

以人民为中心 雪域高原笃定前行的成功密码

写在西藏百万农奴解放63周年之际

新华社记者 沈虹冰 罗布次仁 翟永冠

初春时节，草木萌发，生机盎然。记者来到西藏自治区措美县当许村，看到村民多吉家的阳光房里，鲜花绽放嫣红。
喝着酥油茶，逗弄着小外孙，多吉一脸惬意。我是农奴的孩子，生在旧社会，长在新中国，比我的父辈要幸福多了。多吉说，新时代出生的孩子，一直生活在春天里，更比我们幸福一百倍哦！

故事要从1959年讲起。那年的3月28日，西藏人民饱受苦难的历史终于翻到了最后一页，民主改革席卷辽阔的高原，百万农奴翻身解放迎来属于自己的春天。此后，西藏人民在中国共产党领导下，一步步走过民主改革、社会主义建设、改革开放等历史进程，在新时代完成脱贫攻坚任务，如今正和全国人民一道奋进在实现中华民族伟大复兴的康庄大道上。

江河奔涌，雪山印证。西藏不断迈向光明前程的背后，凝聚了中国共产党促进边疆民族地区发展、铸牢中华民族共同体意识、促进共同富裕的实践探索和宝贵经验。

这其中 隐藏着怎样的成功密码？

人民的解放 拥抱自由获新生

82岁的土丹坚参退休后生活在日喀则市。住在宽敞明亮的藏式别墅里，过着衣食无忧的生活，他说现在很幸福。家里现在有6口人，全家平均每月有5万多元收入，这样的日子在原来想都不敢想。

在土丹坚参的讲述中，我们一起回到了他小时候的那段幽暗岁月。1940年，农奴的孩子土丹坚参在西藏山南出生。9岁丧母，12岁丧父，坚

丹坚参成了孤儿。为了不再当农奴，交不起人头税的土丹坚参逃往拉萨，白天四处乞讨，晚上就睡在街头。

在奴隶制近乎绝迹的20世纪中叶，世界上最大的农奴制度却还存留在中国西藏。在当时，占人口不足5%的三大领主（官家、贵族和寺院上层僧侣）几乎占有西藏全部财富，而占人口95%的农奴和奴隶却挣扎在死亡线上。

历史档案记载，1950年西藏人口约100万，其中没有自己住房的就有90多万人。当时的拉萨城区只有2万余人，而露宿街头的贫民和乞丐有1000多人。

但西藏上层统治集团的一些人企图永远保留封建农奴制。1959年3月，他们在外国反动势力的支持下，公然撕毁关于和平解放西藏办法的协议，发动武装叛乱。中国共产党顺应历史潮流和西藏人民的愿望，迅速平定了叛乱，并领导西藏各族人民进行民主改革。
人民民主政权建立，翻身做主的百万农奴欢呼：贵族的太阳落下去了，我们的太阳升上来了。

自此，新世界的曙光，扫清了旧社会的阴霾。翻身农奴第一次拥有了土地、牲畜等生产资料，人民当家作主的社会主义制度照亮雪域高原。

农奴解放的盛况，被在西藏采访的美国作家安娜·路易斯·斯特朗看到，她随后在《西藏农奴站起来》一书中写道：“饥饿将很快结束，西藏人终于获得了自由！”

喜马拉雅山再高也有顶，雅鲁藏布江再长也有源，藏族人民再苦也有边，共产党来了苦变甜。走过内有封建农奴主残酷剥削，外有列强环伺虎视的屈辱年代，穿过为奴隶、为牛马的晦暗岁月，西藏人民坚定地选择了中国共产党。

对于土丹坚参来说，1959年西藏民主改革后他翻身解放，不仅第一次穿上了新衣服，还被送到了拉萨的学校读书。穷人真的翻身当家作主了，

共产党就是我的恩人。1980年，土丹坚参光荣地加入了中国共产党，每年国庆节和百万农奴解放纪念日，土丹坚参都会在自家楼顶上升起崭新的国旗。

这辈子亲眼看到西藏的发展变化，尤其是新时代西藏人民生活更加幸福。土丹坚参说，听党话，感党恩，跟党走，西藏才能有美好的今天和更美好的明天。

权利的解放：民生优先 先创造幸福新生活

拉姆 在藏语中是仙女的意思，是西藏女性最常用的名字之一。但如果在旧西藏用大数据为拉姆画像，她可能是这样：文盲，被当作会说话的工具，没有基本的温饱，平均寿命不超过35.5岁。

