

胡昌升会见段向东一行

龚会才参加

本报拉萨 10 月 14 日讯(记者 王雅慧 刘文涛 王艺霏)10 月 13 日下午，自治区党委书记胡昌升在拉萨会见中国铝业集团有限公司党组书记、董事长段向东一行。

胡昌升代表自治区党委、政府对段向东一行表示欢迎，向中铝集团长期以来给予西藏工作的支持表示感谢。胡昌升说，西藏是重要的国家安全屏障、生态安全屏障、战略资源储备基地、清洁能源基地和面向南亚开放的重要通道，也是西部大开发的主战场，中铝集团作为中央管理的国有重要骨干企业，双方合作前景广阔。希望中铝集团积极参与社会主义现代化新西藏建设，充分发挥资金、技术、人才等优势，加大优质项目投资布局，持续深化对口支援工作，促进受援地群众就业增收，推动地企合作迈上新台阶。西藏将持续优化营商环境，全力做好服务保障，为企业在藏投资兴业创造良好条件。

段向东表示，中铝集团将主动服务西藏经济社会发展大局，聚焦西藏“十五五”发展规划，不断拓展合作领域、提升合作水平，严守生态底线、坚持绿色发展，加大援藏力度、促进民生改善，为建设社会主义现代化新西藏贡献力量。

自治区领导龚会才、韦秀长，中铝集团领导王石磊参加。

10 月 13 日下午，自治区党委书记胡昌升在拉萨会见中国铝业集团有限公司党组书记、董事长段向东一行。

本报记者 李洲 摄



孔雀河畔秋光好 雪域边城展新颜

——阿里地区普兰县绘就高原生态文明新画卷

本报阿里采访组



图为普兰县城周边公园。

本报记者 欧珠次仁 摄

金秋时节，走进阿里地区普兰县，孔雀河谷层林尽染，流水潺潺。放眼望去，成片的普兰柳、小叶杨高低错落，青稞与油菜花交相辉映，木质栈道上不时有村民漫步休憩，一幅锦绣的高原田园图景跃然眼前。

“以前风一吹，满街都是沙土，河滩上全是乱石和垃圾。你看现在，河滩变绿了，风沙少了，这才是家乡该有的样子。”看着家门口的变化，62 岁的普兰县普兰镇吉让村村民加布感慨万千。

地处阿里南部边境的普兰县，全县平均海拔 4500 米。高寒干旱、土壤贫瘠、无霜期短，“种树难、存绿难、护绿难”曾是制约当地发展的生态难题。

近年来，普兰县深入践行习近平生态文明思想，严格按照自治区、阿里地区国土绿化行动部署，立足高原边境生态实际，统筹推进生态修复、荒漠化沙化治理、大规模国土绿化等重点工作，全县生态环境持续改善，绿色发展底色不断夯实。

系统修复，让生态提质增效

“以前这里都是河滩，乱石、杂草、垃圾堆在一起。”普兰县自然资源和林业草原局副局长索朗卓玛回忆道。

为彻底根治隐患、改善人居环境，普兰县累计投入资金逾 2.2 亿元，先后实施一期、二期地质灾害治理项目及生态修复治理保护项目，开展生态环境修

里地区邮政局的大门，成为一名邮运驾驶员，陪伴他的第一台邮车是载重 5 吨的老东风。那时候，从阿里地区到东部的措勤县，还算不上是正经公路，坑坑洼洼的浮土和碎石延伸在漫无边际的戈壁上，车轮碾过去，扬起的尘土能把整个驾驶室裹住。遇上暴雪，车轮陷进齐膝深的积雪里，他只能攥着铲子跳下车，一点点把雪刨开，一天满打满算能跑上 100 公里就不错了。

桑布摩挲着老东风的旧照片，聊起那段邮路经历：“当时从阿里地区到措勤县，往返足足要 8 天。整条路上，除了风声，连个人影都少见。路上也没有像样的补给点，冬春季节，时常会被困在雪地里，饿了就从包里摸出提

滩变绿了，风沙少了，这才是家乡该有的样子。”看着家门口的变化，62 岁的普兰县普兰镇吉让村村民加布感慨万千。

地处阿里南部边境的普兰县，全县平均海拔 4500 米。高寒干旱、土壤贫瘠、无霜期短，“种树难、存绿难、护绿难”曾是制约当地发展的生态难题。

近年来，普兰县深入践行习近平生态文明思想，严格按照自治区、阿里地区国土绿化行动部署，立足高原边境生态实际，统筹推进生态修复、荒漠化沙化治理、大规模国土绿化等重点工作，全县生态环境持续改善，绿色发展底色不断夯实。

