

自带温情的司法服务会“敲门”

——浪卡子县人民法院“一乡一法官”工作小记

本报记者 王香香



前往伦布雪乡的这段距离，山南市浪卡子县人民法院一级法官次旺罗布已经轻车熟路。自从成为伦布雪乡的包乡法官，次旺罗布已经在这条路上奔波了5年。

山南市浪卡子县地域辽阔，群众居住分散、出行不便。2021年，浪卡子县人民法院开始推行“一乡一法官”司法便民举措，由10名员额法官、法助“一对一”联系浪卡子县八乡两镇的95个行政村，定期开展巡回开庭、就地审理、就地调解等工作，最大限度降低农牧民群众的诉讼成本，实现司法服务上门落地。

每次开展工作时，次旺罗布都要借着这个时机，面对面为群众开展普法宣传，在田间地头、门前屋后，甚至草原牧场，大家坐在一起，说出的话带着酥油味、烟火气，法律知识也随着烟

火气深入人心。

今年，次旺罗布照例在伦布雪乡常态化开展“一乡一法官”矛盾排查时发现，辖区某工程项目存在拖欠农民工工资、材料费、机械费的重大风险隐患。

隐患若放任不管，最后极有可能发展成系列诉讼案件，包乡法官的职能作用再次得到体现。次旺罗布依托“一乡一法官”机制搭建的部门联动渠道，主动对接项目主管、代建和施工单位，查清问题根源，针对项目管理缺位问题制发司法建议书；同时立足诉源治理职能提前介入，紧盯项目尾款落实。

经过一个多月攻坚，60余名农民工群众拿到欠薪369万余元。农民工次某看着手机上的短信通知，脸上露出欣慰的笑容：“按时把工资拿到手，心里就踏实了。”

一批潜在“双拖欠”诉讼案件被化解在诉前，正是“一乡一法官”靠前防范风险、化解矛盾纠纷的生动体现。

浪卡子县人民法院综合办公室主任达瓦卓玛介绍道：“‘一乡一法官’工作机制改变了法官坐堂办案的方式，让法官主动深入群众生产生活，从源头上、萌芽状态化解矛盾纠纷。”

“一乡一法官”机制运行以来，10位包乡法官定期联系乡镇、村（社区）、工地、偏远散户，全面摸排婚姻家庭、邻里纠纷、劳务报酬、民间借贷、道路交通等常见民事纠纷，同步排查涉访、涉稳、涉众、涉边境风险隐患，建立个人专属工作台账，实行清单化管理、动态化更新、销号式化解。

同时，对简易邻里纠纷、家事矛盾、小额经济纠纷、一般性琐事争议，独立开展面对面调解、背对背疏导、法理释明，促成当事人自愿和解；对乡镇、村居调解组织难以化解的疑难复杂、对抗性强、易激化升级的矛盾纠纷，牵头开展先行调解、现场化解、情绪疏导。

现在，随机走进95个行政村的任何一户，都能看到房屋显眼位置张贴

着一张双语便民服务卡。服务卡正面是法官的姓名、职务和联系方式，背面用藏文写着：我是浪卡子县人民法院法官，也是你们的联系法官，如果在生活中遇到纠纷事项，又对法律程序不知晓，请你们通过卡片上的电话号码，及时与我联系，我会向你们提供一对一的法律咨询服务。

短短一段话彰显了法律抵达的决心，更像是亲友间的信任和支持。这样的卡片，浪卡子县人民法院已经下发了5万余张，承载着带有温情的司法服务打开了群众的心门。

包乡法官在常态化收集社情民意的走访中，记录下群众急难愁盼、基层司法服务堵点难点、乡村法治建设短板、基层治理突出问题，为优化基层司法服务、完善诉源治理机制提供参考。

从“群众上门学法”到“法官下沉送法”，“一乡一法官”有效破解浪卡子县地域辽阔、村居分散、群众集中学法难的现实堵点，已成为有效化解社会矛盾、助力乡村振兴的有力抓手。

保电攻坚

安全越冬



近日，阿里地区遭遇入秋首场强降雪天气，断崖式降温与持续风雪天气，致使辖区电网设备面临积雪覆冰、线路运行不稳等风险。为筑牢电力安全防线，国网阿里供电公司迅速启动极端天气应急保电预案，全员在岗在位，全域联动应战，扎实开展保电攻坚工作。

针对风雪天气带来的电网运行压力，国网阿里供电公司精准研判电力供需形势，动态优化电网运行策略，科学调整运行方式。在保电攻坚的同时，同步升级民生用电服务，依托网格化服务体系实行24小时值守制度。通过线上答疑、热线响应、线下走访等方式，及时推送保电动态、解答用电咨询、闭环处置用电诉求，做到接诉即办、全程督办。截至目前，阿里全域电网运行平稳，辖区供电正常有序。

