讲述甘孜好故事 传递甘孜好声音

“我要跑出大山，奔向世界”

2023泰国茵他依越野赛上，稻城四郎多吉代表中国夺冠

◎甘孜日报记者 岳诗蕊/文 图片由HOKA官方提供

1米83的大高个，黝黑的皮肤，精壮的身躯，他仿佛天生为越野跑而生。他1992年出生于稻城县巨龙乡，锋利的角峰、激荡的水流、温柔的海子，故乡的山水在骨子里镌刻下坚毅的底色，让他深深爱上了越野跑。他说：“这是一项充满未知和魅力的运动。崇山峻岭里复杂的路况，多变的气候环境让人着迷。”他将极致的凌厉与极致的温柔，在热爱的越野跑中尽数呈现。他就是——四郎多吉。

12月8日至10日，2023茵他依by UTMB超级越野赛在泰国清迈拉查帕皇家花园进行。这项赛事是亚洲规格最高、最重量级以及水平最高的越野跑赛事，汇聚了来自世界各国的5000多名选手。当地时间8日上午10时，TRANS-INT160组率先开跑，来自我州稻城县的四郎多吉代表中国出战，33公里后他逐渐来到第一位，此后不断扩大领先优势，最终以23:58:49的用时征服了总长175.3公里、累计爬升10028米的赛道，赢得冠军！

四郎多吉夺冠，喜不自胜。

无亚丁 不越野 “我要跑出大山，奔向世界”

2016年，第一届飙山越野·龙腾亚丁越野赛在稻城县亚丁景区举办，四郎多吉报名29KM天空跑，这是他第一次参加越野赛。在最熟悉的环境里，在最热爱的土地上，他开始体会到越野的魅力。最终，29KM组第八名的成绩在四郎多吉的心底埋下了越野跑梦想的种子。

因为热爱，所以努力。黑马之势已不可阻挡，四郎多吉开始他的越野之旅。没有专业的教练，他便自己摸索，观看各大赛程视频，学习借鉴前辈们的经验，给自己制定系统的训练计划。随后，在2017飙山越野·龙腾亚丁越野赛中，四郎多吉获得VK垂直攀爬冠军。四郎多吉的成长让很多人惊讶，也许是骨子里的坚毅，也许是家乡的山水赋予他的无限力量，他给大家带来了越来越多的惊喜。

“我要跑出大山奔向世界。”他告诉记者，取得一些成绩后，更坚定了他的初心。“很感谢我的爱人。五年前认识她，她在赛场上意气风发的样子，深深地打动了我。她是专业瑜伽老师及越野跑运动员，在她的带领下，我对这项竞赛有了更深的理解。”

2019年一次越野比赛中，四郎多吉在众多高手面前脱颖而出，获得第三名，受到了高性能鞋服品牌HOKA ONE ONE的关注，HOKA认为四郎多吉有很大的潜力，也愿意去帮助他。自此，四郎多吉正式成为一名职业越野跑运动员。

逐梦路 从不平坦 “在外也要有甘孜青年的样子”

“想过放弃吗？”记者问他，电话那头的四郎多吉沉默良久后说，“有过这种念头。我记得参加2018UTTG三峡168超级越野赛时，鞋子磨脚，磨出了血泡，我一度想退赛。当时，太太一直鼓励我，我还接到了远在稻城的母亲的电话，阿妈告诉我，坚持到最后无论结局如何你都是最棒的。”有了亲人的“强心针”，他咬牙跑完了全程，拿到了首个百英里赛事亚军。

再次踏上回乡之路，四郎多吉感慨颇深。今日之甘孜，经济社会发展正在加速推进，他既是见证者更是受益者。家乡发生了翻天覆地的变化，这些点滴激励着在外拼搏奋斗的甘孜儿女。

“之前在我的家乡，大家对跑步都没有明确的概念，后来举行比赛多了，人们渐渐关注到越野跑这项运动。长期生活在高海拔地区的甘孜人，对极限运动等体育赛事有一定的优势。今后，我将以自己的绵薄之力助力甘孜州体育事业发展。”在与四郎多吉的交谈中，记者能感受到他想用自己的影响力，带动更多人参与到越野跑这项运动中来，让大家和他一样，通过越野跑发现自己、突破自己。

