

本报泽当10月5日电(记者 孙开远)科研补助最高260万元、个人补贴最高288万元,全区首个人才服务联盟落地——2026年“山南人才月”启动,山南市一揽子人才政策集中亮相。

自治区层面,《西藏自治区高层次人才和急需紧缺人才引进办法》将人才分为A、B、C、D四类,A类人才科研补助基础标准为200万元。山南市在此基础上将A类科研补助提高至260万元,B类140万元,C类80万元,并向下延伸至D、E两类,分别给予30

万元和10万元补助不等,形成六类人才全覆盖的补助体系。个人补贴方面,山南按高原地区类别差异化设置,四类区A类人才通过调入或创新创业方式引进,最高可获288万元;即便是柔性引进,A类人才每年在山南工作两个月以上,也可按区域类别领取36万至41万元不等的补助。此外,山南对考录引进的急需紧缺人才,按学历和院校层次给予5万至31万元一次性补助,对人才团队带头人按类别给予最高35万元一次性补助,这些细化标准在自治区

基础框架之上形成了增量。

比资金力度更值得关注的,是山南的制度创新。山南市建立全区首个“人才服务联盟”,首批吸纳30余家优质商户,涵盖餐饮、住宿、商超、医疗等领域;同步首发“雅奢人才卡”,首批119名人才持卡可享受联盟商户优惠及行政便利。在平台搭建上,山南构建“地方政府+援藏工作队+高校”三方共建的高质量发展研究院,已联动援藏省市科研力量,

(下转第二版)

我们的节日

类乌齐“村超”燃动国庆：

绿茵场上跃动乡村新气象

图/文 本报记者 温凯 万慧 周婷婷 本报通讯员 旦增格桑



图为类乌齐县“村超”足球赛现场。

62支球队,1.1万人参与,114场比赛……这个国庆节,类乌齐县的足球又火了一把。

国庆假期,类乌齐县掀起“村超”足球赛事热潮。来自全县10个乡镇的农牧民群众与基层干部齐聚一堂,借着“村超”的火热势头,以足球为媒,在奔跑竞技中欢度佳节,绘就出一幅全民健身、民族团结、乡村奋进的生动图景。属于类乌齐的热闹与生机,在一场场球赛中持续绽放。

赛场上,平日里手握牧鞭、奔走乡野的农牧民,扎根岗位、服务群众的基层干部,此刻化身全力以赴的球员。他们奋力奔跑、每球必争,凭着一股拼尽全力的韧劲,挥洒着热血与真诚。身份在哨声中切换,热爱在绿茵场上共通。

赛场外,乡亲们围坐成阵,呐喊声、欢呼声不绝于耳。一场球赛,汇聚起十里八乡的群众——大家为同

一个进球欢呼,为每一份坚持喝彩。乡土的烟火气,各族群众的同胞情,就在此起彼伏的欢呼声里慢慢交融。赛后敬献哈达的画面,更为这份热烈添上一抹高原独有的温情。

曾经静谧的乡村,因为一场场群众赛事变得热闹鲜活。这场扎根基层、群众做主的“村超”赛事,把全民健身、家国情怀、民族团结悄悄融进百姓的假期生活。各族群众在欢声笑语中凝聚同心,这些接地气、有温度、人人可参与的群众活动,让基层文化生活不再单调,让乡村精神风貌焕然一新。赛事扎根基层,既持续提高全民运动热潮,也让“活力昌都”建设在乡村一线落了地。

站在新的起点上,类乌齐县将持续接力“村超”热度、释放文旅活力,深耕文体旅融合发展,持续讲好类乌齐故事、传播昌都活力。

他们戴着“风雪勋章”站在岗位上

本报记者 康卓 周辉

10月的阿里,马攸木拉山脚下,秋风已不算温柔,吹得人脸颊刺痛。马攸桥边境检查站,海拔超过4900米,对这里的民警而言,这个国庆假期,没有休整,只有一场刚刚结束的抗雪鏖战和无缝衔接的国庆执勤。

