

藏北高原，健康知识这样“活”起来

——探访那曲健康教育科普基地

本报记者 汪纯 赵书彬



图为那曲健康教育科普基地建筑外景。

本报记者 汪纯 摄

美好家园

冬日的那曲，寒风阵阵。走进那曲健康教育科普基地，穿过电动感应门，空气中流动的不再是凛冽的风，而是可看、可听、可体验的科普信息流。

智能引导机器人用藏汉双语向参观者致以问候；360度全息投影设备前，一颗立体心脏在空中规律搏动；实景动物模型动态显示着鼠疫的传播示意图；VR互动区内，参观者可沉浸式学习健康知识……

自今年11月正式开放以来，那曲健康教育科普基地作为集展示、体验、教育于一体的综合性健康科普平台，正悄然改变着藏北高原上人们对待健康的态度和观念。

盘活资源：从应急仓库到健康学堂

“我们希望发挥好健康教育科普基地的作用，让那曲人民的健康意识越来越强。”那曲市疾病预防控制中心主任医师桑吉道出了建设初心。

那曲健康教育科普基地坐落于那曲市疾病预防控制中心院内，由原有应急仓库改造升级而成。项目于2025年6月开工，总投资682万元，其中援藏资金450万元，重大传染病防控经费232万元。

经过5个月的紧张施工，原本老旧的仓库完成华丽蜕变。基地在设计上注重因地制宜，建筑外墙采用藏式宝瓶装饰与念青唐古拉山剪影，体现地域文化特色；内部展陈分两层14个展厅，涵盖党建、援藏、传染病防治、慢性病管理、青少年健康、法治保障等内容。

每一个展区的设计都经过反复推敲，既保证科学性，又兼顾那曲农牧民、学生、干部职工等不同群体的理解能力。

首先映入眼帘的是充满藏地风情

的前厅，背景墙上，绵延的念青唐古拉山脉、湛蓝的纳木错和雄伟的圣象天门等藏北标志性景观，通过现代光影技术生动呈现，传递出“良好生态环境是健康基础”的深刻寓意。展厅内大量运用全息投影、滑轨屏幕、VR体验等现代化手段，将专业内容转化为可观看、可操作、易理解的科普互动。

“我觉得这个基地的意义是很大的。”浙江省组团式援藏医疗队队长、班戈县人民医院院长朱峰在参观后表示，“当农牧民了解到这些知识以后，对他的健康行为有促进作用，对遵医嘱、就医行为有帮助。”

鲜活体验：从平面宣教到立体互动

步入基地一层，仿佛进入一个充满探索意味的健康知识乐园。这里没有密密麻麻的文字图表，取而代之的

是一个个生动的场景。

在“鼠疫防控”展台，一个实景沙盘清晰展示了喜马拉雅旱獭—旱獭蚤—人类—村庄的疾病传播链条。那曲市疾控中心主管护师李瑞静正在向牧民讲解：“大家看，这就是为什么我们不能接触、剥食旱獭。预防的关键，是切断这个链条的第一个环节。”

在“包虫病防治”专区，设计者别具匠心地设置了一个互动场景：观众可以通过选择不同行为，如给狗喂食病变牲畜内脏、饮用生水，看到虚拟屏幕上疾病传播风险的动态变化。这种“后果可视化”的设计，让“饭前洗手、食物煮熟、犬只驱虫”等预防措施，从被动要求变成主动选择。

移步二楼，氛围从严肃的疾病防控转向全面的健康生活倡导。在慢性病管理区，几台自助健康检测仪前排起了小队，这些仪器可结合高原常见的高血压、糖尿病等给出健康生活建议；青少年健康区关注心理健康、用眼卫生与生命教育，设计互动游戏帮助青少年理解成长变化；均衡膳食区依托“膳食宝塔”模型，结合糌粑、酥油茶等饮食特点，提供合理膳食指导。

贯穿整个参观流程的，是浓郁的红色氛围。展厅以“党建引领健康事业”为主线，以清晰的时间轴呈现了党的领导下卫生健康事业的飞跃。同时，陈列援藏工作纪实、先进人物事迹等内容，生动诠释了老西藏精神、“两路”精神，展现了广大医务人员“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业追求。

尼玛县疾病预防控制中心主任米玛顿珠参观后感触颇深：“收获满满，体验感特别好，既感受到了党建引领的力量，也读懂了疾控人的使命担当。”