但对于今天的拉姆来说，她可以接受高等教育，可以自由选择自己的职业，有选举和被选举的权利。她能够体面生活，享受公共服务，寿命也大大延长。

拉萨市曲水县的欧珠旺姆就是这样一位新时代的拉姆。2000年起她尝试种植苗木获得成功，便带领村里的妇女成立合作社一起致富。

2006年后欧珠旺姆办起巾帼夜校培训班，教授妇女学习法律、文化、卫生健康知识。

西藏自治区妇联统计数据 Display，西藏妇女参与决策和管理比例提高，女性公务员占公务员总数的33.3%，女性共产党员从1960年的1120名增长到2018年的11万名，普通高等教育、研究生教育和成人高等教育中女性在在校生比例均保持在50%以上。

西藏女性命运在新旧社会的天壤之别，刻画出西藏发展进步的年轮，背后是西藏短短几十年跨越上千年巨变的缩影。

旧西藏95%的人口是农奴和奴

隶，新时代的西藏现有各级人大代表超过3.5万名、政协委员超过8000名，90%是少数民族。

旧西藏没有一所现代意义上的学校，文盲率高达95%。新时代的西藏实行15年免费教育，建立起涵盖学前教育、基础教育、职业教育、高等教育、继续教育、特殊教育的现代教育体系。

旧西藏医疗条件落后，人口增长长期处于停滞状态。新时代的西藏人均预期寿命已由和平解放初期的35.5岁增加到72.19岁，人口总数从1959年的100万增加到现在的364万。

旧西藏乞丐遍布城乡。新时代的西藏已经全面建立以养老、医疗、失业、工伤和生育五大保险为主体的覆盖城乡全体居民的社会保障体系。

旧西藏被极端的贫困笼罩。新时代的西藏已经完成脱贫攻坚任务，历史性消除了绝对贫困问题。

权利解放，民生优先。中国共产党将改善民生、凝聚人心作为经济社会发展的出发点和落脚点，推动西藏社会面貌日新月异，人民生活蒸蒸日上。

今天的西藏，已成为中国实现跨越式发展的成功缩影，中国民主人权事业进步的生动写照。阿根廷汉学家、《当代》杂志主编古斯塔沃·伍表示：

生产力的解放：70年跨越千年

十四五期间，西藏规划投资6015亿元，较十三五增长58%。重点支持保障和改善民生、基础设施建设和生态环境保护、基层政权和社会管理能力建设、特色优势产业发展等领域，进一步助力西藏经济社会高质量发展。

这背后，是以习近平同志为核心的党中央站在实现中华民族伟大复兴的战略高度，聚焦西藏稳定、发展、生态、强边四件大事，为雪域高原高质量发展倾注的大量心血。

西藏曾是我国唯一的省级集中连片特困地区，发展起点低、资源要素缺乏、治理难度大。如果单靠自身力量，难以跟上时代的步伐。

为此，中央支持、全国支援成为促进西藏发展的重要方式，优惠政策涉及财税金融、基础设施、产业发展、教育卫生、文化保护、生态环保等领域。中央财政对西藏转移支付力度逐年加大，在不同时期相继安排一大批关系西藏长远发展和人民生活的重大工程项目。各援藏单位加大支援西藏发展的力度，1994年至2020年共实施支援建设项目6330个，总投资527亿元。

一代代中国共产党人前赴后继，在高原上激荡改天换地的力量。2020年，西藏在岗牺牲的党员干部有60多人，是和平时牺牲最多的群体之一。1994年至2020年，16位援藏干部将生命永远留在高原上。他们以热血灌溉理想的花朵，燃烧信仰的光芒，在雪域高原铸就精神高地。

中国共产党在西藏的实践，在自然条件艰苦、发展资源匮乏地区，探索出一条解放发展生产力的新路径：以国家力量为支撑，在特定区域内投入大量稳定发展资源，以人民幸福为标尺，着力改善民生凝聚人心，以理想信念为旗帜，发挥共产党员的先锋模范作用，以现代化方向推动促进西藏高质量发展。