2022年11月，HOKA召集13万名跑者，通过积累跑量为理塘县禾尼乡小学、木拉乡小学两所小学各修建了一条“如奥运赛场般人人都能自由翱翔”的崭新跑道，并分别为两所学校的孩子们开了一堂体育课。四郎多吉是这两堂体育课的老师之一，他用自己的故事激发孩子们对奔跑的热爱，鼓励他们在跑道上挥洒天赋，突破极限，跑出崭新人生。

“小时候阿妈常教育我，要常怀感恩的心，要记住帮助过自己的人，有能力的时候要懂得回报。”现在的四郎多吉，用行动诠释着对家乡的热爱。虽已成为中国越野跑领域家喻户晓的运动员，但故乡巍峨的高山一直屹立在他心中，潺潺的流水流淌在他心中。“在外更要有甘孜青年的样子。”采访最后，四郎多吉告诉记者。

四郎多吉夺得TRANS-INT160组冠军。

记者手记

采访中，四郎多吉的朴实与纯粹深深打动了我。我仿佛看见那意气风发的少年奔走在无数山野中。征服高山峡谷，在特殊赛道闯出了一条属于甘孜青年的昂扬向上的坦途。做最勇敢的人，拥抱最纯真的梦想，结出最饱满的果实。来自稻城县的四郎多吉，期待你为中国、为甘孜赢得更多荣耀。

创新主动治理 构建和美甘孜

巩固“全国市域社会治理现代化试点合格城市”创建成果

新龙县探索推出“三三三制”矛盾纠纷调解法

实现纠纷调解质效、群众满意度双提升

甘孜日报讯 近年来，新龙县坚持和发展新时代“枫桥经验”，创新推进以“三单受理、三三调解、三期巩固”为主要内容的闭环式调解工作法，把末端化解向前端延伸，变事后治理为事前预防，变被动化解为主动创安，走出了一条群众信任、运转顺畅、务实有效的纠纷调解新路子，推动纠纷调解质效、群众满意度“双提升”。通过“三三三制”调解法推动纠纷调解成功率提升至99.6%，调解工作群众满意率达99.58%。

“三单受理”即纠纷当事人申请下单、多元化调解中心派单、各类别调解组织接单。该县健全县、乡、村三级矛盾纠纷排查调处组织机构，建立县乡两级矛盾纠纷多元化解协调中心20个，搭建起覆盖全域的排查调处网络。县调委会从全县调解能手中选聘6名调解员，聘请4名法律顾问，组建专攻重大疑难纠纷的县人民调解委员会。乡村民间调解能手纳入人民调解队伍，配备乡村人民调解员400人。调解员基本信息均通过乡镇村级公示栏进行公示，纠纷当事人可以根据调解人员的特长及回避情形等选择最信任的调解员，并提交调解申请书。而后，县乡两级多元化解协调中心依据进村入户摸排出的矛盾隐患和当事人申请调解的纠纷进行综合分析研判，确定纠纷风险等级、包保责任制，在省矛盾纠纷多元化解平台完成信息录入上报，多元化调解中心按照纠纷类型和群众选择的调解员进行匹配派单，确定调解组织。最后，调解组织根据中心派单通知调解员接单，确定调解时间、地点等事项，并通知到纠纷当事人开展调解工作。调解员根据纠纷难易程度分阶段开展调解，并向上级调解组织报告调解进展，完成调解后，及时上报调查笔录、调解协议及无无法调处情况说明、下步建议等，形成闭环式管理模式纳入重点纠纷隐患上报县级调解组织。

“三三调解”即村级调解组织源头预防调解、乡级调解组织聚力联合调解、县级调解组织集中攻坚化解。该县以防患于未然为目标，按照“乡不漏村、村不漏组、组不漏户、寺不漏僧”的要求，完善了以走访排查、经常性排查和集中排查相结合的常态化排查机制，切实做到矛盾纠纷隐患一个不落、涉稳隐患一个不掉。村辖内纠纷由村级调解组织负责调处，调查调解至少三次以上，未能调处成功则按程序报上级调解组织。复杂、疑难和村级调解组织无法调处的纠纷由乡镇调解组织按照“属地管理、归口调处、领导包案、限期化解”的原则聚力调处矛盾纠纷，研判调解至少三次以上，未能调处成功的纠纷，按程序上报县多元化解协调中心。该县多元化解协调中心落实研判交办机制，针对摸排出的矛盾隐患，逐一开展风险评估，进行“把脉式”研判，按风险隐患高、中、低等级实行红、黄、蓝分色预警，并在每月平安建设例会上向包案领导、化解责任人和责任部门发点球交办。重大疑难纠纷化解由县调委会负责，至少跟进调解攻坚化解三次以上，对久拖不决的“骨头案”“钉子案”，综合施策，逐一明确措施、逐一进行“清仓”消案。2023年，全县共成功调处矛盾纠纷177件，其中重大矛盾纠纷19件，较大矛盾纠纷26件。

