

西藏自治区图书馆举办第二届全国通用盲文及藏盲文培训班 提升服务效能 保障视障群体文化需求

商报讯(记者 赵越)为进一步提升我区视障文化服务水平,拓展视障读者阅读途径,值此第34个国际残疾人日之际,西藏自治区图书馆于12月3日至5日举办第二届全国通用盲文及藏盲文培训班,邀请了西藏扎久林盲文翻译有限公司的班旦久米和坚赞授课,来自全区各地(市)图书馆视障阅览室的相关工作人员、特校师生、西藏自治区残疾人体育协会代表及视障读者等共计30余人参加。

在开班仪式上,西藏自治区图书馆党委副书记、馆长央金卓嘎表示,盲文是视力障碍者使用的特殊的语言文字,是人类语言文

字多样性的独特呈现,国家通用盲文是国家通用语言文字的重要补充,藏盲文是中华优秀传统文化的一部分,推广国家通用盲文和藏盲文不仅维护了视力残疾人使用文字的权利,同时也为帮助他们学习文化知识、获取信息、社会交往以及更加公平地参与社会生活起到重要作用。此次培训的举办是西藏自治区图书馆党委对视觉残疾人的关怀和支持,这既是现实需要又是特殊关怀,充分体现了党和政府对残疾人格外关心、格外关注。她希望所有学员珍惜这次提升素质、学习文化的机会,在遵守纪律的同时用心学

习,多交流探讨。同时要求西藏自治区图书馆阅览部的馆员们配合做好此次工作,在生活和学习方面热心帮助、耐心答复,让大家感受到图书馆的温暖。

据悉,本次培训课程设置科学合理,理论与实践紧密结合。在为期三天的学习中,资深盲文教师为学员们带来了系统性的教学。课程伊始,老师们从国家通用盲文和藏盲文的基本结构、符号规则、拼写原理讲起,通过生动的比喻和形象的描述,将抽象的盲文点位转化为学员们脑海中清晰的概念。老师们手把手地引导学员们用双手触摸特制的盲文

课本,感受每一个凸起的小点所代表的不同含义。课堂上,“嗒嗒”的盲文写字板敲击声不绝于耳,学员们学习热情高涨,在反复练习中逐渐掌握了摸读与书写技巧。

本次培训班的举办,是西藏自治区图书馆深化视障读者服务、推动文化普惠的重要举措。有效提升了我区盲文推广与服务的专业化水平,为构建全区无障碍阅读环境、保障视障群体的文化权益奠定了坚实基础,标志着西藏在推动全民阅读、实现“一个都不能少”的目标上又迈出了坚实的一步。

隆沐藏医诊所开业 非遗藏药浴纳入医保惠及群众



近日,西藏文化旅游创意园区内暖意融融,位于星空藏药浴一楼的隆沐藏医诊所正式开业。作为以非遗藏药浴为核心特色的诊疗机构,该诊所同步开通医保结算服务,将千年传承的藏医技艺与便民医保政策精准衔接,为市民提供便捷实惠的康养服务。

走进诊所,古朴醇厚的药香扑面而来,瞬间驱散了高原初冬的寒意。诊室内,藏医医师正专注地为患者调配药浴配方,藏药经研磨后散发出浓郁香气。候诊区里,几位手持社保卡的老患者格外显眼,刚完成医保结算的次仁阿佳感慨道:“以前总觉得藏药浴金贵,舍不得体验,现在能通过医保报销,真是把健康送到了咱们家门口。”一旁的工作人员熟练操作着医保系统,短短几秒便完成了一笔即时结算业务。

据隆沐藏医诊所负责人郎杰介绍,为推动藏医康养事业发展,该诊所经过近一年的筹备,已实现医保覆盖,核心聚焦于非遗藏药浴服务,同步提供理疗、诊疗等配套项目,相关服务均纳入医保范围,切实降低群众康养消费门槛。作为一项传统藏医特色疗法,诊所开展的藏药浴严格遵循非遗传承技艺,采用天然藏药材精心配伍熬制,依托“内病外治”的诊疗理

念,通过皮肤渗透吸收药材有效成分,实现全身调理,对身体机能调理和日常康养保健等均有显著效果,适应不同人群的身体调理需求。“我们希望通过规范的诊疗服务和医保政策支持,让更多人接触并受益于传统藏医文化,助力藏医康养融入日常生活。”郎杰表示,诊所每日9:30至22:00有医生坐诊,设有两个诊室,医生会根据患者个体身体状况和调理需求,有针对性地制定诊疗方案,灵活调整药材配伍及药量,精准推荐适配服务项目,实现个性化的康养调理定制。

医生曼拉卓玛2020年毕业后便深耕藏医药行业,有着丰富的临床服务经验。她介绍,藏药浴无需口服药物,通过外用浸泡的方式温和调理身体,适配人群广泛,加之医保政策的覆盖,让患者在享受传统疗法的同时能享受报销福利,大幅减轻就医调理的经济负担。“开通医保后,每天都有不少市民前来咨询,除了了解藏药浴的调理功效,大家最关心的就是医保使用流程、报销比例等问题,医保的加持让大家对藏药浴服务的接受度和尝试意愿明显提升。”

市民王先生作为西藏职工医保参保人,首

次到店体验藏药浴和推拿组合服务后连连称赞。此次服务总费用502.25元,按照职工医保相关政策,统筹报销比例达80%,最终统筹报销401.8元,个人仅支付100.45元。“流程简单不繁琐,医保报销力度很大,大大减轻了经济压力,泡完药浴后身体疼痛及腰椎方面有很大的缓解效果,推拿也很舒服,体验感特别好,后续肯定会常来调理。”王先生说,他对当前医保覆盖的藏药浴相关项目范围、报销比例及使用规则都十分满意,医保政策也直接影响了他的消费决策,若没有医保支持,会觉得藏药浴项目费用偏贵,大概率不会轻易尝试。

