

九部门联手促进银发旅游列车发展，长沙旅行社加快布局

“银发旅游专列”驶向幸福慢生活

长沙晚报2月13日讯（全媒体记者 宁莎鸥）“这下可给退休的老人找到新玩法了。”近日，商务部、文化和旅游部、国铁集团等九部门联合发布《关于增开银发旅游列车促进服务消费发展的行动计划》（以下简称《计划》），面向社会征集并受理银发旅游列车开行需求，以多种形式开展产品定制服务，开发主题旅游线路和产品。

长沙旅行社也一直深耕专列旅游领域，此前试水了不少“适老化”产品。针对《计划》的出台，长沙文旅企业也将为老年人开辟老有所享、老有所乐新赛道，更为老龄化社会描绘了一幅“夕阳经济”的活力蓝图。

九部门联手发力，破解老年出游“痛点”

数据显示，我国60岁以上人口已超过2.8亿，2025年老年旅游市场规模预计将达到万亿元。然而，面对这一蓝海，针对性的产品供给较为不足，“上车睡觉、下车拍照”的“特种兵式”与老年人慢节奏、重安全、求舒适的需求长期错配。数据显示，超过70%的老年游客反映现有产品“赶路多于赏景”，一场旅游下来，堪比“渡劫”。

为解决这一痛点，此次，商务部、文化和旅游部、国铁集团等九部门联手发布《计划》，提出了鼓励适老化服务创新，围绕增加银发旅游列车服务供给、强化适老化设施保障、提升银发旅游列车服务水平、优化银发旅游列车发展环境等4个方面提出了12项重点任务。这些细节不仅让“银发专列”成为移动的“适老空间”，还能催生老年旅游服务标准化体系的建立，为民营企业开辟差异化竞争赛道。



图为七月的赛里木湖。

均为李若兮 摄

本土旅行社深耕专列旅游多年，将丰富产品供给

“我们已经深耕专列旅游领域20多年了。”湖南阅山河文化旅游有限公司相关负责人汤志强向记者介绍：“火车是非常适合老年人出游的交通工具，我们也在专列旅游产品的设计上增加了‘老年友好’的倾向，‘慢游深度、省心舒适’，让每一位中老年游客的‘远方’既有家国情怀，亦有山河壮美，深受银发一族的喜爱。”

早在2016年，湖南温馨夕阳国际旅行社就联合上游地接供应商、专列批发商牵头成立中国旅佬大旅游联合体，推广专列旅游。去年，长沙晚报联合“旅佬大”推出了“一起阅山河·文旅中国行”栏目，发出了前往东北、新疆等地的旅游专列。

列车虽未冠以“银发专列”之名，但“适老化”程度很高，为老人营造了安静舒适的睡眠体验，餐饮也符合养生健康要求，还配备了专业的医疗护理人员。

“此次《计划》的发布，对老年游客当然是一大利好。”中国旅佬大旅游联合体会长邓洪波认为：“旅行社也应该抓住机遇，与相关部门一起推进，完善列车的适老化改造，如增加无障碍通道等；提升旅游相关服务，如优化医疗服务、加快老年人出游相关保险审批等。未来，我们公司也将根据银发专列事业的发展，提供更多元化更优质的旅游线路。”

湖南家天下文旅集团总经理陈智也表示，面对这一利好消息，本土旅行社可以和铁路部门合作，将列车改造得更安全、更舒适、更现代化，将银发专列开到国外，实现列车跨境游也是可以期待的事情。



去年7月，游客在哈密非物质文化遗产保护中心前合影。

拥抱银发经济，将“桑榆市场”打造成“朝阳产业”

第七次全国人口普查显示，长沙市常住人口中60周岁以上老年人口153.98万人，占比15.33%。长沙银发经济市场规模达800亿元，预计到2035年将超3300亿元。而届时全国银发经济规模将达到30万亿元。拥抱银发经济已经成为发展共识，以《计划》扩展老年旅游市场便是拥抱银发经济的一大举措。

“银发专列可以引进来，长沙立足橘子洲、花明楼等旅游资源，开展老年人喜闻乐见的专列红色旅游。”业内专家表示：“也可以走出去，跟周边热门旅游地实现客源互动，拓展专列跨省游、跨境游，进一步激活老年旅游市场。此外，老年人出游不一定搭乘火车，老年自驾游、老年专机游，也都是可以开发的市场。”

随着中国老龄化不断深入，老年人市场不断扩张，老年人的消费潜力亟待释放。长沙应立足山水洲城的自然风光、“于斯为盛”的文化底蕴，“中国最具幸福感城市”的知名美誉，融合国际消费中心城市、世界旅游目的地建设，不断开发老年文旅产品、打造老年消费热点，把银发经济培育发展成面向“桑榆市场”的“朝阳产业”。



