

沪藏山海情：在雪域高原感受上海温度

“今晚，回到公寓，得知在上海市慈善基金会帮助下，我们对口援建的驻点村水井项目顺利完工！看到当地老百姓能方便地取水，这是我援藏最大的满足！”6月29日晚11时51分，上海援藏干部张坤在微信朋友圈发文。离藏返沪的日子越来越近，回望这片曾奋斗三年的热土，一张张面孔、一个个项目、一步步足迹，在他脑海中如同电影倒放般快速闪过。感觉昨日才刚到，转眼就要分别，他，十分不舍。

三年，时间说长不长、说短不短。若是放到人生的坐标轴上看，可能不过是经历的三十分之一。但对于第九批上海援藏干部人才来说，

过往这三年意义非凡。他们争分夺秒，用上海智慧对口援建，助力西藏日喀则五县打赢脱贫攻坚战。

三年来，上海援藏联络组在发挥好援藏资金作用的同时，在市政府合作交流办和社会各界的大力支持下，积极发挥社会力量、社会资源的作用，共同参与对口帮扶工作，促进多项援助项目落地，在巩固脱贫攻坚成果中发挥积极作用，书写情系雪域、爱满高原的“沪藏心连心”美丽篇章。浓浓山海情，谱写新篇章。上海社会力量助力西藏日喀则三年时间迎来蜕变。



上海市慈善基金会资助的麻亚村水井项目



亚东县乡镇幼儿园阳光棚项目

广泛了解当地需求 “小而美”项目结硕果

2021年4月，上海市人民政府合作交流办公室推进指导处进藏调研，在实地查看帮扶项目时表示：“社会力量有其特殊优势，可以结合当地需求，有针对性地做些摸得着、看得到的‘小而美’项目，进一步增强当地农牧民群众幸福感和获得感。”

不断变强的学校

上海对口支援日喀则五县，市直部门、日喀则市人民医院和日喀则市上海实验学校援藏干部积极调研、了解需求、准备项目申报材料，有19个公益项目被上海市公益组织认领。其中，教育领域公益项目14个，卫生领域公益项目2个、民生经济方面公益项目3个。社会力量积极参与，关爱青年成长、关注健康管理、关心困难群众、织牢兜底网络、扩大保障覆盖，有力促进民生福祉不断提升。

且增洛桑是西藏日喀则市定日县扎西宗乡

完小的一名五年级学生，多才多艺，能弹钢琴演奏名曲《致爱丽丝》，乒乓球也打得很好，日常还和同学一起下象棋。扎西宗乡完小距离珠峰45公里。三年前的夏天，这所离珠峰最近的小学搬入新校区，各类教学设施应有尽有，功能教室、师生宿舍、办公楼配备齐全。教室里，通过国家中小学智慧教育平台，扎西宗乡的孩子也能身临其境地享受一线城市的教学资源。专用的科学实验室、书法教室、计算机教室、图书室、美术室全部配备到位，风雨操场、校园广场干净整洁，花草树木遍布其间。“新学校比我们当时想象的还要美！还要好！”校长白玛旺久兴奋地说。

随着教学条件的改善，扎西宗乡完小的师生规模不断扩大。2019年这里有28名教师和528名学生，如今学校已有6个年级19个教学班，共有34名教师和846名学生。在宽阔的校园广场上，一面鲜艳的五星红旗高高飘扬在崭新的旗杆上。每周一，学校都会举行升旗仪式，每到举行国旗下的演讲时，孩子们总是踊跃报名。

不断变美的家乡

学校迎来蜕变，扎西宗乡也发生了很大变化。通过精准帮扶，村道路变成了平整通达的水泥路，狭小简易的土坯房变成了宽敞明亮的砖木、砖混、钢混房，荒芜的土地变成了绿意盎然的农田。这个镶嵌在喜马拉雅山脉褶皱深处的乡村，在珠穆朗玛峰的俯视下，焕发出前所未有的生机。每年3月到10月，扎西宗乡都会迎来世界各地络绎不绝的登山者和游客。

“家乡变美了，学校变强了，大家的心也安定了，愿意扎根了！”新家园、新校区带来的喜悦和兴奋，充盈在师生们的心中。用白玛旺久的话说：“整个学校都透着一股生命力。”

“安吉”，藏语里是医生的意思，日喀则人会习惯性地加上一个敬语“拉”，尊称医生为“安吉拉”。

小卓玛的手术

上海援藏医生、日喀则市人民医院副院长乐飞记得第一个称他为“安吉拉”的病患是一个奶声奶气的小朋友。他进藏16天，还没有完全摆脱高原反应，就跟着上海援藏医生、原日喀则市人民医院儿科主任赵坚一起，到了当时年仅3岁的巨增卓玛家里，为她查看先天性心脏病病情。赵坚医生制定了微创的介入治疗方案，既能修复小卓玛的心脏，还不会在胸壁上留下难看的手术疤痕。不幸的是，赵医生突发疾病殉职，未能亲自完成这台手术，于是乐飞接过了“接力棒”。在上海市第九批援藏干部联络组的支持下，上海市慈善基金会资助巨增卓玛赴上海接受治疗。

