

# 「疗愈式漫游」 将松弛感拉满

在“宋潮不夜城”来一场沉浸式夜游、到大理洱海边体验扎染围炉煮茶、到洛阳牡丹花会融入当地民俗表演……近年来,“疗愈式漫游”逐渐兴起,游客可以通过沉浸式自然体验、艺术创作或心理引导,在青山绿水之间舒缓压力、修复情绪。



## 都市人乘高铁进山赏春

高铁的便利性让城市人赏春的脚步走得更远。如长三角地区高铁路网越织越密,越来越多的游客在闲暇之余乘坐高铁到周边城市赏春景、度春光。

眼下,浙江安吉白茶园的采摘活动吸引了大量游客,放眼远眺,万亩茶园苍翠连天,茶山上,采茶人与游客点缀于青叶之间;山道上,三五好友沐浴春光惬意聊天。浙江绍兴的柯桥同样非常热闹:在瓜渚湖东岸公园,70个品类、6000平方米郁金香铺成彩色花毯,与1142株樱花树交相辉映,鲁冰花、洋水仙点缀其间;在四川剑阁国家级森林公园,这里拥有300里古蜀道和7778株千年古柏,游客漫步在青石板路,感受古柏的历史沧桑,体验森林冥想和自然对话,享受“森林浴”的身心净化。高铁便利带动了大量周边城市游客前来体验。

清明假期,不少历史文化类景区借势推出民俗场景,游客穿汉服簪柳枝、执素笺写追思,以具象化仪式重构对清明的文化认同,传统习俗的创意表达与情感价值正转化为文旅融合新范式。

## 研学游融入传统文化习俗

在旅行平台上,博物馆历史、观星及太空主题、人工智能、自然科学和非遗文化是热门的研学旅行主题。受众也从都市年轻人和亲子人群,拓展到不同线城市的全年龄段人群。

从“拍照打卡”到“动手参与”的转变,意味着游客不再满足于成为旁观者,而是通过知识获取、技能实践等方式,在旅行中提升自我,体验世界。

近年来,研学游也融入了更多传统文化习俗,美术、音乐、书法与大自然在一场场研学中实现梦幻联动。年轻人聚在一起识艾草,亲手做青团,把春天的味道吃进嘴里。

用画笔捕捉自然的色彩,挥墨书写春天的诗意。还有研学活动安排进了山里的茶厂,家长、孩子们一起学习古法制茶,探索现代茶叶加工工艺,体验宋代点茶、制作五彩图案的茶果子……在茶香氤氲间留下亲子共学的记忆。

景区沉浸式体验项目热度不减。游客通过角色代入、场景交互与情感共振,短暂脱离日常生活中的身份,沉浸在特定故事情境中——2024年年底,山东“红嫂”家乡“跟着团长打县城”和牡丹江镜泊湖景区“流放宁古塔”探秘路线相继爆火,这股热度延续到今年清明假期。

## 景区开启春日限定赏花活动

春和景明,追求氛围感的赏花踏青成为出游市场的一大亮点。武汉东湖樱园、洛阳的牡丹花会、无锡鼋头

渚樱花谷等传统赏花地持续领跑热度榜。伊犁的杏花和林芝的桃花则吸引了大量中长线游客拼假前往。

随着多地春花次第开放,赏花游成为时下大众旅游出行的重要选择。无锡拈花湾·禅意小镇以“拈花一笑,为你花开满城”策划一系列春季限定活动,超2000米花卉街区、“AI塔”盛大启幕,以科技与艺术结合的方式,带来新的视觉体验;扬州瘦西湖上新了6个“烟花三月专享套餐”,还举办春日市集特色活动,吸引广大游客入园赏春;2025上海樱花节期间,顾村公园樱花岛推出沪上首个沉浸式夜樱光影秀,以“蝶恋樱”为主题,巧妙融合光影科技、国风表演与自然景观,打造了一场“昼夜双景”的樱花奇遇。

在云南西双版纳傣族自治州的中国科学院西双版纳热带植物园内,百花齐放各展风姿,来往游客络绎不绝。从“打卡式旅游”到“沉浸式旅居”,不少绘画爱好者都会在这里长住一段时间,用画笔定格“植物王国”在自己眼中的美好瞬间。

社媒平台也用流量赋能地方春日经济发展。在广州,结合“开春、赏花”等节点,荔湾区本地商户推出“烟火踏青地图”,带大众一边踏青一边吃喝玩乐,感受专属于羊城的浓浓开春气息。

## 春鲜美味掀起时令新热潮

除了“赏花”,“吃花”也是春日“花样经济”的重要一环。

古人讲究知时而食,素有“以花入饌”的传统。如今,该习俗渗透进现代餐饮文化,催生出新热潮,餐饮商家推出“花样”团购,呈现一道道春鲜美味。淮扬菜商家推出了“桃花宴”家庭餐,茶饮商家上线了樱花拿铁、樱花芭乐酸奶碗,还有樱花糕、樱花烧卖、云南玫瑰鲜花饼、鲜花菌菇小火锅、桃花小米糕……以花为主题的“限定”美食,深受食客喜爱。

春日新鲜食材成为各类餐饮商家推新的重点,开发了诸如春笋韭菜炒鲜牛肉、咸肉手剥笋、春笋雪梨炒杭椒时令单品。

(综合自人民网、中国日报、中国青年报、羊城派)

## 广州首推综合性国防教育主题展

本报讯 4月7日,广州市国防教育中心迎来改陈升级后的首个全民国防教育主题展。作为该中心1993年成立以来首次系统性改造的成果,展览以国防大事件为线索,通过武器装备模型、历史场景复原及数字技术,全景式展现广州军事文化底蕴与新时代强军成就。

广州作为中国民主革命的策源地和中国改革开放的排头兵,广州军事史脉在国防教育主题展中得以生动呈现。从900余架次日机轰炸模拟场景及“血洒洒黄华”纪念碑再现抗战时期城市创伤,到动态投影重现1949年10月15日广州首面五星红旗升起的历史瞬间,展览通过“一步一场景”的历史时空折叠,为观众带来沉浸式观展体验。

展馆中,“科技强军”展区以80余件装备模型呈现国防现代化进程:山东舰航空母舰战斗群模型以磅礴阵列震撼全场,展现中国海军从近海防御向远洋作战的战略转型;展厅上空,由歼-20隐身战斗机等国产新型战机组成的空中编队模型呼啸而过,彰显新时代航空工业的雄厚实力。

本次展览为常设展,4月7日起开放,工作日9时30分至17时30分期间,市民可前往广州市国防教育中心(天河区天源路411号)参观展览。(穗宣)



国防教育展览中展出的军事模型。

单位供图