图为那曲市干部职工在工作人员引导下有序参观那曲健康教育科普基地。

本报记者 汪纯 摄

科技为笔 园区为卷

——拉萨市尼木县现代农业产业园的发展之路

本报记者 鹿丽娟

隆冬时节，走进拉萨市尼木县尼木乡吞弥现代农业产业园，绿意盎然、瓜果飘香，整齐划一的温室大棚成一道独特的风景线。

这里是依靠科技力量让高原农业焕发新生、引领群众增收致富的生动典范。自2016年启动建设以来，园区累计投入资金5.2亿元，在尼木乡的荒滩上开垦出2259亩可用土地，建成164栋功能各异的温室大棚。这些大棚集成了智能控制、品种试验、高效生产于一体的现代农业设施。

天然优势与科技赋能结出累累硕果

尼木县拥有阳光充沛、土壤潜力大、气候适宜等发展高原特色农业的天然优势。过去受限于传统耕作方式，农业发展潜力未能充分释放。

转变始于对现代科技与创新理念的有力引进。

如今，园区的智能温室示范区作为北京援建的标杆项目，不仅是展示现代设施农业技术的窗口，更是转变群众观

念、培训实用技能的基地。通过与传统农业对比，引导农民参与，在实践中学习。园区示范种植的航天圣女果已见成效，通过改造引入鲈鱼养殖，预计年产值可达千万元，实现了一棚多用、效益倍增。

秉持“人无我有、人有我特”的思路，在高新品种试验区聚焦羊肚菌、白肉灵芝等市场价值高的特色菌类和农产品进行试验种植，成功实现了产业的差异化、高端化发展，在与企业合作中拓宽了销路和影响力。

与此同时，园区瞄准拉萨市场对高端水果的需求，在高端水果种植区成功种植并挂果车厘子等经济效益好、附加值高的水果，有效降低了运输损耗和成本，丰富了本地“果盘子”。

航天蔬菜生产区内有航天育种成果的“展示田”，该技术利用经过高原航天育种选育的辣椒、西红柿、黄瓜等品种，生产出品质更优、抗性更强的无公害果蔬，成为园区产出的主力军。

园区引进北京优质草莓种苗，对草莓示范种植点进行新品种、新技术的试验与推广，为产业持续转型升级探索新

路径。

产业发展与民生改善结就致富新画卷

“以前我们一家的收入来源是种青稞，农闲时到处去打小工，经济来源一点都不稳定，日子并没有现在过得这么踏实。特别感谢党和政府，感谢乡里‘点对点’干部的全程指导，手把手教会我种植蔬菜瓜果的技术。自从承包蔬菜大棚后，现在年收入有10多万元，以前想都不敢想。”聂玉村村民普布次仁开心地说。

科技投入与模式创新结出丰硕果实。数据显示，自园区运营以来，已累计产出高原特色果蔬菌类2615吨，实现销售收入4282万元，直接带动959户（次）参与，累计增收达2290万元。这不仅 是经济数字的增长，更是周边农户生活水平的切实提升。

聚焦近期成效，今年1月至11月，园区产出航天蔬菜、草莓、车厘子、白肉灵芝、羊肚菌459吨，实现增收582万元。产业发展直接创造了就业岗位，带

动长期就业87人，人均增收1.89万元；同时，零散务工带动216人次参与，让群众在家门口就能挣到钱。

党建引领与机制创新共促高质量发展

尼木县吞弥现代农业产业园的成功，离不开强有力的组织保障和清晰的发展思路。在尼木县委、县政府的坚强领导下，园区紧扣“党建引领、产业高质量发展”主题，探索出“党建引领、技术带动、园区驱动”的有效路径。

尼木县政府每年专项投入200万元，用于购买农资并免费提供给园区种植户，切实降低了群众的生产成本和风险。同时，大力实施“人有一技之长、户有致富门路”的精准措施，组织党员干部和技术人员“点对点”帮扶，与群众同吃、同劳动、同学习，手把手传授现代农业技能。

这种“党组织牵着产业走、党员干部领着群众干”的模式，不仅将党的组织优势转化为发展优势，更在实干中锤炼了干部作风，凝聚了民心，确保了各项决策部署在基层落地生根，有效推动了全县农业产业的转型升级。

尼木乡人民政府三级调研员普琼介绍说：“随着产业结构的进一步优化、产业链的持续延伸以及科技成果的转化应用，园区将继续沿着高质量发展的道路稳步前行，为尼木县乡村振兴注入强劲动力。”

