

# 拥抱新年俗 看西藏年轻人如何花式过年

“年货怎么买?过年怎么玩?”西藏年轻人的新年消费正经历着一场变迁——当生活水平不断提高,物质需求得到满足,越来越多人开始追求更丰富、更个性化的节日体验。在农历马年春节和藏历火马新年到来之际,让我们一起看看西藏年轻人喜爱的“新年货”“新年俗”,观察新年消费市场的澎湃活力,感受年味儿的历久弥新。

文/图 记者 赵越 秦盼 次吉 姜梦琳 格桑央珍 贡曲罗杰 德吉央宗

## 去旅游——温暖旅居过大年

2026年春节、藏历新年临近,长达12天的假期,让“旅居过年”持续升温——有人去海南度假,有人去东北玩雪,也有人选择自驾318川藏线,畅享高原湖光山色,而云南西双版纳凭借热带雨林风情与丰富文旅体验,成为西藏各族群众假日出游热门目的地。

“我很早就想带父母来西双版纳过冬,今年趁着休假,又碰上春节和藏历新年,正好全家人一起旅游过年。”2月初,来自那曲的巴桑一家已抵达西双版纳。行李箱中,除了漂亮的夏季衣物,巴桑还贴心地准备了许多糌粑、酥油和风干肉。“虽说是区外旅游过年,但家乡的味道一点儿也不少。接下来的时间,我可以好好陪伴父母和孩子了。”

与此同时,拉萨姑娘次旺白姆正期待着一放假便奔赴西双版纳,而家人已经提前出发、租好住房,为这场团圆之旅做好了准备。

“近几年去西双版纳的朋友越来越多,刷社交平台总能看到各种分享,早就心生向往。”次旺白姆表示,这是她首次前往西双版纳,而出游清单早已被同事的“亲测推荐”填满。作为去年到访过西双版纳的“先行者”,同事不仅分享了多处小众打卡地,更极力推荐了当地特色烤鸡。

除了美食探索,身着傣族、哈尼族传统服饰旅拍也是次旺白姆此行的重要计划。“期待在热带雨林里感受自然,在篝火晚会上体验傣家年味,更想和家人一起,在温暖的阳光里吃着烤鸡过大年。”次旺白姆的话语中满是憧憬。

## 买鲜花——为体验、情绪买单

新年装点家居,花卉盆栽必不可少。最近一个月,拉萨各大花市里,蝴蝶兰、仙客来、长寿花等传统年宵花纷纷被摆上“C位”,等待消费者挑选。不过,当“Z世代”成为“年货主理人”,变化正在悄然发生。

“并不是传统年宵花不好,但养盆栽费时费力。”生活在拉萨的“00后”曲珍说,“去年在小红书上刷到达孜有个玫瑰大棚,我马上就被‘种草’了。”

美团发布的《2025鲜花生活美学消费趋势报告》提到,当人们买花时,买的不只是一束花,是因人而异的情绪需求。“有人觉得买花是浪费,但我不这样认为。”曲珍说,“品质好的鲜花可以做成干花,继续陪伴自己。而且,自己动手采摘,在大棚里嗅到泥土芬芳那一瞬间的体验,是无可比拟的。”

春节、藏历新年假期即将到来,曲珍已经做好计划——专门挑一天时间,和家人去赏花、采摘,“除了买玫瑰花,听说园区的草莓也到了成熟期,这次可以大饱口福啦!”



西双版纳星光夜市。

## 拆盲盒——年味也要创意十足

“不用付运费,花了不到20元,除了对联,还有各种好看的马年贴纸、毛绒挂件和礼袋。”近日,拉萨“95后”央吉拆开网购的新年盲盒,一套设计精巧的磁吸对联让她眼前一亮。

随着电商西进政策落地与物流网络完善,近年来,在西藏采购年货越发便捷。其中,款式多样的新年福袋、文创盲盒,成了年轻消费者的年货新选。其中,磁吸对联颇受青睐,这款产品以“一贴即稳、不留残胶”的优势破解传统春联痛点,适配现代家居空间,在各大电商平台迅速走红。