就在国庆到来前几天,阿里高原刚刚经历了一场惊心动魄的极端天气。9月25日至27日,普兰县迎来今年入秋后首场暴雪。气象部门公布的数据显示,最大降雪量达到121.9毫米——相当于特大暴雪预警门槛的

4倍。大雪掩埋道路,积雪最深能没过成年人的膝盖。

风雪肆虐之下,G219国道马攸桥至霍尔镇段积雪较深,交管部门紧急启动交通管制,大量自驾游客、过往车辆被困在风雪之中。

“保障滞留群众的安全,是当时最重要的事。”马攸桥边境检查站政治教导员白玛桑珠说,险情发生后,检查站全员集结,所有人第一时间冲上一线,开启昼夜不间断的抢险服务工作。

大雪漫天,气温骤降,寒风像刀子

一样刮过脸庞。那段时间,民警们连轴转,白天逐车排查、耐心劝导滞留游客,把他们逐一安置到检查站的党员服务驿站;夜里顶着极寒天气抢通道路、转运应急物资。

高强度的户外连续作战,加上雪地强紫外线反射暴晒、寒风反复吹冻,不少民警的脸颊、脖颈都被严重晒伤、冻伤。

“当时真的顾不上。”说起脸上的伤,民警龚建乐语气平淡。虽然他早已习惯这里反复无常的天气,但游客

的安危让他和同事们十分牵挂。“那几天滞留了很多车辆,一些游客年纪较大,还有人出现严重高反。我们心里只有一个念头,快点、再快点,把人安顿好、把物资送到位,让大家能暖暖和和歇下来。”

龚建乐坦言,那几天,他和同事们一直在路上奔波、在站里忙碌,安置游客、搬运物资、参与救援、清理积雪,一心扑在工作上。“直到天气好转,道路抢通,滞留人员有序撤离,我才发现脸又红又肿,有的地方已经脱皮。”

“这次暴雪来得急、强度大、持续久,是近年来少见的极端天气。”白玛桑珠带队坚守在抢险一线,见证了全员连续奋战的点点滴滴。他恳切地说道:“大家长期在高海拔、低气压、强紫外线的环境执勤,身体负担本来就很重。”

(下转第二版)

掌握『三层穿衣法』,远离进藏失温

蒋梦辰 李宇

“一山有四季,十里不同天”,西藏昼夜温差悬殊,大风、雨雪等天气时有发生。时值秋季,高原昼夜温差逐渐变大,游客身上单薄衣物的及时增减更需多加留意,警惕高原特殊气候带来的失温风险。近日,记者采访拉萨市青锋公益发展服务中心青年志愿者救援队队长陈雷,详解高原科学穿搭技巧与失温急救方法。

“绝大多数高原失温险情,源于游客错误穿搭。”结合多年一线救援经历,陈雷说。

仅凭一时体感温度选择穿搭存在失温风险。在西藏,即便天气晴朗,雪山、垭口等区域气温依旧偏低。曾有游客在暑期仅穿短袖前往高海拔区域徒步,途中遇涉水、迷路等险情,险些失温丧命。部分自驾游游客抱有侥幸心理,认为上车可以开空调取暖,下车观景、短途徒步时只穿单薄衣物,一旦出现人员滞留野外、车辆抛锚等情况,失温风险迅速升高。

不少游客为拍出好看照片,内层选择纯棉打底、薄针织衫徒步登山。实际上,棉质衣物锁水、不易排汗,高原低温大风环境下,湿衣服会快速带走身体热量,可能诱发失温。有的游客图一时轻便、美观,用一次性塑料雨衣、单薄外衣代替专业冲锋衣应对突发的雨雪天气,防风、防雨与透气性能不足,难以起到防寒保温作用。

此外,许多人对“三层穿衣法”存在认知偏差,简单理解为多穿衣服。““三层穿衣法”核心是功能分层,而非简单叠加衣服,目的在于保持身体干燥,从源头杜绝失温风险。”陈雷说,内层为排湿隔离层,优先选择速干、吸湿、排汗的面料,运动出汗时,依靠内层面料快速导出体表汗液。中层是保温锁温层,以抓绒、羽绒为主,干燥状态下锁住空气留存热量。外层为挡风防雨保护层,应配备冲锋衣、冲锋裤,隔绝风雨。

