山海携手十六载　青海果洛启新程

——沪苏对口支援青海果洛高质量发展纪实

卫　庶　扎西黄秀　昂毛措

巍峨的巴颜喀拉山脉，见证跨越十六载的深情厚谊。16年间，上海、江苏两地对口支援青海省果洛藏族自治州，从“输血”到“造血”，托举起高原之梦。迈入“十五五”，果洛州将紧扣“一体双轮四支撑”发展思路，以生态文明高地建设“一体”为魂，以生态畜牧与生态旅游“双轮”为驱，以基础设施、民生福祉、改革开放、安全稳定“四支撑”为基，奋力谱写中国式现代化的果洛答卷。




②


③





图①：援青教师曹凤敏为果洛州大武民族中学学生授课。
图②：来自果洛的农牧民在上海务工就业。
图③：第五批上海援青干部朱鑫璞为群众进行义诊。
图④：“守护三江源”大型生态情景音画《从黄河到长江》民族音乐会在北京国家大剧院成功展演。
图⑤：2024年，零食品牌来伊份青海果洛店开业，助力当地青年创业。

受访者供图

产业增收结硕果

上海对口援建、江苏接续协作，16年来，东西部协作以产业帮扶为抓手，让雪域资源变成富民资本。果洛草原上，一幅从“输血式帮扶”到“造血式共赢”的画卷徐徐展开。

清晨，玛多县花石峡镇牧民索南正忙着清点牛羊出栏订单，脸上堆满笑意。

“家中的百十头牦牛、藏羊，过去只能低价卖给零散商贩，逢年过节，牲畜滞销、鲜肉变质是常事。”索南说。但如今，他家的出栏牛羊早早被东部地区的商超预订，每年靠牲畜稳定增收超3万元。

变化要从江苏省宝应县援青干部的到来说起。

2021年底，宝应与玛多结成帮扶对子。援青专班跑遍了花石峡镇的牧户，发现好货困在大山，牧民守着草原受穷。他们决心帮玛多在东部市场“吆喝”出名气。很快，宝应的街头开起3家“天上玛多”农特产品形象店；援青干部还帮忙注册了“迎亲滩”商标，让玛多牛羊肉有了自己的品牌。

在江苏扬州举办的产销推介会上，现场签下460多万元大单；在国网上海电力公司的食堂里，飘起玛多牛羊肉的香气。在宝应，玛多牛羊肉端上了当地百姓餐桌，西部冷链系列食品销售额超过150万元。

16年来，沪苏持续搭建跨区域产销协作网络：江苏在南京、扬州、南通布局高原特产体验馆，对接大型连锁商超；上海在进博会上设立“果洛专柜”，布局线上直播带货阵地。

“东西部协作实实在在帮我们打开了致富门。”索南说。

光卖初级农产品还不够，产业链发展也要跟得上。

早年，果洛牧民饲养的牦牛只能活体出栏售卖，刨去饲养、防疫成本，牧民到手没几个钱。2011年，上海投入对口援青资金，青海五三六九生态牧业科技有限公司在果洛落地生根。企业不仅以高于市场的价格收购牦牛，还创新推出“牦牛银行”托管模式——牧民把闲置牦牛交给企业统一标准化饲养，自己进厂务工拿薪金，等牦牛出栏后可以再拿分红。

更让牧民们开眼界的是，企业不光卖牛肉，还制作牦牛绒、熟食、保健品，一头牛产出的价值可以翻好几倍。

沪苏带来的不仅是项目和资金，更是现代化产业思维。在两地助力下，果洛畜牧业实现了全链条改造，升级为育种、生态养殖、精深加工、品牌销售的全闭环产业。16年来，上海落地特色产业项目222个，培育出五三六九生态牧业、雪山食品等企业；江苏从牦牛、藏羊两大产业，延伸出牦牛绒纺织、熟食加工、保健品等多条产业链。果洛有超3000户牧民绑定龙头企业，依托订单收购、保底分红实现稳定增收。

沪苏两地还帮助果洛将雪域文化和飞地经济作为新的增长极。

在甘德县德尔文村，上海援青团队联动春秋旅游集团，依托非遗禀赋打造格萨尔文化民俗村，援建民俗大舞台、藏香非遗工坊，开通“上海—果洛”援青旅游包机，落地黄河溯源、格萨尔探秘等精品文旅线路。

在沪苏两地援助下，久治县打造黄河首曲·女儿湾景区，2024年接待游客8.68万人次，营收近9000万元；班玛县依托红色资源打造非遗驿站，唐卡、黑陶等手工艺品借旅游拓宽销路。