央吉挑选的款式,既保留传统年味,又兼具便捷性,样式也是新颖有趣。“贴在门上当装饰,亲戚朋友都夸有创意,很好看。”

## 做美甲——指尖承载美好期盼

“马年生肖款,还有烟花款、锦鲤款,这些都是今年流行的。”午休时间,拉萨城关万达广场商圈的一家美甲店里,美甲师桑桑正向顾客介绍美甲款式。

今年是马年,消费者热衷于用马年生肖元素装扮指尖,比如“招财马”“小马宝莉”等,美甲师正用她们灵巧的双手,为顾客点缀上一抹新春的色彩。

桑桑说,为了营造节日氛围,很多女孩做美甲时会选择区别于日常的款式。“红色最受欢迎,显白又喜庆,有些顾客还会添加珍珠、亮片、镶钻等。不过为了安全起见,建议大家尽量不要做太繁复的款式,慎用延长甲,同时注意选择有正规执照、对工具严格消毒的店铺。毕竟健康安全才是最重要的。”

## 找搭子——线下娱乐更多元

春节、藏历新年除了传统的走亲访友,年轻人们也热衷于探索新的娱乐方式。此时,“搭子社交”再度流行。

“同学是我的‘K歌搭子’,姐姐是我的‘游戏搭子’‘健身搭子’。”小尼在陕西读大学,寒假回到拉萨后,常常和亲友聚会。“以前过年总是坐在家,喝青稞酒、打牌。现在大家都喜欢去外面吃饭,然后和兴趣相投的朋友一起玩。我已经联系了几家过年期间营业的剧本杀场馆,准备过完藏历初三去玩,剧本杀推理游戏很新颖、很解压,还能认识新朋友。”

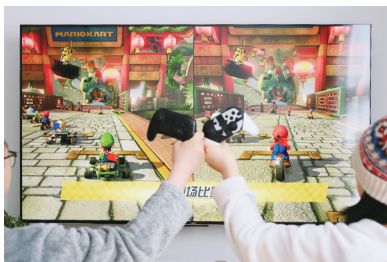
有人寻找“新搭子”,也有人享受合家欢——近年来,走进影院看电影成为不少家庭过年的新选择。

“过年就是要一家人热热闹闹的,孩子喜欢可爱的动画形象,这次大家一致决定去看《熊猫计划之部落奇遇记》,我们全家人也算是彼此的‘电影搭子’。”拉萨市民洛女士正在规划过年期间的活动,“以前过年多是走亲戚、吃团圆饭,这两年家里人喜欢一起看电影,既能放松身心,也能多些陪伴的时光。”

新春观影热潮的背后,是全新过年方式的兴起。相较于传统走亲访友,“观影过年”更具灵活性和舒适性,既保留了团圆相伴的核心内涵,又丰富了节日休闲形式,体现了人民生活品质的提升和节日观念的更新。



拉萨市民用马年卡通对联装饰家居空间。



拉萨市民在家中体验任天堂经典游戏《马里奥赛车》。



拉萨市民在达孜区现代农业产业园选购物品。



拉萨城关万达广场影城,市民正在取电影票。



兴趣相投的朋友聚会。

## 拉萨市城关区两岛街道 开展新年走访慰问活动

本报讯(记者 芮怡星)值此春节、藏历新年来临之际,为充分体现拉萨市城关区两岛街道党工委、办事处对离任社区“两委”成员、辖区残疾低保对象及困难群众的关心关怀,两岛街道党工委、办事处近期集中开展入户走访慰问活动,把暖心服务和新春祝福送到群众身边、送到群众心坎上。

慰问中,两岛街道党工委书记万平带领党建办及社区工作人员,深入辖区低保户、残疾人家庭、困难群众家中走访看望,详细了解家庭收入、身体状况和实际需求。同时,前往节日期间坚守岗位的马林卡驻村工作队、仙足岛社区驻村工作队及“三支一扶”人员工作点,向坚守一线的工作人员致以诚挚问候,送上节日祝福与慰问礼包,对大家节日期间坚守岗位、履职尽责表示感谢。

