

果蔬储备充足、商品价格稳定、产销对接顺畅——

我区冬季“菜篮子”“果盘子”有保障

本报记者 谭瑞华 次吉



“老板，这橘子怎么卖的？”“这是四川产的橘子，口感甜润，您放心选！”日前，在拉萨市堆龙德庆区东嘎农副产品批发市场及各大商超内，各类新鲜果蔬琳琅满目，交易活跃，消费市场暖意融融。

据自治区农业农村厅党组成员、副厅长林水介绍，当前全区冬季果蔬保供体系运转顺畅，产地货源组织有序、市场调运渠道畅通，从区外调运到本地种植的果蔬品类丰富，供应充足，切实保障了高原群众的“菜篮子”“果盘子”量足、价稳、质优。

品类丰富 供应充足

“近期刚上新了一批新鲜水果，本地草莓售价每斤35元，云南花香蓝莓每斤70元，泰国山竹、榴莲每斤30元，云南、广西的水果甘蔗每斤3元；车厘子根据品种不同，单价在45元至60元之间。”在堆龙德庆区东嘎农副产品批发市场从事水果生意的商户孙炳华，一边仔细整理着摊位上的水果，一边向记者介绍，“店里目前常年储备60至80种水果，品类丰富多样，可以满足消费者的不同需求。”

为了保证水果的新鲜度，孙炳华坚持每天进货两趟，日均销量稳定在1000斤左右。“夏天用恒温车运输保鲜，冬天就用棉被和泡沫箱保温，希望让高原群众一年四季都能吃到新鲜水果。”在货源选择方面，孙炳华有着自己的标准：“柑橘类水果主要挑选四川的货源，苹果则优先选择甘肃的，这些产地的水果品质稳定，也深受消费者的喜爱。”目前，她的库房常备库存接近2000斤，既能满足日常供应，也能从容应对节日消费高峰。此外，她还推出了礼盒、果篮定制服务，以满足不同的场景需求。同时，在拉萨市区消费满200元可享受免费配送服务。

在市场的另一角，嘉元菜业负责人何理正熟练地指挥着工人装卸蔬菜。这位来自成都的商户，已在西藏蔬菜批发行业深耕20余载。“我们主要经营产自云南、四川的蔬菜，2025年整体价格与往年持平，只有椒类因气候影响减产，价格上涨了约30%。”在他的门店里，玉米、花菜的价格约4元每斤，大青椒5元每斤，20余种蔬菜摆放整齐，新鲜饱满。

记者了解到，嘉元菜业库房常备蔬菜约40吨，何理表示：“节日期间销量会增加，但我们储备充足，不会缺货断供。”蔬菜除了供应拉萨，还销往那曲、山南等地，是高原蔬菜保供的重要力量。为了保鲜，他们采用“内膜+棉被”的保温方式覆盖车辆和库房。餐馆经营者卓嘎说：“我们一直从这里拿货，既新鲜、价格又公道，节日备货从



近日，在拉萨市堆龙德庆区东嘎农副产品批发市场内，商家在摊位上摆放水果。

未延误，能让顾客吃上放心菜。”

本地蔬菜商户宋思义的摊位前同样热闹，他专营小白菜、上海青等蔬菜，货源都来自曲水县江村大棚基地。“小白菜约每斤2元，上海青每斤1.8元，价格稳定、品质优良。”依托本地种植优势，他日均销量2.5吨至3吨，供应范围覆盖拉萨及各地市，“每天从曲水拉两趟货，根据客户预约对接基地，确保货源不断。”市民张阿姨刚买完菜就称赞道：“本地菜新鲜实惠、清甜可口，宋老板的菜都是刚拉来的，买着放心。”

统筹保障 强化调控

商户的稳健经营，离不开市场的坚实支撑。西藏领峰农副产品经营管理有限公司负责人张晓玲介绍，针对冬季果蔬供应特点，市场从货源组织、保鲜运输、产销对接等多方面精准施策，构建起了稳固高效的保供体系。