果洛全域高海拔、耕地稀缺，规模化种植难以落地。上海创新“果洛资源+上海技术+海东落地”飞地协作模式，在青海省海东市互助土族自治县建成万亩高标准冷凉蔬菜示范基地，产品直供盒马、山姆及上海连锁餐饮，园区满产后年产值突破3亿元。基地稳定吸纳1500名来自果洛的农牧民就业。

江苏也顺势引导牦牛深加工、高原药材加工项目落地青海西宁、海东工业园区，形成“果洛原料+东部技术+河湟平台”的协同格局。

数据见证巨变。果洛地区生产总值从2010年的20.43亿元增至2025年的73.15亿元，全体居民人均可支配收入从2011年的6435元提升至2025年的22789元。产销联动、畜牧全链、文旅飞地三大板块协同发力，果洛完成了从“资源在地、收益在外”到“资源就地转化、产业自我造血”的蜕变。

文化帮扶润人心

在果洛玛沁县沪沁怡毯毯手工编织坊，藏族阿妈久卓熟练地操作着木质织机。指尖翻飞间，传统的雪山、祥云纹样旁，悄然融入了江南水乡的雅致线条。放在十多年前，她可不敢想，祖辈传下来的老手艺，能走出草原，走进繁华都市。

上海援青工作组来到果洛后，邀请上海文创设计师、非遗专家，一次次深入草原调研，帮助藏族手工艺师傅在保留毯毯传统核心技艺的前提下，改良纹样、优化质感。在上海援青资金与技术支持下，“沪沁怡毯毯手工编织坊”“天才妈妈牦牛绒非遗工坊”相继落地运营。越来越多的牧区藏族妇女在家门口实现就业，年轻一代也重新发现了老手艺的价值。

“我们去上海进行了培训，技艺与审美得到了提升。在上海设计师的帮助下，还创新开发了多款毯毯制品，更符合现代消费者的审美。”沪沁怡毯毯手工编织坊店长、非遗手艺人闹增拉毛说。

玛多县黄河源民间艺术团还带着非遗节目走进上海大世界、深入豫园社区，开展“嵌入式”文化交流。原创群舞《站在草原望北京》等作品，将红色文化与民族文化相融，为上海市民送上独具高原风情的演出。

文脉传承，重在育人。

过去，高原牧区的孩子大多只听过草原风声，从未接触过专业艺术教育。上海音乐学院的援青老师扎根后，在这片土地上种下了艺术的种子。

组建藏族青少年管乐团之初，很多学生连五线谱都不认识，更没触碰过管乐器。高原气候寒冷、教学条件有限，援青老师们克服缺氧、干燥等不适，从基础乐理到演奏技巧，一对一辅导、手把手教学。课余时间，他们带着孩子聆听格萨尔史诗、观摩传统藏乐，将草原的辽阔旋律融入现代乐曲。

汗水终有回响。2023年，中国首支藏族青少年管乐团——果洛州青少年管乐团组建成立，并亮相中国第十七届优秀管乐团队展演，荣获“中华杯”优秀管乐团展演团队奖。当《赛马称王》的旋律在国家大剧院响起，藏族文化的雄浑与少年朝气交织碰撞，震撼全场。“原来我们家乡的文化这么美。”登台归来，孩子们眼里多了自信与笃定。

一批批援青文艺专家师徒结对、驻州授课，为果洛培育出本土文艺骨干。2021年，在上海音乐学院指导下，果洛州第一支特色室内乐团“阿尼玛卿组合”成功组建。文化帮扶，正从“送文化”转向“种文化”。

在上海黄浦剧场后台，果洛州民族歌舞团的才让卓玛正对着镜子练习弹唱。《从黄河到长江：民族音乐巡演》这支曲子她唱了无数遍，可每次站上舞台，才让卓玛心里还是涌动着热意——从果洛草原到上海、北京、西宁，再到江苏、浙江、江西，她和伙伴们带着家乡的旋律，走过了许多地方。

最让她难忘的，是那些回到果洛的演出。没有华丽的舞台，就在草原上、帐篷前，以“音乐党课”的形式唱给乡亲们听。老人们抹着眼泪，年轻人跟着节奏拍手，孩子们骑在父亲肩头好奇张望。“中华民族一家亲，同饮一江水”，不是挂在墙上的标语，而是琴声与歌声里的感动。

