

新春走基层

兜住、兜准、兜牢民生底线

让世界看到新一代西藏青年的风采——

春晚拉萨分会场的3个“00后”

本报记者 次旦央吉 琅珍 常川

春晚拉萨分会场，无疑是今年春晚的超级亮点！海拔3650米的布达拉宫广场，8分钟的节目时间，却浓缩了西藏38种非遗文化，全方位地展现了西藏的壮美山河、独特文化与深厚底蕴，让全国观众得以领略这片神奇土地的绝美风光与无尽魅力。

这场视听盛宴不仅让全国观众大饱眼福，更让三位“00后”成为了场内外的焦点——他们就是白玛措姆、斯塔罗布和班珠丹塔。这三位年轻人，用他们的才华和努力，为西藏文化代言，也让世界看到了新一代西藏青年的风采。

**“00后”歌手白玛措姆：
用歌声唱响西藏**

白玛措姆，这个名字在春晚后迅速火遍全国。她在春晚拉萨分会场的舞台上，用纯粹的藏腔续唱《翻身农奴把歌唱》，短短18秒，却让全世界记住了她。

这位来自那曲比如的藏族女孩，是西藏大学的大二学生。她回忆说，接到春晚导演组的通知时，她以为只是大合唱的一员，没想到会有单独的演唱部分，那段时间压力巨大，但最终她完美地完成了任务。

白玛措姆的音乐之路，其实早已铺就。她从小就热爱音乐，经常把自己关在房间里练习唱歌，甚至“唱不上去就硬唱”，她笑称自己是“努力型歌手”。她的努力也得到了回报，早在此次春晚

之前，她就以那曲市歌唱比赛第一名的身份参加了中国民歌盛典，并被选中参加春晚录制。去年，她在西藏日报抖音上演唱的《青藏高原》视频火爆，收获了大量的网友支持与点赞。

白玛措姆介绍说，这次春晚舞台上她穿着的服饰是在家乡那曲定做的，头饰上的小辫也是家人帮忙编的。“家里人虽然不了解春晚，但看到我上电视了很开心，还跟我抱怨时间太短了。”

白玛措姆的未来目标很明确：她希望成为一名歌手，穿着藏装站在更大的舞台上，把西藏的文化带到全国乃至全世界。她的歌声，不仅是对音乐的热爱，更是对家乡的深情告白。

**“00后”主持人斯塔罗布：
颜值与实力并存**

斯塔罗布，春晚拉萨分会场的主持人，也是央视春晚历史上首位“00后”主持人。他的出现，让无数观众眼前一亮。帅气的外表、沉稳的台风，与朱迅搭档毫不怯场，迅速在网络上圈粉无数。

斯塔罗布的成长之路并不平坦。大学时他学的是音乐专业，但他对朗诵和播音有着浓厚的兴趣，于是利用课余时间参与学校的广播站，向学长学姐学习播音技巧。毕业后进入拉萨市融媒体中心，他凭借自己的努力，逐渐形成了独特的主持风格。

回忆起被选为春晚主持人的那一

刻，斯塔罗布坦言自己一开始懵了，但很快兴奋和激动就涌了出来。不过，他也担心自己的普通话不够标准，于是从得知消息后就开始不断练习，希望能用最好的状态把大美西藏介绍给全世界。他的努力没有白费，他和朱迅主持的春晚拉萨分会场节目广受好评，成为今年收视率最高的春晚分会场之一。

斯塔罗布说，他希望通过自己的努力，让更多人认识西藏，了解西藏的人文特色。他的抖音账号也吸引了大量粉丝，他希望通过自己的平台，让更多人感受到西藏的魅力。

**“00后”服装设计师班珠丹塔：
用服饰展现西藏之美**

班珠丹塔，这个名字可能很多人还不熟悉，但他在春晚拉萨分会场的贡献却不可忽视。作为分会场的服装设计师之一，他为朱迅和刘涛设计的藏装造型，成为了今年春晚的一大亮点，刘涛身穿藏服好美且朱迅让雪域卓玛有了脸等话题在各大网络平台上广泛传播。

班珠丹塔本科在浙江大学攻读文博专业，研究生又在四川大学深造西藏艺术考古专业。这两个专业背景，让他对传统服饰有了更深入的理解和研究。他介绍说，朱迅和刘涛的藏装分别源自拉萨和日喀则的传统服饰，他在设计中坚持保留传统服饰的精髓，同时考虑到春晚舞台的视觉效果，对服饰进行了一些改良和优化。例

如，朱迅老师的坎肩造型，为符合主持人的身份，最终以相较传统坎肩较大的形式呈现，但他强调，整体上依然保留了传统服饰的精髓。

近两年，部分游客穿“藏装”打卡的造型由于不太符合传统西藏传统服饰，一直有一些争议。对此，班珠丹塔坦言，希望通过春晚这个全国最大的舞台，向观众展示和宣传西藏最传统的服饰，让更多人了解和喜爱藏族服饰之美。

