

2025藏医药康体文化之旅推介会成功举办 冬游西藏 邀您解锁高原健康新玩法

近日,西藏自治区文化和旅游厅联合西藏藏医药大学举办了2025藏医药康体文化之旅推介会。此次活动旨在深度推介融合藏医药养生智慧与西藏壮美风光的特色旅游产品,为追求健康生活品质的人们提供全新的旅行选择。活动中,主办方正式向各界发出邀请:在这个冬季,走进雪域高原,让传承千年的藏医药智慧为现代生活注入全新活力,开启一场独特的身心康养之旅。

推介会在热情洋溢的开场舞《扎西雪巴》中拉开帷幕,瞬间将现场嘉宾带入雪域高原的独特氛围。西藏藏医药大学的边巴坚教授首先作了《藏药材“渣驯”的资源保护与康体应用价值研究进展》分享,深入浅出地介绍了藏医药康养哲学及其与现代健康生活的融合之道。他表示,藏医药不仅是中华民族的文化瑰宝,更为现代人应对压力、提升生命质量提供了宝贵的智慧源泉。

随后,推介会重点展示了两大核心康体旅游产品。“星空藏药浴”将传统藏药浴与高原纯净的夜空相结合,打造出极具意境的高阶养生体验;而“西藏璞园康体中心”则作为一个综合性的体验枢纽,融合了藏医药康养、

传统文化体验,并推出了“高原科考”等深度主题线路,为游客提供多元化、深层次的康体文化选择。

为了让嘉宾更全面地了解丰富的旅游产品,参加推介会的卓美定制旅行、西藏悠长假期旅行社、山南旅游文化投资有限责任公司、西藏西藏国际旅游有限公司等旅行社的代表先后登台,分享了多条精心设计的“藏医药康体文化之旅”宝藏路线。这些路线涵盖了从“藏文化探秘”“非遗传承”到“雪山仰望”“边境牧场体验”“雅砻文化寻踪”等多样化主题,充分满足了不同游客对深度文化体验和个性化康体养生的需求。

另外,推介会现场还设置了市集体验环节,并与各旅行社代表进行面对面咨询,现场互动热烈,交流深入。

“这类融合了千年智慧、自然风光与深度体验的旅游产品,精准契合了当前市场对健康、疗愈型旅行的迫切需求。这是一场探寻生命能量、焕新身心的藏地之旅,我和朋友都很喜欢。”体验结束后,游客满玉给出了高度评价。

文/图 记者 张雪芳



市集体验环节,工作人员向参会人员介绍特色产品。

打造高原户外旅游新标杆 我区2025年户外系列活动圆满收官



户外漂流活动。

近日,记者从西藏专项旅游协会获悉,2025年5月至9月,在西藏自治区文化和旅游厅的指导下,西藏专项旅游协会开展了一系列以“户外漂流+徒步旅行”为主题的户外旅游活动,为打造西藏户外旅游品牌、促进当地

农牧民增收奠定了坚实基础。

据《2024户外运动线上消费发展报告》显示,全国户外运动线上消费已突破2亿人次,消费总额超过3000亿元,市场正朝着精细化、专业化方向迈进。

在此背景下,西藏专项旅游协会2025年户外系列活动在内容设计上实现了产品组合创新、文化体验深化和服务标准提升三大创新,为参与者构建多层次、全方位的户外旅游体验。

据悉,2025年户外系列活动首次将白水漂流与高海拔徒步系统结合,设计了多条特色线路,让参与者在挑战自我的同时,深度探索雪域高原的壮美风光。活动特别融入藏族民俗体验环节,让游客在户外运动之余,能够沉浸式体验当地独特的文化魅力,实现了“体育+文化”的深度融合。针对户外运动专业化趋势,协会制定了严格的安全标准和服务规范,确保活动既充满挑战又安全可靠。

活动期间,沿线农牧民人均增收超过30%,形成较为完善的户外旅游服务标准和安全规范,培养一批懂专业、会管理的户外旅游服务人才,取得显著社会效益与经济效益。

据悉,西藏专项旅游协会未来将继续深化“户外漂流+徒步旅行+骑行”的特色旅游体系,进一步丰富产品内容,提升服务品质,同时加大惠民力度,让更多当地群众共享旅游发展红利,为西藏打造世界级户外旅游目的地贡献力量。

文/图 通讯员 向思怡 记者 张雪芳

西藏博物馆青少年研学活动圆满结束

商报讯(记者 赵越)为充分发挥西藏博物馆爱国主义教育基地、国防教育基地、民族团结进步教育基地、“大思政课”实践教学基地职能作用,扩大西藏博物馆“行走的课堂”品牌效应,今年3月,西藏博物馆联合拉萨市城关区吉崩岗小学启动了“行走的课堂——青稞的故事”青少年研学活动。