当前，冬季果蔬供应充足平稳，每日总进货量400至450吨、销售量350至380吨，现有蔬菜库存约1050吨、水果库存约510吨，可满足日常及节日储备需求。在货源结构上，蔬菜形成本地与外地互补格局，本地占比41%、外地占比59%；水果以区外供应为主，占比97%，有效弥补了本地产能短板。在运输方面，蔬菜全程陆运，通过大小货车搭配保障效率；水果采用陆空联运，最大限度提升鲜果品质。与此同时，市场搭建了稳定多元的区外果蔬供应网络，货源覆盖云南、四川、甘肃等十余省份，一级批发商户与产地供应商合作年限普遍5至10年以上，合作关系稳固。合作以直采直销为主，仅对土豆、洋葱等单一品类少量代销，兼顾货源稳定与市场需求。

针对产地突发情况，市场建立完善应急保供机制，货源短缺时可启动备用货源库，对接3家以上跨区域产地拓宽渠道，同时联动相关部门开通绿色通道加速补供。此外，市场实行蔬菜明码标价，设置指导价上限，严查哄抬物价行为，维护交易秩序。“为应对低温，我们市场指导商户采用加盖棉被、泡沫箱保温、恒温集装车运输等多种保鲜措施，虽增加了部分成本，但能有效降低损耗，保障果蔬新鲜。同时，本地蔬菜批发户与种植基地签订长期采购协议，约定进货价涨幅不超20%，采购量随需求动态调整，结算方式灵活，60%为货到验货现结，保障产销顺畅。”张晓玲说。

针对果蔬7%至23%的运输批发损耗率，市场与商户通过优化储存位置、改进包装、规范装卸等方式减少损失。面对价格波动，市场建立动态应对机制，因本地蔬菜减产导致部分品类涨价时，督促商户拓宽货源，严控进市价格涨幅不超公示价20%；价格下跌时，引导商户少进勤补，并标注降价品种吸引消费，减少商户损失。

如今，该市场凭借完善的货源组织、严格的保鲜管控、精细的损耗管理和灵活的价格调控，持续筑牢冬季果蔬保供防线，为拉萨及周边群众餐桌添鲜增味。

多措并举 促进生产

记者从自治区农业农村厅了解到，为保障全区冬季及春节期间果蔬供应充足、价格稳定，西藏自治区相关部门印发《关于切实做好2025年蔬菜生产工作的通知》，统筹部署年度蔬菜生产各项事宜，以扎实举措守护高原劲，便主动报名竞聘上岗。可刚到任，索旺便遭遇了彻夜失眠的窘境。

双湖县平均海拔超5000米，年平均气温零下5摄氏度，含氧量不足平原的40%，8级大风年均肆虐200天。极端的气候环境让他头痛欲裂、呼吸困难，无数次萌生“不该来这”的退意。为什么最终选择留下？

索旺告诉记者：“在双湖，车辆半途断油是常事，有时正赶上运送病人前往医院，加油站便成了生命救援的‘中转站’。”“到任仅4个月，极端风雪救援就有5次。”最让索旺心悸的，是2024年11月的一个冬夜，牧民因车辆故障被困荒原，他驱车百公里顶风驰援，直到深夜车辆才成功启动。

作为县域内唯一的加油站，双湖加油站承担的社会责任远超于一座普通的加油站，加油站是“水站”，油车也是“邮车”——帮助用水不便的村民、给抛锚的车辆配送维修件、为金榜题名的学子递送录取通知书……小小加油站早已深深嵌入了每一位群众的生活。在一次次的救援与服务中，索旺读懂了坚守的意义。

好不容易适应了双湖的恶劣环境，

群众“菜篮子”。

目前，全区蔬菜种植面积累计达46万亩，涵盖叶菜类、白菜类等十大种类35个品种。结合区外调入蔬菜情况及前三季度产量统计分析，2025年全区蔬菜总产量预计可达100万吨，总量完全能满足各地(市)冬季及春节市场供应，当前无市场供给缺口。

