

从“地窝子”到小康房，措姆家房子的四次变迁

南方+记者 刘汉能

铸牢共同体 中华一家亲

走进措姆家的小院子，几个房间整齐排列，收拾得干净整洁。房间里的墙壁上，挂着一台弥散式制氧机。

措姆喜欢在下午的时候打开制氧机，吸上两三个小时的氧气，“这样晚上睡得好，早上起来头也不晕了，整个人很舒服。”68岁的措姆普通话不好，需要有人在旁帮忙解释，但提到现在的房子和生活，她总是笑容满面。

如今漂亮又舒适的房子，其实经历过四次变迁。

从“地窝子”到草坯房
普玛江塘乡属于纯牧区，当地人世代都以放牧为生。赶着羊群，穿行于雪山、草甸之间，是过去牧民生活的生动写照。

由于放牧要时常随草场转移，所以“地窝子”便成为很多牧民的居所。所谓“地窝子”，就是在地面上挖出

一个半人多深的坑，上面用草皮盖住，仅留下一个小小的口，人要弓着身子才能进入，这就是牧民们早期的“房子”。

这样的“房子”，低矮、狭窄、阴暗，通风和采光都比较差。

但人们的吃住，都要在这里面完成——没有灶台，三个石头支起锅来烧水做饭。没有电、没有路，更没有自来水；吃的是糌粑和干肉，蔬菜水果更是难得一见……

西藏改革开放后，越来越多牧民富了起来。

他们就取材，用草皮和着泥土建起了有柱子、有门窗、有院墙的“草坯房”。

这样的草坯房，面积有十几到二十平方米，相比过去的“地窝子”，高了许多，也干净了许多，冬暖夏凉，通风和采光都有所改善。

但电和自来水，依然是高原上的“奢侈品”。

而且，因为海拔高，这里的空气含氧量不足海平面的40%，年平均气温为-7℃，最低气温可达-30℃。

高寒缺氧，依然困扰着普玛江塘乡的牧民们。

从安居房到“小康房”

