

节庆显活力 四海年味长

—乙巳春节假期回眸

历添新岁，春满山河。

乙巳春节，神州大地人潮如织，消费市场人气旺盛。假日中国，在流动和忙碌中尽显生机与活力。

申遗成功的首个春节，“年”的味道愈发醇厚，“节”的内涵不断延伸，山川湖海、全球共庆。人们在团圆欢庆中赓续文脉，在憧憬祝福中开启新篇。

■ 流动中国活力四射

大年初一，来自珠海、江门、香港、澳门的多支醒狮队首登珠海金湾区。

“港珠澳大桥建成后，我们来往内地更方便了。”香港游客叶欣欣说，“在珠海看到舞龙舞狮表演很开心，很有过年的味道。”

随着“港车北上”“澳车北上”等便利通关政策推进，港珠澳大桥凭借“一桥连三地”的交通优势，成为春节期间内地及港澳居民跨境出行的热门通道之一。一家旅行社负责人告诉记者，今年春节推出与非遗相关的文化旅游特色活动，吸引大量香港游客参团，出团量比去年春节增长了50%。

今年，除夕首次被列为假日，8天春节长假掀起出行热潮。2025年综合运输春运工作专班预测数据显示，2025年春节期间（1月28日至2月4日），全社会跨区域人员流动量预计超23亿人次。

在南京秦淮河两岸，流连于如梦似幻、流光溢彩的花灯会；在广州白鹅潭珠江河畔，看一场融入“无人机+灯光秀”的烟花汇演；在敦煌沙洲夜市，体验制作莫高窟“同款”壁画；在内蒙古呼伦贝尔大草原，感受冰雪那达慕的精彩……这个春节假期，各地游客行走在大美中国，感受年味浓浓、文韵悠悠。

随着中国春节申遗成功，非遗旅游体验项目热度持续攀升。美团旅行数据显示，今年1月以来，春节旅游“非遗”搜索量同比增长174%，“非遗手工”搜索量同比增长321%；在抖音生活服务平台，非遗游、古城游等人气火爆，民俗游园会订购单量同比增长462%。

在24小时过境免签政策以及“签圈朋友圈”持续扩容带动下，不少外国游客乘兴而来，深度体验“China Travel”的魅力。相关部门表示，今年春节假期全国口岸日均出入境人员预计达185万人次，较去年春节期间增长9.5%；携程数据显示，春节期间入境游订单同比增长203%。

旅游通达、出行顺畅，离不开贴心的服务保障。济南机场飞行区内，工作人员实时关注跑道状况，出动吹雪车，喷洒除冰液，确保机场处于适航状态；呼和浩特、包头等火车站增派人员帮扶老弱病残孕等重点旅客；江苏多地临时开放高速公路应急车道，疏堵保畅提升出行效率……

春节期间，货物通行同样运转有序。根据国务院物流保通保畅工作领导小组办公室监测汇总数据，1月27日至2月2日，国家铁路累计运输货物6502万吨；邮政快递累计揽收量约5.77亿件，累计投递量约7.12亿件。

人畅其行，货畅其流。假日中国在流动中彰显澎湃活力。

■ 消费市场“新潮”涌动

盛世牡丹造型的烤鸭、热辣滚烫的火燎鸭心、香脆可口的枣泥小鸭酥……大年初三，在北京全聚德和平门店，一桌鱼香味俱佳的烤鸭宴将年味儿“拉满”。

“春节假期全家人来北京玩，特意选择了老字号的新年餐，感受地道的中华美味。”来自湖北的陈先生说。

据商务部商务大数据监测，春节假期前4天，全国重

新华社大连2月4日电（记者 张博群）春节假期接近尾声，开工在即，一些人出现了身体疲惫、情绪低落、失眠、食欲不振以及胃肠不适等症状。专家提醒，这可能是“节后综合征”在作祟，应尽快调整作息，保持规律饮食，适当增加运动量，逐步恢复工作节奏，帮助身心重回正轨。

大连市中西医结合医院主任中医师周正国说，“节后综合征”在医学上并不属于严格意义上的疾病，而是一种消极的心身状态，但其带来的影响不容忽视，可从以下三个方面出发，科学调整身心状态，尽快恢复正常生活节奏。

一是规律作息。节后失眠的主要原因是春节期间熬夜导致的生物钟紊乱。“睡前1至2小时适当运动，有助于增加睡意，帮助身体自我调节，尽快恢复规律作息。”周正国说，中青年人可选择20至30分钟的跑步，60岁以上的老年人可选择慢走或打太极拳20分钟。

二是调整心态。假期尾声应有意识地调节情绪，避免过度放纵而影响节后的工作状态。周正国强调，切勿在假期最后时段继续狂欢，消耗过多精力，导致节后难以适应正常的工作节奏，应留出时间好好休息，平稳心态，为即将到来的工作生活做好准备。

三是合理膳食。节后饮食应以清淡为主，适当减少肉类摄入，多吃谷类食物和绿色蔬菜。周正国说：“深色蔬菜富含B族维生素和矿物质，建议增加其在饮食中的比例。同时，多喝水，加速新陈代谢，帮助胃肠道恢复健康。”