“三期管理”即定期跟踪回访、如期纾困帮扶、按期跟进督查。该县对各级调解组织已化解的矛盾纠纷台账制管理，进一步巩固矛盾纠纷调解成果，常态回访调查，详细了解案件成效，群众满意度、协议履行等情况，预防矛盾纠纷“死灰复燃”和再次激化升级，确保调解结果的无死角、无后患，确保辖区治安持续和谐稳定。对存在生产困难的群众，统筹现有政策措施，在技术指导、产业帮扶、技能培训上予以倾斜，对生活困难群众，协调民政、医保、应急等部门给予帮扶救助，解决实际困难，巩固纠纷化解成果。此外，该县组织专项督查工作组，采取不打招呼、不定时间、不定地点、明查暗访等方式，按照《矛盾纠纷层级管理办法》、《新龙县矛盾纠纷排查化解责任追究办法》加强对矛盾纠纷排查化解工作的回头看督导，对责任不落实、措施不到位的乡（镇）和部门，进行全县通报并追究责任。

县政法委办公室

社会视点

给力！

德格县邮政分公司在乡镇开通国际业务

让“小作坊”走向国际市场

甘孜日报讯 近日，在德格县麦宿镇钦乐工坊，记者看到工坊负责人达瓦卓玛正在进行产品包装，准备销往意大利。钦乐工坊共有38名全职手艺人，其中有2名省级非遗传承人、1名中国工艺美术大师、15名州级非遗传承人、25名县级非遗传承人，主要生产利玛铜、树脂和彩绘等工艺品。随着跨境电商的发展，钦乐工坊的海外订单数量也在不断增长。达瓦卓玛介绍：“以前收到外国的订单，只能先把订单发到广东，然后再转运到其他国家，比较花费时间，而且成本也高。”

小作坊关系大民生，为解决产品销路难的问题，邮政集团德格分公司在每个乡镇都建起邮快驿站并开通国际业务，从此当地生产的手工艺品、藏药等产品可以直接从乡镇寄出，村民们生产的产品在家门口就能寄达全球。“今年，邮政集团德格分公司开通了国际发货渠道，我们可以直接从麦宿镇发货了，我们试了一下，到意大利这些欧洲国家大概十一、二天就能到，真的非常方便。有了快捷通达的物流条件，明年我们可以考虑大力开拓国际市场了。”达瓦卓玛信心满满地说。

德格县地处康巴文化中心，坐拥南派藏医药发祥地、格萨尔故里、藏族传统手工艺之乡——麦宿等众多头衔，为历史文化名城，众多传统工艺流传至今，不仅技艺娴熟的手工艺人多，藏式手工艺品的种类也繁多。邮政集团德格分公司开通国际寄递业务后，为全县手工艺品、土特产品、本土藏药等产品提供了销往世界各地的渠道，为他们打通了销路，提供了更好的服务保障，也为当地群众带来了便利。德格县邮政管理分局视察检查员王清波介绍：“我们开通国际寄递业务后，共计寄了七、八批货物到意大利、印度、新加坡、法国等国家，时效快、安全程度高，寄件人和收件人都非常满意。”

德格县邮政分公司国际业务的开通，让以往长达三、四周的国际物流时间缩短至两周以内，为本地企业降低了物流成本，保障了企业供应链的稳定，也为该县乡村振兴注入源源不断的“邮”动力。