从2006年开始，普玛江塘乡牧民们的生活条件，又逐渐有了新的改变——

那一年，西藏自治区开始大力实施以农房改造、游牧民定居和扶贫搬迁为重点的农牧民“安居工程”。

每户农牧民建设安居房，国家都补贴25000元，其余由村民自筹。按人口多少和房屋面积计算，一般需要自己出两三万元就能建好。

与过去“草皮+泥土”的草坯房相比，全是藏式砖石结构的安居房更加安全、牢固。并且，家家户户都通了电，也用了现代家电。居住条件肉眼可见地得到了改善。

日子越来越好，那时措姆以为这就是最好的日子了。

直到2012年年底，新时代脱贫攻坚的序幕正式拉开。几年之后，措姆家住进了更好的房子。

2017年以来，国家不断投入人力、资金，推动山南市浪卡子县边境

小康村建设。如今，大家都住进了平均200多平米的“小康房”，水、电、路、通信等相关配套设施一应俱全。

为了解决高寒缺氧的难题，2018年普玛江塘乡还实施集中供暖工程。时隔一年，便实现了6个村居集中吸氧室覆盖的目标。

普玛江塘乡党委副书记李云龙介绍，乡里下辖的6个行政村，一共283户1063人，家家户户都住上了有暖气有氧气的“小康房”。

而这些制氧机和供暖机，来自工信部、援藏工作队以及爱心企业等共同出资，老百姓不需要花一分钱。

“现在生活条件好啊！”措姆说，以前经常感冒，现在一年到头都不会生病。

从“地窝子”到小康房，措姆家的房子经历了四次变化，日子越来越好了。这也是很多西藏农牧民生活变化的缩影。

如今，在距离萨藏村不远的地方，仍然有几个“地窝子”和草坯房，静静矗立在草原上，向来人诉说着以前的故事。

全市农村人居环境整治现场推进会在加查召开

单强讲话

本报讯（赤列罗布 平措卓嘎 记者 白玛珍珠）10月11日，全市农村人居环境整治现场推进会在加查召开。

市委副书记、常务副市长单强出席并讲话。副市长次仁主持。市领导赵天武、孙红章出席。

单强指出，近年来，我市严格按照党中央、区党委、市委关于农村人居环境整治工作的决策部署要求，聚焦“四件大事”“四个创建”“六个走在前列”，紧盯农村人居环境整治工作“中梗阻”问题，精准把脉问诊，对症开方下药，在“厕所革命”、人畜分离、垃圾清运、污水转运等关键领域多维发力，扎实推进宜居宜业和美乡村建设，农村人居环境面貌迎头大转变，群众获得感、幸福感、安全感达到新高度。

单强要求，全市各级党组织要提高政治站位，切实把思想和行动统一到习近平总书记和党中央决策部署上来，统一到区党委、市委部署要求上来，把改善农村人

居环境作为增进民生的重要民心工程，以高度的事业心和责任感共同抓好整治工作。要清醒认识到整治工作存在的问题，把握好整治重点、整治任务、整治策略，逐一对照分析，查找根源不足，逐项细化措施，切实加以解决。要把农村人居环境整治工作纳入村规民约，充分发挥村规民约的约束性，进一步激发群众主体作用。要进一步明确地方政府和职能部门、运行管理单位责任，不断完善村庄人居环境长效管护机制。要认真落实责任，加强统筹协调、具体推进，健全责任落实链条。要加强督导检查，加大明察暗访力度，较真碰硬推进工作，以督查整改成效倒逼农村人居环境整治工作好经验好做法，不断提升山南农村人居环境整治工作美誉度。

会上，与会人员前往加查县安统镇、热果村，与乡亲们共话小康、嘎玛吉塘村，坝上坝下，加查镇江塘村以及加查县沿江路段进行观摩。

我市基层农牧民宣讲员培训班开班

潘刚平讲话

本报讯（记者玉措）10月10日，我市基层农牧民宣讲员培训班开班。

市委常委、宣传部部长潘刚平出席并讲话。

潘刚平强调，要提高认识，切实增强责任感和使命感，用群众听得懂、听得进的话语和喜闻乐见的身边事把党的创新理论特别是党的二十大精神，把党的惠民政策讲清楚、讲透彻。要认真学习，准确把握重要知识点，切实提高自身理论水平，为做好今后的基层理论宣讲工作打下坚实基础。要注重方法，持续提高宣讲效果，紧密联系实际，创新方式方法，在“讲”上下功夫，要在“讲”上多琢

磨，找到群众真正关心的重点和热点进行针对性宣讲和政策性解读。要多了解群众的生活状态和需求，为做好基层理论宣讲收集储备第一手素材。要学以致用，把握难得的学习机会，全身心投入到培训中，深入思考如何让自己的宣讲更好地推动本村本社区的各项工作，推动基层理论宣讲工作取得新成效。

据了解，此次培训邀请了区党委宣传部、区党委党校、市委党校等多个部门的专家学者以及全区“十佳基层宣讲员”日喀则市明星宣讲员等围绕党的二十大精神、党建引领基层治理体系和治理能力现代化等主题进行为期三天的授课。

岁岁重阳 温情盛启

——我市举行重阳节“敬老月”活动小记

本报记者 巴桑卓嘎

我们的节日

又是一年重阳佳节。10月11日，由市民政局主办，乃东区民政局与福海青养老服务有限公司联合承办的“全社会共同参与，齐守护雪域银龄”重阳节“敬老月”活动启动仪式在市老年日间照料中心举行。

活动在一支活力四射的藏医养生保健操中拉开帷幕。雅雅阳光代表队的8名老妈妈，身着华丽藏族服饰，伴随着欢快的音乐节奏尽情舞动，展现了老年人的活力与风采。紧接着，市巾帼健身队带来了《雅雅情深》舞蹈，表达了她们对家乡的无限眷恋和对美好生活的无限向往。随后的《颂赞毛主席》舞蹈，深情展现了藏儿女对伟大领袖毛主席的敬仰与赞美。《藏儿女心向党》《强巴曲桑》等精彩节目轮番上演，让现场高潮迭起。

