



赶大集

年轻人的新潮流?



□半月谈记者 谢建雯

冬日清晨,天色微明,集市上已有人影穿梭。一字排开的摊位上,新鲜的蔬菜瓜果整齐摆放,纹理分明的牛羊肉分割规整,各式糕点干果、糖果瓜子分区陈列,百货挂满支架。油锅热气腾腾,早点摊上升起袅袅白烟,与摊主的吆喝声一同飘散在晨雾中。这熟悉的场景曾属于无数乡镇集市最平凡的日常,如今却以崭新的面貌回归——不仅在记忆中,更在社交媒体的热门话题里,在一群群年轻人的镜头下。

“家人们,我们又又又来赶集了!”“看看100块钱能在集市上买到什么?”“30块钱吃到饱!”主播热情开场,温暖着屏幕另一端尚未起床的观众。隔着一方屏幕,漂泊在外的游子寄托乡愁,天南海北的看客大饱眼福。“云端赶集”不仅是一种消费方式的转变,更是一场集体心理的迁徙、一次文化记忆的复苏。



家人们,
我们又又又来赶集了!

集市复兴 找回生活本来的样子

溜一下,软糯的糖糕滑入油锅,淡淡的香甜缓缓充满鼻腔;刚出锅的炸酸奶金黄酥脆,每一次咀嚼都唇齿留香;砰砰砰的连声爆响中,新鲜出炉的爆米花散发着清甜的玉米香,挑动着食客的味蕾……摊主的叫卖声,顾客的询价声、电子支付的到账声,声声入耳,闹热了金贵集市的冬日清晨。

金贵集市,位于宁夏银川贺兰县金贵镇,每月逢阴历一、四、七开市。集市总经理吴克辉介绍,金贵大集已有70多年历史,占地近50亩,集服装百货、蔬菜水果、鲜肉日杂、家畜副食等为一体,现有各类商户400多户,是周边20多个村庄百姓购置生产生活物资、销售农产品的主要集散地。这里已是宁夏有名的“网红集市”,逢集日人流量最高达3万人次,年交易额近1亿元。

“市集距银川市区只有10多

公里,熙攘的人群中不乏‘下乡’赶集的城里人。对他们来说,逛大集不只是采购物资,更是一场寻觅童年记忆的怀旧之旅。”吴克辉说,不少年轻人将镜头对准集市烟火,市集频频“出圈”,许多外地朋友甚至外国友人也慕名而来。

曾经被视为“土气”“过时”的乡镇集市,如今为何成了热门打卡地?“人间烟火气,最抚凡人心。”吴克辉这位60后一语道破。90后宁夏网红博主马志梅在一期赶集视频中说:“一脚踏进集市,就像撞进了童年的回忆里。集市还是那个集市,只是我们从追着糖跑的小孩,变成了撑起生活的大人。那些藏在烟火里的暖,从未改变。”

有人追忆童年,也有人疗愈自我。32岁的宁夏小伙冯育垚告诉半月谈记者,在云南求学时,每到周末他总爱去学校附近的集市,买

些时令果蔬。在他看来,绿色、无添加、物美价廉是农村集市的突出优势,而赶集时的那种松弛感,正是当代年轻人在城市快节奏中所向往的慢生活。比起商品琳琅满目的城市商超,农村集市或许不完美,却真实;不精致,却温暖。

“超市里明码标价,看不到制作过程,从进门选购到结账离开,全程自助,零交流。城市人虽多,却常感孤独。而赶集不一样,人与人的距离很近,近到可以摩肩接踵,陌生人之间也能自然搭话,情绪价值十足。”冯育垚说,他赶集时总爱有意无意地讨价还价,“不在乎真能省多少,只是享受这个过程”。

宁夏社科院民俗学者张万静指出,乡村大集的复兴是乡土文明的现代转译,其生命力源于“人”的回归——它满足了情感需求,重建了社区联结,也重塑了文

化自信。集市上的社交是低压力、高自由的。大集上嘈杂的叫卖声、现做的美食和鲜活的人情互动,构成了当代人对抗“原子化社会”的一种精神“按摩”。人们赶集,图的是一份好心情,更是生活久违的温度。你可以和摊主聊半小时家常,也可以一言不发、漫无目的地闲逛。这里的互动既亲切又有界限,既短暂又真实,恰好契合了当代人既渴望联结又需要空间的心理需求。

在张万静看来,这场基于寻找生活实感的奔赴,既带动了集市的复兴,也催生了“赶集主播”这一新职业。网红大集吸引流量,赶集网红反哺客源——这种向着烟火、向着人群的共生态,让赶集在数字浪潮与乡土记忆之间、在都市节奏与乡村韵律之间,逐渐成为一种文化摆渡、一场心灵治愈之旅。

“云端”赶集

镜头里的流动盛宴 弹幕里的淡淡乡愁

随着网红集市兴起,一群特殊的创作者——赶集主播应运而生。他们各具特色:有的专注美食,尝遍各地集市小吃;有的聚焦手工艺品,探寻传统技艺背后的故事;还有的将镜头对准集市上的人物,记录摊主们的百态人生。他们既是集市的参与者,也是记录者、传播者,更是连接城乡的文化摆渡人。

