

银发火车游 发展新蓝海

——西部地区银发旅游列车开行情况扫描

策划:张海燕

撰稿:梁宏涛 马玉娇 马学礼 张泽美 魏国能 热孜姑丽·库尔班 刘安琪

王虹燃 梁超 胡尔西代姆·阿卜拉 郭兴文 张雪 张超

2024年4月23日,习近平总书记重庆主持召开新时代推动西部大开发座谈会并发表重要讲话。他强调,把旅游等服务业打造成区域支柱产业。因地制宜发展新质生产力,探索发展现代制造业和战略性新兴产业,布局建设未来产业,形成地区发展新动能。

一年来,西部各地牢记总书记嘱托,因地制宜发展新质生产力,把银发旅游专列作为一项新兴产业来抓,从“老坛子”中酿出了“新美酒”。

3月18日15时23分,搭载着720余名旅客的Y874次银发赏花专列,从湛江站缓缓驶出,开启了为期5天的贵州兴义赏花之旅。

3月19日9时42分,满载924名旅客的Y208/5次银发旅游专列从安康站出发,开往江苏南京,开启一场为期7天的江南踏春之旅。

3月20日,77岁的王惠珍乘坐Y473次旅游列车,正观赏着沿途的景色。王惠珍所乘坐的便是2025年宁夏首趟“银发旅游专列”,和她同行的还有600余名中老年游客,开启为期13天的踏春之旅。

3月27日9时37分,Y950次旅游专列从乌鲁木齐站鸣笛启程,标志着新疆2025年首趟“银发旅游专列”正式开行。380余名平均年龄60岁以上的游客开启了为期12天、环游南北疆的春季踏青赏花之旅。

3月28日,随着Y471次“熊猫专列·什邡号”从四川成都安靖站徐徐启程,向云南建水加速驶去,460余名游客开启为期8天的云南深度游。

3月29日7时12分,Y360次旅游专列从乌鲁木齐站缓缓驶出,标志着新疆今年首趟跨省旅游专列正式开行,207名游客将开启为期14天的东南探春之旅。

3月30日上午,载着1000多名专列游客的2025年首发“唱着山歌游广西三月三专列”分别停靠在广西南宁东站和南宁站,国铁南宁局因地制宜推出了适老化服务举措和客运产品。

座谈会召开一周年,银发旅游列车项目正在成为西部加速发展的新动能。

西部游“优”在何处

壮美神奇的自然风光

西部的自然景观类型丰富多样,每一处都独具魅力,宛如一幅色彩斑斓、美轮美奂的瑰丽画卷,对银发游客而言,有着难以抵挡的强大吸引力。

青藏高原,素有“世界屋脊”的美誉,平均海拔超4000米,堪称地球上最为壮观的高原地貌。在这里,银发游客能够亲眼看见珠穆朗玛峰那巍峨耸立的雄姿,山峰上终年不化的积雪,在阳光的照耀下闪烁着银色的光辉。沿着旅游列车的行进路线,还能饱览广阔无垠的羌塘草原。蓝天白云之下,绿草如茵,羊群似繁星点点,悠然散落在这片广袤的草原上,构成了一幅宁静祥和、充满诗意的田园牧歌图。远处连绵起伏的雪山与广袤的草原相互映衬,山水相依,勾勒出如诗如画的绝美景致,令人陶醉其中、流连忘返。

以Z264次列车为例,这趟列车从广州出发,途经长沙、武昌、郑州、西安、兰州、西宁等地,最终抵达拉萨。在穿越青藏高原的过程中,老年人可以欣赏到唐古拉山的壮丽雪景。唐古拉山是青海和西藏的分界线,平均海拔5000米以上,山顶终年积雪不化,山峰在阳光的照耀下闪烁着银色的光芒,与周围湛蓝的天空、洁白的云朵相互映衬,构成了一幅宛如仙境般的画面。列车缓缓行驶,老年人透过车窗,仿佛置身于冰雪世界,感受着大自然的雄伟与神奇。