2025年1月29日，人们在四川省广安市广安区一家商场内购物。

新华社发（张国盛 摄）

“箱”约启程 奔赴锦绣

2月4日，大年初七，春节假期的最后一天，很多人踏上返程。

从后备箱到行李箱，从货运箱到集装箱……越来越丰富的“箱”，见活力见发展。它满载浓浓的“箱”情，载着家国愿景启程。

2025年综合运输春运工作专班预测数据显示，2025年春节期间（1月28日至2月4日），全社会跨区域人员流动量预计超23亿人次。

一大早，汽车的引擎声阵阵，将告别拉长，与未来更近。

家住辽宁沈阳的赵惠竹在北京工作，即将返程。母亲张红意已围着女儿的车转了七八圈，土鸡蛋上盖层毛衣，香肠再捆紧些……

直到后备箱的缝隙塞不进一根葱，张红意还念叨着：“城里买的哪有家里的好？”赵惠竹刚启动车辆，又被叫住。母亲小跑着抱来两个透明罐子，黄澄澄、亮晶晶，那是赵惠竹最爱吃的酸菜。

在云南剑川县，50岁的杨淑仙和儿子准备启程返回昆明。

饵块、火腿、咸菜、乳扇……“真的够了，后备箱放不下啦。”杨淑仙说。可兄弟姊妹手上动作不停，直到后备箱被塞得满满当当，才目送着汽车碾过满地鞭炮红屑驶向远方。

这两天，“返岗专列”来了！在广州站站台上，壮族姑娘华寒新来自广西来宾，她抱着鼓鼓囊囊的行李箱，里面装满腊肉、腊鸭、土鸡蛋，还有自家地里种的菜，和肩扛手提着大包小包的老乡们，即将搭载广东各地的援疆巴士返岗。

万千游子的后备箱、行李箱，盛满家里的爱和叮嘱，汇入春运返程的洪流，在车窗上绽放出春天。

此刻，祖国大江南北，无数货运车辆装满箱，盛满生活和希望，搭建起开工集结的供应链，奔赴家国锦绣。

上午10点，天津市蓟州区新安富农家庭农场的大棚内暖意融融，农户徐宏伟将最后一筐白灵菇装进货箱。“这批货今天就能到北京的超市，绝对新鲜，供不应求。”他搓了搓冻红的双手，语气里透着自豪。

过去几年间，通过科技改良，农场所

在的出头岭镇每亩菌收益提高20%，全镇约有3000亩土地用于菌类种植。

如今，每到春节采收高峰期，装载满满的货车便早晚不歇，让泥土的馈赠乘着科技东风，奔向更远的餐桌。

在云南省禄丰市彩云镇，楚雄万锦农业开发有限公司的包装车间里一片忙碌景象。分拣工杨从仙和工友们手法娴熟，迅速将菜心、芥蓝等蔬菜按品级分拣、打包、装箱。

这些新鲜蔬菜随后便由冷链物流公司运往昆明长水机场。采摘后22小时内，这些蔬菜就能“飞”到欧洲消费者的餐桌上。今年春节期间，该公司共计外运蔬菜1000吨，其中200吨发往欧洲。杨从仙说：“新的一年，盼着咱这儿的蔬菜销量更多，日子越过越红火。”

跨越山海，中欧班列钢铁驼队在丝路疾驰，“从钱凯到上海”航线上货轮踏浪……新启程，集装箱里跳动着中国制造的勃勃生机。

下午3点多，天津朗普机器人有限公司正运转不停。厂房里，工程师们正对几个钢铁“大块头”做着最后调试，待检验完毕，便要发往海外。

这家曾濒临破产的小企业，靠啃下“重载AGV”这一技术硬骨头逆袭，近一年多来，朗普发货各类AGV以及相关系统超500台（套），产品远销至北美、欧洲。

“2024年重载AGV的订单翻了一番，今年我们觉得还能更好。”企业董事长任志勇拍了拍重卡车身。一辆辆卡车满载货品，鸣笛待发。

暮色中的天津港，灯火通明，标箱堆叠成一座座小山。太平洋国际集装箱码头满载运行，蓄力启程。

千里之外，云南王家营西站内，满载百货的“澜湄快线”中老铁路国际货物列车启动，朝着老挝万象疾驰而去。

“春节期间，中国的电子产品、百货等从昆明运往老挝；老挝的水果从万象运抵昆明。”王家营西站的调车长张正奎说，“中老铁路跨境运输商品种类已从500多种拓展到3000余种，新的一年希望种类更丰富，商贸往来更密切！”

从家门口、田间地头到工厂车间、港口码头，从小家眷

恋到大家聚力，人们相约启程，在新的一年

年起好步，奔赴锦绣，酿出甘甜。

新华社记者

（新华社北京2月4日电）



新春佳节，万里铁道线上，不少劳动者舍弃小团圆，守护春运、施工一线，共同演奏奋斗的新年乐章。

4日正月初七，西安站，一列列火车满载旅客奔向大江南北。

1号站台下方，上水工程前程刚结束给水管道的检修，就接到了上水任务赶往指定地点。“春运返程高峰期期间，列车停靠时间短，我们必须在规定时间内完成上水，不能耽误列车发车。”