淮海中路1253号，是上海市慈善基金会所在地。巨增卓玛和上港门将颜骏凌在这里相



孟云海(右)与学生一起体验中草药科普体验馆项目



日喀则先天性唇腭裂患儿治疗项目



拉孜困难群众代表送来锦旗感谢上海老党员

老党员匿名捐善款 拉孜148户449人受助

作为一名老党员，他与共和国一同成长，深感国家的兴盛离不开一代代默默无闻、隐姓埋名的奉献者，因此唯有两个要求：匿名捐赠不宣传；这笔捐赠一定要用在助力国家实现共同富裕上。

91万元匿名捐款

拉孜县芒普乡乃村的村民巨增平患有高血压、肺结核、心脏病，急需医疗费，来自上海的2万元善款让他松了口气：“我准备戒烟，要爱惜身体，不能辜负上海的好心人！”6月24日，拉孜县148户449位困难群众收到一笔92万元的返贫脱贫款捐赠。其中一位上海老党员匿名捐赠了91万元。

去年10月，这位老人走到上海市慈善基金会爱心窗口前，向工作人员咨询，表示愿意给上海对口支援西藏日喀则地区的专项基金捐款。工作人员帮助老人完成刷卡支付后，看到他卡

内余额只剩4000多元，于是当即询问会不会因为捐赠影响生活。老人说没关系，因为这是他一直以来的心愿。

在上海市慈善基金会与上海援藏联络组的全力护航下，老人的心愿得以实现。经过多方调研，这笔善款被确定使用在日喀则市拉孜县。拉孜全县共有148户449人农牧民家庭需要实施扶持救助举措，救助资金共计92万元。为确保资金安全，上海市慈善基金会将捐赠资金汇入拉孜县财政局指定账户，拉孜县财政局通过“一卡通”形式直接拨付至各农户卡上，县乡村振兴局全程监管。

此前，2020年上海爱心人士黄士平先生通过新民晚报向上海市慈善基金会两次合计捐款抗疫专项资金50万元，定向用于上海对口支援日喀则市人民医院防疫物资采购。

阳光棚的故事

三年来，援藏干部积极对接上海社会公益机构、爱心企事业单位、社会爱心人士，为萨迦县的困难妇女、困境学生、残障人士，累计接收捐赠物资资金1100余万元。

堆纳乡，位于距离上海近5000公里的日喀则市亚东县，平均海拔4600米以上，海拔高、风沙大、冬季寒冷又漫长。一次下乡调研时，上海援藏联络组亚东小组来到堆纳乡幼儿园，看到小朋友在露天的院子里玩耍，小手小脸冻得通红。询问后得知，幼儿园需要搭建阳光棚以改善教师和孩子们的生活学习条件，但由于资金预算不足一直未能实施。

上海援藏干部看在眼里，急在心上，他们希望争取资金帮助堆纳乡解决难题，为孩子们提

供一个好的生活学习环境。去年3月初，上海援藏干部联络组接到市政府合作交流办《关于申报2021年度社会力量参与项目需求的通知》，上海市多家公益组织愿意援手，帮助上海对口帮扶地区解决教育、卫生、民生等方面的困难。

得知消息，亚东小组迅速行动，再次来到堆纳乡，梳理出三所幼儿园急需搭建阳光棚。他们上报需求，三个月后得到反馈，有三家公益基金会认领了阳光棚帮扶项目，在第一时间与亚东联络小组签订公益项目捐赠协议，并在短时间内拨付项目资金。资金到位后，亚东小组联合亚东县教育局共同制定项目实施计划，对项目资金实行专账、专户管理，确保项目资金专款专用，对实施项目全程监控。2021年11月，三所幼儿园的阳光棚正式竣工交付。外边依旧漫天风沙、寒风呼啸，孩子们在阳光棚里却备感温暖。

志合者，不以山海为远。相隔4000多公里上海与西藏日喀则，围绕一个共同目标结下深厚友谊。

“五帮三带两转”

为充分发挥上海社会力量资源、技术、灵活等优势，上海市积极搭建立体式服务平台，加强力量整合，形成各方合力。抓好“五帮三带两转”（在智力技能上帮、在劳务就业上帮、在扶弱济困上帮、在消费扶贫上帮、在设施配套上帮；带人、带物、带产业；转村容村貌、转精神面貌），开展立体式结对帮扶。