卓玛 记者 刘娅灵

甘孜县人民医院

开通医保刷脸支付

甘孜日报讯 日前，记者从甘孜县人民医院获悉，12月15日，甘孜县人民医院“人脸识别”医保支付系统正式上线，医保患者看病可以不用携带医保卡，参保群众通过“刷脸”即可迅速识别医保身份信息，享受医保待遇，从而实现挂号、缴费等传统医保卡功能。

据悉，该系统识别精准且迅速，对遮挡面积不超过1/3的脸部进行识别的准确率可达100%，数据信息秒级返回，能达到“立等可取”的效果，可以明显改善患者的就医体验。

该院相关负责人表示，人脸识别系统提升了医保支付的智慧化水平，可充分化解农牧民群众在就医过程中较难输入支付密码的“数字鸿沟”，充分发挥“互联网+”作用，助力提升该县智慧医疗现代化、科学化、精细化水平。

记者 罗文婕

道孚县举办校园心理健康教育专题讲座

点亮学子“心灯”

甘孜日报讯 “多巴胺不足或失调会导致注意力无法集中，这就是激素与心理之间的关系，同学们，上课注意力不够集中也是多巴胺不足或失调的一种表现形式。”日前，道孚县委宣传部协同县检察院、县教体局，在道孚县一中举办了校园心理健康教育专题讲座，并在八美镇二中同步直播授课。讲座特邀韵商教育创始人、德阳市检察院特聘心理干预专家彭凡进行授课。

整场讲座内容丰富多彩，采取线上线下结合，“短视频+现场讲解+故事分享”的方式，从性格分析、情绪管理、高情商沟通、最强记忆法等四个方面进行讲授，对学生日常适应性心理困扰深入浅出地做了分析与指导，引导学生客观认识学习生活，主动调适、管控情绪，特别是课程最后传授的“最强学习法”引得现场掌声雷动。

“太有用了”“太生动了”“彭老师太会讲课了”……讲座结束掌声经久不息，学生们依然沉浸在讲座中意犹未尽地讨论着、感叹着，最后甚至不约而同跑上讲台向老师索要签名。

近年来，为推进学校思政教育与学科教育有效融合，道孚县积极探索，以法治、德育、心理教育为切入点，除了充分发挥课堂教育的主导作用，还通过升旗仪式、橱窗板报、学校广播开辟法治教育栏目等，对学生进行爱国意识、守法意识和权利义务意识的法律启蒙，培养学生自护意识，引导学生养成守法习惯。此外，该县建立学校领导、优秀教师与后进生结对帮教制度，定期召开个别教育会议，加强与家长联系、互访，以家校共育凝聚教育合力，关心呵护学生的健康成长。

“下一步，道孚县将形成宣传、教体、公检法司等多个部门联动协作机制，持续完善工作体系，细化政策方案，完善青少年法治教育、思政教育、心理健康教育等综合素质教育保障机制，不断加强青少年综合素质教育，提高其心理健康水平，塑造其健全人格品格，实现青少年德智体美劳全面发展。”县教体局负责人介绍说。

李艳秋

理塘县

交通安全宣传进校园

甘孜日报讯 为全面提高学生及家长的交通安全意识，进一步加强平安校园建设，近日，理塘县交警大队民警走进理塘县双语寄宿制学校，开展交通安全宣传活动。

活动中，民警结合学校周边道路交通实际及学生的出行特点，从“交通法规我遵守、交通安全我记明、安全乘车我能行”三个方面普及交通安全知识，声情并茂地讲解了关于“一盔一带”、人行道、斑马线、红绿灯、十字路口、未成年人骑车等交通常识，以及常见的交通违法行为和后果，提醒同学们出行时切记遵守交通法规，不要在马路上追逐玩耍。同时，民警还通过列举身边案例，分析原因，让同学了解哪些行为不能做，有什么样的风险隐患，会带来什么后果，让学生和家长们充分认识到了交通安全的重要性。

民警还鼓励学生在日常生活中要当好“宣传员”，倡议学生“小手拉大手”，提醒家长遵守交通法规，带动全社会共同学习、遵守交通法规，营造良好的交通安全氛围，并免费发放头盔50余顶。

“交警给我们讲了交通安全方面的知识，内容有针对性，这让我们很受教育。今后，我们要重视交通安全，落实交通安全措施，做文明交通的参与者。”家长格乃桑登说。

郭帆 张戈

扫一扫 更精彩 康巴传媒 甘孜发布