▲“阿里红柳花”共产党员服务队日土县分队正接入500kW保电车。

▲“阿里红柳花”共产党员服务队札达县分队在开展巡线工作。

本报记者 周辉 康卓 摄

在家门口重获光明

——2026年中华健康快车西藏拉萨光明行项目见闻

本报记者 王超

桑杰扎巴是山南市乃东区结巴乡的一位老人，目前在乃东区社会福利院（特困人员集中供养中心）养老。今年上半年，自治区人民医院眼科工作人员来到该福利院，筛查2026年中华健康快车西藏拉萨光明行项目病人，桑杰扎巴和福利院的诸多老人符合手术条件。

“没做手术之前有点眼花，做了以后看东西清晰多了。”8月18日，福利院统一组织，把桑杰扎巴等老人送到自治区人民医院，做白内障手术。19日上午，纱布就被拆除，桑杰扎巴和病友们高高兴兴地出院了。

据了解，2026年中华健康快车西藏拉萨光明行项目是由国家卫生健康委国际交流中心组织，以医疗小分队模式实施的公益项目，项目专家于2026年8月在自治区人民医院为我区低收入白内障患者免费实施复明手术，手术费用由中华健康快车基金会承担。

“把眼镜摘了，脖子得靠紧，他眼睛特别白，病情挺重的，而且角膜还有白斑，那边还长了一块肉……”在自治区人民医院内科南楼四楼的眼科病房内，项目医务主任吴婵正在用仪器为一位老年患者做初步检查。

“对，特别影响他的视力。”老人的女儿说。



▲2026年中华健康快车西藏拉萨光明行项目小分队成员为我区白内障患者进行免费手术。 本报记者 拉巴卓玛 摄

由于西藏特殊的气候环境，罹患白内障人员较多，且翼状胬肉、角膜

斑翳、假性囊膜剥脱等合并症发生率较高。再加上诸多患者年龄较大，有

不少病情已处于最晚期，治疗难度较大。为此国家卫健委国际交流中心对接北京协和医院，选派手术经验丰富的医护人员，来到西藏。

“这次的人工晶体、手术设备、器械、耗材、药品都是我们自己带过来的，全都是免费给患者应用的。”吴婵告诉记者，从自治区人民医院内科南楼四楼的走廊望向那几间眼科病房，病患们刚做完手术，一只眼贴着纱布、穿着病号服，躺满了病床。

“一台手术可能要十几分钟，目前已经做了80余台手术了。”项目医务主任吴婵告诉记者。

“每位患者有3瓶眼药水，每天3瓶滴的次数都不同。”这几天，乃东区社会福利院（特困人员集中供养中心）工作人员达瓦卓嘎和她的同事接送福利院老人，陪老人们做检查，给他们准备饭菜，为他们领眼药水。

乃东区社会福利院工作人员对护理工作的熟悉，离不开自治区人民医院眼科医生、小分队专家的术前术后健康宣教。

“怎么点眼药水，不要去揉眼睛，术后一个月内不要去重体力活，眼睛里不要进脏水，还有积极的来医院做复查……”

“大家平时一定要注意防晒，注意戴墨镜，或者戴帽子、打伞；如果发现视力下降了，就及时地去医院看一下。中度以上的白内障就可以手术了，没必要等到完全看不见了、特别晚期了再去做手术……”

志士长医国，良医亦念民。“我们希望西藏的低保、五保、低收入等患者，在家门口就能享受来自北京的专家的医疗服务。”小分队领队满怀深情地说。

拉萨市

举办奥运冠军西藏行公益活动

本报拉萨讯（见习记者 李欣梦）近日，由自治区体育局指导，西藏天马体育文化发展有限公司承办的2026“勇士登峰·冠军领航”奥运冠军西藏行公益活动在拉萨市城关区蔡公堂街道新型公共文化空间举办。拉萨师范学院、西藏大学、堆龙德庆区第三小学等区内多所学校师生代表齐聚现场，与奥运冠军、世界冠军面对面交流，近距离感悟体育精神，汲取奋进力量。

活动现场氛围热烈、秩序井然。花样游泳奥运冠军、国家级教练常昊结合自身运动生涯，分享追梦故事与

科学健身理念，生动诠释坚守拼搏、永不言弃的精神。面对学生关于运动坚持、成长自律等困惑，嘉宾团队逐一细致解答，耐心引导青少年养成良好运动习惯。

随后，啦啦操世界冠军廖春球、王亚洲带来活力满满的啦啦操展演，现场教学全民健身操，带领全场师生沉浸式感受竞技体育的活力与魅力，让体育运动深入人心。

活动深深鼓舞了在场学子。学生纷纷表示，将以冠军为榜样，坚持体育锻炼，把拼搏精神融入学习生活中。

那曲市比如县

举行学生常见病健康知识宣讲竞赛

本报那曲电（记者 米兰拉姆 赵书彬 汪纯 通讯员 米玛次仁 格桑卓玛）近日，那曲市比如县疾控中心联合比如县教育局举办2026年比如县学生常见病健康知识宣讲竞赛，辖区3所小学、2所中学的学生同台开讲。与以往不同，这次站上宣讲台的不是医生和老师，而是学生。