在日常生活中班珠丹塔坚持通过绘画、Vlog等形式，持续向观众介绍西藏传统服饰，致力于让西藏传统服饰之美走出西藏，走向世界。

他们为何能成为春晚的“顶流”？

这三位“00后”，为何能在春晚这个全国瞩目的舞台上大放异彩？答案其实很简单：他们凭借的是对文化的热爱，对家乡的深情，以及不懈的努力。

白玛措姆用歌声唱响西藏，斯塔罗布用主持传递西藏，班珠丹塔用服饰展示西藏。他们用自己的方式，让更多人看到了西藏的美丽和魅力。他们不仅代表了西藏的年轻一代，更代表了新时代中国青年的风采。

正如歌里唱的那样：“一代人终将老去，但总有人正年轻。”这三位“00后”，正用他们的才华和热情，肩负起传承和弘扬西藏文化的使命，让古老的传统在新时代焕发出新的生机。

他们的故事，还在继续。他们的未来，值得期待！

(上接第一版)

阿旺措姆是参保的受益者，也是数字赋能医保改革的受益者。为用好新质“生产力”，我区坚持以数字赋能医保改革、管理和服务，上线西藏医疗保障信息平台，全面实现参保登记、异地就医备案等政务服务事项线上办理、跨省异地就医住院和门诊费用直接结算。自2024年5月1日起，全区城乡居民跨省异地就医使用医保码即可自动完成备案，异地就医更加便捷。同时，我区还积极推动医保服务数字化转型，鼓励全区“两定”机构应用刷脸支付设备，着力开启医保“刷脸”结算新模式。

1月17日，西藏自治区“医保钱包”正式上线运行。自治区医疗保

障局将积极开展“医保钱包”的推广应用，与具备开通条件的省市开展跨省对接联动，由少到多逐步覆盖全国，通过“医保钱包”实现个人账户跨省共济惠及更多西藏参保职工及近亲属。

此外，针对高原特殊疾病，我区还建立了专项救治基金和绿色通道，确保患者能够及时得到救治，真正实现了“病有所医、医有所保”。

“正是这些医疗保障的厚度擦亮了百姓幸福底色。”自治区政协委员、拉萨市卫生健康委员会四级调研员焦丽表示，今年政府工作报告中，对加强社会保障和服务作出安排。我们相信，随着医疗保障网织密织牢，人民的幸福指数会越来越高。

7岁孩童与76岁老人共展西藏文化魅力

(紧接第一版)他将出现在西藏民间传统舞蹈《飞弦踏春》中，与老中青百人的团队同台，用30秒的表演惊艳世界。

“我这一生参加过很多次演出，但春晚这样的大舞台，一生中很难遇到一次，今年我遇上了，我太高兴了。”老人开心地说，“能在春晚舞台上向全世界展现藏族传统乐器的无穷魅力和西藏独具特色的非遗文化，真是太荣幸了。”

作为拉孜堆非遗代表性传承人，传承拉孜堆谐是扎西多吉义不容辞的使命。“拉孜堆谐是我一生最爱。”老人说，他不到20岁就开始接触扎念琴和堆谐谱子，教书

育人之余，最大的兴趣就是收集、整理民间堆谐谱子，上世纪90年代以来共收集140余种谱子并整理成书。

如今，已“桃李满天下”的扎西多吉老人，最惬意的事情依然是从墙上取下扎念琴，慢悠悠地弹奏心爱的堆谐谱子。

一老一小，年龄跨度近70年，齐聚春晚拉萨分会场。记者发现，他们都有一个共同的状态：热情洋溢、全力投入；他们都有一个共同目标：用自己的方式将西藏文化发扬光大，努力让世界了解西藏。

新春坚守岗位 传递别样年味

(上接第一版)

“古突”夜要吃“古突”，相当于农历新年年夜饭要吃饺子，是西藏的传统习俗，寓意除旧迎新。

在定日县长所乡杂村板房安置点里，日喀则市发展和改革委员会驻杂村工作队队长旦增平措正在入户走访。定日县6.8级地震发生以来，他每晚都要入户走访，“古突”夜是他在2024农历甲辰年的最后一次入户。

旦增平措走进村民尼玛卓玛的家，她正在用领到的物资做“古突”。

“一切都好吧，有没有需要帮忙的？”地震之后，旦增平措每天都会过来问上一句。

“今天只有一件事需要你做，就是一定要在我家吃‘古突’。”尼玛卓玛笑着回答。

藏语中，“古”意为九，“突”为面食，是一种藏式面疙瘩，内有牛肉、羊肉、人参果、奶渣等九种食材。

旦增平措听完微微一笑。掐指一算，今天入户十九家，这已经是第十九个提出这样要求了。

一天前，杂村安置点所有受灾群众搬入板房。尼玛卓玛领到了日喀则市委、市政府发放的新年爱心礼包——一袋糌粑和牛肉、茶叶、红糖、人参果、青稞酒等。她很高兴，有了这些做“古突”的食材，就可以安心过年了。