希望田野

位于琼穆岗嘎雪山脚下的拉萨市尼木县麻江乡万亩人工种草草场，在明媚阳光的映照下展现出一派壮阔景象。连片的燕麦随风起伏，漾开层层金黄波浪，与轰鸣作响的收割机共同奏响了2025年度麻江乡燕麦收割的丰收序曲。草浪翻滚、机器轰鸣、牧民欢笑——这片充满生机的土地，正用沉甸甸的收获描绘出乡村振兴的生动答卷。

自2017年启动人工种草探索以来，麻江乡历经数年耕耘，如今近万亩燕麦已茁壮成长成为当地牧民信赖的黄金牧场。为切实降低牧民种植门槛，上级部门实施全程精准帮扶，不仅免费提供优质草种，还提前完成耕地整理，使400余户牧民实现“零负担”种植，轻松播下希望的种子。

每年秋末冬初，是草场最富活力的时节。今年，牧民们或驾驶皮卡车，满载着新收割的饲草穿梭于田间；或俯身捡拾、搬运已打包好的草捆，指尖沾染着清新草香，脸上洋溢着收获的喜悦。

据统计，今年每亩燕麦饲草产量1000斤左右。丰硕成果的背后，是400多户安居乐业的保障，更是他们迈向美好生活的坚实依靠。

麻江乡达琼村党支部书记、村委会主任次旺占堆感慨道：“这场丰收不仅为牧民开辟了稳定的就业渠道，更送来了两颗定心丸。”他回忆说，以往每到冬季，饲草紧缺是悬在牧民心头的难题，牲畜越冬成了让人放心不下的事。如今，万亩草场产出的充足饲草，能完全满足所有牲畜的越冬需求。冬天喂羊不用愁，这是实实在在的安心，让牧民彻底消除了多年的忧虑。

令人振奋的是牧民日益鼓起的钱包。在各级部门的有力支持下，麻江乡已形成从种植到收割的燕麦饲草完整产业链。牧民不仅通过参与田间管理获得收益，还能在收割季节通过务工增加收入。目前，当地牧民户年均收入高的可达一万元，低的也有五六千元。稳定增长的收入，让越来越多的家庭感受到“日子越过越有奔头”的幸福。

令人振奋的是牧民日益鼓起的钱包。在各级部门的有力支持下，麻江乡已形成从种植到收割的燕麦饲草完整产业链。牧民不仅通过参与田间管理获得收益，还能在收割季节通过务工增加收入。目前，当地牧民户年均收入高的可达一万元，低的也有五六千元。稳定增长的收入，让越来越多的家庭感受到“日子越过越有奔头”的幸福。

令人振奋的是牧民日益鼓起的钱包。在各级部门的有力支持下，麻江乡已形成从种植到收割的燕麦饲草完整产业链。牧民不仅通过参与田间管理获得收益，还能在收割季节通过务工增加收入。目前，当地牧民户年均收入高的可达一万元，低的也有五六千元。稳定增长的收入，让越来越多的家庭感受到“日子越过越有奔头”的幸福。

令人振奋的是牧民日益鼓起的钱包。在各级部门的有力支持下，麻江乡已形成从种植到收割的燕麦饲草完整产业链。牧民不仅通过参与田间管理获得收益，还能在收割季节通过务工增加收入。目前，当地牧民户年均收入高的可达一万元，低的也有五六千元。稳定增长的收入，让越来越多的家庭感受到“日子越过越有奔头”的幸福。

共赴观谷之约

——探访拉萨近郊“冬季林卡”

本报记者 杨小娟

乡村故事

春有花，夏有荫，秋有景，冬有乐。

随着树叶的飘落，此时此刻，高原已进入初冬，剩下的只有蓝天和阳光。冬有乐，乐在哪里？记者带着疑问探访了拉萨近郊乡村旅游新地标——娘热街道加西村观谷别院，“冬季林卡”进入人们视野。

“我们的核心是‘借冬景造暖趣’，让冬季成为观谷别院的特色记忆点。”观谷别院负责人黄超说。

从拉萨市区出发，汽车慢慢驶出大道进入乡间小路，车窗外的景色从繁华都市过渡到藏式村落，牦牛在村落里悠闲踱步，远处的雪山在阳光下闪烁着银光。

近日，“绘就乡村画卷·共赴观谷之约——娘热美丽乡村成果发布”活动在观谷别院启幕，标志着娘热街道向“拉萨近郊乡村旅游新地标”加速迈进。

黄超带着记者在别院里逐一介绍他精心打造的每一寸土地：“在不破坏生态‘肌理’的原则下，我们坚持‘少即是多’，不过度装饰，不刻意造景，让现代业态从乡村里‘长’出来，与自然和谐共生，让乡村本身的美成为主角，让乡村颜值变价值。”