这样的故事还有许多。

全新创排的大型舞剧《雪山大地》成功入选第七届全国少数民族文艺会演参演剧目，2025年一路从北京、上海、江苏巡演到青海西宁和果洛草原。果洛达日县与上海沪剧院携手，把《江源共韵·情满山海》搬上上海舞台，藏族的弦子与沪剧的婉转奇妙交融。

上海援青以文为桥、以情为纽带，抢救濒危文脉、培育文艺新芽、交融民族文化。在黄河源头、雪山之下，千年雪域文脉生生不息，民族团结之花在文化浸润中常开长盛。

民生答卷话幸福

果洛西宁民族中学物理教师薛伟宏常对学生说起两个场景：一个是多年前，天不亮就出发、在草原上徒步数十里才能到的“帐篷小学”；另一个是现在，配备智能交互屏的教室里，指尖轻触便能与几千公里外的上海师生实时互动。

上海援青教师周全和陈伟记得，2012年他们初到果洛时，夜里备课需要不时吸氧，却坚持将阅读角、项目式学习等新方法带进高原课堂。他们带出的本地教师白玉芳，从教学“零基础”到如今已能独立承担省级重点课题研究。“我的成长，是沪青教育‘同心赋能’结出的果实。”白玉芳说。

10.5亿元教育援建资金，22所标准化学校，700余位援青教师，1.2万人次本地教师培训……这些投入，让果洛的高考本科上线率十年间实现翻番。

来自牧区的姑娘麻切仁措，成为上海对口支援果洛以来首位考入上海音乐学院的学子。“是远程教学让我听到了专业的声乐课，是援青老师帮我圆了艺术梦。”她说。

另一个藏族姑娘加毛，最感谢的则是上海医疗援青队伍。

2021年9月，在果洛久治县医院手术室。当最后一层纱布从加毛眼前揭开时，一片模糊的光亮涌入她沉寂多年的世界。这个因先天性白内障在黑暗中生活了十余年的姑娘，第一次看见了父亲含泪的笑容。

而来自江苏的“心佑工程”医疗队，从2017年至2026年1月，23次奔赴高原，累计筛查6万余人次，为427名先心病患儿带来新生。

上海援建投入1.36亿元，重点实施“两小时急危重症救治圈”和“白玉兰远程医疗系统”。“两小时急危重症救治圈”以州人民医院为核心，构建起覆盖果洛6县38个乡镇的三级急救体系，累计救治患者500余例。“白玉兰远程医疗系统”联通青沪34家三甲医院，让高原群众不出州县就能享受上海专家的诊疗服务。各县多名严重外伤患者通过这个系统，在上海专家实时指导下顺利完成手术。

“走遍果洛公益行”项目开展51次巡诊，覆盖全州70%的乡镇，惠及1.3万群众和2万中小学生，筛查出特殊患者150人，实施免费手术30例。

更大的医疗网络正在果洛织就。玛沁县配备了移动CT车，班玛县引进了四维彩超，甘德县建起了高压氧舱。139名本地医护人员赴沪跟岗学习，一支“带不走”的医疗队在这里成长。

援青团队还为果洛百姓搭建起就业桥梁。

2021年春天，达日县的达保、洋地夫妇第一次走出果洛。通过“语言+技能”培训，这对原本只会放牧的夫妻，在上海电气公司找到了安装工作，每人每月有7000元的收入。几年下来，他们家焕然一新：牧区老房翻建，县城购置了两居室，还开上了小汽车。

近年来，援青干部帮助果洛办起语言培训班、技能培训班，对接长三角用工企业，实行“点对点、组团式”精准输送。“就业是最基本的民生。一个人有了稳定的工作，一个家就有了奔头。”援青干部金春早说。

一批批果洛青年走出去，不仅带回了收入，更带回了眼界和技术。有人攒够钱回乡开小超市，有人学了技能成为村里的致富带头人。

16年间，3000多公里公路在果洛铺展开来，连接起曾经孤立的村落。安全饮水流入千家万户，稳定电力照亮草原夜晚。上海援青实施的“五小工程”覆盖16个乡镇，让长期坚守的基层干部在海拔四千米的高原上也能吃上热饭、洗上热水澡。一位驻村干部感慨道：“现在条件好了，我们心里踏实，干工作也更有劲了！”

从“上海青”到“上海亲”，从“有学上”到“上好学”，从“看病难”到“治大病”，一批批沪苏援青干部人才用脚步丈量高原、用汗水浇灌希望，将“输血”式帮扶升华为“造血”式赋能，在雪域高原刻下了深深的“上海印记”与“江苏力量”。



果洛久治县风景。　梁志强摄（新华社发）