据悉,隆沐藏医诊所作为非遗藏药浴传承机构,医保服务的开通不仅为群众带来实惠,更为机构发展注入强劲动力。诊所配备专业医师团队,坚守非遗藏药浴技艺传承,以规范诊疗、个性化服务为核心,让传统藏医疗法更贴合现代群众康养需求。后续,隆沐藏医诊所将持续深耕藏医康养服务,依托医保政策优势,进一步做好非遗藏药浴技艺传承与服务优化,让这一传统藏医特色疗法更好地惠及更多群众,助力传统藏医药文化传承发展。

文/图 记者 谭瑞华

知冷暖
拉萨市区天气情况
今日
-3 ~ 10℃
晴

开奖啦

体彩排列3开奖公告		
2025年12月3日 第25323期		
开奖号码 6 8 7		
中奖注数	每注奖金(元)	
直选3	23890	1040
组选3	0	346
组选6	41071	173
本期全国销售总额为4558654元。		
体彩排列5开奖公告		
2025年12月3日 第25323期		
开奖号码 6 8 7 1 4		
中奖注数	每注奖金(元)	
一等奖	172	100000
本期全国销售总额23731366元。		

超级大乐透开奖公告		
2025年12月3日 第25138期		
开奖号码 01 03 19 21 23 07 11		
奖级	注数	每注奖金(元)
一等奖	基本 6	7222472
二等奖	追加 2	5777977
三等奖	基本 79	205985
四等奖	追加 14	164788
五等奖	基本 215	1000
六等奖	622	100
795955875.03元奖金滚入下期奖池。		

福彩七乐彩开奖公告		
2025年12月3日 第2025138期		
开奖号码 07 09 10 12 22 23 24 04		
基本号码	特别号码	
一等奖	0注	0元
二等奖	7注	12809元
三等奖	118注	1519元
四等奖	353注	200元
五等奖	3164注	50元
六等奖	5677注	10元
七等奖	35738注	5元
本期投注总额为2777450元。奖池资金累计金额627683.00元。		

福彩3D开奖公告		
2025年12月3日 第2025323期		
开奖号码 5 5 1		
奖等	中奖注数	单注奖金
单选	163注	1040元
组选3	110注	346元
组选6	0注	173元
本期全国销售总额:956008元,中彩总金额:207788元,奖池金额:2000000元。		
福彩快乐8开奖公告		
2025年12月3日 第2025323期		
开奖号码 01-13-18-19-22-24-35-40-44-45-50-51-53-54-57-63-69-71-73-75		
西藏自治区福利彩票发行中心		
本报彩票数据仅供参考,最终结果以彩票中心开奖数据为准。		

2025年西藏即开型彩票手工艺品大赛活动评选结果

为进一步提升“刮刮乐”的品牌影响力,向社会传递福彩“刮刮乐”绿色、环保、公益的理念,西藏福彩将于2025年5月28日至8月19日期间,面向各级福利彩票从业人员、广大购彩者以及对福利彩票满怀热忱的人士,开展以“彩绘团结梦,共庆西藏情”为主题的2025年西藏即开票手工艺品征集活动。此次活动以西藏自治区成立60周年盛典为契机,旨在隆重庆祝这一具有深远历史意义的喜庆时刻。本次活动的征集工作由西藏福彩统筹

安排,征集范围为西藏全区。征集结束后,由西藏福彩中心对参赛作品进行评选。截至8月19日,活动共收集到作品12件。

2025年11月26日上午,福彩中心组织相关工作人员依据既定的评审标准与流程开展评审工作,经严谨细致的评估与筛选,最终评选出二等奖1名、三等奖1名、优秀奖2名、纪念奖8名。鉴于本次参赛作品数量未达到预期要求,经审慎考量,本次活动一等奖暂不设置,2026年将继续开展本活动。现将评选结

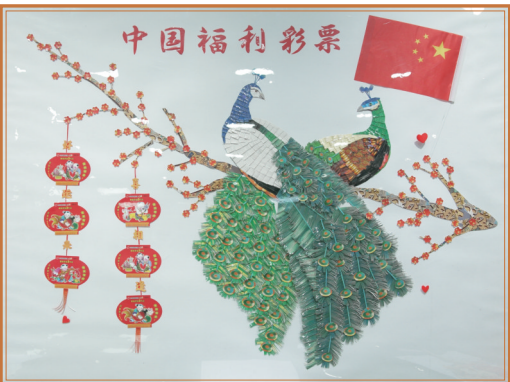
果公布如下:

序号	作品名称	作者	奖等
1	《丹凤献福60载》	德吉**	二等奖
2	《幸福西藏》	柏*	三等奖
3	《卓玛》	文*	优秀奖
4	《魅力圣城》	王**	优秀奖

在创意的舞台上,每一份作品都宛如一颗璀璨星辰,承载着创作者的心血与期待。在时光的画卷中,本次即开票手工艺品大赛缓缓落下帷幕,在此,我们要向每一位创作者

致以最诚挚的感谢。是你们的奇思妙想,让即开票这一小小的载体焕发出无限的生机与活力;是你们的匠心独运,为这场大赛增添了一抹绚丽的色彩。你们的每一份付出,都如同璀璨的星光,照亮了我们前行的道路。虽然大赛已结束,但我们对艺术的热爱与追求永不止步。期待明年,能有更多怀揣梦想的创作者加入我们,带来更多富有创意与深度的作品,让我们共同续写这场艺术与公益交织的华美篇章。

部分获奖作品展示 先睹为快



《丹凤献福60载》



《幸福西藏》



《卓玛》



《魅力圣城》