

我们的节日

缕缕“暖阳”情满高原

——昌都市各级各部门开展重阳节敬老爱老活动

本报记者 周婷婷 温凯 万慧

10月的藏东高原寒意渐浓,可在昌都市的各个社区、村庄、“敬老院”,一簇簇“暖阳”正次第绽放。连日来,昌都市各级部门以“敬老月”为契机,把党和政府的关怀实实在在送到了老年人心坎上。

“爷爷奶奶,重阳节安康!”卡若区利民社区里暖意融融。卡若区重庆幼儿园的小朋友手拉手排成队列,齐声向老人们问好。稚嫩的童声合唱、欢快的舞蹈表演、灵动可爱的情景剧……孩子们用最纯真的表演,向老人们传递了满满的敬爱与祝福,现场收获了老人们阵阵掌声与欢声笑语。社区党支部书记加永曲培说:“资源共享、活动共办、和谐共建,尊老敬老的传统美德,就在这一唱一跳中,悄悄融进了孩子们心里。”

童心的纯真,焐热了社区的重阳;而一份份精准送达的关怀,正把

温暖延伸到雪域深处。在察雅县香堆镇社会福利院,35名集中供养老人收到了一份“重阳礼包”——崭新的棉衣棉裤、牛奶等物资。这是昌都市委社会工作部联合昌都市民政局开展的“情暖重阳·护桑榆”主题党日活动,党员干部、新兴领域志愿者、社会工作者齐上阵,除了送物资,还同步开展环境卫生整治、政策宣讲、高原老年健康安全科普。“衣服特别合身,心里更暖。”81岁的晋美老人拉着志愿者的手,久久不愿松开。

同样的温暖,在左贡县多点开花。左贡县委社会工作部联合志愿服务协会,为左贡县特困人员集中供养服务中心的77名老人提供免费理发服务,送上生活物资;左贡县委宣传部、新时代文明实践中心深入旺达镇列达村,慰问寿星老人和分散特困老人;中

国农业银行左贡县支行工作人员手把手教老人操作手机银行,用真实案例普及金融知识,切实守护好老年人的“钱袋子”。

八宿县把敬老服务与党员“双报到”机制深度融合。机关党员干部下沉结对社区,为困难家庭捐赠爱心衣物、宣讲惠民帮扶政策;在八宿县特困人员集中供养服务中心,30余名老人收到了生活物资,志愿者还帮着清扫居室、整理衣物。与此同时,丁青县群团工作部提前摸排3名独居老人、高龄老人的实际需求,送去米、面、油以及冬季防寒衣物、居家安全常识手册,把党组织的温暖送到基层老年群众身边。

物质关怀之外,更有精神慰藉与制度守护。在江达县,一场特殊的“重阳聚会”正在进行。江达县委组织部(老干部局)以“九九重阳 我们的节日”

为主题,组织离退休老干部开展座谈交流,共切重阳蛋糕,参与趣味文体活动。老同志们围绕乡村振兴、基层治理畅所欲言,纷纷表示将继续发挥银发优势,为江达长治久安和高质量发展贡献智慧和力量。

这份守护还延伸到了法治层面。昌都市检察机关聚焦养老保险登记、待遇发放、超龄务工薪酬保障等重点领域,通过以案释法、现场答疑开展普法宣传,并联合公益诉讼检察部门开展老年人权益保护专项检查,督促相关行政单位依法履职、整改纠偏,切实筑牢老年人民生法治防线。

这个重阳节,昌都市各级部门用务实举措,让老年群体的获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。尊老敬老爱老助老,正在藏东大地蔚然成风。



图①:噶尔县狮泉河镇老年人日间照料中心的老人在吃蛋糕。

图②:拉萨市社会福利院敬老月活动现场。

图③:2026年西藏自治区“九九重阳·乐享银龄”全民健身主题活动现场。

本报记者 康卓 摄

本报记者 唐斌 摄

本报记者 郑璐 摄

情暖重阳 爱洒羌塘

——那曲市“我们的节日·重阳”文明实践主题活动侧记

本报记者 米兰拉姆 赵书彬 汪纯

10月17日,重阳佳节到来之际,那曲市委宣传部的在色尼区老年人日间照料中心组织开展“我们的节日·重阳”文明实践主题活动。理论宣讲、文艺演出、集体庆生、健康义诊、公益观影依次进行,168名老人欢聚一堂,其中17名80岁以上高龄老人收到一份特别的生日祝福。

上午,一场“接地气”的政策宣讲率先开讲。内容紧扣那曲市第三次党代会和三届一次全会精神,立足老年群体认知特点,围绕养老保障、民生兜底、便民服务等老人最关心的话题,把

