



晨光破晓，照亮雪域高原。在藏历新年这个阖家团圆的传统佳节里，福利院的银发老人与天真孩童，成为社会目光聚集的焦点。他们的生活点滴看似细微，实则牵动着千家万户的幸福福祉。近日，记者怀着广大市民的深切关怀，走进拉萨市社会福利院，聆听老人与孩童对新年最质朴的感受、最美好的期许，挖掘那些在节日氛围中的温暖故事。

文/記者 梁蘭 圖/記者 余書冉

藏历新年暖潮：“一老一小”的幸福篇章

拉萨市民政局·携手共庆，情满佳节

2月28日，藏历新年初一上午10时，记者踏入拉萨市社会福利院，浓郁的节日氛围扑面而来。藏式传统装饰随处可见，五彩经幡随风轻舞，火红的灯笼高高挂起，与老人和孩子们脸上绽放的灿烂笑容相互辉映。

拉萨市民政局精心组织，邀请拉萨市社会福利院、拉萨市儿童福利院、拉萨市SOS儿童村以及拉萨市精神卫生福利院等机构的老人和孩子们齐聚一堂，共同欢庆藏历新年。同时，携手拉萨市民政系统多家单位，精心筹备了一场精彩纷呈的新年文艺汇演活动。

现场，来自各个福利机构的孩子、老人及护理员等工作人员纷纷登台献艺。欢快的锅庄舞跳出节日的喜悦，悠扬的歌声传递美好的祝愿，激情的架子鼓演奏点燃现场气氛。台下老人和孩子们看得全神贯注，掌声与笑声此起彼伏。文艺表演过程中，相关领导走到特困老人身边，为他们发放慰问金、献上哈达，致以诚挚的新年祝福；为孩子们送上压岁钱，祝愿他们健康茁壮成长。

记者留意到，现场座位也经过精心安排，每桌都是孩子、老人与工作人员穿插而坐。拉萨市社会福利院院长邓君介绍：“藏历新年对我们而言，是传递爱与希望的重要时刻。我们希望通过这些活动，让孩子和老人们感受到家的温暖，加深他们对民族文化的了解与热爱。”

食堂内，工作人员忙碌地准备着丰盛的新年美食。酥油茶香气四溢，青稞酒整齐摆放，象征吉祥的“切玛”承载着对新一年满满的美好愿景。邓君向记者透露，依照西藏当地风俗，福利院精心准备了牛肉炖萝卜、血肠、人参果饭等共计20道特色菜品。“这道牛肉炖萝卜特意熬了六小时，让牙口不好的老人也能享用。”厨师边检查餐品软硬度边介绍。

老人和孩子们边品尝美食，边观看文艺节目，在这片离天空最近的土地上，一幅“老幼共融”的现代民生图景正徐徐展开。

拉萨市社會福利院·古突温情，年味十足

“我吃到羊毛了！大家都说我的性格像绵羊一样温顺，看来这个寓意很准啊！”拉萨市社会福利院老人普次高兴地说。2月27日晚，西藏迎来藏历新年的古突夜。福利院里老人们围坐在一起吃着热气腾腾的古突，其乐融融，在欢声笑语中度过温暖时光。

普次告诉记者：“小时候，好吃的都舍不得吃，都要留到过年。现在生活好了，平日里的伙食就和过年一样丰盛。福利院有我爱吃的糌粑、麦仁、饼子、糊糊面片。在这里衣食无忧，住得好、穿得暖。”

藏历新年是阖家团圆的重要节日，对于福利院的老人们来说，也是最思念亲人的时刻。“每年古突夜，我们都会为老人准备丰盛的年夜饭，特意加餐。同时工作人员24小时值班陪伴，就是为了让老人们感受到家的温暖，欢欢喜喜过大年。”邓君介绍。

拉萨市社会福利院工作人员白央告诉记者，藏历新年前一周，她们就为老人们洗澡、修剪指甲，对福利院进行全面大扫除。为营造节日氛围，还提前为老人装扮居住环境，挂上红灯笼，摆上切玛盒等。“这是我在福利院工作的第二年。藏历新年虽不能陪伴在父母身边，但与老人们一同过年，让我深感幸福且意义重大。”

“以前看到别人家热热闹闹，自己孤身一人，心里很不是滋味。来到福利院后，护理人员悉心照料，就像亲人一样。”老人央宗说，她已在福利院度过3个藏历新年，每年福利院都会组织各类活动，让她感到不再孤单。

