

# 我区举行国际禁毒日西藏禁毒网启动仪式

商报讯(记者 范泽西)6月26日上午,自治区禁毒办举行“6·26”国际禁毒日西藏禁毒网启动仪式。自治区政府副主席、区禁毒委主任、区公安厅厅长张洪波出席活动,宣布西藏禁毒网启动上线并讲话。中国禁毒网、自治区党委宣传部、自治区禁毒委、拉萨市禁毒委有关负责人出席活动并共同按下启动球。区市两级禁毒民警代表、禁毒志愿者代表,中央、自治区、拉萨市各级媒体记者参加启动仪式。

张洪波充分肯定了近年来全区禁毒工作取得的成绩,就深入学习贯彻习近平总书记关于禁毒工作重要指示精神,贯彻落实国家禁毒办、自治区党委政府关于禁毒

工作部署要求,坚定不移推进我区禁毒工作,强化禁毒舆论主阵地,充分发挥西藏禁毒网和新型媒体优势,努力开创西藏自治区禁毒文化传播、新闻宣传、预防教育等禁毒工作新局面,不断夺取新时代禁毒人民战争新胜利,提出了明确要求。他要求,全区各级禁毒部门要深刻认识西藏禁毒网正式启动运行的重大意义,积极与中国禁毒网合作,动员全社会各方面力量共同参与禁毒工作,不断构筑全社会群防群控的禁毒工作格局。

活动得到了区内外传统媒体、新媒体、知名网站等社会权威媒体的广泛关注和大力支持。



启动仪式现场。图由自治区禁毒办提供

## 新闻+ 我区各地开展“禁毒宣传进万家”活动

商报讯(记者 范泽西)为深入实施国家禁毒委员会《关于加强新时代全民禁毒宣传教育工作的指导意见》,面向全民科学普及禁毒知识,广泛传播“健康人生、绿色无毒”理念。根据自治区禁毒办关于《西藏“禁毒宣传进万家”活动实施方案》的统一部署,自治区各地在6月全民禁毒宣传月期间采取多种形式,深入推进“禁毒宣传进万家”活动,将我区禁毒宣传月推向高潮。

拉萨市禁毒办深入林周县四个村百户家开展“禁毒宣传进万家”活动,助力乡村振兴,形成了全民抵制毒品、参与禁毒的良好氛围。

林芝市禁毒办组织民警深入比日国家森林公园开展以勤务代服务禁毒宣传活动,使禁毒知识深入人心。

昌都市禁毒办持续深化“不让毒品进我家”活动,组织民警深入社区居委会向广大居民传播禁毒知识,讲解当前毒情形势,有效将禁毒知

识宣传入户进家,为社区居民营造和谐安全的生活环境。

那曲市禁毒办创新禁毒宣传模式,联合西藏楷博电子有限公司(那曲配送站),通过外卖传递禁毒知识到千家万户,推广到每个家庭,使禁毒知识家喻户晓。

阿里地区改则县禁毒办“以改则县特色产品销售”活动为契机开展禁毒宣传活动,提高了群众识别毒品的能力,使禁毒工作走深走实。

## 探访西藏堆龙强制隔离戒毒所——

# “零距离”倾听戒毒者心声

毒品,一个令人谈之色变的恶魔,它吞噬着迷途者的肉体 and 灵魂,把人拖入歧途,令灿烂的人生蒙上阴霾。在“6·26”国际禁毒日来临之际,记者走进西藏堆龙强制隔离戒毒所,听戒毒人员讲述自己接触毒品后不堪回首的过往,通过这些故事警醒人们,远离毒品,珍爱生命!

记者 姜梦琳

### 小娜:因好奇无知染上毒瘾

29岁的小娜(化名)有着4年的吸毒史,她告诉记者,2018年第一次吸食了冰毒(甲基苯丙胺),此后逐渐深陷其中,难以自拔。“当时纯粹是因为好奇,也不了解什么是毒品,只感觉吸食冰毒以后特别兴奋,做事情也更加专注,慢慢就上瘾了。”小娜说。

毒品对人的身体健康有着严重的危害,不仅严重危害身体各个器官,也摧残着人的精神。吸食冰毒后,小娜的身体机能下降,经常生病,精神状态也越来越差。“那段时间,我只对毒品感兴

趣,对别的事情完全提不起兴致,人也变得懒惰起来,感觉做什么都没有干劲,还把生活弄得一团糟。”小娜后悔地说,“有段时间,我也下定决心要戒毒,但始终逃不过心瘾的折磨,也想借毒品逃避现实里遇到的问题,就复吸了。”

2021年4月,小娜被送到西藏堆龙强制隔离戒毒所,依法强制隔离戒毒两年。小娜告诉记者:“这里的管教对待我们就像朋友一样,在生活上给我们无微不至的关怀,不会看不起我们,时常劝导我们要积极乐观,让我觉得特别温暖。我一定会努力矫治,争取尽早、尽快摆脱毒品,早日回到父母身边孝敬他们。”

### 小斌:误交朋友沾染毒品

45岁的小斌(化名),以前从事长途货运工作,经常往返于陕西与拉萨之间。1998年,在朋友的唆使下,第一次吸食了海洛因。“当时因为我们跑货运,经常在路上,有时开车会犯困。有个朋友给我说,吸一点这个很舒服,也不会犯困了,而且绝对不会上瘾。在他的劝说下,我就吸食了第一口,后来才知道吸的这个东西是海洛因。”小斌说。

因为吸食毒品,2004年小斌和妻子离婚了,当时年仅2岁的儿子判给了妻子抚养,此

后小斌便再也没见过儿子。“孩子长那么大,我都没照顾过,现在只要一想起他心里就很难过,也非常愧疚。”小斌哽咽地说,“我母亲已经80多岁了,还要为我这个不孝的儿子操心,我对不起他们,出去以后我一定好好做人,远离毒品。”

2021年6月,小斌被送到西藏堆龙强制隔离戒毒所,和其他戒毒人员一起过上了充实又规律的戒毒生活,还有了一技之长。小斌说:“毒品害人害己,我就是因为沾上了毒品才失去了一切,希望大家以我为鉴,以我为戒,远离毒品,珍爱生命。”



# 厉行节约 反对浪费

ལྷོ་ཁྲི་ལུང་ལག་བསྟར་ནན་ཏན་གྱིས། འཕྲོ་བསྐྱུ་གཏོང་བ་གཏན་འགོག་བྱེད།



食安示范 幸福拉萨 拉萨创建国家食品安全示范城市 拉萨市食品安全委员会办公室 宣

བཟང་བཟོ་བའི་འཇགས་ཀྱི་དཔེ་ལྷོ་ཁྲི་ལུང་། བདེ་སྲིད་རྫོགས་ལྷོ་ཁྲི་ལུང་། ལྷོ་ཁྲི་ལུང་གི་འཇགས་ཀྱི་བཟང་བཟོ་བའི་འཇགས་དཔེ་ལྷོ་ཁྲི་ལུང་གཏོང་། ལྷོ་ཁྲི་ལུང་གི་ལས་འགན་ལྷོ་ཁྲི་ལུང་གི་ལས་འགན་ལྷོ་ཁྲི་ལུང་།