系统修复，让生态提质增效

“以前这里都是河滩，乱石、杂草、垃圾堆在一起。”普兰县自然资源和林业草原局副局长索朗卓玛回忆道。

为彻底根治隐患、改善人居环境，普兰县累计投入资金逾 2.2 亿元，先后实施一期、二期地质灾害治理项目及生态修复治理保护项目，开展生态环境修

前备好的糌粑，渴了就地上抓把雪啃两口。”

2014 年，随着邮运需求增长，邮路延伸到了日喀则，他的邮车也换成了载重 8 吨的东风车，脚下的路终于不再全是颠得骨头疼的搓板路，里程虽然比到措勤县多了 450 公里，但从阿里到日喀则往返一趟的时间却缩短到了 7 天。2018 年，载重 17 吨的新邮车稳稳停在了他面前，线路也再次延长到拉萨。这时候，道路已经铺装成黑色的柏油路，阿里往返拉萨全程约 3200 公里，5 天就能跑完。

28 年来，桑布一直奔波在路上，邮车在升级，路上的风景也在不断变化——曾经颠簸的砂石路慢慢变成了平整

复治理。

普兰县将地质灾害治理作为生态修复的首要前提，通过稳固河岸基础、土方回填和综合运用抗滑桩、挡土板、喷锚、拱形骨架护坡、锚杆格构梁等工程措施，系统推进岸坡坍塌、护坡治理，从根本上解决沿河地灾隐患。

在此基础上，普兰县摒弃传统硬质护岸模式，投资 7185 万元实施生态修复治理保护项目，全面采用生态护岸、人工浮岛、恢复缓冲带、土地处理、植树造林等柔性策略。全县共治理河岸总长约 7 公里，完成生态修复面积 45.8 公顷。

何为“柔性策略”？索朗卓玛介绍，所谓柔性，一是因势利导将散乱水系适度集中，保留河道原有的弯曲形态；二是拆掉 975 米原有混凝土河堤，改用木栅栏、生态袋等柔性材料，能适应冻土变形，有效解决冬天冻裂、夏天维修的困境；三是坚持植被本土化，经过反复试验，大面积种植普兰柳、小叶杨等本地适生树种，撒播格桑花、紫花苜蓿，让河岸自己“长”出绿意。

柔性治理，不仅修复了流域生态，还拓展了发展空间。“以前水土流失严重，河滩基本没有利用价值。现在水土稳住了，腾出的土地用来打造生态公园，生态旅游的潜力正在逐步释放。”索朗卓玛说，曾经风沙漫天的河谷荒滩，变为美丽的生态缓冲带，成为群众闲散散步、跳锅庄舞的好去处。

(下转第二版)

的柏油路，道路两旁的房屋也多了起来，路过的城镇变得越来越大、越来越现代化……

同样变化的，还有邮车里装的物件。

十多年以前，他的邮车里装得最多的是信件。人们把对家的思念、对亲人的想念，一笔一画写在信纸上，从祖国各地辗转到拉萨，最后抵达千里之外的阿里。那时候他才知道，自己拉的从来不是普通的邮件——那是一份份牵挂，是阿里和外面世界的联系。

如今，他的邮车里装满了网购的包裹——给家里老人买的羽绒服、年轻人追的新潮物品、商铺补进的日用百货、老乡亲们网购的小型农机配件……五花八门的包裹，把整个车厢填得满满当当。

这么多年，他无数次在无人区过夜，四周黑得伸手不见五指；路上信号断断续续，有时候两三天都打不通一个电话。

(下转第二版)

“我们要建成的健康中国，是均衡普惠、优质高效的健康中国”。

在全国卫生与健康大会上，习近平总书记着眼于人民健康在党和国家事业发展中的重要地位，科学分析我国卫生与健康事业发展面临的形势，系统阐明了建成健康中国的目标任务、基本内涵，为实现到 2035 年建成健康中国目标提供重要指引。

人民健康是社会文明进步的基础，人人健康是老百姓美好的愿望和热切的期盼。我们党是全心全意为人民服务的党。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把保障人民健康放在优先发展的战略位置，从党和国家事业发展全局高度全面推进健康中国建设，有力守护亿万人民身体健康，不断增进人民群众健康福祉。

我国是社会主义国家，是人口规模巨大、城乡区域差距仍然较大的发展中国家。建设健康中国，必须坚持从我国国情出发，锚定“均衡普惠、优质高效”这个大方向，坚定不移走中国特色卫生与健康发展道路。

“强大的健康管理能力、疾病防控能力、医疗服务能力、医保支撑能力、医药创新能力、人才培养能力”，习近平总书记精辟概括健康中国应当具有的 6 个方面能力，既是战略目标，也是实践要求，体现了坚持目标导向和问题导向相统一。