林木介绍，围绕今冬果蔬保供核心目标，全区累计投入2亿余元资金，用于设施农业新建与老旧大棚升级改造，同步推广先进种植技术、推进闲置温棚恢复利用，稳步提升设施农业质量。针对高原冬季强降温、风雪天气多发及运输不便等挑战，农业农村部门加强与气象、应急等部门联动，年均转发农业气象预警信息50余次，提早研判预警、压实防灾减灾责任，保障蔬菜生产稳定。

在产销对接方面，我区构建起“线下展销+线上营销”全方位推广体系。2025年累计组织362家经营主体参加24场农牧业展示展销活动，现场签约近1638万元，达成意向合作4.57亿元；依托援藏资源，在南京、上海等地设立12个农特产品展销中心。线上借力“832平台”及援藏对口帮扶等渠道，拓宽农特产品出藏路径，并对入围农业品牌精品培育计划的品牌开展集中宣传，提升“藏字号”影响力。

林木表示，下一步，相关部门将持续深化农业供给侧结构性改革，调整区域布局与品种结构，大力发展设施农业，建设高效日光温室与集约化生产基地。同时，加大冷链物流体系建设力度，储备建设冷库、储藏库等项目，打造区域性农产品产地市场与田头市场，进一步筑牢高原果蔬保供根基。

索旺却又陷入了失眠。

原来索旺心里琢磨着，怎么把加油站变成兼具实用与温度的补给站、幸福站。

“双湖县行政区域面积11.6万平方公里，群众居住分散，骑摩托车奔波百公里加油是常态，货车司机在风雪中更是难寻落脚之处。”索旺说。为了解决牧民加油难的问题，索旺建立“送货上门”微信群，接收各乡镇牧民的用油需求，让牧民足不出户就能加到“放心油”；为了给旅人遮风挡雨，他利用站内空余周转房打造“最高海拔的司机之家”，免费提供住宿、热水淋浴和制氧机，让加油站变成了风雪旅途中的温暖港湾。

加油站的硬件条件日益完善，可双湖恶劣的气候，依旧让不少年轻员工心生去意。

索旺看在眼里、急在心里，不搞苦口婆心的劝说，唯以言传身教立标杆。他带领员工扎根高原油站，以精准加油、贴心服务的件件事温暖同乡，让大家真切感悟职业价值。

26岁的索朗顿珠跟着索旺深耕营销，快速成长为拓客能手；00后的桑旦卓玛经他悉心指导，练就麻利加油本领，更成为了业务答疑骨干……曾经畏惧高原缺氧与严寒的年轻人，在索旺的引领下，渐渐读懂了在海拔地区坚守的意义。年轻人，想法多。最近，他们又在加油站便利店建成了户外劳动者驿站，打造出了一座“海拔5000米以上的咖啡馆”。

日喀则市

开展文旅市场综合执法专项培训

本报日喀则电(记者 旦增嘎瓦) 近日，日喀则市文旅局组织举办了全市文旅市场综合行政执法专题培训，来自18个县(区)的49名文化和旅游执法人员集中参加学习。

本次培训聚焦当前文旅市场执法中的重点与难点，紧密结合实际案例，围绕旅游市场典型违法问题展开系统教学。授课人员通过理论解读与案例剖析相结合的方式，从证据收集、法律适用等关键环节入手，全面

梳理执法流程，并对日常工作中遇到的疑点难点进行现场解答，着力提升执法人员的实操能力。

参训人员纷纷表示，此次培训内容实用、针对性强，有助于补齐知识短板、规范执法行为。将以此次学习为契机，持续深化对文旅行业法律法规的理解与运用，将培训成果转化为实际执法效能，进一步加大市场监管力度，维护日喀则市文旅市场的健康有序发展。

墨竹工卡县优化道路交通指引系统

新增145处交通标志牌

本报拉萨讯(记者 刘琳琳)近日，拉萨市墨竹工卡县公安局交通管理大队在全县范围内开展交通标志标牌专项整治与增设工作，旨在提升交通管理科学化、精细化水平，从源头预防和减少交通事故。