陈雷提醒,针对高原多变天气,穿搭可灵活调整:晴天徒步可以脱去外层冲锋衣,保留速干内层并搭配薄中层,减少出汗积湿;途经垭口或攀登雪山大风区域时,立刻穿戴外层防风服;雨雪天气全程穿戴防水外层,避免内、中层积湿。夜间观星、野外露营,尤其要做好低温环境下的保暖。

(下转第二版)

“林芝宴·雅江村厨寻味赛”工布江达赛区开赛

本报巴宜10月5日电(记者 平措诺吉)10月4日,“林芝宴·雅江村厨寻味赛”工布江达赛区在林芝市工布江达县巴松错景区雪人庄园开赛。赛事以雪山碧湖为背景,集中展示工布民俗、高原食材和乡村厨艺,推动林芝文旅与美食文化融合发展。

本次赛事由林芝市文化和旅游局主办,湖南广播电视台都市频道承办。工布江达分赛场共有8支本土村厨队伍参赛,选手包括本地藏味爱好者和乡村餐饮主理人,依托藏香猪、牦牛肉、松茸、青稞等高原原生食材烹制特色菜肴。

赛事设置两轮厨艺比拼,通过3名专业评委,搭配10名大众评审,从菜品口味、



图为比赛选手正在烹饪特色菜肴。

本报记者 平措诺吉 摄

创意、文化表达、推广价值等方面进行综合评定。最终,疯狂烤翅川菜馆队、阿沛村队、雪人牧耕队3支队伍晋级总决赛。

比赛期间,网红厨师本藏扎西现场展示藏餐古法技艺。赛场穿插《工布锅庄》《工布民歌联唱》《金色麦浪》等非遗歌舞表演,并配套特色市集,集中展示农特产品和非遗手作。湖南广播电视台主持人肖汀与网络达人海瑞等现场推介高原好物,介绍第九轮“冬游西藏”优惠政策及“百万老游林芝”惠民消费补贴活动。

据悉,本次大赛开展10天设5站巡赛,依次走进巴松错、鲁朗小镇、嘎朗湖、多布湖藏南桃谷,将于10月13日在林芝市区工布公园举行总决赛。

华电西藏措美80兆瓦风电项目投产发电

本报措美10月5日电(记者 袁海震)日前,华电西藏措美80兆瓦风电项目首台机组顺利并网发电。这是西藏首个全部采用200型6.25兆瓦风机的气电项目。项目全面投产后,预计年均节约标准煤5.59万吨,减少二氧化碳排放15.34万吨。

据了解,项目位于山南市措美县,是自治区保障性并网新能源重点项目,场址平均海拔约5150米,安装13台单机容量6.25兆瓦风力发电机组,配套16兆瓦/64兆瓦时构网型储能系统。新建的一座220千伏升压站海拔约5010米,是目前世界海拔最高的风电配套220千伏升压站。

华电新能源集团股份有限公司

西藏分公司相关负责人介绍,在空气密度不足平原一半、昼夜温差大、阵风紊乱的超高海拔环境下,建设团队统筹吊装、电气安装与并网调试,运用新能源工程全景信息管理系统,依托GIS地图、人机定位、电子围栏等手段,实现人员、机械、材料全流程闭环管理,以数字化手段支撑高原风电建设。

同时,建设团队严守生态底线,开展边坡整治、草籽播撒和扬尘防控,最大限度降低对当地生态系统的影响。此外,项目通过吸纳群众务工、采购本地建材等方式带动当地增收1411万元,推动工程建设、生态保护与乡村振兴协同共进。

“惠基层——卫生健康服务公益活动”西藏站系列活动举行

本报拉萨10月5日讯(记者 张宇)近日,由中华医学会、西藏自治区医学会主办的“惠基层——卫生健康服务公益活动”西藏站系列帮扶活动先后走进日喀则市、拉萨市、林芝市,旨在落实健康中国战略和“强基层”医改部署,补齐西藏基层感染病、肝病专科能力短板,推动国家级优质医疗资源下沉基层。