走访过程中,万平与党员群众亲切交谈,嘘寒问暖,耐心细致询问大家的身体状况、家庭情况和实际困难,认真传达党中央的关怀与温暖,并表示街道党工委、办事处始终把群众的急难愁盼放在心上,将尽最大努力为大家排忧解难、办实事解难题,用心用情做好服务保障工作。工作人员还与群众拉家常、听心声、问需求,鼓励大家保持乐观向上的生活态度,坚定生活信心,在党和政府的帮助下把日子越过越红火。

此次慰问活动,进一步拉近了干部群众距离,让大家在寒冬中感受到浓浓暖意,也增强了基层党组织的凝聚力。下一步,两岛街道将认真梳理走访收集到的意见建议,建立问题清单、责任清单,用心用情推动解决实际问题,把慰问成效转化为做好节日期间各项工作的强大动力,切实保障辖区群众度过一个欢乐、祥和、温暖的新春佳节。

## 加措社区文艺汇演 奏响民族团结奋进曲

本报讯(记者 梁兰)为持续铸牢中华民族共同体意识,深化各民族交往交流交融,营造喜庆祥和、团结奋进的节日氛围,拉萨市城关区八一街道加措社区精心举办“石榴红·民心措”——党建引领聚民心 双节同欢庆佳节文艺汇演。

活动集特色文艺展演、暖心惠民慰问于一体,辖区各族居民与共建单位代表欢聚一堂、共贺新春、共叙情谊,生动诠释了中华民族一家亲的温暖与温情。

文艺汇演精彩纷呈,中华优秀传统文化与西藏特色民俗交相辉映,相得益彰。堆谐、锅庄、阿里舞蹈等西藏经典民间舞蹈轮番登场,灵动展现高原文化的独特神韵与魅力;《北京的金山上》《去拉萨》等经典曲目深情唱响,抒发了雪域儿女对党和祖国的赤诚热爱、对幸福家园的无限眷恋。激昂的旋律、优美的舞姿赢得现场阵阵掌声,各族群众在欢声笑语中凝聚起同心筑梦、携手奋进的磅礴力量。

汇演现场同步开展惠民慰问活动,社区为辖区优秀青少年、老党员、单亲家庭、孤寡老人代表送上精心准备的慰问品与真挚的节日祝福,将党组织的关怀与社区的温暖送到群众心坎上,切实提升了各族群众的获得感、幸福感与安全感。

此次双节文艺汇演,既丰富了社区各族居民的精神文化生活,更以基层实践厚植民族团结沃土、筑牢团结根基,充分展现了加措社区各族群众在党的坚强领导下,同心守护民族团结生命线、聚力建设社会主义现代化新西藏的坚定信念与昂扬风貌,为西藏长治久安和高质量发展注入了温暖而强劲的基层力量。

## 拉萨市林周县江热夏乡 开展迎春主题活动

本报讯(记者 梁兰)近日,拉萨市林周县江热夏乡农村幸福院联合林周县留守儿童、困境儿童关爱保护服务站,开展迎春主题活动。

活动伊始,林周县民政和退役军人事务局相关负责人发表开场致辞,为老人和孩子们送上新春祝福与亲切关怀。随后,大家一同动手贴春联、挂福字,红彤彤的春联与福字装点院落,处处洋溢着喜庆祥和的节日氛围。

文艺表演环节精彩纷呈,老人与孩子们轮番登台献艺。孩子们带来《岗巴拉姆》《吉祥八宝》等特色舞蹈及独唱节目,舞姿灵动、歌声稚嫩动听;老人们献上合唱、锅庄舞与独唱表演,精神矍铄、风采依旧,精彩的演出赢得现场阵阵掌声。

演出结束后,所有人围坐在一起,分工协作包起迎春饺子,大家话家常、叙温情,欢声笑语不断。此次活动不仅丰富了老人与儿童的精神文化生活,更传递了党和政府对特殊群体的关爱,让大家在团圆温馨的氛围中,真切感受到新春的温暖与幸福。