

普兰新年 在雪山下享歌舞盛宴

地处西藏西南部、阿里地区南部的普兰县,气候温和,降水颇丰,有“雪山环绕的地方”之美称。普兰县因冈仁波齐和玛旁雍措坐落于此而闻名遐迩,而这里还有一个特别之处,那就是藏历十一月初一的普兰新年。
记者 黄慧英

阿里 普兰新年

时间:藏历十一月初一,2019年12月27日

西藏现在最常用的藏历为现代藏历,但是在现代藏历使用之前,西藏的一些地区,曾流行过一种原始的历法,这种古老而凝结了先辈智慧结晶的历法是一种以月亮的圆缺朔望来推算一年、一季、一月的历算方法。普兰新年就是根据这种历法推算而来的,每年原始历法的一月初一和现行藏历的十一月初一是同一天,所以普兰新年的时间就是现在的藏历十一月初一了。在今年12月27日,藏历十一月初一,普兰新年将到来。

怎么去?

阿里地区同样也有机场,通航城市包括拉萨、喀什等,阿里昆莎机场位于狮泉河镇西南45公里处的噶尔县昆莎乡,距普兰县约300公里。

相较飞机,商报君更推荐从拉萨走陆路自驾或包车到阿里,一路可以观赏更多风光。在拉萨北郊客运站,还有到普兰的直达班车。

带什么?

12月的阿里早已进入冬季,最低温度在零下10℃以下,最高温度仅1到2℃,建议带上厚款羽绒服、毛衣、加绒保暖内衣和围巾、手套等保暖用品,防晒霜、帽子和

太阳镜当然也是不可少的。普兰县海拔3900米,备好适量的红景天、葡萄糖和氧气,以防高反。另外,普兰县属于边境县,前往需提前办理边境通行证。

怎么过?

和西藏其他地方过年相似,过普兰新年,古突、卡塞、青稞酒都是少不了的。而在新年第一天,还会举行背“金水”、表演锅庄舞蹈、“恰才”(晚辈给父母亲磕头)、唱吉祥歌、敬献青稞酒等民俗活动。

普兰的歌舞以“过卓”(圆圈舞)为主,“过卓”是一种载歌载舞的民族舞蹈,数人围坐成圈,舞者入圈内手端精制木碗或瓷碗,臂搭洁白哈达。舞姿丰富多彩,活泼洒脱、情绪热烈,表现着他们豪放、刚强、坚毅的性格。“果谐”也广泛流传于普

兰的乡村,是一种拉手成圈,男女分班唱和,顿地为节,载歌载舞的自娱性舞蹈。“玛结霞卓”又叫孔雀舞,发源于普兰县,流传在普兰县和狮泉河地区。舞蹈形式是圆圈和半圆形,无专门的伴奏乐器,但有伴唱。普兰妇女的服饰也是节日的一大亮点,这些贵重服饰只在节日盛典时才穿戴,难得一见,全套盛装从头到脚,装饰有黄金、白银、松石、玛瑙、珊瑚、珍珠、田黄等珠宝,重达十多斤,价值十几万元乃至数百万元。

去哪儿玩?

位于普兰县的神山圣湖景区同样也在冬游西藏优惠活动范围内,可享门票半价优惠。此外,阿里的扎日南木措、班公湖、穹窿银城、皮央东嘎、古格王朝遗址景

区也属于第三轮“冬游西藏”活动景区。11月1日起,以上执行门票半价的自然类非文物景区,在淡季门票价格基础上再上浮50%。

推荐线路:

到阿里游玩一般可分为南线和北线,其中南线8日游是较简单的玩法。

DAY 1:拉萨市区—羊卓雍措—卡若拉冰川—江孜—日喀则市区;

DAY 2:日喀则市区—拉孜—萨嘎

DAY 3:萨嘎—马泉河湿地公园—公珠措—玛旁雍措—普兰塔钦

DAY 4:普兰塔钦—冈仁波齐—拉昂措—札达土林—古格王朝—札达

DAY 5:札达—仲巴—萨嘎

DAY 6:萨嘎—佩枯措—希夏邦马峰—定日—珠峰景区(绒布寺观景点)

DAY 7:绒布寺—加乌拉山口—拉

孜—日喀则市区

DAY 8:日喀则市区—扎什伦布寺—尼木—拉萨市区

这是比较常规的阿里南线8日游玩法,而既然是普兰新年期间去,可以选择在普兰多待几天,位于普兰县东南约18公里的科迦村也值得一去。科迦,系藏语“定居”之意。村内的科迦寺创建于996年,历史悠久,科迦村更因科迦寺得名。

如果选择从阿里北线返回,则可游玩噶尔县的穹窿银城、皮央东嘎,日土县的班公湖、措勤县的扎日南木措以及那曲的当惹雍措、色林措等景点,时间也比较长,走完一趟阿里大环线至少需要13天。



招 租 公 告

拉萨市自来水公司综合楼商业区,位于拉萨市色拉路34号,交通便利,地理位置优越。商务区为框架5层,建筑面积6000平方米(包括住宿、餐饮、娱乐会议室),另设停车场。是集住宿、餐饮、娱乐为一体的准四星装修标准,可承接各种会议、婚宴、聚会等。

现面向社会招租,有经营经验者优先。

报名时需携带企业资质证书、企业业绩、租赁可行性方案、相关有效证件。

报名时间:2019年11月13日至2019年11月25日(双休日除外)。

招租热线:0891-6860733

联系人:高女士

招租地址:拉萨市色拉路34号自来水公司301室

拉萨市自来水公司
2019年11月13日

关于自治区2019年金秋招聘月大型人力资源洽谈会的公告

根据《人力资源社会保障部 退役军人事务部 全国总工会 全国工商联关于开展2019年金秋招聘月活动的通知》(人社部函[2019]46号)精神,为加大对失业人员等重点群体就业服务力度,促进人力资源供需匹配对接,经自治区人力资源和社会保障厅批准,自治区劳动就业服务局定于11月18日10:30,在拉萨洲际广场(圣地天堂洲际大饭店西门正对面)举办“自治区2019年金秋招聘月大型人力资源洽谈会”活动。届时,将有近200家用人单位参加洽谈会,请区内未就业高校毕业生、退役军人、城镇未就业人员、残疾人、农牧民等各类失业人员积极参加。

联系人:宋先生 **联系电话:**18908913336

特此公告

自治区劳动就业服务局
2019年11月13日