就在尼玛卓玛热情邀请旦增平措一起吃“古突”的时候，旦增平措的女朋友次旦打来了视频电话。

旦增平措原计划与女友于1月领证结婚，但突如其来的地震让他们不得不延迟婚期。

“现在自己再大的事都是小事，眼前群众的事才是大事。”他说，等群众完全安定下来，再考虑结婚的事。

“你今天在哪里吃‘古突’？”

“还不知道呢，工作还没完成。”

尼玛卓玛插话说，“我不管你今晚在哪里吃‘古突’，反正我家这碗你必须得吃。”

“每家都吃一碗，那我今晚不是要吃几十碗？”旦增平措笑言。

“你要的是能吃得下，一百碗也够。”尼玛卓玛风趣地说。

挂断视频电话，旦增平措拿起手电筒，继续检查板房情况。

今晚在谁家吃“古突”？这成了地震灾区一线救援干部旦增平措的“甜蜜烦恼”。

宋国廷、旦增平措、米玛欧珠……他们只是春节假期期间坚守岗位人员的缩影。在这个万家团圆的日子里，他们放弃了与家人一起过年的机会，坚守在工作岗位上，用坚守和付出，让这个新春佳节更加温暖、更加明亮。

(综合新华社电和本报报道)

向世人全方位展现魅力新西藏
——我区强化引领全媒联动报道好总台春晚拉萨分会场演出

本报记者 姚闻

2025年中央广播电视台总台春节联欢晚会分会场首次落户西藏拉萨，这是春晚创办42年来首次在雪域高原设立分会场，具有重要的历史意义和现实意义。

据统计，截至目前，西藏日报、西藏广播电视台各平台累计发布相关报道4200余条，总阅读量近2800万次，全网刊发稿件9099篇(条)，互动量超216万人次，总阅读量超4亿次。

全媒体联动、全网发力、同频共振，强化引领效能

举办2025年中央广播电视台总台春晚西藏拉萨分会场是我区向全国乃至全世界宣传展示新时代西藏形象的良好平台、重要载体和重大契机。

我区各媒体充分发挥全媒体传播优势，统筹整合资源，构建了全方位、多层次、立体化的传播矩阵。通过广播频率、电视频道、客户端、官方网站、微信公众号、视频号、快手号、抖音号等多元传播平台，区市县三级传播矩阵在网站、微博、微信、抖音、视频号等多平台多渠道转发推送中央广播电视台总台、西藏日报社、西藏广播电视台等发布的优质稿件，形成立体式传播阵容。实现了传统媒体与新媒体的深度融合与协同发展，全面提升了春晚西藏拉萨分会场的宣传声量和传播效果。

截至1月29日20时，全网刊发稿件9099篇(条)，总阅读量达1.32亿次。稿件《2025总台春晚扎西德勒，请查收来

场的成功举办营造了浓厚的舆论氛围。

社交媒体热议不断，热榜话题层出不穷，形成强大传播合力

社交媒体作为当代信息传播的重要渠道，对于扩大春晚影响力、提升公众参与度起到了关键作用。

在此次春晚报道中，西藏日报、西藏广播电视台等媒体充分发挥传统媒体与新媒体的各自优势，构建了全方位、多层次、立体化的传播矩阵。通过广播频率、电视频道、客户端、官方网站、微信公众号、视频号、快手号、抖音号等多元传播平台，实现了传统媒体与新媒体的深度融合与协同发展，全面提升了春晚西藏拉萨分会场的宣传声量和传播效果。

在这些报道中，既有对春晚节目内容的详细介绍，也有对演员阵容、幕后故事的深入挖掘；既有对西藏传统文化的弘扬，也有对现代科技与文化融合的探讨。报道内容丰富多元，形式多样，满足了不同受众的需求。据统计，在春晚筹备和举办期间，西藏广播电视台各平台累计发布相关报道800余条，总阅读量近1300万次。春晚收视率TOP1《万年吉祥》节目平均收视率39.2184%，节目收视率峰值(秒)39.3075%。

其中，“春晚都去西藏了我也要去”话题阅读量4125.8万，“海拔最高春晚分会场”话题阅读量5177.3万，“在西藏拉萨过春节万年吉祥”话题阅读量496.6万，其他话题“西藏遇上了首个非遗春节”“春晚拉萨分会场幕后大揭秘”“西藏人会走路就会跳舞”“88岁歌唱家才旦卓玛亮相总台春晚拉萨分会场”“在王菲新歌MV里看到了日照金山”等也颇受关注。这些话题不仅引发了网友们的热烈讨论，也激发了他们对西藏文化的浓厚兴趣，进一步推动了西藏文化的传播和普及。

广大网民纷纷寄语、点赞留言，“狠狠期待，相信西藏不会让大家失望”“春晚拉萨分会场太震撼了，大气磅礴，绝美”“今晚真是视觉和文化双重盛宴”“38项非遗，七地市壮美全浓缩在8分钟”等留言评论霸屏互动区，赢得广大网民一致好评和极高赞誉。

边境一线民警：
年味中的“藏蓝”守护

1月29日，新年初一，天刚蒙蒙