总长约3公里，连接着222个上水栓、71个消防栓等关键节点……西安站的给水管沟蜿蜒在站台和股道下方，像一座庞大的迷宫。在供水网络的终端，上水工们承担着为列车上水的重要任务。程前程和7名队友分成2组，不仅要完成日常管道检修，还要确保每节车厢充足上水。

2日正月初五，19点30分，D1862次列车缓缓驶出桂林西站，向贵阳方向加速飞驰而去。

提速！100公里、200公里、300公里……驾驶室内，国铁成都局司机冯敏全神贯注。在他的操控下，“复兴号”一路风驰电掣，平稳而行。

冯敏担任动车司机已有11年，今年，面对春运激增的客运需求，他刚刚完成职业生涯中最特殊的一次春运值守——连续8天往返穿梭于贵广高铁沿线的喀斯特峰林间。

岗位虽平凡，职责不平凡。假期顺畅出行，电力保障是关键。春节期间，国网烟台市蓬莱区供电公司输电运检二班工作人员轮流坚守在保供电第一线。

检查每一基杆塔的基础是否牢固、排查线路覆冰情况……3日一大早，输电运检二班班长吕福生和工友高杰沿着铁路线对供电线路进行仔细巡查。对于地面无法巡视到的线路，高杰拿出无人机对线路展开高精度检测，对线路进行全方位扫描，及时发现安全隐患。

“随着铁路客流进入返程高峰，我们的任务主要是对管内潍烟高铁和龙烟铁路沿线供电线路进行仔细检查，为春运出行保驾护航。”吕福生说，为做好客流高峰期保供电工作，输电运检班提前制订巡检计划，通过划分区域、24小时值守、人机结合等措施守护电力安全。

春节期间，不仅有“运维人”守护铁路平安有序运行，还有“货运人”在背后默默奔忙。

“节假日用电需求大，往往是煤炭保供最吃劲的时候，车辆轮对检查一定要精确到毫米……”3日清晨7点，内蒙古锡林郭勒盟西乌珠穆沁旗，中铁十六局锦华铁路分公司检修副段长缪油章和工友们冒着零下20多摄氏度的严寒，结束最后一趟列车检查。看时间，他们已经整整工作了7个小时。

这个春节，在我国煤运重要通道——锦华铁路白音华列检作业场，110余人与缪油章坚守在铁路车辆检修一线，全力保障冬日煤炭运输，满足蒙东地区和辽宁、吉林等东北地区的电力、供热需求。

“安全是所有检修工作的基础，作业标准要落到实处，杜绝违规操作。”在缪油章随身携带的笔记本上，密密麻麻记录着各项工作进展与安全隐患排查情况，作业要求、风险辨识、操作规程等一目了然。

不断延伸的铁道线上，“铁路人”用辛勤和付出，护佑假日平安喜乐；广大建设者用奋斗和担当，为工程建设快马加鞭。

西南山区，文蒙铁路岩峰隧道施工现场，中铁十八局百余建设者们假期坚守岗位，加紧开展全液压智能衬砌台车等工装设备拼装工作。

文蒙铁路位于云南省南部，全长约116公里。其中，全长7130米的岩峰隧道是全线最长隧道和控制性工程，所处地区地形崎岖复杂，施工难度大。

“以前，隧道二次支护施工往往需要数十名作业人员协同作业，有了全液压智能衬砌台车，只需5名作业人员就可保质保量完成浇筑工作。”现场负责人黎金湘说。这个春节期间，他和工人们调运机械部件，安排班组作业计划，为节后大干奠定基础。

千里之外，广湛高铁建设现场，建设者忙碌穿梭，一道道工序有条不紊。

每天一大早，来自重庆大足的“00后”、中铁二十二局员工谭世豪就带着卷尺去现场验收模板，查验模板接缝严密程度。“这项工作是后续隧道混凝土灌注成型的重要前置工作，模板接缝厚度误差不得超过5毫米。”谭世豪说，今年是自己在工地上度过的第一个春节，能够参与重大工程建设，贡献青春力量，感到很自豪。

数百里之外，广湛高铁跨373省道特大桥和跨海高速特大桥施工现场，中铁十四局150多名建设者也在各个工点上忙碌。

“两座特大桥是全线关键性节点工程，春节期间我们要完成两座特大桥的40个墩内道床施工和轨道精调工作。”工区负责人王元壮说，轨道精调对作业环境的温差、气流变化等方面有着很高的要求，因此建设者需要在夜晚进行混凝土浇筑和轨道精调。

“今年是广湛高铁建设的收官之年，只有坚持‘加速跑’，才能保证各工区在铺轨之前完成施工。”王元壮说。

假期里，正是一个个普通而又坚守的身影，让温情沿着铁路线不断延伸……

新华社记者（新华社北京2月4日电）

假期里，铁路线上的那份坚守