新疆的沙漠景观同样令人惊叹不已。塔克拉玛干沙漠作为中国最大的沙漠,乘坐旅游列车穿越沙漠时,窗外的景色如电影般不断切换,时而映入眼帘的是顽强生长在沙漠边缘的胡杨林。它们在如此恶劣的环境中依然坚韧不拔,屹立不倒,用自己的生命诠释着生命的顽强与不屈。到了秋季,胡杨的叶子变得金黄灿烂,与周边浩瀚的沙漠景观相互交织,形成了一道独特而迷人的亮丽风景线,吸引着无数银发游客

慕名前来观赏。

例如,“新东方快车”旅游列车,在其新疆段的行程中,会带领老年人穿越古尔班通古特沙漠。这是中国第二大沙漠,与塔克拉玛干沙漠的流动沙丘不同,古尔班通古特沙漠以固定和半固定沙丘为主,沙丘上生长着各种沙漠植被。列车行驶在沙漠边缘的铁路上,老年人可以看到远处连绵起伏的沙丘,以及沙丘上点缀着的绿色植被,在阳光的照耀下,沙漠与植被形成鲜明对比,景色十分壮观。当列车停靠在附近的站点时,老年人还可以下车,近距离感受沙漠的魅力,触摸细腻沙子,聆听沙漠风声,体验独特的沙漠风情。

此外,西部还有云南的热带雨林。一些旅游列车会专门安排老年人前往西双版纳的热带雨林景区。例如,乘坐“彩云之南旅游专列”抵达西双版纳后,老年人可以跟随专业的导游进入雨林深处。在雨林中,他们可以看到高达数十米的望天树,这种树干笔直,高耸入云,是热带雨林的标志性植物之一。还有各种奇特的附生植物,它们生长在其他树木的枝干上,利用空气中的水分和养分生存,形成了独特的景观。此外,雨林中还有许多珍稀的动物,如长臂猿、犀鸟等,虽然不一定能全部看到,但偶尔传来的动物叫声,也为雨林增添了一份神秘的气息。老年人在雨林中漫步,呼吸着清新的空气,感受着大自然的神奇与美好,仿佛回到了童年时代对自然充满好奇的时光。

深厚悠久的历史文

西部作为中华文明的重要发祥地之一,历史源远流长,文化灿烂辉煌,留存下了大量珍贵无比的历史遗迹和文化景观,这些都为银发旅游列车项目注入了丰富深厚的文化内涵。

以西安为核心的关中地区,曾是中国古代多个朝代的都城所在地,承载着厚重而深沉的历史记忆。西安城墙作为中国现存规模最为宏大、保存最为完整的古城墙之一,犹如一条气势磅礴的巨龙,蜿蜒盘旋在城市之上。城墙上的箭楼、角楼等建筑错落有致,布局精巧,淋漓尽致地彰显出古代建筑的高超精湛技艺。银发游客沿着城墙缓缓漫步,轻轻抚摸着古老斑驳的城墙砖石,仿佛能够触摸到历史的脉络,真切地感受到岁月的沧桑变迁。站在城墙上,还可以俯瞰西安市区的繁华盛景,现代都市的繁华与古老历史的韵味相互交融,别具一番独特的风味。此外,西安的兵马俑更是举世闻名,被誉为“世界第八大奇迹”。这些栩栩如生的陶俑,形态各异,表情丰富生动,仿佛在默默地诉说着秦朝曾经的辉煌与荣耀。走进兵马俑博物馆,银发游客仿佛瞬间穿越时空,回到了两千多年前那个金戈铁马的秦朝战场,亲眼目睹了秦军那威武雄壮、战无不胜的强大军威,深刻领略到古代文明的博大精深与无穷魅力。