据悉，福利院主要承担特困老人和社会有偿老人的集中养老服务工作。目前，院内共入住73位老人，其中特困老人20人，社会有偿老人53人。

邓君告诉记者，福利院老人们的日常生活并非只是晒太阳，而是根据身体状况开设了一些舞蹈、手工、音乐以及书法等特色课程，让老人们的晚年生活更丰富精彩。福利院还配备有专业医疗团队，每天早晚定时查房，全方位保障老人身体健康。

在这里，工作人员与老人亲如一家。正是在工作人员的悉心照料下，老人们重新感受到生活的温暖。

拉萨市SOS儿童村·童真洋溢，欢乐过年

不仅是老人，拉萨市SOS儿童村的孩子们也在节日里感受到了温暖。SOS儿童村有17户特殊家庭，每户由一位单身“妈妈”和来自不同地方、不同年龄段的孩子组成。

为让孩子们度过一个传统又欢乐的新年，从新年前半个月起，SOS儿童村的“妈妈”们就开始为孩子们修剪指甲、洗澡，帮孩子们去除一身污垢。还购置了许多孩子们爱吃的食品，为孩子们准备新衣服、新鞋子，将新年祝福装入红包发给他们。

曲珍兴奋地告诉记者：“每年藏历新年，妈妈都会给我们准备好多礼物和好吃的，我最喜欢和小伙伴们一起过年啦！”曲珍刚来儿童村时性格胆小，但在儿童村的关爱下，性格变得开朗，充满阳光。“藏历新年前我和哥哥姐姐一起制作了‘卡塞’（藏式点心），我做得最多。现在好吃的东西太多了，每天都特别开心。”曲珍说道。

谈及藏历新年无法回家陪伴亲人是否会感到遗憾时，卓嘎表示：“在与这些孩子朝夕相处的日子里，早已把他们当作自己的亲生子女抚养，我们就是孩子们的亲人！”

对于“亲人”这个词，罗吉感触颇深。她来到福利院已有10余年，早已将儿童村视为自己的家。“妈妈不仅在生活上无微不至地照顾我们，还十分重视我们的学习，每晚都会坐在身边耐心辅导作业。有一年冬天，我不小心患了重感冒高烧不退，妈妈整夜未眠，守在床边不停地给我换毛巾、量体温，熬粥一口一口喂我，在她的悉心照料下，我的病很快就好了。”罗吉感动地说。

五号家庭的“妈妈”德庆卓嘎，已经当了25年的特殊家长，担负着孩子们饮食起居、家庭教育的重任。她有18个孩子，有些孩子已经走上工作岗位，在家的孩子中最小的4岁，最大的19岁，基本上都在读书。对于孩子们的教育，德庆卓嘎认为品德教育是最重要的，其次是学习。经过她的教育，工作至今，她共培养出14个大学生。

在这个藏历新年，无论是福利院的老人，还是儿童村的儿童，都在社会各界的关爱下，度过了一个欢乐、祥和的节日。他们绽放的笑容，如同冬日暖阳，温暖着每一个人的心。

“马术+禁毒”我区公安部门开展禁毒宣传活动



禁毒讲解

3月2日，民族传统马术表演暨民族赛马活动在拉萨市北郊赛马场举行。我区公安部门以此为契机开展了以“防范药物滥用、欢度藏历新年”为主题的“马术+禁毒”民族特色禁毒宣传活动。

当日现场，我区公安部门悬挂了醒目的禁毒宣传横幅，摆放宣传展板、100余种毒品仿真样品，设置咨询点与“我为禁毒代言——对毒品说NO！”为主题的打卡点。活动中，民警向过往群众发放禁毒宣传单，并耐心细致地讲解毒品相关知识，提醒广大群众要时刻保持高度警惕，在日常生活中不轻易接受陌生人的食物和饮料，避免误入毒品陷阱，给自己和家庭带来不可挽回的伤害。

赛马活动开始前，主持人还与现场群众进行了禁毒知识互动答题环节，大家踊跃举

手，争相回答问题，加深了对禁毒内容的理解和记忆。此外，民警还向群众发放了精美的礼品，并耐心解答大家的疑问。

赛场上，骑手们配合默契，认真投入，气氛热烈，精彩的表现赢得了现场群众阵阵喝彩；赛场外，民警们通过发放禁毒宣传资料及现场讲解等方式，向群众详细讲解了毒品的种类、传播途径及防范毒品等知识。赛马活动结束后，骑手们还高举禁毒标语旗帜，骑马绕场奔跑，宣传禁毒，为节日的喜庆氛围增添了一份特别的警示色彩。

了解到，此次活动近2万人参与，发放4万余份禁毒宣传资料、1000余份宣传品，为进一步提高群众的防毒意识和抵制能力，建设平安、和谐、无毒的美丽拉萨奠定了坚实基础，营造了浓厚的禁毒氛围。

文/記者 次吉 圖/記者 余書冉