如今的西藏人民，比以往任何时候都笃定自信。一排排新房上鲜艳的国旗印证，听党话，跟党走，成为高原人民坚定的信仰。进入新时代，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，在全国人民的大力支持下，西藏脱贫攻坚全面胜利，社会大局更加稳定、经济文化更加繁荣、生态环境更加良好、人民生活更加幸福。一个崭新的社会主义新西藏呈现在世人面前。

（参与采写：王泽昊、陈尚才、白少波、洛卓嘉措）

新华社拉萨3月28日电

让市民好好吃饭

上海多措并举保菜篮子充足

位于崇明区中兴镇的万禾农场是上海最大的有机蔬菜基地之一，连日来，每天有超过4万斤有机蔬菜送往市区，并供应盒马鲜生、叮咚买菜等新零售平台和各大商超。在保障市场供应的基础上，万禾农场已向多个闭环管理区域累计赠送了6吨菜和6吨米，还有一批物资被送往了上海的4所高校。

万禾农场负责人黄震是团上海市崇明区委员会的兼职副书记。他从3月7日开始就回过位于上海市区的家。在生产到出货、摘菜、装菜、送菜，就是他每天的工作。当天新摘的菜，几个小时就能送达。黄震介绍，最近一两周，农场蔬菜供应量从每日的约10吨提高到了近20吨，八成供应给盒马和叮咚买菜等，两成直供会员客户。

有客人反映原本通过电商平台订的菜，要3天后才能收到。黄震就紧急调配人手，市区的客服、设计师变身快递小哥，将蔬菜大米直送到居民家，青年员工坐着地铁 闪送。

浦东新区乡村振兴青年人才协会的青年农人们，也在为上海市民的菜篮子保驾护航。清美、闽中、百欧欧、桃味、良元、森洋等农业生产企业冲在了第一线。红刚合作社在保障居民蔬菜供应的同时，捐赠爱心蔬菜68份、草莓180箱，为抗疫一线的医护人员、志愿者送温暖；清美公司依托1万多亩数字化生产基地、3万多亩产销联合体组织、600多家自有门店线上线下双联动，一边机械化抢收抢供绿叶菜，一边紧急抢种补种速生菜，日供蔬菜等产品上市量达800多吨；田间生态公司通过自己的菜篮子车和货拉粒的货车，对接40多个小区，进行社区团购、直送上门，每天完成1000多单。 本报上海3月28日电

物资保供的青年力量

本地生鲜供给充足，是让上海市民吃好饭的底气所在。

中青报 中青网记者 王烨捷

明早起来吃早饭，吃好早饭吃中饭，吃好中饭吃晚饭，吃好晚饭困倦。这是近期上海市民朋友圈里流传颇广的一段沪剧视频。面临复杂的新冠肺炎疫情，吃饭成了当前上海市民最关注的大事。

3月25日至28日，上海已连续4天报告前一天24小时内无无症状感染者病例破千。3月27日晚，上海宣布启动新一轮核酸筛查工作。

在3月28日举行的上海市疫情防控工作新闻发布会上，上海市疫情防控工作领导小组物资保障组组长、市商务委主任顾军表示，上海市主副食品货源充足、供货渠道畅通，相关部门作了充分准备，采取了多项保供稳价措施，各区将组织力量把必要的生活物资配送到小区。市民如有困难，可向所在区域的24小时服务保障热线反映，我们将尽最大努力满足居民的生活物资要求。

绿色通道 保食品供应

3月24日，一幅上海联华超市延平路店销售高价土豆的图片在网上流传。图片显示，该超市正在召回两盒以每公斤107.8元销售出去的土豆，

让市民好好吃饭

上海多措并举保菜篮子充足

工作人员误将每公斤7.8元的土豆打印成了每公斤107.8元。截至记者发稿，已有一名消费者前往该店完成退款。随后，上海市场监管总局直面上有关土豆价格的问询，并通过上海发布平台在全市范围内呼吁：另一名购买了高价土豆的顾客，并将协助其退款。