本次系列公益活动阵容权威、覆盖面广,西藏自治区人民医院石荔教授团队联合复旦大学附属华山医院张文宏教授团队、北京大学人民医院饶慧瑛教授团队、解放军总医院第五医学中心王福生院士团队,先后深入日

喀则市、拉萨市、林芝市各县区基层点位,通过专题授课、学术研讨、临床带教、公益义诊、免费筛查送药等方式,精准开展专科帮扶。同时,紧扣西藏高原疾病谱特点,精准对接基层医疗需求,实现感染、肝病两大专科多点全覆盖帮扶,有效更新基层医务人员诊疗理念,规范常见病、多发病诊疗流程,补齐县域、乡镇专科能力短板。

据了解,各方将以本次系列活动为契机,持续深化区内外医疗机构协作帮扶机制,常态化推进优质医疗资源下沉、人才培养与学术交流,不断夯实西藏基层医疗卫生服务能力,全力守护高原各族群众身心健康。

沙化荒滩的『绿色逆袭』

——索县三千余亩人工草场迎丰收

本报记者 汪纯 本报通讯员 桑吉曲宗 王霖



近日,那曲市索县荣布镇3000余亩人工种草基地迎来丰收季。放眼望去,连绵的燕麦草、披碱草长势喜人,收割机、打捆机轰鸣着穿梭在草场之间。

谁能想到,这片如今绿意盎然的草场,曾经是一片风沙肆虐的荒滩沙地。

荣布镇地处怒江上游重点生态功能区,平均海拔超过4000米,生态环境十分脆弱。过去,这里土地沙化严重,鼠兔灾害频发,天然草场承载能力不足,草畜矛盾突出,群众增收渠道单一。生态保护与产业发展,一度成为摆在荣布镇面前的一道难题。

如何破解高原生态治理难题,拓宽群众增收路径?自2016年起,荣布镇依托市、县政策扶持,大力推进人工种草生态治理项目,因地制宜优选耐旱、高产的燕麦草和披碱草品种,对退化沙化土地进行系统性改良修复。

“燕麦草耐寒耐低温,生长周期短,当年就能丰产,是畜禽养殖的优质蛋白饲草;披碱草根系发达,多年生可自然复长,固土锁沙效果特别好。”项目运营企业工作人员介绍,两种草种科学搭配种植,既实现了饲草规模化、高效化生产,又能持续固化沙土、修复地表植被,从根源上遏制土地沙化,缓解天然草场放牧压力,有效平衡生态保护与畜牧业发展关系。

经过多年科学管护和规模化培育,昔日的荒滩涂蜕变为高产生态草场,生态治理成效持续显现。如今的荣布镇,草场植被覆盖率大幅提升,天然草场放牧压力有效缓解,高原生态屏障更加稳固。

生态提质的同时,绿色产业持续释放着富民效益。荣布镇创新探索出“镇党委统筹+公司经营+村‘两委’监督+群众投劳+合作社联动”的发展模式,构建起多元化、稳长效的富民增收体系,该产业项目直接覆盖4个行政村1300余名群众,辐射带动全镇23个行政村9700余名群众稳定增收,有效夯实了乡村振兴发展根基。

数据是最有力的证明:荣布镇人工种草产业年均营收360余万元,纯利润达160余万元,稳定带动长期就业23人、年均短期务工1200余人次,截至目前已累计为群众发放集体经济分红772.43万元。

通过“务工薪金、集体股金、养殖节本”三重增收渠道,当地群众多元增收格局持续巩固,村级集体经济实力不断壮大。“人工种草项目落地后,我们村的村容村貌、生态环境发生了翻天覆地的变化。”荣布镇11村村民多杰介绍,村民既能参与草场收割、管护获取务工薪酬,年底还能享受集体经济分红,收成较好年份家庭分红可达5万至7万元。同时,优质饲草可直接用于自家牲畜养殖,大幅降低养殖成本。

村民平措加措看着草场,脸上洋溢着笑容:“今年草场长势特别好,丰产态势良好,我们由衷地感到高兴。”