作文

麓谷公园

蒋可苡 虹桥小学
校园记者站2206班
指导老师：彭俏

一个阳光明媚的下午，我和妈妈踏着轻快的步伐来到麓谷公园，探寻冬天的别样风情。

一进公园，首先映入眼帘的是那碧绿的湖面。湖面上游着几只可爱的小鸭子，它们自由自在地游来游去，享受着这宁静的时光。微风过后，亮晶晶的湖面泛起层层涟漪，美轮美奂。

从湖边走到对岸，要经过一条弯弯曲曲的石板桥。桥上人来人往，热闹非凡。有的人在桥上拍照留念，想把这美好的瞬间永远保存；有的小朋友拿着网子，兴致勃勃地捕鱼捉虾，快乐无比；还有一些小虫子在石板桥上慢悠悠地爬行，仿佛在享受这悠闲的时光。

来到对岸，最引人注目的便是那片水杉林了。粗壮的树干笔直挺立，排列得整整齐齐，仿佛是公园的卫士。

走着走着，我们来到一条小路上，原本窄窄的土路被铺上了整齐的石板，两旁的树木也似乎得到了新生，更加茂盛。阳光透过树叶的缝隙，洒下斑驳的光影，仿佛让我置身于一片小森林中。树木在阳光的照耀下，显得生机勃勃。

一路前行，直至小路的尽头，我的脚步不禁轻快起来。那里，枫树的身影愈发鲜明，火红的叶子铺天盖地，宛如热情的火焰，在我眼前跳跃、舞动，为大地编织了一张五彩斑斓的地毯。

这次麓谷公园之行，让我深深感受到了大自然的美丽和魅力。麓谷公园，就像一幅幅美丽的画卷，让人流连忘返！

纸上派对·一起写作文

美丽长沙

岳麓山

张纳祺 育英学校
校园记者站2205班
指导老师：罗纳

在这个晴空万里的日子里，我们踏上了岳麓山之旅。

岳麓山真是多姿多彩啊！有美丽的爱晚亭、一望无际的山顶，还有庄严的古麓寺和肃穆的墓碑。

沿着山路前行，首先映入眼帘的是爱晚亭。亭前的湖水翠绿翠绿的，看起来很深。在这里，我听到了清脆的鸟叫声，向远处望去，仿佛一幅充满童趣的画卷。被树林半遮半掩的爱晚亭像一个害羞的小姑娘，那些茂密的树叶组成了五颜六色的蛋糕裙，四根柱子就像是染红了的麻花瓣，亭顶是她俏皮的帽子，石头路是她玩耍时留下的脚印。听妈妈说，每年秋天，树叶就都红了，我一想到这个可爱的“小姑娘”会换装，心里就好奇不已。看到亭子上的字，我想到了杜牧写的《山行》：“停车坐爱枫林晚，霜叶红于二月花。”

我们沿着弯弯曲曲的小路，爬上了山顶。这里云雾缭绕，隐隐约约能看见几座小山和美丽的城市。天气晴朗，我闻到了大自然“开心”的味道，还听到了风的声音，它好像在说：“现在你知道山顶的美了吧！要多来看我哦！”

岳麓山，真是一个美丽可爱又有纪念意义的好地方！

天心阁

宋奥翔 砂子塘小学校园记者站2204班
指导老师：谢宛瑾

在繁华的长沙城中，有一处地方宛如世外桃源般的存在，那便是天心阁。它静静地伫立在那里，见证着岁月的流转和城市的变迁。

跨入天心阁，映入眼帘的是清澈见底的溪水潺潺地流着。水在玻璃珠的带动下跳着舞，欢快地流到断层处倾泻而下……你看，这像不像孙悟空的水帘洞呢？我用手轻轻一点，水瞬间像美丽的花儿一样绽开。绽开的水珠宛如一颗颗晶莹剔透的珠宝掉落在水池里，溅起一朵朵美丽的水花，漂亮极了。

再往前走，是一层台阶，通往天心阁亭台。台阶两旁有许多紫红色球状的千日红，远远望去犹如一块红色的地毯在迎接游客。周围还有一些古老的树木，树叶虽然掉落得七零八落，但依然保持着健壮的身姿，就像神圣的卫兵保护着这座长沙城。树下的小草绿黄绿黄的，点缀着这片古老的土地。

爬上台阶，往前走百来步，那精致的亭台楼阁、雕梁画栋，充满了古典的韵味。红色的柱子、绿色的琉璃瓦，在阳光的映照下显得格外耀眼。阁楼周围的地墙、炮台，每一块砖石似乎在诉说着过去的故事。