在南方,赶集常被称为赶场。80后湖南姑娘郭娜就是一位赶场达人,直播赶场成了她全部的业余爱好。2023年12月17日,她在老家株洲市渌口区古岳峰镇完成了第一场赶场直播。“同时在线观看的有几千人,高峰时直播间达2万人,效果出乎

意料。”在媒体工作的郭娜意识到,在快速城市化的今天,这种充满烟火气的场景正渐渐远去。也正是从那时起,她坚持周末早起、往返城乡,更系统地直播、拍摄集市。

“初衷很简单,为渐行渐远的传统生活留下一份鲜活的数字记录,也让更多忙碌的城里人透过屏幕,触摸到那份来自土地的生机。”郭娜说。她常将镜头对准编竹器的老师傅、修鞋修伞的手艺人,感叹赶一场大集就像逛了一座“可带走的民俗博物馆”。

郭娜自制了一张赶集表,详细列出不同村镇的赶场时间与地点。两年多来,她几乎走遍了渌口老家8个乡镇的54个集市,串联起

播超过50场。春卖竹笋蕨菜,夏售辣椒茄子,秋有板栗莲子,冬有萝卜青菜……舌尖上的四季,在集市轮转,也在她的镜头里更迭。考虑到许多在外工作的老乡很少有机会说方言,她直播时常常在普通话与方言间“双语切换”,让他们感觉离家乡更近。

粉丝的热情远超预期。她最长一次播了3小时,评论区还在喊:“别关,还想再看看!”许多网友留言:“想起外婆带我去赶集的日子”“这才是生活原本的样子”。

有趣的是,主播们并不只停留在本地。应网友邀请,他们开始“候鸟式”赶集,甚至跨省份巡集,带着镜头与粉丝的期待,从一个集市奔赴另一个集市,串联起

不同地域的文化风土。同样是卖豆腐,北方集市多是卤水豆腐,南方则以嫩豆腐为主;讨价还价的方式也各有不同,北方直接爽快,南方委婉含蓄……透过镜头,天南地北的网友既看到了中国乡村的丰富样貌,也看到了彼此生活的共通与差异。

张万静认为,网红大集提供直播素材,如非遗、乡土美食、地域文化IP,赶集主播依赖集市的文化独特性与供应链,通过直播带货推广特产、放大集市影响力、带来客源。政府平台搭建基础设施、流量扶持主播,与集市共同创造内容,反哺地方文旅。这套共生逻辑让集市成为可持续的“乡土生活博物馆”与“经济共富引擎”。

“脉动”乡村 年轻力量汇聚人气经济

赶集热,不止于情绪疗愈。随着越来越多年轻人奔赴甚至扎根乡村,作为连接城乡、助力“三农”的桥梁,集市复兴正汇聚成一股推动乡村振兴、传承民俗文化的新生力量。

郭娜的日程总是排得很满。为坚持一周两更,她周末四处赶集,工作日利用午休写文案、抽空剪辑视频。除了拍摄、直播,她还运营着自媒体账号“村里来信了”。从一条路的修整到一次回收,从一所学校的变化到乡镇的产业发展,起初她只是想向在外地的老乡展示家乡新貌,如今她更希望向全国网友传递家乡之美。或许是媒体人的职业习惯使然,这些年她以家乡为原点,持续扩大赶场半径——从古岳峰镇扩大到渌口区、株洲市,甚至延伸至湘潭市,借助同根同源的文化连接起更广阔的乡土网络。

直播后,常有外地粉丝请她代购当地豆子、板栗、干辣椒、橙子、手工簸箕等农产品;湘潭的朋友也会托她从老乡那儿带些时令蔬果。外地的,她免费邮寄;本地的,她顺路送货上门。“这些年经手的交易额已经超过10万元了。有时候不确定粉丝是否还要,我也会先买下来。朋友问‘对方会不会付钱’,到目前为止,从没出现过‘溜单’。这就是人与人之间的信任。”她说道,“我有个愿望:打造一个有影响力的个人IP,不是哪儿流量高就去哪儿,而是我去哪儿,哪儿就能被更多人看见、记住。我知道这不容易,但只要对乡亲有帮助、对乡村有增益,就值得坚持。”

人气经济正在乡村发生奇妙的化学反应。粉丝的每一次点赞、转发、购买,都直接转化为对“三农”的实际支持。“郭娜们”一次次奔赴中,手机、稳定器、充

电宝等直播设备,成了锄头镰刀之外的“新农具”。当镜头对准土地,当流量润泽乡村,这便是数字时代最动人的田园交响。

流量更要化为“留量”。一些地方已开始探索系统化路径,通过建立“赶集文化档案”、培训本土主播、发展“集市+”产业融合等,将一时的网络热度转化为持久的乡村振兴动力。在湖南渌口,当地政府因势利导,与多位自媒体达人共创“渌口赶集”品牌,在城乡间架起网络桥梁,通过沉浸式赶集直播传递烟火气与人情味;在宁夏贺兰县,政府支持集市修建停车场、建设充电桩、建设5G基站,升级硬件设施,优化消费场景,打造特色文旅集市。