在青芜困境天幕区，天幕与自然绿植搭配，既符合极简审美，又能抬头见山、低头触草，与自然景致融为一体，赢得了“拉萨近郊小江南”的口碑。

“这里环境很好，不仅有烤羊、窑烤面包等特色吃食，还有民俗节目与沉浸式体验项目，适合家庭团聚或者团建活动。”市民李亚军赞叹道。

“活动策划的关键是让文化可触摸，把文化装进乡村体验里。”黄超介绍说，主要结合非遗资源进行打造，如在暖场环节的藏戏基础上，延伸出“藏

戏体验工坊”，让游客跟着非遗传承人学段藏戏、画幅唐卡、制作藏式年俗手作等。此外，像观山咖啡座的“围炉煮茶+幸运抽奖”、音食厅的冬季主题品鉴会，让游客在轻松氛围里感受藏地冬日的烟火气，体验方式从单向观看转变为深度参与，进而留下深刻印象。

作为当地美丽乡村建设的名片，观谷别院投入800余万元打造，占地5000余平方米，涵盖亲子游乐、古法窑烤、户外露营、民俗体验、特色餐饮、休闲娱乐等核心功能区。项目秉持“政府引导、企业运营、群众受益”理念，打破传统乡村旅游靠天吃饭的季节性局限，构建起春有花簇、夏有浓荫、秋有景致、冬有乐趣的全时段体验场景。

“这是我们反复调研后确定的‘最优解’。”娘热街道党工委书记詹万里说，传统乡村项目常面临“政府干、群众看”“有投入、没收益”的难题，而“政企社”模式正好破局，明确了各方权责；政府负责搭台，解决政策支持、基础设施配套问题；企业负责唱戏，专业运营；最终让群众受益，让美丽乡村建设既有速度，更有温度。

目前，该项目直接提供40多个就业岗位，周边餐饮、农产品销售也被激活，村民在家门口实现了就业增收。

詹万里表示，观谷别院已成为娘热街道美丽乡村建设的成果展示窗，实现了生态美与产业兴的融合。下一步，将以其为样板，计划新增藏戏非遗研学工坊与高原星空营地，打造“日间休闲+夜间经济”双轮驱动模式；联动周边景区推出“观谷别院+”精品旅游线路，建立“企业+农户”利益联结机制，让群众深度共享产业红利，助力娘热街道乡村旅游从“单点突破”向“全域提升”跨越，带动全街道成为生态美、产业兴、百姓富的乡村振兴示范标杆，为拉萨美丽乡村建设注入新动能。

目前，该项目直接提供40多个就业岗位，周边餐饮、农产品销售也被激活，村民在家门口实现了就业增收。

詹万里表示，观谷别院已成为娘热街道美丽乡村建设的成果展示窗，实现了生态美与产业兴的融合。下一步，将以其为样板，计划新增藏戏非遗研学工坊与高原星空营地，打造“日间休闲+夜间经济”双轮驱动模式；联动周边景区推出“观谷别院+”精品旅游线路，建立“企业+农户”利益联结机制，让群众深度共享产业红利，助力娘热街道乡村旅游从“单点突破”向“全域提升”跨越，带动全街道成为生态美、产业兴、百姓富的乡村振兴示范标杆，为拉萨美丽乡村建设注入新动能。

目前，该项目直接提供40多个就业岗位，周边餐饮、农产品销售也被激活，村民在家门口实现了就业增收。

詹万里表示，观谷别院已成为娘热街道美丽乡村建设的成果展示窗，实现了生态美与产业兴的融合。下一步，将以其为样板，计划新增藏戏非遗研学工坊与高原星空营地，打造“日间休闲+夜间经济”双轮驱动模式；联动周边景区推出“观谷别院+”精品旅游线路，建立“企业+农户”利益联结机制，让群众深度共享产业红利，助力娘热街道乡村旅游从“单点突破”向“全域提升”跨越，带动全街道成为生态美、产业兴、百姓富的乡村振兴示范标杆，为拉萨美丽乡村建设注入新动能。



图为“绘就乡村画卷·共赴观谷之约——娘热美丽乡村成果发布”现场。

本报记者 杨小娟 摄

雪山脚下丰收曲

本报记者 刘琳琳