这里以“健康管理能力”“医药创新能力”为例进行深入阐释，以深化理解。

卫生健康是个人之事，也是国之大事。强大的健康管理能力是“中国之治”的体现，也是健康中国的坚实支撑。

新时代以来，推进实施健康优先发展战略，树立系统观念，推动医疗卫生发展方式更加注重以健康为中心，标注理念的跃迁、治理的变革。

在四川泸县，20 多万名慢性病患者获得分类分级、精准服务，县域内四类重大慢性病过早死亡率较 2020 年下降 3.25 个百分点；

在上海杨浦，运动健康工作被纳入民生实事项目和区政府重大决策事项，整合型慢性病综合防控体系取得明显成效……

“十四五”时期，全国居民健康素养水平以平均每年 2 个百分点的速度提升。从学生总体近视率实现“五连降”，到每年为 65 岁以上老年人提供约 1.4 亿人次健康管理服务，立足生命全周期、服务全链条、健康全过程，全民健康管理擦亮发展底色、厚植民生福祉。

当前，随着经济社会发展和生活水平提高，人民群众对健康更加关注，需求更加多样。《国民健康“十五五”规划》紧扣优化全人群全方位全周期健康服务等重点任务，为未来五年健康中国建设擘画发展路线图。

(下转第三版)

建成均衡普惠、优质高效的健康中国

论学习贯彻习近平总书记在 全国卫生与健康大会上重要讲话

人民日报评论员

首趟成都至拉萨图定货运班列顺利抵藏

本报拉萨 10 月 14 日讯(记者 嘎娃白玛 丹增朗赛 通讯员 冯燕燕)10 月 14 日下午，首趟成都至拉萨图定货运班列顺利抵达青藏铁路物流中心拉萨西站铁路货场。该班列的开行，标志着川藏间常态化铁路货运通道正式打通。

据悉，该班列已纳入全国四季度列车运行图，以“固定时间、固定线路、固定班期”模式运行，路线跨越四川、青海、西藏三省区，途经宝成、兰渝、青藏等多条干线，运输准点、运行稳定、运量大。常态化开行后，将与公路运输形成互补，切实破解冬季高原物流不畅、运力不足等难题，进一步畅通川藏物资双向流通渠道。

今年全国铁路四季度调图后，铁路部门新增开通成都、郑州、宁夏青铜峡三地进藏图定货运班列。至此，全国形成上海、广州、西安、西宁、成都、郑州、宁夏青铜峡多点始发、辐射全域的进藏货运班列网络，进藏铁路物流格局进一步完善。

据了解，本次首发班列共计 25 车货物，货重超 500 吨，货值超 1500 万元，货物品类涵盖木材、粮食、化工品、金属制品、工业机械、电子电器、农副产品及食品、纺织品、医药品等十余类。

“十一”期间，两名游客轻信“网红路线”，擅闯云南哈巴雪山核心未开放禁区，失足坠崖。70 余人 25 小时高海拔极限救援，耗资 9 万余元，最终被全额追偿，并处罚款 8000 元。这再次表明：任性探险，不能让社会买单；浪费公共资源，必须追偿。

近年来，违规探险屡禁不止。从复旦学子黄山遇险，到“整大线”接二连三的穿越悲剧，无不消耗大量公共资源。特别是在西藏的一些区域，极高海拔、恶劣天气、复杂地形，碰到任何一项都可能危及生命，绝不是随便“打卡”的探险场地。

公共救援是社会安全的最后防线，本质是保障公民基本生命安全，而非为个别任性行为“兜底”。2025 年江西首例“双德”案例中，追缴 7.4 万元、拘留 10 日，就传递出明确信号：谁违规谁买单，救援不能免费。

处罚不是目的，而是教育和警示；探险精神值得尊重，但探险不等于涉险，自由也不是肆意妄为。唯有敬畏自然、遵守法规，才能在追寻诗和远方的同时，守护好生命的尊严与安全。

王艺霏 张宇

违规探险，公共资源不能白耗

桑布：28 年 430 万公里的高原邮路

本报记者 康卓周辉

高原之光

10 月 10 日清晨，桑布像过去 28 年里的每一个出发日一样，缓缓绕着绿色的邮车走上一圈。

前一天阿里下了雪，早晨的气温低至零下 5 摄氏度，邮车周身结了一层薄薄的冰。桑布低下头，仔细查看轮胎的纹路，再对制动器、车厢锁扣、油箱盖等挨个检查，确认每一处都稳稳当当。然后，他慢慢转动钥匙，车辆启动，熟悉的引擎声响了起来——这条他走了无数次的邮路，又一次在车轮下缓缓铺开。

1998 年，22 岁的桑布第一次走进阿