上海市合作交流办、市民政局和各区搭建平台，通过上海援外机构、援外干部反馈对接地急需、群众有突发困难、财政援助资金未覆盖的帮扶需求，依托市民政局和业务主管部门优势向社会组织发布项目信息，打造形成“社会组织认领公益帮扶项目”工作模式，实现一线需求与后方资源的精准对接，极大提升项目的匹配度，推动更多社会组织主动参与、积极投入。两年来，通过一线需求与后方资源直接牵手，来自上海对口日喀则地区的41个“急、难、愁”帮扶需求，经上海社会组织认领并投入项目资金980余万元，落地成为“小而美”公益帮扶项目。

“下次”让同伴来

去年10月，上海大慈公益基金会与西藏日



上海市驻藏办组织爱心企业捐款

搭建立体服务平台 健全公益帮扶模式

略则上海实验学校联合开展“东风西渐暖雪域，绿杨荫里沪上行”夏令营活动。22名青少年从西藏来到上海参观了中共一大会址、东方明珠、豫园、上海科技馆、自然博物馆、朱家角、青少年活动中心等。夏令营结束之前，志愿者们向营员们表达祝福，让他们下次再来上海，多感受上海的科技进步与厚重历史。出乎意料的是，孩子们却不想“下次再来”——原来，在他们眼中，此次经历实在太过珍贵，他们希望把这样的机会让给更多同伴。“这些西藏的孩子实在非常淳朴，这对我们也有教育意义。”上海大慈公益基金会秘书长董剑珍说。

“舌尖上的安全”

日喀则，藏文称之“如意庄园”，意为“土地肥沃的庄园”。

之前日喀则基本是大棚种植的农业体系，用药超标问题屡见不鲜。随着日喀则农牧产业快速发展，当地着重加强农产品质量安全监管、保障农牧产业健康发展，当地人民群众“舌尖上的安全”日趋重要。上海宏信公益基金会在上海市合作交流办的指导下，开展了上海市援建日喀则农兽药残留快速检测设备项目，助力日喀则市脱贫攻坚，为日喀则市以及江孜、拉孜、萨嘎、定日四县农产品质检站购置必要的农兽

药残留快速检测设备，提高农产品质量安全检测和监管水平。

此外，上海市驻藏办坚持政府推动引导、社会协同发力，充分发挥桥梁纽带作用，积极助力上海对口援藏与沪藏合作交流再上新台阶。通过引导企业参与对口援藏、践行社会责任、深耕公益事业，助力西藏巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接。其间，组织锦江之星、珠峰资源、华宝香精、氧知元、宝钢包装等上海在藏企业赴日喀则市亚东县开展社会公益捐赠及产业发展调研，共捐赠金额近百万元，并在亚东鲑鱼、亚东木耳的加工、包装和销售上达成初步合作意向，有力助推了结对援建工作。2020年，在上海援藏干部张坤协调下，中国太平洋保险公司出资30万元建设的则康生猪养殖合作社、聪萨综合养殖合作社也取得良好效益，户年均分红超过8000元。

据上海市援藏干部、日喀则市委组织部副部长闻兆伟介绍，在上海市合作交流办的支持下，围绕日喀则市教育、卫生、助残、民生济困、安全饮水等事业发展需要，对接上海慈善基金会等社会力量参与对口帮扶工作，采取为贫困学生购置御寒衣物和学习用品、筛查并救治先天性疾病患儿、给予返贫致贫风险人群帮扶救助资金、修建水井和水塔等帮扶措施，帮助解决



中国太平洋保险公司资助的生猪养殖项目



汇爱萨迦——社会力量参与公益项目

基层群众在生产生活中的实际困难，进一步巩固拓展日喀则市脱贫攻坚成果，助推乡村振兴和经济社会发展。

社会的爱心力量

缺氧不缺精神、艰苦不怕吃苦。上海援藏干部通过政府推动引导、社会协同发力，一批公益项目和特色产业项目让当地村民的“钱袋子”更鼓了，基础设施项目让村民的“小日子”过得更好了。“三年来，我们在社会各界大力支持下，咬定青山不放松，脚踏实地加油干，努力绘就乡村振兴的壮美画卷，朝着共同富裕的目标稳步前行。”上海第九批援藏干部联络组组长、日喀则市委副书记孟云海表示，“上海社会力量非常发达，这也是上海的软实力。把服务对口支援地区作为重要使命，是上海精神的重要体现，必将在推进巩固拓展脱贫攻坚成果与乡村振兴有效衔接中发挥更大作用。”

山海万里，不以为远。三年来，每一个公益项目背后都汇聚了来自上海社会各界的爱心力量，这不仅仅是一次捐赠活动，更是沪藏一家亲的真实写照，是铸牢中华民族共同体意识的生动实践。这股爱心力量与上海援藏齐心协力，紧密了沪藏联系，加深了民族情谊，弘扬了上海精神，体现了上海温度。

杨欣