许多旅游列车会将西安作为重要的停靠站点。例如,“华夏古韵旅游专列”在西安停留期间,会安排老年人乘坐电瓶车绕城一周,让他们从不同角度欣赏城墙的雄伟。之后,老年人可以选择步行登上城墙,在城墙上漫步,感受古代城墙的独特魅力。在兵马俑博物馆,会安排专业的讲解员为老年人进行详细讲解,从兵马俑的制作工艺到秦朝的军事制度,从陶俑的面部表情到背后的历史故事,让老年人全面地了解兵马俑的文化价值。博物馆内还设有互动体验区,老年人可以亲手触摸仿制的兵马俑碎片,感受古代工匠的精湛技艺,甚至可以参与简单的兵马俑修复模拟活动,增加参观的趣味性和体验感。

甘肃敦煌,作为丝绸之路的关键重要节点,拥有举世瞩目的莫高窟。莫高窟内的壁画和彩塑数量繁多,技艺登峰造极,内容丰富多彩,涵盖了佛教文化、历史故事、社会生活等多个领域和层面。这些壁画历经千年岁月的洗礼与磨砺,依然色彩鲜艳夺目,线条流畅自然,充分展现出古代艺术家们卓越非凡的创造力和炉火纯青的绘画技巧。银发游客踏入莫高窟,仿佛步入了一个美轮美奂、如梦如幻的艺术殿堂,被那些精美绝伦的壁画和彩塑深深吸引,沉浸在浓厚浓郁的佛教文化氛围之中,尽情感受着历史与艺术相互交融所产生的独特魅力。

“敦煌文化旅游专列”是专门开往敦煌旅游的老年人设计的。列车抵达敦煌后,会安排老年人在上午前往莫高窟参观。由于莫高窟对游客参观时间和人数有限制,旅游专列会提前预订好门票和讲解

服务,确保老年人能够有充足的时间和良好的参观体验。在莫高窟内,讲解员会带领老年人逐个洞窟参观,详细讲解壁画的内容、艺术风格以及背后的历史文化背景。洞窟内精美的壁画和彩塑数量繁多,技艺登峰造极,内容丰富多彩,涵盖了佛教文化、历史故事、社会生活等多个领域和层面。这些壁画历经千年岁月的洗礼与磨砺,依然色彩鲜艳夺目,线条流畅自然,充分展现出古代艺术家们卓越非凡的创造力和炉火纯青的绘画技巧。银发游客踏入莫高窟,仿佛步入了一个美轮美奂、如梦如幻的艺术殿堂,被那些精美绝伦的壁画和彩塑深深吸引,沉浸在浓厚浓郁的佛教文化氛围之中,尽情感受着历史与艺术相互交融所产生的独特魅力。

除此以外,西部还有众多如丽江古城、平遥古城等历史文化名城和古镇。这些古城古镇完好地保存了大量明清时期的建筑风格和文化习俗,古街古巷蜿蜒曲折,青石板路古朴典雅,散发着浓郁的历史气息。银发游客漫步其间,可以欣赏到古色古香的古老民居、琳琅满目的传统手工艺品店,品尝到当地独具特色的美味佳肴,亲身体验到原汁原味的传统文化生活,仿佛时光倒流,重新回到了过去那段宁静而美好的岁月。

独特浓郁的民族风情

在内蒙古呼伦贝尔大草原,蒙古族特色旅游项目成为银发族的热门之选。乘坐专为老年游客定制的旅游列车抵达后,老人们参与到传统的蒙古族欢歌迎会中,身着盛装的蒙古族同胞献上洁白的哈达,敬上醇香马奶酒,热情洋溢的氛围瞬间感染了每一位游客。许多老人兴奋表示,这样的欢迎仪式让他们真切感受到了蒙古族的豪爽与热情。

当地还为老年游客精心安排了丰富的民俗体验活动。在蒙古包内,老人们跟着蒙古族阿妈学习制作奶茶、奶豆腐等传统美食,了解蒙古族饮食文化背后的故事。傍晚时分,草原上燃起篝火,老人们围坐在篝火旁,欣赏蒙古族小伙和姑娘带来的精彩歌舞表演,悠扬的马头琴曲和欢快的安代舞,让老人们沉浸在浓郁的草原文化氛围中。

