

赏景“拾秋”正当时，四大公园最出片

秋日盛景就在身边，这份长沙公园游玩攻略请收好



松雅湖往年深秋景色。石亮 摄

观鸟好去处

衡阳江口鸟洲 迎来“万鸟齐飞”



扫码看视频

三湘都市报11月11日讯 11月11日，暖阳洒在衡南县江口鸟洲，这片被誉为“鸟类天堂”的湿地，正迎来一年中最热闹的季节，一批批冬候鸟如约而至，在此安营扎寨、筑巢栖息。它们与逗留于此的夏候鸟一起嬉戏觅食，共同编织出一幅万鸟齐飞的景象。

候鸟归来，衡南江口鸟洲热闹非凡

“快看，那群鸬鹚又在水面捕食了！”站在观鸟台上，衡南县江口鸟洲管理所的陈俊兴奋地指着不远处的江面。只见一群鸬鹚仿佛训练有素的潜水员，一个接一个地扎进水中，不一会儿便带着战利品——一条条鲜鱼浮出水面。

陈俊告诉记者：“这个时候，夏候鸟拖家带口陆续往南方迁徙，而从东北三省飞来的冬候鸟也如约而至。这是观鸟的最佳时间点，场面特别壮观。”

正如陈俊所说，未水江面上一片繁忙，斑嘴鸭、鸬鹚、苍鹭等冬候鸟与小白鹭、池鹭、牛背鹭等夏候鸟成群结队，它们在江面上嬉戏打闹，时而潜入水底觅食，时而探出水面，在空中盘旋飞舞，黑压压一片，蔚为壮观。

“今年秋天已经迎来了8000余只冬候鸟，其中鸬鹚数量最多，达到了6000只。”衡南县江口鸟洲管理所所长肖平告诉记者，“与往年同期相比，今年冬候鸟的数量略显偏少，这可能与眼下气温偏高、持续晴干天气导致水域面积缩小等因素有关。预计11月底，大批候鸟将全部飞抵江口。”

鸬鹚筑巢，龙家洲成热门景点

龙家洲，是江口鸟洲上的一片静谧之地，这里有成片的杉树，周边水域鱼虾丰富，生态环境非常适合鸬鹚栖居。每年的这个时候，成群的鸬鹚会在这里筑巢繁殖。

“鸬鹚筑巢很有意思，它们会先选好一棵高大的杉树，然后在树枝上搭建一个简陋的巢穴。巢穴虽然简单，但足够坚固，能够抵御风雨。”肖平说，随着鸬鹚数量的增加，龙家洲已经成为一个热门的观鸟景点，吸引了众多摄影爱好者和游客前来观赏。

为了保护这些远道而来的“客人”，江口鸟洲自然保护区采取了多项措施。一方面，积极开展湿地恢复、植被种植等生态环境修复工作，为候鸟提供更加优质和安全的栖息和觅食场所；另一方面，加大对保护区的巡逻和监管力度，严厉打击非法捕猎、破坏栖息地等违法行为，保障候鸟的安全。

■文/视频 全媒体记者 曾冠霖



衡阳江口鸟洲，一排排鸬鹚整齐地站在树梢上。

受访者 供图

赏景“拾秋”，收下这份游玩攻略

火爆的情况不仅在湖南烈士公园内出现，近期长沙各大公园都是人流量爆棚。美景不容辜负，赏景“拾秋”，这份公园游玩攻略请收好。

湖南烈士公园

是长沙的标志性公园之一，拥有美丽的湖泊、丰富的植被和古建筑。

拍照打卡点：曲廊长亭、潇湘阁、风雨桥等古建筑和湖边美景都是拍照的好去处。

游玩建议：可以环湖骑行或步行游览，感受公园的宁静与美丽。

松雅湖湿地公园

面积广阔，拥有大片草地和湖泊，适合露营、骑行和亲子活动。

拍照打卡点：迎丰桥、水杉路等地方风景如画，非常适合拍照。

游玩建议：租车骑行环湖一周，感受大自然的魅力。同时，还可以带孩子到儿童乐园沙滩玩耍。

长沙园林生态园

绿树成荫，环境幽静，适合露营、踢球、放风筝等活动。

拍照打卡点：大草坪和夕阳下的光影都是值得记录的瞬间。

游玩建议：带上露营装备和食物，在园内享受悠闲的露营时光。

长沙东湖湿地公园

树木花草繁茂，湖边长椅众多，适合漫步和拍照。

拍照打卡点：湖边长椅和树木花草都是拍照的好背景。

游玩建议：选择天气明媚的下午出行，漫步或骑行游览公园。

出行准备

选择天气晴朗的日子出行，阳光明媚的天气不仅能提升游玩体验，还能让拍照效果更好。

根据公园的远近和个人喜好，选择合适的交通工具。长沙的地铁和公交网络发达，可以方便地到达各个公园。此外，自驾也是一个不错的选择，但需注意停车问题。

如果喜欢拍照，推荐午后到达公园，此时光线柔和，适合拍照和游玩。



扫码看视频

秋高气爽，正是长沙最舒适的季节，阳光成为近期天气的主旋律，各大公园迎来了人流量爆满的高峰期。湖南烈士

公园的银杏步道、松雅湖公园的别样湖景、适合露营的鸭嘴公园……秋日盛景不容错过，这份长沙公园游玩攻略请收好。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 田甜
通讯员 葛纪彤

美不胜收，公园成最佳赏景地

秋日暖阳，最近长沙的阳光格外和煦喜人，公园赏景也成为时下休闲“顶流”。11月11日午时，尽管是工作日，位于长沙市开福区的湖南烈士公园内依旧热闹不已，处处都是休闲赏景人，或拿出手机定格难得的美景，或坐在湖边的长椅享受片刻的轻松时光……

“我在附近上班，趁午休来公园赏景，主要是不舍得浪费好天气，来体验体验网上很红的‘公园20分钟效应’。”在湖南烈士公园附近工作的张力介绍，公园20分钟效应是指在公园里静静地待上20分钟，即使什么都不做，也能感受到身心放松，“城市的喧嚣与忙碌常常让人感到压抑，置身于这片被美景包裹的天地里，真切地体会到了那份远离尘嚣、回归自然的宁静与惬意”。

公园里除了放松的上班族，更多的是享受快乐老年生活的爹爹阿姨们。随着人们健康意识的提高，越来越多的人开始注重户外运动和健身，公园成为老年人户外锻炼的优先之地。

“一直保持着在公园锻炼的习惯，现在是长沙最美的季节，在如画的景色里活动身体，和三五老友相约唱唱歌，别提多开心。”69岁的黄女士一身运动装，神采奕奕，精神抖擞。