3月17日,活动在林周县边林乡拉开帷幕。学生们沉浸式体验春耕仪式,当地村民从天文历算学的角度详细介绍了春耕仪式的由来及传统农耕文化。6月27日,“夏·成长的守护——青稞生长的探究”研学活动在林周县堆堆村农田开展。同学们踏入田间地头,近距离观察夏季青稞的长势。9月9日,同学们再次来到农田,参与青稞的收割。

11月4日,西藏博物馆开展了“青稞的故事——冬藏篇”研学活动,此次研学活动结合西藏博物馆展览内容和社教课程《祖先的餐桌》,围绕“一粒青稞的四季旅程”——从播种到丰收,探寻高原农耕文化。活动以“参观展览+户外实践+专家讲座+研学讨论”的创新方式,分“春耕、夏长、秋收、冬藏”四个阶段持续性展开。学生们参观西藏博物馆、拉萨青稞博物馆,听取了西藏自治区农科院专家开展的《一粒青稞从种子到糌粑的奇妙旅程》专题讲座。进一步巩固了学生们对青稞知识的全方面理解,加深了学生们对青藏高原农耕文化和青稞重要地位的深刻认知。

在结业典礼活动现场,同学们用自己的方式展示了研学成果,有的以生动的手抄报描绘着青稞的四季旅程,有的用精彩的演讲分享自己在活动中的收获与感悟,还有的表演了与农耕文化相关的节目等。活动中还设置青稞的知识问答环节,学生们个个积极举手、对答如流,获得了精美的纪念品。活动最后,西藏博物馆副馆长扎西和吉崩岗小学教师次央向学生们颁发了“藏博小太阳——小小研学家”结业证书和青稞种子袋,博物馆社教人员还精心为学生们准备了“青稞的故事”糌粑蛋糕,祝贺学生们圆满完成了此次研学活动。

未来,西藏博物馆将积累活动经验,持续优化并开展更多深受青少年喜爱的研学活动,为助力青少年全面成长提供学习实践平台,使博物馆真正成为学生课外学习的“第二课堂”。此次研学活动的成果展示“微展——《我与青稞的故事》”将于2026年1月1日在西藏博物馆儿童体验馆展出,届时学生们将以“藏博小太阳——小小策展人+小小讲解员”的身份为您讲述“我与青稞的故事”。

“珠峰之乡·吉祥日喀则” 首届日喀则市文创产品创意大赛获奖名单公示

商报讯(记者 德吉央宗)11月9日,日喀则市文化和旅游局主办的首届“珠峰之乡·吉祥日喀则”文创产品创意大赛圆满落幕。经专家评审委员会现场评审,并结合电商转化数据综合评定,最终评选出一、二、三等奖及优秀奖共20件作品,现公示如下:

一等奖
《吞弥主题儿童拼图》格桑罗布
二等奖
《馨满大地藏香》格桑曲珍
《拉孜县央德扎念琴》顿加
《小唐卡·杂尔里》落桑
三等奖
《吉祥天母面具》扎西顿珠
《金整蓝面》非遗锻铜与藏戏面具的跨界艺术》格桑
《至死不渝》边巴央拉

《欧曲央金珠白多吉文化IP系列文创产品》格桑罗布
《松赞干布》多吉次仁
优秀奖
《旺丹仲丝》边巴
《情润高原·珠峰见证谢党恩》国吉曲巴
《纯手工细褶》央吉
《珠峰小卡-扎基拉姆》拉巴欧珠
《银碗、噶吾、茶盖、耳环》落桑扎西
《谢通门伴手礼精品礼盒套装》肖枫
《如意笔记本》杨少江
《融雪润林园》次仁
《骏马、仙鹤》次旦罗布
《湘艺刺绣唐卡》格桑
《珠峰108弯·远眺珠峰》杨少江

本次大赛评审过程由日喀则市公证处:云典桑珠、普片全程监督公证,确保程序公正、结果有效。

大赛特邀西藏自治区美术家协会副主席、一级美术师、中宣部文化名家、西藏自治区珠峰英才、西藏大学艺术学院研究生导师次旦久美,日喀则市群众艺术馆副馆长、非遗保护中心负责人、日喀则市非物质文化遗产专家库专家达瓦次仁等业内专家组成权威评审委员会。从文化表达、创意设计、市场潜力等维度对参赛作品进行综合评定。

公示时间:2025年11月10日至11月13日。
如有异议,请在公示期内致电大赛组委会联系电话:13298904446。

谨向所有获奖者表示热烈祝贺,并向每一位参赛者、指导单位、合作机构及社会各界致以诚挚谢意。

特此公示。
首届日喀则市文创产品创意大赛组委会
2025年11月10日