截至目前，墨竹工卡县已新增交通标志标牌145个，涵盖警告、禁令、指示、指路等多种类型，有效弥补了

原有不足，优化了道路交通指引系统，提升了通行安全性与引导效率。

墨竹工卡县公安局交通管理大队相关负责人表示，接下来，将持续关注新增标志标牌的运行效果，建立健全日常巡查维护机制，动态完善交通标志标牌体系，切实筑牢道路交通安全基础，为群众平安出行创造更加良好的道路交通环境。

芒康县特困中心

组织开展“林卡欢聚乐融融 情暖特困老人心”活动

本报芒康电(记者 温凯)为进一步丰富集中供养特困老人的精神文化生活，近日，芒康县特困中心精心组织特困中心老人组织开展为期6天的“林卡欢聚乐融融 情暖特困老人心”主题活动，为老人送去欢乐，彰显了党和政府对特困老人的深切关怀。

活动中，工作人员与老人们促膝谈心，倾听他们的心声与需求，详细询问他们的生活情况，医护人员为老人们测量血压。随后，大家围坐在一起分享美食，老人们兴致勃勃地讲述

过去的故事，现场笑声不断。工作人员为老人们准备了拔河比赛、翻油桶、唱歌、跳舞等简单节目，老人们也跟着节奏拍手互动，中途行动便利的老人也参与跳舞节目，整个活动充满了欢乐祥和的气氛，处处洋溢着欢声笑语。

特困中心的老人们纷纷表示：“感谢党和政府对我们特困人员给予的关心与关爱，也感谢全体护理人员日复一日的辛勤照料与帮助，我们将坚定不移听党话、感党恩、跟党走。”

类乌齐县人民医院血液净化中心正式建成投用

填补了该县血液透析诊疗服务空白



类乌齐县人民医院血液净化中心正式建成。

本报记者 平措郎加 摄

本报昌都电(记者 平措郎加) 近日，类乌齐县人民医院血液净化中心正式建成并投入临床使用，标志着类乌齐县医疗卫生服务能力迈上新台阶，实现了昌都市县级医院血液透析专科建设的历史性突破，填补了类乌齐县血液透析诊疗服务空白。

来自类乌齐县卡玛多乡的扎巴旺加是一名患者的家属，患者做血液透析治疗已有3年时间。现在，看到县人民医院成立了血液净化中心，他激动地说：“之前每次血液透析都得去昌都，住宿费、路费等多项开支叠加，给家里带来了沉重的经济负担，

而且路途奔波劳累，耗时费力，如今在家门口就可以做透析治疗，真是太方便了。”

在设施设备建设方面，为破解县域血液透析诊疗短板，类乌齐县人民医院提前将其纳入昌都市高质量发展重点专科建设项目，多次调研指导建设推进情况，协调解决场地规划、专项资金使用等难题。在人才培养方面，以人才培养为抓手，提前选派临床医师、专科护士赴援藏对口三级医院进修学习，相关专业人员已系统掌握血液透析诊疗技术，并取得相关资质。历经一年多时间的筹备，目前已建成一支技术过硬、经验丰富的专业诊疗团队。

坚守在海拔5000米，他为幸福生活“加油”！

本报记者 卓玛七林 白玛泽旺



索旺在加油站为过往群众提供服务。

本报记者 次仁平措 本报通讯员 吕殿杰 摄

“再仔细排查一下，加油机有没有渗漏。”

“没有渗漏的情况！”

在那曲市双湖县中国石油双湖加油站，索旺正带领员工逐一一对设备进行安全巡检。

29岁的索旺是中国石油西藏销售公司那曲分公司双湖加油站的经理。记者

问索旺，以前有想过来双湖工作吗？他坦然一笑：“说实话，以前从没想到过”。至于如今为何扎根于此，他眼神坚定：“这里的油关乎群众生计，路人希望，这份责任，让我放不下、舍不得走。”索旺原在中国石油西藏销售公司市场营销处工作，2024年，双湖加油站经理选拔工作正式启动，“海拔最高”的挑战激起了他的闯