午餐时刻，工作人员为老人们精心准备了一顿可口的饭菜。餐桌上，一道道色香味俱佳的菜肴整齐摆开，滋补养生的炖汤和新鲜可口的蔬菜，让老人们吃得津津有味，纷纷称赞不已。

市老年日间照料中心设施完备，设有康复治疗室、社工室、心理疏导室、康复训练室、多媒体活动室、老年人休息室、阅览室以及助浴室等，旨在根据老年人的多样化需求，提供全方位的关爱与服务。

在电动按摩椅上舒适享受的老人仓觉拉姆感慨地说：“我每天都会来老年日间照料中心，跟伙计们一起跳舞、锻炼身体。早上这里还提供免费的茶，我们一边喝茶一边聊天，现在的日子真是过得非常滋润，这都离不开党和政府的关心和关怀。”

市民政局党组书记、副局长刘顺说：“下一步，我们将继续大力弘扬尊老敬老的传统美德，认真落实好老年人扶持政策，切实维护好老年人的合法权益，让老年人能够共享改革发展成果，度过一个幸福的晚年。”

此次重阳节“敬老月”活动，不仅丰富了老年人的精神文化生活，更展现了社会对老年人的深切关怀与尊重，为构建和谐社会、促进老龄事业发展注入了活力与温暖。

浪卡子县召开县委人才工作领导小组会议

本报讯 近日，市人大常委会副主任、浪卡子县委书记布多主持召开浪卡子县委人才工作领导小组会议。

会议强调，要统筹抓好“县管乡用”交流人才、培养技能人才及专业技术人才工作。要以培养乡村振兴人才为核心，大力培养一批懂科技、会经

营、善管理的生产能手、经营能人、能工巧匠。要充分发挥考核“指挥棒”作用，把人才工作履职情况纳入全县综合考核体系，把考核结果作为领导干部综合评价、干部选拔任用的重要依据，确保人才工作落到实处、取得实效。

我市食品安全宣传周暨食品药品安全志愿服务行动启动

本报讯（记者巴桑卓嘎）10月10日，我市举行以“诚信尚俭，共享食安”为主题的2024年食品安全宣传周暨食品药品安全志愿服务行动启动仪式。副市长、市食药安委副主任平措出席并宣布活动启动。

启动仪式现场，曲松县下洛村带来以“诚信尚俭，共享食安”为主题的红色扎嘎表演，并播放了曲松县药品化妆品科普宣传视频，让群众在愉悦的氛围中学习了食品药品安全知识和相关知识。

现场，工作人员向食品药品安全志愿服务者代表颁发了荣誉证书，并向市、县两级网格志愿服务队授旗，志愿者代表作了发言，食品生产经营企业代表就落实“企业食品安全主体责任”进行了庄严宣誓。

启动仪式结束后，市食药安委各成员单位及乃东区食药安委相关单位通过悬挂宣传横幅、发放宣传资料、接受群众咨询等多种形式，全方位地向过往市民普及食品安全法治理念和相关知识，营造了全社会共治共享食品安全的良好氛围。

市宣讲团到桑日县宣讲党的二十届三中全会精神

本报讯 10月10日，市宣讲团到桑日县开展党的二十届三中全会、自治区党委十届六次全会和市委二届八次全会精神宣讲报告会。

报告会上，市委社会工作部二级调研员、市宣讲团成员罗布扎西从党的二十届三中全会的主题和《决定》起草过程、深刻认识党的二十届三中全会的重大意义、全面准确理解进一步

全面深化改革的重大举措等方面进行了解读。

宣讲要求，要深刻领会和把握党的二十届三中全会、自治区党委十届六次全会、市委二届八次全会精神，做到学悟透、入脑入心。要切实加强全会精神宣讲工作，做到全面覆盖、家喻户晓。要抓实抓细抓重点、抓亮点工程，做到求真务实、真抓实干。