土豆事件反映出政府部门不放过任何一件供应链小事的决心。

3月25日，已经在小区里封控了整整10天的上海市民沈先生花了75元在拼多多平台上买到了一大袋蔬菜，前一天晚上11点多下单，没想到今天中午就送到了。

社区团购雪中送炭

疫情之下，社区团购成了许多上海市民的选择。北蔡镇某小区居民每天团购数百盒新鲜牛奶；浦东花木街道某小区居民团购了价格上万元的汉堡包和薯条。这种社区团购，为解决封控区市民的用餐问题提供了新渠道，也为不会网购的老年人雪中送炭。

3月20日下午，拼多多多多买菜推出的社区团购3000多份爱用饿了么软件叫到外卖，日常生活没有受到太大影响，这些群都是社区居委会帮助联络附近小商户建的，每天都会送货货到小区门口。

上海市商务委副主任刘敏介绍，目前，上海各电商平台在上海市区的

让市民好好吃饭

上海多措并举保菜篮子充足

各前置仓刚需品类的平均备货量达到了日常的1.5倍到2倍。市商务委已建立重点批发市场、超市卖场、电商平台等保供企业名单，会同相关部门加快建立省际和市内物流运输绿色通道，优先保障相关从业人员核酸检测，确保主副食品市场供应平稳有序。

记者获悉，目前已有众多保供企业拿到了市商务委发出的绿色通道通行证，相关工作人员只要符合基本的防疫要求，如48小时内核酸阴性证明等，均能正常工作，配送物资。

社区团购雪中送炭

疫情之下，社区团购成了许多上海市民的选择。北蔡镇某小区居民每天团购数百盒新鲜牛奶；浦东花木街道某小区居民团购了价格上万元的汉堡包和薯条。这种社区团购，为解决封控区市民的用餐问题提供了新渠道，也为不会网购的老年人雪中送炭。

3月20日下午，拼多多多多买菜推出的社区团购3000多份爱用饿了么软件叫到外卖，日常生活没有受到太大影响，这些群都是社区居委会帮助联络附近小商户建的，每天都会送货货到小区门口。

专为北蔡镇某小区送菜的菜贩小陈每天跑两次小区，就能把自己的存

浙江新媒体 战疫求助平台 架起民情通达桥梁

新闻+服务 展现温度与速度

中青报 中青网记者 蒋雨彤 通讯员 姜思铨

新冠肺炎疫情来临，浙江省开化县分区管控，金乡镇葛先生78岁的老母亲因无法去县城做血液透析导致全身浮肿。万般焦急之时，葛先生听说开化好地方新闻客户端上有一个战疫求助平台，随即尝试留言求助。

疫情下，特殊群体的医疗需求如何保障？战疫求助平台工作人员迅速将情况转交上报，开化当地连夜排摸、协调。第二天一早，一辆挂着绿色通行证的救护车将葛先生母亲在家的40名需要血透的病人集中送往县城医院接受治疗。

受疫情影响，区域封闭，我老婆用的抗癌特效药氟维司群渠道断了。3月18日，江山市的高先生向本地医院和12345求助都无法解决问题，12345接线员向他推荐了战疫求助平台。高先生发出求助信息后仅10分钟，就接到战疫求助平台的回复。高先生带着妻子和有关

材料前往指定医院，顺利取到了药。原来，战疫求助平台联系到了某医院药房，得知有一批为他病人预定的药，经协调，医院决定将药先调给急需的病人。

带着两个孩子进入江山贺村镇十里牌某隔离点的周女士，希望能配张小桌子给需要上网课的8岁女儿使用。晚上10点她向战疫求助平台发出信息，第二天一早就收到了小桌子及欠缺的物资，还有给孩子的《世界上根本没有龙》《小怪兽》等绘本。

当前，浙江省疫情防控形势依然复杂严峻，当疫情来袭，涉疫属地热线打不进去，基层抗疫力量又接不暇时，如何及时聆听群众呼声，迅速回应解决？浙江省委宣传部有关人士介绍，第一时间回应涉疫地区群众的急难愁盼，正是搭建战疫求助平台的初衷。