登上阁楼，极目远眺，整个城市的景色尽收眼底。高楼大厦，车水马龙，一片繁华盛世。低头看向手扶着的斑驳城墙、锈迹斑斑的炮台，让我仿佛看到先烈们为了我们今天的幸福生活浴血奋战的场景，心中不禁涌起一种庄重与敬畏之情。我暗暗下决心：一定要好好学习，将来为祖国贡献自己的力量。

插图：吴志立

快乐游戏

快乐游戏

范佳人 盼盼小学校园记者站241班 指导老师：伍欢

放，摆弄着各种搞笑的表情，逗得我们一个个捧腹大笑。

我也拿起一个薯片，放在额头之上。我挤着眉，弄着眼，薯片缓缓地滑落到我的鼻尖，痒痒的，我不禁打了个喷嚏，薯片一飞冲天，在空中划出一个优美的抛物线，落在了地上。

同学们茫然地看着这几个大字，在心里画上了一个大大的问号。老师微微一笑，叫了两位同学上台演示了一遍。我看得跃跃欲试，迫不及待地想拿一个薯片，放在额头上尝试一番。

游戏正式开始，同学们个个眉开眼笑、欢呼雀跃，争先恐后地从薯片袋子里拿出薯片，快速地往额头上一放。

这游戏，真是有趣啊！

乡间美景满亲情

任文立 长郡双语实验中学2315班 指导老师：郭敏姿

车厢的闷热让人喘不过气，我的心情愈发烦躁。只因为姨妈的一句“乡下的菜长好了，你们回来吗？”

妈妈就开车带着全家人回乡下。“就为了几棵菜，要开三个小时车回乡，有意义吗？油钱都能买多少菜了？”我一路埋怨着。

终于，车子停靠在了路边。打开车门，独属于乡间的清新空气瞬间钻入了我的鼻腔，大脑一下子就倍感清爽，晕车带来的不适感也减轻了许多。

乡间的阳光似乎比城里更柔和，就那样暖暖地洒在脸上，宁静而和谐。姨妈早早地在路边迎接我们，配着这柔和的阳光，脸上的微笑显得愈发的温柔。“回来啦。”听着姨妈亲切的招呼声，我心中的烦躁骤然减少了几分。

临近中午，姨妈家的厨房上空升起袅袅炊烟。我坐在院里的木椅上，欣赏着眼前的花花草草和远处的重峦叠嶂。

前方的电线上立着几只小燕子，左顾右盼，不时又飞往别处。朵朵白云飘过，在清澈湛蓝的画布上留下各样的图案。家人们的交谈声、欢笑声，与碗瓢盆的碰撞声一道，汇成一曲欢乐的小调，给乡间质朴不变的亲情。

2025银发专列首发，19天新疆全景游，享门票减免+医护随行，5月长沙出发

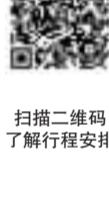
银发专列开启“诗与远方”

长沙晚报2月13日讯（全媒体记者 郑湘平）五月的新疆，春未尽，夏初临。天山南北冰雪消融，草原泛绿，湖泊湛蓝，正是探秘大美新疆的最佳时节。

为满足中老年朋友“慢游深度、省心舒适”的旅行需求，长沙晚报“一起阅山河·文旅驿站”推出2025年首趟“银发专列·新疆南北疆19日深度游”，5月从长沙首发，广东、湖南多地可以上下车。19天全景环线串联东疆、西疆、南疆、北疆、独库公路精华段及甘肃经典景点。银发专列全程直达，南北疆全景漫游，一线多游，一线多景；夜行日游，省去3000公里大巴颠簸，专列配备随团医护，一人一铺全程守护。

19天的行程堪称一场新疆美景的盛宴，将新疆各地的精华景点巧妙串联，全方位展现了新疆多样的自然风光与深厚的文化底蕴。从东疆的哈密开始，游客将走进木卡姆艺术中心，感受这一古老艺术形式的独特魅力，探寻回王府的历史遗迹，领略昔日的辉煌；在吐鲁番，火焰山的炽热、坎儿井的智慧以及葡萄庄园的丰收景象，都让人叹为观止；天山天池宛如一颗璀璨的明珠，镶嵌在雪山之间，其神话传说与绝美风光令人沉醉。

北疆的阿勒泰地区，喀纳斯湖宛如仙境，神秘的“水怪传说”更为其增添了一抹神秘色彩，白桦林在阳光的照耀下熠熠生辉，月亮湾的迷人曲线、五彩滩的斑斓色彩以及禾木村的宁静祥和，共同构成了如诗如画的田园风光。伊犁的那拉提大草原广袤无垠，骏马奔腾，赛里木湖的湛蓝湖水、薰衣草观光园的浪漫花海、果子沟大桥的雄伟壮观以及霍尔果斯国门的庄严神圣，都让



扫描二维码
了解行程安排

责编/陈良 美编/吴志立 校读/欧艳