扎囊县部署加快推进农村寄递物流工作

本报讯 近日，扎囊县召开加快推进农村寄递物流体系建设综合改革动员部署会。副县长江嘎出席。

会议要求，要加快推进农村寄递物流体系建设特别是支持“快递进村”相关政策落实，确保各项任务目标顺利完成，构建起开放惠民、集

约共享、安全高效、双向畅通的农牧区寄递物流体系，为提升电商服务质效、带动农产品进城出村提供有力支撑。要按照任务抓落实，定期交流各自工作开展情况，做到互通有无、强化协作、发挥合力，共同推进农村寄递物流建设再上新台阶。

市政协二届十五次常务委员会召开

本报讯（记者玉措）10月11日，市政协二届十五次常务委员会召开，传达学习相关会议精神和习近平总书记近期有关重要讲话精神。

市政协副主席洛桑西主持并讲话，市政协副主席索列央金、罗天华、达娃次仁、桑杰群培出席。

会议强调，要注重指导实践，推动政协工作提质增效。要坚持党对

政协工作的全面领导，坚定市政协工作的正确政治方向，始终做到与市委部署同频共振、同向推进。要坚持正面激励、正向发力，协助党委政府多做沟通思想、协调关系、理顺情绪、化解矛盾工作，不断强化思想政治引领。要深入基层、紧盯群众急难愁盼问题，积极协助市委办好群众的事，在服务各族各界群众中彰显政协独特价值。

措美县

多向发力丰富农牧民群众精神文化生活

乡村振兴——在山南

本报讯（记者巴桑卓嘎）近年来，措美县始终坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，多向发力，丰富农牧民群众精神文化生活，提升农牧区群众文化获得感、幸福感。

突出资源优势，活动开展更有力。充分发挥文化志愿者作用，开展形式多样、丰富多彩的群众性文化活动，将服务送到家门口、茶馆里、田间地，让群众读

书有去处、健身有场所、娱乐有舞台。活动中心积极组织干部职工、辖区居民参加各类文艺活动，举办体育健身和文化教育等主题活动，有效改善辖区文化环境。依托各类节点，打造流动图书车服务，与农家书屋、寺庙书屋建设等重大活动结合，面向基层、深入群众，有效推进全民阅读进农村、进社区、进寺庙。

突出宣讲功能，文艺惠民更有声。大力实施“文化润边”工程，将宣讲的方针政策与文艺表演紧密结合，让老百姓更加深入透彻地了解党的惠民政策。持续开展送电影下乡活

动，深入农牧区、军营、学校、寺庙等场所，开展优秀爱国题材电影放映活动，带动群众形成积极健康的乡村文化，弘扬昂扬向上的红色文化。大力推进“戏曲进乡村”文化惠民活动，推动中华优秀传统文化走进基层、贴近群众。

突出援藏优势，文化交流更紧密。按照文化交流“走出去、请进来”的原则，积极组织文化交流团赴援藏省市和兄弟县区开展基层文化交流活动，2023年12月赴湖北、宿州进行文化交流及考察文旅产业工作。基层文化交流活动，不仅深化了措美与区内外市县的交往交流，

还架起了深度交流的友谊桥梁，对促进民族团结起到了至关重要的作用。

突出精神文明，文化遗产更普及。加大文物保护力度，加快“非遗”产品推广，深挖民族文化背后的故事，用通俗易懂的语言宣讲文物背后无声历史变迁，以国家级非物质文化遗产扎拉服饰为打造重点，深挖文成公主在措美事迹，打造民族团结一家亲的文化品牌。每年开展“文化和自然遗产日”非遗展示系列活动，充分展示措美县文化和自然遗产保护成果，提升全社会对文化和自然遗产的保护意识。