2021年12月，绍兴市上虞区发生疫情，当地全域封控，80多万群众居家。封控区庞大的信息和生活需求与基层抗疫力量无法充分匹配，浙江省委宣传部迅速指导绍兴、上虞两

地宣传部，在当地新闻客户端开设战疫求助平台，方便群众随时发布求助信息。

上虞战疫结束后，浙江省委宣传部及时总结、推广，牵头指导各级融媒体中心发挥新闻+服务优势，在各地新闻客户端推出战疫求助平台，全力保障群众涉疫诉求渠道畅通。晚上10点后，一旦发生涉疫事件，第一时间将该平台提至首页全屏，让更多群众看到、用好、满意。

平台上密密麻麻的留言中，有的是关于隔离、赋码、出行、核酸检测等方面的政策咨询，有的是三区群众的物资保障及看病、吃药、孕产、心理等特殊需求。省市宣传部协同相关部门，构建了集民意诉求、汇总梳理分类、线下交办或线上应对、解决反馈的闭环流程，一般要求3小时内反馈（情况复杂的8小时内反馈），为群众反映问题、党委政府解决问题搭建桥梁，回应社情民意。

一名工作人员透露：说实话，开始是有阻力的，原因主要是当地党委政府部门觉得这是自曝家丑，另外

署提供参考。

如今，战疫求助平台已不仅仅是留言平台，更成为群众的互动平台、监督平台、取暖平台。

杭州橙柿互动客户端 战疫求助平台，分热门、精华、最新3栏列出留言，并把群众最关注的问题作置顶处理。湖州南太湖客户战疫求助平台中设置民意直通车，单部门答复率一栏，对湖州各地区交办量和答复率进行公示，倒逼各部门更好更快地回应群众诉求。

以各类报道为载体，战疫求助平台也让省市县三级融媒体进一步走进群众，为战疫助力。围绕群众关心的健康码、流调、快件安全等问题，省市县各级媒体推出《健康码突然变色了，我该怎么办》《流调是什么？你关心的这些问题，答案在这里》《国际邮件快件如何安全接收？这些步骤不能少》等科普报道和新媒体产品，及时解答公众疑惑。

各类涉疫社会民意均为新媒体引流圈粉，融媒体两微一端关注度和活跃度大幅提升。近期疫情期间，掌上永康客户端、滨江发布客户端、爱尚富阳客户端分别新增用户3万多，相关市县客户端日活跃用户数均增长数倍甚至数十倍。

新媒体新闻+服务展现的温度与速度，为全民抗疫、共克时艰加油鼓劲，也为抗疫取得最后胜利凝聚力量、带来希望。



5万尾中华鲟鱼苗放流长江

3月28日，中华鲟鱼苗从放流池中游向长江。当日是中华鲟保护日，在长江武汉江段，约5万尾全人工繁殖中华鲟鱼苗放流长江。（伍志尊/摄（新华社发））

中青年德艺双馨文艺工作者表彰大会举行

本报北京3月28日电（中青报 中青网记者蒋肖斌）第五届全国中青年德艺双馨文艺工作者表彰大会今天在北京举行。中宣部、人力资源和社会保障部、中国文联共同授予马

赛等44名同志全国中青年德艺双馨文艺工作者称号。会上，中国歌舞剧院一级演员陈小朵代表第五届全国中青年德艺双馨文艺工作者表彰大会全体代表宣读倡议书。倡议书号召全国文艺工作者自觉践行社会主义核心价值观，大力弘扬中国精神、凝聚中国力量；努力坚持以人民为中心的创作导向，始终与人民同忧喜共欢乐、同呼吸共命运；积极开拓文艺创作新天地，努力创作有筋骨、有道德、有温度的优秀作品；切实履行人类灵魂工程师的神圣职责，矢志追求崇高艺术、德艺双馨的崇高精神。

中国文联党组书记、副主席李屹在会上指出，中青年文艺工作者是我国文艺繁荣发展的未来。在去年12月召开的中国文联十一大、中国作协十大开幕式上，习近平总书记明确提出了让当代中国文学家、艺术家像泉水一样奔涌而出的殷切希望，并对培养造就青年文艺人才提出了明确要求。

近年来，在党中央的领导下，文艺界发生了积极的变化，取得了可喜的成绩，各个艺术门类精品佳作不断涌现，一批优秀人才脱颖而出，行风建设持续向好，文艺界面貌焕然一新，文艺事业呈现出百花齐放、生机勃勃的繁荣景象。

