

## 民生调查

本报记者 张钰芸 陆佳慧

中午外出吃午餐前,先在银行App上买一张打对折的代金券;吃完后,编辑好菜品的照片、视频或文字点评,发布在不同平台的账号上;需要打车时,先去打车软件上领取折扣券……别以为这届年轻人只会薅线上的“羊毛”,他们对社区里的公共资源也有敏锐触角:在社区健身房锻炼身体,一小时只要2元;在社区活动中心报名手工课,不仅有老师免费教授,作品还能带回家;还有家门口的社区食堂,吃上一顿“三菜一汤”不超过20元。

当下,越来越多的年轻人正在改变自己的消费观念。有的人“该省省该花花”,理智又快乐地追求“极致性价比”;有的人利用碎片时间,把“薅羊毛”变成“副业”,带来一笔稳定的额外收入;还有的人在“15分钟生活圈”里挖掘资源,享受生活里的“小确幸”。摒弃消费主义,在“丰俭由人”的大城市,这届年轻人更有归属感。

### 1 业余做“博主” 内容经营赚小钱

在“95后”筱梦的脑子里,有两个常用表格,一个是周工作计划,一个是“薅羊毛”计划,而她最常用的两个平台是大众点评网和小红书。

“每个月在大众点评网上写4条评论,就能成为VIP,无限次抽取‘免费试’的机会,大部分是免费的美食套餐,从几十元到几百元不等。”筱梦的运气不错,每个月总有一到两次的中奖,但她自己总结,这可不仅仅是运气这么简单。

“我比较喜欢尝试,不像其他参与者,基本局限在美食上,一些生活服务、娱乐、美容的项目我也会去抽。这样广撒网的话,中奖概率就更高。”她告诉记者,自己不仅会关注热门商圈的“霸王餐”,也会选择朱家角、七宝等区域,如果抽中了,就利用周末时间去,作为“沪漂少女”,这样的短途旅游也挺有新鲜感。

除了经营自己的大众点评账号,筱梦玩了近十年的小红书账号如今也成了她“薅羊毛”的渠道之一。“前几年我是以浏览为主,最近两年开始相对频繁地更新,主要是分享自己的生活,最近体验了什么好吃的好玩的,自己买房和装修的经验是什么,主打一个‘想发什么就发什么’。”她告诉记者,尽管自己的粉丝数还没有超过1000人,但会积极报名平台发布的各种活动,如果被选中,就能获得流量支持,也逐渐有了品牌方找上门。

点开筱梦的小红书个人主页,首页就能看到她最近为某明星直播间“打call”的推文,也能找到一些美容产品的使用感受。“这些都是品牌方合作。”她说,作为“素人”博主,现在她时不时会收到一些邀请合作的私信,“有时是赠送产品,让我写使用体验;有时是给点报酬,让我发推广图文”。别看每次金额都不大,但一个月累积下来,也能有数百元。

“老实说我并不觉得这是‘薅羊毛’,反而更愿意称之为‘副业’。”她说,利用一些碎片时间来经营自己的账号,并不会影响本职工作和日常生活,反而获得一些实实在在的收益,何乐而不为。而在她的影响下,周边已经有六七位朋友加入其中,大家也会在微信群里分享抽到“霸王餐”的好消息。

### 2 勤刷各类App 抢券签到攒积分

每天睡前,如同形成了肌肉记忆般,王澜会花上七八分钟,把手机里所有能“签到”的软件都签一遍。

签到的平台包括银行App、点评类App、商超App、品牌会员微信小程序等。这些平台往往会设置签到攒积分的活动,积分可以换取各种奖品,或者提升等级后换取会员权益,包括但不限于免费的水果券、咖啡券、立减金、折扣券等等。

“叮咚买菜App里有‘鱼塘’和‘果园’,每天签到就是‘养鱼种树’,到时候能换取鲜活的鲫鱼或者苹果香蕉。盒马App上签到是‘收盒花’,既能种水果,也能用‘盒花’兑换商品优惠券。”说起这些实惠,王澜如数家珍,他告诉记者,此前还靠着每日签到,拿到某电商网站抽取茅台酒资格,成为他“薅羊毛”经历中的高光时刻。

此外,银行App也是“薅族”人的聚集之地。“基本上所有银行App都会发优惠券。”他告诉记者,用好银行App能省下不少小钱,虽然金额不大,但是成就感满满。“比方说招商银行有‘周三5折’的活动,我每次都会提前看好自己想要买的套餐,定好闹钟,上午10时准时进去抢购。喜茶20元代金券卖10元,家府潮汕菜100元代金券卖50元,迪卡侬、好特卖代金券也是对折,是不是很划算?也就玩个手机的工夫,可以省下不少钱。”



▲ 徐汇滨江社区食堂的菜品 本报记者 陆佳慧 摄

▶ 外滩街道社区文化  
活动中心正在举办咖  
啡制作体验活动  
采访对象提供



支付立减金、话费满减充值、打车优惠券、视频网站月卡、满减加油卡、1分钱换购……记者在网看到,各种银行App上可以薅的“羊毛”真不少,还有网友写了攻略,手把手教大家省钱。例如“整理了近期部分银行App的‘羊毛’,新用户注册领券有外卖红包,电影票满30元减10元,美食周三五折。”“总结银行App日常‘羊毛’,每天投入不