比赛聚焦近视防控、健康体重管理、口腔保健等主题，参赛选手结合日常学习生活，用通俗易懂的语言讲解科学用眼、均衡膳食、科学运动等知识。不少选手采用汉藏双语宣讲，把专业的疾控知识讲成身边事，台下掌声不断。

仁布县然巴乡

开展优良种畜评比

本报日喀则电（记者 张雨馨）为提升全乡畜牧业良种化水平，转变传统养殖观念，普及科学养殖技术，推动畜牧业提质增效，日前，日喀则市仁布县然巴乡开展农牧民优良种畜评比活动。

活动现场，各村农牧民群众带着自家饲养的牛羊、奶牛参赛，通过直观对比、现场观摩和交流，了解优良种畜在体型品种、抗病能力、生长速度上的优势，也从高产奶牛的产奶效益中受到启发，进一步认识粗放放养、不重品种、不重管护的短板。

据了解，此次评比内容涵盖种畜品种纯度、躯体发育状况、健康水平、日常

饲养管护成效、毛色体态等。其中，奶牛类重点考核日产奶量、奶质稳定度、泌乳性能等指标。乡畜牧专业技术人员组成评审组，按照公平、公正、公开原则独立打分，现场公示结果，确保评比科学真实。活动设置6大类奖项，奖金标准为一等奖1500元、二等奖1000元、三等奖800元，鼓励奖发放精饲料1袋，本次共发放奖金33800元。

参与此次活动的农牧民群众纷纷表示，在活动中开阔了眼界、找到了差距、学到了技术，还深刻认识到了选用优良品种、坚持科学饲养、加强日常管护的重要性。

拉萨市林周县

白求恩精神研究会公益口腔义诊活动受欢迎

本报拉萨讯（记者 央金）近日，白求恩精神研究会口腔医学分会专家团队来到拉萨市林周县人民医院，开展公益口腔义诊暨医疗设备捐赠活动，让当地群众在“家门口”享受优质口腔医疗服务。

活动中，北京卡尔斯医疗向林周县医疗机构捐赠价值14.6万元的口腔诊疗设备、耗材及护理物资，充实基层口腔医疗硬件储备，提升当地口腔诊疗、预防保健服务能力。

捐赠活动结束后，专家团队随即

开展义诊，现场群众络绎不绝。针对龋齿、牙周病、牙齿缺损等高原多发口腔疾病，专家为群众进行口腔检查、健康评估，排查口腔隐患，给出诊疗、用药及转诊指导。

“长期受牙病困扰，咬合不好，吃饭受影响，一直想种牙，可种牙流程复杂、花费高，就一直没治疗。”林周县群众次罗布说，这次在家门口得到免费种植牙治疗，既解决了自身病痛，也减轻了经济负担，期盼今后能多开展这样的惠民医疗活动。

聂荣县多康巴村驻村工作队

暖心代办采购 解决群众难题

本报那曲电（记者 汪纯 米兰拉姆）眼下，又到了藏北牧户储备过冬物资的关键时期。近期，在那曲市聂荣县桑荣乡多康巴村，驻村工作队们忙碌的身影穿梭在县城商铺之间，一场为牧户量身定做的防抗灾生活物资集中代办采购工作正有序开展。

针对牧户自主采购耗时费力、往返不便的问题，多康巴村驻村工作队主动靠前、贴心服务，全面摸排群众物资需求，统一登记汇总、集中代办采购，统一运送发放，把便民服务链条延伸到群众身边，让群众少跑腿、物资有保障，切实解决群众急难愁盼。

为确保采购物资质优价廉、流程公开透明，驻村工作队严格按照采购

规范，实地走访县城多家商铺开展三方询价比价，综合对比物资质量、市场价格，择优筛选采购渠道，严把物资质量关、价格关，切实为群众节约开支、保障物资品质。

一件件物资，连着民生冷暖。此次物资采购共惠及全村20户牧户，累计采购大米131袋、面粉69袋、食用油38桶，有效充实了群众家庭物资储备，进一步夯实村级防抗灾和民生保障基础，为群众安稳生活提供了坚实保障。

多康巴村驻村工作队表示，将持续聚焦民生重点、紧盯群众需求，常态化开展便民代办、惠民帮扶服务，实打实办好民生实事，不断提升群众获得感、幸福感、安全感。