动,发起“山南环湖赛+守护第三极”公益话题。

拉萨市第三届“人才周”活动落幕

本报拉萨8月22日讯(记者 鹿丽娟)近日,以“逐梦雪域高原 建功幸福拉萨”为主题的拉萨市第三届“人才周”活动落幕。长江学者特聘教授、东南大学材料学院博士生导师张云升,北京第二外国语学院旅游科学学院党委书记李朋波、南京财经大学副校长、江苏省人才发展研究院副院长徐军海围绕古城保护、文旅融合、人才战略作主旨演讲。

活动期间,拉萨市还通过招商引资推介、专题交流研讨、实地考察对接等一系列活动,累计签约46个柔性引

进人才团队项目及11个招商引资项目,为拉萨市长治久安和高质量发展汇聚了强劲人才动能。

近年来,拉萨市持续优化人才政策体系,出台《“拉萨英才”计划实施办法(试行)》等文件,构建起待遇留人、感情留人、事业留人的长效机制。

随着本届“人才周”活动的落幕,拉萨市将以更加开放的姿态和务实的举措,将活动期间的智力成果和合作项目转化为推动发展的实际动力,奋力谱写“逐梦雪域高原 建功幸福拉萨”新篇章。

(紧接第一版)未来三日,藏中、藏东南区域将出现持续性强降雨过程,局部地区伴有短时山洪、山体滑坡次生灾害风险。

20日10时05分,林芝米林片区因强降雨引发山洪,导致110千伏宜派双线倒塔;10时07分,那曲安多县突发6.0级地震,致使柴拉直流那曲段杆塔严重倾斜;10时10分,拉萨受强雷雨天气影响,220千伏乃麦线遭受雷击。

短短时间内,拉萨半数以上用户停电,一场大面积停电事件骤然来袭。

事件发生后,国网西藏电力公司及拉萨市、那曲市、林芝市指挥部等重点单位和机构根据预案立即启动应急响应,自治区指挥部启动二级应急响应。各成员单位迅速调度了解情况,赶赴应急指挥中心开展指挥协调。

在指挥部会商环节,指挥长现场见效,切实将委员的真知灼见转化为惠民利民的务实举措。

为全力推动提案工作从“答复满意”向“结果满意”转变,李林军始终坚持实效导向,健全完善提案成果转化联动机制,从众多提案中筛选出优质提案,梳理汇总后呈报那曲市委、市政府。同时,开展提案成果转化统计,系统梳理提案建议转化为政策文件、工作举措、落地项目的具体成效,查摆工作短板、提炼工作经验,常态化开展承诺事项落实“回头看”,持续优化提案履职质效。

为厚植政协履职底色,那曲市政协提案委员会积极承办政协“书香政协、香飘羌塘”读书分享活动,固定每月举办2次读书交流,上半年累计开展12次。

在李林军看来,书香赋能履职,学习锤炼担当。常态化读书学习,既能引导政协委员养成爱读书、善读书、读好书的良好习惯,也能带动单位干部职工精进业务、锤炼本领。



西藏自治区第十四届运动会暨第六届民族传统体育运动会开幕以来,各项赛事有序推进,从现代竞速赛道到传统项目赛场,精彩瞬间不断上演。这场体育盛会,把团结与拼搏的精神,传遍高原的每一个角落。

图①:古朵项目比拼现场,选手挥动抛石绳向靶位投掷。

本报记者 曲珍 摄

图②:田径比赛现场。

本报记者 扎西顿珠 摄

图③:球员在赛场上奋力拼抢。

本报记者 曲珍 摄

架起委员建言、群众受益“连心桥”

——记那曲市政协提案委员会主任李林军

本报记者 索朗琼珠 索朗多拉

雪域同心 携手同行

——政协委员话履职

“我们的核心工作,就是打通委员建言献策与党政履职落实的衔接通道,全程把控提案工作各个环节。最终目的是让每一份提案贴合实际、饱含民意的优质提案,落地生根、惠及民生。”不少群众对政协提案委员会的职能认知较为模糊,在李林军看来,提案委员会是政协履职的关键枢纽,更是民意传递、政策落地的重要纽带。

政协提案,是连接党政决策与民意见意的重要桥梁,是委员履职尽责、建言资政的核心载体。近年来,那曲市政协提案工作紧扣那曲市“五地”建设发展总路径,坚守质量为先、实效为本、民生为要的工作理念,树立“提案不在于多而在于精”的质量导向,“提案不止于

答复而在于成果转化”的实效导向,“办好一件、受益一片、造福一方”的民生导向,持续推动提案工作提质增效、落地惠民。

在这项工作中,那曲市政协提案委员会主任李林军始终坚守履职初心,牵头统筹提案征集、审查、交办、督办、成果转化全链条工作,以严谨务实的工作作风架起一座连通委员建言、党政落实、群众受益的“连心桥”。

李林军认为,提案工作的核心价值,在于破解群众的急难愁盼问题、助力市委市政府科学决策、赋能地方高质量发展。今年上半年,那曲市政协提案委员会开展多场专题学习研讨,累计完成4次专题学习、撰写13篇心得体会,引导全体工作人员进一步夯实“立好提案、办好提案”的思想自觉、政治自觉和行动自觉。

为从源头提升提案质量,杜绝空泛化、同质化提案,今年上半年,李林军带

领提案委员会提前谋划、精准指导,围绕产业发展、城乡建设、生态环保、民生保障等8大重点领域,细化梳理16个具体履职方向,筛选汇总200余个优质选题,为政协委员深入基层调研、精准靶向建言提供清晰引导。

此外,李林军主动转变工作思路,补齐以往“重交办、轻跟踪、重答复、轻落实”的工作短板,推动提案工作向“全流程、闭环式”管理转型。今年,那曲市政协提案委员会创新工作机制,首次建立那曲市委办、市政府办联合发文交办机制,让提案交办权责清晰、规范严谨,有效提升了提案交办工作的严肃性与实效性。

今年上半年,那曲市政协提案委员会修订完善《那曲市政协提案工作细则》;建立“交办有记录、过程有跟踪、结果有反馈”的全链条督办体系;落实“市级党政领导领衔督办重点提案、一般提案分类督办”工作机制,实现提案工作