而在云南西双版纳,傣族风情同样令老年游客流连忘返。旅游列车到达后,老人们入住充满傣族特色的竹楼民宿,感受傣家建筑的独特魅力。走进傣族村落,在专业导游的带领下,老人们参观傣族传统手工艺品制作工坊,亲眼目睹傣锦、傣陶的制作过程,部分老人还亲自主持体验,在非遗传人的指导下,尝试编织简单的傣锦图案。

泼水节虽受季节限制,但当地为满足老年游客对这一传统节日的向往,特别在民俗文化园举办了小型泼水活动。老人们手持水盆,相互泼水祝福,欢声笑语回荡在园区,大家尽情享受这份欢乐与祝福,体验到了傣族文化中对水的崇敬和对美好生活的祈愿。

在新疆,维吾尔族聚居区的旅游景点也迎来了众多银发游客。以喀什古城为例,老人们漫步在充满异域风情的古街古巷,欣赏维吾尔族风格的建筑,精美的木雕、砖雕和色彩斑斓的门窗,无不让他们惊叹。在古城的巴扎(集市)里,老人们穿梭于琳琅满目的摊位之间,挑选着艾德莱斯绸、英吉沙小刀等特色商品,与摊主热情交流,感受着维吾尔族的市井生活气息。

提供“西式”文化供给

随着年龄增长,老年人对文化体验的渴望愈发强烈。西部深厚悠久的历史文化和独特浓郁的民族风情,为老年人提供了广阔的文化探索空间。在参观西安兵马俑时,专业的讲解员会详细讲解秦朝的历史背景、兵马俑的制作工艺以及背后的故事,老年人可以通过仔细观察陶俑的神态、服饰,深入了解古代文明的辉煌。在内蒙古草原,老年人不仅能欣赏到蒙古族的歌舞表演,还能参与传统的祭祀活动,亲身体验蒙古族的文化习俗,这种深度的文化体验能极大地丰富老年人的精神世界。

例如,在西安的秦始皇兵马俑博物馆,针对老年游客专门推出了“深度讲解套餐”。讲解员不仅会讲解兵马俑的发现过程、制作工艺等基础知识,还会深入讲述秦朝的政治、军事、文化等方面的内容,结合历史故事,让老年人仿佛穿越回秦朝。在内蒙古,一些旅游列车会安排老年人参与“祭敖包”活动。敖包是蒙古族祭祀天地、

祖先的重要场所,在祭祀过程中,老年人在蒙古族向导的指导下,献上哈达、添上石块,围绕敖包顺时针行走祈福,亲身体验蒙古族对自然和祖先的敬畏之情,感受草原文化的独特魅力。

此外,许多老年人对过去的生活方式和传统文化有着深厚的情感。西部地区的一些古镇、古村落保留了大量传统建筑和生活习俗,能唤起老年人的怀旧之情。在丽江古城,古老的石板路、木质建筑,以及当地人传统的生活场景,让老年人仿佛回到了过去的岁月,产生强烈的情感共鸣。他们可以漫步在古街古巷,回忆自己年轻时的生活点滴,与当地居民交流,感受传统文化的魅力。以四川的阆中古城为例,这里保存了众多明清时期的建筑,古街古巷纵横交错。乘坐旅游列车来到这里的老年人,走在青石板路上,看着两旁古色古香的店铺和传统民居,能感受到浓厚的历史氛围。一些店铺还保留着传统的手工艺制作,如手工编织竹篮、制作传统糕点等,老年人可以驻足观看,甚至参与制作过程,与店主交流,从他们的讲述中了解古城的变迁和传统文化的传承。夜晚,古城的灯火亮起,倒映在嘉陵江上,景色美不胜收,老年人可以在江边散步,享受这份宁静与美好,回忆起自己年轻时的时光。