李屹指出，新时代文艺工作者要坚定文化自信，深刻认识新时代文艺工作的重要性，努力践行文艺工作者的初心使命；凝聚中国力量，深刻把握文艺的独特作用，努力用文艺涵养时代精神；坚守人民立场，始终坚持以人民为中心的创作导向，努力满足人民群众精神文化需求；坚持崇德尚艺，大力弘扬社会主义核心价值观，努力做德艺双馨的文艺工作者。

国家智慧教育平台正式上线

本报北京3月28日电（中青报 中青网记者樊未晨）今天，国家智慧教育平台正式上线。教育部党组书记、部长怀进鹏在启动仪式上指出，国家智慧教育平台的上线将进一步缩小数字鸿沟，有助于把数字资源的静态势能转化为教育改革的动能，有助于把制度优势和规模优势转化为教育发展的新优势，推动实现教育数字化转型。

怀进鹏强调，要以教育数字化为契机，紧紧抓住数字教育发展战略机遇，以高水平的教育信息化引领教育现代化。一、要建立教育数字化公共服务体系。把国家智慧教育平台打造成为提供公共服务的国家平台，学生学习交流、教师教书育人、学校办学治校与合作交流的平台，教育提质增效和改革发展的平台，实现个性化学习、终身学习和教育现代化的平台。二、要坚持优先服务师生和社会急需，支撑抗疫大局。为抗疫一线师生打造一所永远在线的网上课堂，加强抗疫知识学习、心理健康教育和引导，提供更加强有力的保障。三、要坚持自立自强，强化效果导向、服务至上，引领教育变革。运用平台深化双减、赋能职教、创新高等教育改革、深化评价改革，突出效果导向，推进应用服务支持。

四、要坚持守正创新，加强体制机制建设，推动共建共享。汇聚众力、广集众智，为各方协同发展、共建共享数字社会创造契机。五、要坚持高水平开放合作，打造国家品牌。加强国际交流，探索数字治理方式，努力成为智慧教育的国际引领者，为世界提供中国方案，贡献中国智慧。

公安部：103起食品安全犯罪大案全部告破

公安部今天宣布，2021年，全国公安机关共破获食品安全犯罪案件1.1万起，抓获犯罪嫌疑人1.3万余名，公安部挂牌督办的103起重大案件已全部告破。

全国公安机关坚持打源头、端窝点、摧网络、断链条、追流向，坚决斩断非法利益链条；深化协作配合，加强执法联动，会同农业农村等部门持续开展食用农产品治理禁控药残促提升3年行动，聚焦重点农产品，共破获食用农产品犯罪案件1800余起，抓获犯罪嫌疑人2800余名。同时，会同市场监管等部门深入推进保健食品专项治理，严厉打击保健食品非法添加、虚假宣传等犯罪，侦破保健食品犯罪案件2400余起，抓获犯罪嫌疑人4800余名；深入开展农村假冒伪劣食品专项治理行动，受理行政部门移送涉嫌食品犯罪案件2000余起；会同海关等部门加大对销售来源不明进口冷链食品打击力度，迅速侦破一批重大案源。

公安部食药侦局有关负责人表示，当前，我国食品安全形势总体稳定向好，但仍存在一些问题隐患。公安部部署全国公安机关开展的昆仑2022专项行动，始终保持对危害食品安全犯罪的高压震慑态势，切实保障人民群众食品安全，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

（上接1版）纳税人在申报享受时，可通过手机个人所得税App填报或向单位提供婴幼儿子女的姓名、证件类型及号码以及本人及配偶之间扣除分配比例等信息即可，无需向税务机关报送证明材料。纳税人需要将子女的出生医学证明等资料留存备查。

上述负责人还提醒，纳税人暂未取得婴幼儿的出生医学证明和居民身份证号，可选择其他个人证件，并在备注中如实填写相关情况，不影响纳税人享受扣除。后续纳税人取得婴幼儿的出生医学证明或者居民身份证号的，及时补充更新即可。如果婴幼儿名下是中国护照、外国护照、港澳居民来往内地通行证、台湾居民来往大陆通行证等身份证件信息，也可以作为填报证件。