吴克辉介绍,改造后的集市宽敞整洁,更具吸引力。每逢节庆,消费者逛大集、品美食、听秦腔、抽大奖,不亦乐乎。2025年,集市

还专门新建了美食大厅,引入20多家特色美食店,店主全是年轻人。“未来消费主力是年轻人,而年轻人敢想敢干,更懂年轻人。”他说。

冯育垚便是其中之一。他老家在贺兰农村,早些年就已举家搬进城市,今年他却选择逆行、回村创业,立志打造“米中新贵”。“贺兰县是农业大县、鱼米之乡。我从老乡手中收购水稻,在集市上现磨现煮,看得见的加工过程、满屋的米香吸引了不少顾客。”他表示,“试营业效果不错,下一步我打算好好打磨产品,经营自己的品牌,把生意做大做强。口号都想好了:金贵有米,金贵有你。”

张万静认为,随着文化认同与乡土情怀日益加深,越来越多有志有为的青年加入记录乡村、助农带货的行列,向下扎根、向上生长,为乡村振兴注入蓬勃活力。

(据新华社1月13日电)

普通感冒 原来主要是这种病毒作祟!

据新华社北京1月13日电 (记者 李佳巍)到了冬季,流感多发,普通感冒往往也跟着“凑热闹”。那么,和流感相比,引起普通感冒的主要“元凶”是什么?

近日,中国疾控中心发文提醒,近期除流感病毒外,鼻病毒是当前引起呼吸道疾病的主要病原体之一,在南方个别省份甚至仅次于流感病毒。

鼻病毒=感冒?

北京佑安医院感染综合科主任医师李侗曾说,引起普通感冒的病原体超100多种,其中鼻病毒占比最高,是普通感冒最主要的病原体。鼻病毒并非新型病毒,而是一种很古老的病毒。

鼻病毒引起的症状较轻,常被泛称为“感冒、着凉”,临床常按“普通感冒”对症处置。

专家介绍,鼻病毒极少直接引发大规模重症与死亡病例,虽具有传染性,但相较流感病毒等,传染性较弱,引起聚集疫情的概率相对较小。

鼻病毒的传播没有很强的季节性,一年四季都可能会出现,对医疗资源的占用不会太集中。

李侗曾说,鼻病毒因为症状较轻,对公共卫生事件影响较小,加上季节性不明显等因素影响,因此公众的知晓率相较更低,“不要因为没听过鼻病毒这个名词,就以为是种新病毒而恐慌”。

鼻病毒症状有哪些?

感染后怎么办?

据李侗曾介绍,鼻病毒症状集中在上呼吸道,如流涕、鼻塞、打喷嚏、咽喉部不适等,全身症状较轻,会出现低热、中热,也可能不会出现发热症状,通常一周

左右能自愈。冬季高发的流感病毒以及呼吸道合胞病毒,通常症状更重,并呈现全身侵袭性强,体感上相比鼻病毒还是有差别。

鼻病毒感染后应该怎么办?专家建议,需以休息避免过度劳累以及补水为主,症状明显者按医嘱对症用药即可。鼻咽部症状明显的患者,可用生理盐水冲洗鼻腔、漱口缓解局部症状,适当使用缓解鼻塞药物等;发热患者可适当服用布洛芬及对乙酰氨基酚缓解症状;日常需加强室内通风,勤洗手,注意个人卫生,增强抵抗力。

特别需要注意,由于抗生素对于鼻病毒无效,若确诊鼻病毒,无需服用抗生素药物。

鼻病毒感染后症状“重” 需警惕“合并感染”

李侗曾说:“有些患者感染鼻病毒后,可能会出现症状加重情况,这时要警惕鼻病毒合并流感或者呼吸道合胞病毒的情况,症状加重很可能可能是有其它病毒在共同作用。”

对于合并感染的情况,通常会表现为病程延长、高热、局部症状加重、出现下呼吸道症状甚至发展成肺炎及支气管炎等。

李侗曾说,如若出现高热不退、呼吸急促、憋喘、胸闷、胸痛、精神萎靡等症状时,切不可“硬扛”,需就医进一步确诊后,在医生的指导下对症规范用药治疗。

此外,如有慢性心血管疾病、慢性肺疾病、免疫力低下、婴幼儿等情况人群需注意感染风险,并加强症状观察。

专家提示,春运临近,人员流动增多,在公共场所以及乘坐交通工具时应该佩戴好口罩、做好个人防护,注意手部卫生,以预防呼吸道疾病感染。

鼻病毒感染后 应该怎么办?

需以休息避免过度
劳累以及补水为主,
症状明显者按医嘱
对症用药即可