社交与交流机会。火车车厢为老年人提供了绝佳的社交空间。在旅途中,来自不同地方的老年人相聚在一起,他们有着相似的人生经历和兴趣爱好,很容易找到共同话题。大家可以在车厢内交流旅行心得、分享生活故事,结交新朋友。旅游列车还会组织各种车厢活动,如书法交流、老歌演唱等,进一步促进老年人之间的交流互动。这种社交活动不仅丰富了旅途生活,还能让老年人感受到人与人之间的温暖和关怀,减少孤独感。比如在“丝绸之路旅游专列”上,列车会定期举办“车厢文化节”。在活动中,有书法特长的老年人会现场挥毫泼墨,展示自己的书法作品,其他老年人则在一旁欣赏、交流书法技巧;喜欢唱歌的老年人会组织老歌歌唱,一首首经典老歌唤起大家共同的回忆,车厢内充满了欢声笑语。此外,列车上还有“故事分享会”,老年人可以分享自己的人生故事、旅行经历,大家相互倾听、相互学习,增进彼此之间的了解和友谊。通过这些活动,原本陌生的老年人成为朋友,在旅途中相互照顾、相互陪伴,让旅行变得更加有意义。

提供“西式”优质服务

平稳舒适的旅途体验。老年人身体机能有所下降,对旅途的颠簸耐受性降低。火车作为一种便捷的交通工具,运行轨道固定,行驶过程中震动和摇晃极小。相较于汽车在崎岖山路的颠簸,或飞机起降时的强烈失重感,火车的平稳运行能极大减轻老年人身体的不适。以青藏铁路旅游列车为例,其先进的减震技术和稳定的轨道系统,让列车在穿越高原时也能保持平稳,使得老年人在欣赏窗外壮丽的雪山、草原美景时,不用担心身体因颠簸而产生疲劳或不适,能全身心沉浸于美好的旅途之中。例如,Y972次青藏旅游列车,在车体设计上采用了特殊的悬挂系统,进一步增强了列车行驶的平稳性。车内装饰温馨舒适,大尺寸的车窗让视野更加开阔,老年人可以毫无阻碍地欣赏车外的景色。从西宁出发,一路驶向拉萨,沿途经过青海湖,那湛蓝如宝石般的湖水在阳光下闪耀,与远处的雪山相互辉映,美不胜收。列车员还会为老年人详细介绍窗外经过的景点,让他们不仅能欣赏美景,还能了解背后的地理知识和文化故事。

充足的休息空间与设施。现代火车车厢为老年人提供了宽敞且舒适的休息空间。无论是宽敞明亮的座位,还是整洁干净的卧铺,都能满足老年人在旅途中随时休息的需求。卧铺的设计符合人体工程学,柔软的床垫和合适的枕头,能让老年人在长途旅行中获得良好的睡眠质量。车厢内还配备了充足的电源插座,方便老年人手机、平板电脑等设备充电,用于观看视频、听音乐打发旅途时间。同时,卫生间设施经过特殊设计,扶手的安装让老年人使用时更加安全便捷,不用担心滑倒等意外情况。在一些专为老年人打造的旅游列车上,如“夕阳红西部专列”,卧铺车厢分为上下铺,床铺宽度比普通列车卧铺更宽,确保老年人翻身时不会感到局促。每个卧铺

旁都设有独立的阅读灯,方便老年人在睡前阅读。车厢连接处的卫生间不仅安装了牢固的扶手,地面还采用了防滑材料,并且配备了紧急呼叫按钮,一旦老年人在卫生间内遇到紧急情况,可以及时呼叫列车员。此外,列车上还设有专门的休闲区域,摆放着舒适的沙发,老年人可以在这里泡茶聊天,享受悠闲的旅途时光。