党的最新精神和惠民政策送到老人身边。老人们听得认真,不时点头。

宣讲结束,照料中心现场热闹起来。锅庄、独唱、合唱等节目轮番登场,台下掌声不断。81岁的宗堆老人看得入神,笑着说:“现在日子过得最舒心,今天来看看节目,跟着大家热闹热闹。”活动尾声,欢快的锅庄旋律再次响起,在场老人走进人群,手拉手跳起来,歌声、笑声汇成一片。

集体庆生环节温情满满。生日歌响起,工作人员为17名寿星老人一一献上哈达、送上毛毯和慰问金;六

层生日蛋糕缓缓推出,分切后送到老人们手中;一碗碗热气腾腾的长寿面端上桌,寓意福寿绵长;随后的趣味游戏环节,老人们踊跃参与,喝彩声此起彼伏。“这都托了党和国家的福呀!以前哪有这么好,如今每年还能享受这些,没啥可愁的,心里热乎乎的,这日子真是越过越有盼头!”83岁的曲姆奶奶拉着身边老姐妹的手,笑得合不拢嘴。

这样触手可及的温暖,并非只在节日里才有。照料中心负责人索朗平措介绍,中心服务不分户籍、不分

最直接最现实的利益诉求,不断巩固党在西藏的执政根基;要持续加强自身建设,深化纪检监察体制改革,丰富创廉载体,加强干部队伍建设,增强履职能力,坚持刀刃向内,加大严管严治、自我

千方百计保稳定促发展惠民生

为建设社会主义现代化新西藏作出新贡献

本攻坚三年行动,紧盯重点领域和人员密集场所,常态化开展风险隐患排查整治,加强安全监管,完善应急预案体系,强化应急演练,严格落实气象“1263”精细化预警预报服务机制,切实保障人民群众生命财产安全。

要聚焦从严治党强队伍,锻造忠诚干净担当铁军。牢固树立大抓基层大抓基础的鲜明导向,持续整顿软弱涣散基层党组织,选优配强各级干部队伍,关心关爱广大干部职工尤其是极海拔地区的干部职工,持续改善

净化力度,扎紧织密制度笼子,切实打造政治过硬、能力过硬、作风过硬、廉洁过硬的纪检监察铁军,树立可亲、可信、可敬的纪检监察干部形象。

自治区领导龚会才、姜文鹏参加。

工作生活条件,帮助解决实际困难,大力整治群众身边不正之风和腐败问题,坚决打好反腐败斗争攻坚战、持久战、总体战。

胡昌升最后强调,要全力做好当前重点工作,有序有力推进全年经济社会发展目标任务落地见效,认真谋划明年工作,以实干实绩向党中央、向各族群众交出满意答卷。

自治区领导龚会才、徐志涛、朱守科参加。

高原地区居民膳食营养与健康改善研讨会召开

曾一春作总结讲话 杨振海主持 次仁平措致辞

本报拉萨10月18日讯(记者 王超 董国峰)13日,高原地区居民膳食营养与健康改善研讨会在拉萨召开。全国党建研究会副会长、十四届全国政协委员曾一春作总结讲话,中国农业科学院党组书记杨振海主持,自治区副主席次仁平措致辞。

会议指出,西藏居民膳食营养健康改善与优化专项工作有序有力有效推进。构建协同配合机制,形成系统推进思路,编制专项规划和工作指南,研发并推广多项新技术,开展整村试点示范,加强膳食营养健康科普宣传,为高原地区提供了可借鉴的经

验。四川、云南、甘肃、青海、新疆等省(区)也积极探索,因地制宜开展了相关工作。

会议强调,要以习近平总书记关心高原群众健康、补齐健康中国边远地区短板的重要指示精神为指导,健全上下协同的组织推进体系,统筹顶层设计与基层分类实施,夯实数据监测、标准制定与产业保供基础,兼顾阶段成效与长效机制建设,放大先行示范辐射带动作用,打通科普宣传“最后一公里”,共同为健康中国建设、高原地区高质量发展和边疆长治久安贡献力量。

西藏高校AI赋能教育教学论坛举办

本报拉萨10月18日讯(记者 张宇)10月18日,西藏高校AI赋能教育教学论坛在西藏大学举办。本次论坛以“AI赋能·数智融合·协同提质”为主题,是我区首次面向全区高校举办的人工智能赋能教育教学的专题高端研讨活动。