到3分钟,一年能有500元+。”  
在一些“薅族”人看来,“薅羊毛”不仅能省钱,也是一种生活的“小确幸”,分享交流经验甚至成为年轻人一种社交方式。事实上,只要懂得“薅”,并合理规划,在大城市里的生活成本,甚至可以比四五线城市还低。比如很多县城很多商店里用不了信用卡,所以信用卡的羊毛就薅不上。

## 精打细算『薅羊毛』 『生活圈』里挖资源

# 这届都市年轻人快乐又理智



■ 静安区共享市民健身房受年轻人青睐

本报记者 陆佳慧 摄

不过,即使是熟谙互联网规则的年轻人,要做一个合格的“薅族”,也要提升自己的“薅商”,避免被各类平台“反薅”。“我有两张信用卡,经常领取各种优惠券。但是信用卡要达到一定的消费标准才能免年费,有一次我的一张信用卡就被扣年费了,原来需要一年刷五次才能免年费,我一时疏忽,少刷了一次。”

### 3 追求性价比 年轻人回归社区

在寸土寸金的静安寺商圈,去一次健身需要花多少钱?过去很多白领会购买一张数万元的健身卡,但现在他们发现,最低只要2元/小时,就能让自己出汗。这样的“羊毛”哪里薅?位于西康路上的静安区共享市民健身房,已经在周边白领、居民中迅速“出圈”。

中午时分,共享健身房里一派热火朝天,这里设置了有氧训练区、力量训练区和动感单车区三个区域,跑步机、椭圆机、划船机等器械一应俱全,可以满足各类健身人群的需要。记者在现场看到,不少白领趁着午休时间来这儿跑步撸铁,享受多巴胺分泌带来的愉悦感。

“滴——”设计师李橙熟练地打开支付宝,扫码预付押金后顺利入场,结束锻炼后,系统会根据健身时长扣除单次费用并退还剩余押金。“无须年卡、月卡,按分钟计费,现在看见这几个字就安心。”李橙指着入口处巨大的地贴对记者说,自己常年健身,还曾在某健身机构充值上万元,没想到门店经营不善,店主跑路了,这让她心有不甘,再也不随便办卡了。

“社区里的共享健身房里,器械齐全,价格还便宜,练完再在梧桐区来场City walk,看看美丽的街景,感觉赚大了!”在静安寺工作的梁锐从这家健身房开业就认准了这里,除了收费低廉,梁锐还特别喜欢这儿的运动氛围,“没有教练推销,来的都是真正热爱健身的,大家都很专注”。

这届年轻人“薅羊毛”的触角还伸到了社区食堂。中午12时,徐汇滨江市民食堂的点餐窗口前排起长队。临江的落地窗、纯白的桌椅,门口贴心配备伞架、消毒洗手液等,开业近半年,这里依旧温馨整洁,人气居高不下。在周边工作的王喻是这家食堂的常客,这天,她点了两个黄酱包、一份芹菜香干炒肉丝、一碗米饭、一份例汤,花费21元,吃得心满意足。王喻说,一周里总有三四天她会从公司步行来市民食堂吃饭,这里干干净净,菜烧得也符合上海人的口味,边吃着大厨新鲜现炒的

家常菜,边欣赏黄浦江的风景,心情都放松了不少。

### 4 活动也免费 收获低成本幸福

在小红书上一篇名为《留在上海的理由》的帖子中,有网友写道:“在上海可以结交各色各样的朋友,看各种展览,打卡许多有趣的活动……上海永远不会无聊。”

丰富多彩的生活是大都市的活力和魅力,在上海,更让人心动的是,越来越多优质的文化艺术资源都免费开放了,到美术馆看一场免费展览,去家门口的社区活动中心来一场0元手作、看一部免费电影……是年轻人低成本却高幸福感的的生活方式。

蹲守公众号、报名、抢票,周颖顺利预约了外滩街道社区活动中心的正念缠绕画活动,周二,她趁着午休时间给自己来了场“心灵瑜伽”。这是周颖第四次走进社区活动中心参加活动,在之前的活动里她陆续收获了一只可爱的流体熊、一枚精致的车载扩香石、一盏流光溢彩的琉璃灯,以及一群志同道合的新朋友。周颖说:“发现社区活动中心简直像挖到了宝,这里的活动质量高还免费,我一有时间就和朋友约着来参加,丰富一下生活。”

而在静安寺街道,“静邻一家·国风非遗”民俗体验课已经成为品牌活动,每次一经推出,就被懂经的白领们“秒杀”。“指尖‘掐’出的非遗,快来报名吧!”12月4日下午,“同心家园”公众号刚一发出推文,20个活动名额就被抢光,七八位没抢到活动机会的人在微信群里熟练排队候补。“在商场里的手作工作室里,体验一次手工,至少要二三百元,这里却是免费的,更何况还不是掐丝珐琅这样的非遗项目。”海晨的一番话颇为实在,“过去我经常在商场里做首饰、学插花,还去染过丝巾,动不动就是大几百。自从发现了社区里的宝藏活动,几乎每次都卡点抢名额。”

年轻人热衷于“薅羊毛”,并不意味着“占小便宜”,回归理性消费,也不是从此节衣缩食。他们更关注的是如何通过聪明地省钱,获得对生活的掌控感和幸福感。从“精致穷”到“该省省,该花花,骑自行车逛酒吧”,社交平台流行语的变化折射出年轻人消费观的改变。据艾媒咨询调查数据显示,持有理性消费观念的千禧青年高达72.49%,而如何从低成本的日常中发掘幸福既考验消费者的智慧,也对城市公共服务均等化提出了更高的期待。