适宜的行程节奏。旅游列车的行程安排充分考虑了老年人的身体承受能力,节奏较为舒缓。通常白天安排适量的景点参观,让老年人有足够的时间在景区内慢慢游览、细细品味,避免了行程过于紧凑导致的劳累。晚上列车停靠在安全的站点或指定营地,老年人可以在安静的车厢内充分休息,恢复体力。例如,在游览敦煌莫高窟时,行程会预留出半天甚至一天的时间,让老年人能在讲解员的带领下,不紧不慢地欣赏洞窟内精美的壁画和彩塑,深入了解敦煌文化的博大精深,而不会像普通旅行团那样走马观花,匆忙赶路。以一趟从兰州出发,途经敦煌、吐鲁番、乌鲁木齐等地的旅游列车行程为例。在敦煌,列车会停留两天,第一天上午安排老年人前往莫高窟,专业的讲解员会带领大家逐个洞窟参观,详细讲解壁画的艺术价值、历史背景以及佛教文化内涵,整个参观过程持续约四个小时,中间会安排多次休息时间。下午老年人可以自由活动,选择在酒店休息或者在敦煌市区逛逛,感受这座古城的韵味。第二天则安排前往鸣沙山月牙泉,上午气温相对较低,适合老年人游玩,大家可以骑骆驼、滑沙,或者在月牙泉边漫步,欣赏独特的沙漠奇观。晚上列车继续前行,前往下一站吐鲁番,老年人在列车上可以舒适地休息,为第二天的行程养精蓄锐。

价格透明、经济实惠。老年人在消费时往往较为谨慎,注重性价比。旅游列车项目的费用通常涵盖了交通、住宿、餐饮等多项服务,价格相对透明合理。老年人在报名参加旅游列车项目时,就能清楚地知道自己的全部花费,不用担心旅行过程中出现额外的高额费用。而且,相较于单独安排交通、住宿等费用,旅游列车的一站式服务往往能提供更优惠的价格,让老年人以相对较低的成本享受到高品质的旅行体验。以一趟从成都出发,前往云南的旅游列车为例,全程10天的行程,费用包含了往返火车票、沿途酒店住宿、大部分餐饮费用以及景点门票费用。价格根据不同的车厢等级和住宿标准有所差异,但在报名时明确告知老年人。例如,普通硬卧车厢的价格为4980元/人,高级软卧车厢的价格为6980元/人。而如果老年人自行安排交通、住宿等,仅往返成都与云南的机票费用可能就会超过3000元,再加上酒店住宿、餐饮和景点门票等费用,总花费会远超旅游列车的套餐价格。同时,旅游列车与各地的酒店、景区建立了长期合作关系,能够获得更优惠的价格,从而将实惠传递给老年游客。

品质保障。虽然注重价格,但老年人对旅行品质也有较高要求。旅游列车项目在选择合作的酒店、餐厅时,会充分考虑老年人的需求和喜好,确保住宿环境舒适、餐饮卫生健康。在住宿方面,优先选择安静、安全、设施齐全的酒店;在餐饮方面,提供营养均衡、口味清淡的菜品,满足老年人的饮食需求。同时,列车上配备专业的服务人员,为老年人提供贴心周到的服务。从上车行李搬运到旅途中的生活照料,都能让老年人感受到无微不至的关怀,确保旅行的品质。例如,在新疆的旅游列车项目中,合作的酒店大多位于景区附近,交通便利且环境安静。酒店房间内配备了防滑拖鞋、紧急呼叫按钮等设施,卫生间也进行了适老化改造。在餐饮方面,餐食安排充分考虑了老年人的饮食特点,早餐提供营养丰富的粥、鸡蛋、馒头等,午餐和晚餐则有荤素搭配的炒菜、汤品,菜品口味清淡,避免过于油腻和辛辣。列车上的服务人员都经过专业培训,具备丰富的照顾老年人的经验。他们会在老年人上车时帮忙搬运行李,安排座位;在旅途中,关注老年人的身体状况,及时为他们提供热水、药品等;晚上还会定时巡查车厢,确保老年人的安全和休息。

据中国旅游研究院预测,到“十四五”末,中国出游率较高、旅游消费较多的低龄健康老年人将超过1亿人,银发旅游收入有望突破万亿元。

西部发展银发列车游,未来可期。