论坛由自治区教育厅指导、西藏大学主办,邀请全国人工智能方面的6位专家学者,分别从政策顶层设计、智慧课程体系构建、AI精准课堂落

地、教师数字能力提升等维度,展开系统性的主旨分享;同时,区内外各高校教学管理负责人、一线骨干教师汇聚一堂,围绕高原办学的特有痛点进行圆桌深度交流探讨。

主办方相关负责人表示,希望广大高校教职工以此次论坛为契机,将所学所思转化为推动教学改革的实际行动,主动拥抱技术变革,坚守育人初心,共同打造具有西藏特色、中国水准的高等教育数字化新范式。

第19期西藏科技管理干部培训班开班

本报拉萨10月18日讯(记者 耿锐仙)近日,“科技兴藏人才培养工程”第19期西藏科技管理干部培训班开班。来自全区科技战线的50名科技管理干部参加培训。

据了解,本次培训课程设置兼顾理论深度与实操性,涵盖教育科技人才一体化建设、科技监督与科研诚信、科技保密安全、创新平台建设等专题教学,配套安排现场教学、经验交流与分组研讨。参训学员将通过

课堂研学、实地观摩等多种形式,学习科技创新体制改革、产学研协同创新等先进经验,着力补齐科技管理业务短板,提升履职能力。

自2007年实施以来,“科技兴藏人才培养工程”已累计为我区培养近900名科技管理骨干。此次培训班的举办,将进一步壮大我区科技管理人才队伍,持续完善科技人才培育体系,为服务西藏长治久安与高质量发展积蓄人才动能。

阿里地区改则县:

72万元解决牧民就医难题

本报狮泉河10月18日电(记者 周辉 康卓)为切实破解高海拔地区群众就医远、就医难等急难愁盼问题,改则县委、县政府精准谋划、靶向发力,投入72万元实施卫健领域“小而美”民生实事项目,通过标准化改造、全覆盖氧疗服务等举措,让便捷、暖心的医疗服务直达农牧民家门口。

基层卫生室是守护群众健康的“最后一公里”。改则县严格按照标准化建设要求,对全县24个行政村卫生室开展升级改造,实现诊断室、治疗室、药房“三室分离”。此次改造,

扭转了以往村级卫生室功能混杂、设施简陋、诊疗不规范的局面,优化了基层就医环境,有效提升村级医疗卫生服务规范化、专业化水平。

同时,立足当地高海拔、低气压、缺氧等实际情况,改则县还精准落地便民吸氧服务,在5个乡镇卫生院、11个村卫生室建成免费吸氧服务点位,实现基层氧疗服务全覆盖。免费氧疗点位的落地投用,有针对性地解决了心脏病、高血压、呼吸困难等慢性病及特殊群体的应急就医需求,免去基层干部和群众长途奔波就医的困扰。

2026年中国山地自行车联赛(西藏·山南站)开赛

本报泽当10月18日电(记者 宋海燕 见习记者 李欣梦)10月17日,2026年中国山地自行车联赛(西藏·山南站)在山市乃东区昌珠镇正式开赛,赛事为期2天。

赛事依托全国顶级山地自行车赛事平台,设置越野赛、团体赛、团体接力赛、淘汰越野赛四大竞赛项目,吸引国内多支专业队伍、业余俱乐部车队及骑行爱好者齐聚高原同台竞技。

首日进行了成年男子、成年女子、青年组及公开组越野赛的角逐,

云南队成为最大赢家,包揽成年男子、青年男子、成年女子、青年女子四项冠军;西藏选手旦增旺堆获青年男子组亚军,且增卓嘎获女子公开组冠军。

据了解,此次赛事坚持绿色低碳、生态优先的办赛理念,立足高原独特地形地貌与生态环境,精细化规划赛道,在保障赛事专业性、安全性与观赏性的同时,让参赛选手感受雪域高原的自然风光与人文底蕴,实现体育竞技与生态文旅有机融合。



图为2026年中国山地自行车联赛(西藏·山南站)比赛现场。

中国山地自行车联赛组委会供图

(紧接第一版)配合深化扫黑除恶专项行动,深挖彻查背后的腐败和“保护伞”,加强问题整改,加大办案力度,坚决整治群众身边不正之风和腐败问题;要持续改进工作作风,健全作风建设常

(上接第一版)

要聚焦改善民生增福祉,提升各族群众幸福指数。牢固树立和践行正确政绩观,常态化开展防止返贫监测帮扶,有针对性开展技能培训,健全完善产业联农带农富农机制,加强边境新村产业项目和配套基础设施建设,促进各族群众增收致富,不断增强获得感幸福感安全感。

要聚焦安全发展守底线,增强防灾减灾救灾能力。深入推进安全生产治