

多彩活动 喜迎“二月二”

3月19日，嘉禾县龙潭镇扶塘村，村民舞龙巡游。在农历二月初二“龙抬头”即将来临之际，当地村民通过舞龙巡游、开耕、祈福等活动，祝愿新的一年风调雨顺、五谷丰登。

黄春涛 摄



“龙抬头”恰逢春分，“剃喜头”预约火爆

这种罕见相遇，下一次要等到2045年



扫码看视频

3月20日(农历二月初二)迎来民间传统节日“龙抬头”，当日恰逢春分节气。同为春季重要节点，二者相遇概率极低，本世纪仅有三次，上一次是在2015年3月21日，下一次则要等到2045年3月20日。这样的罕见相遇让长沙市民“剃龙头”热情持续高涨。在二月二理发，叫“剃龙头”或“剃喜头”。3月19日，记者了解到，美团、大众点评长沙区域官方监测数据显示，20日，理发预约量较平日上涨237%，儿童理发预约量同比增长312%，核心商圈门店提前2天约满，社区门店预约量亦较平日翻倍。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 王翊玮

【现场】门店将提前开门、全员到岗

19日下午，记者先后走访五一广场、雨花区多家理发店，店内工作人员正在核对预约信息、清洁消毒理发工具，为明日高峰做准备。

在五一广场一家连锁美发店，前台电脑上的预约排期已排至晚间，店长正与理发师沟通明日排班。“近3天预约咨询明显变多，明天上午黄金时段基本约满，我们已做好全员到岗准备。”店长介绍。

市民李女士专程到店核对预约信息，准备明天带5岁女儿来“剃喜头”。“龙抬头剪发是老传统，今年又遇上春分，特意预约，希望孩子健康平安，讨个双重好彩头。”

在一家社区便民快剪店，不少居民前来咨询明日营业时间与预约事宜。店员耐心告知：“明天正常营业，不涨价、不插队，大家可以放心来。”62岁的张大爷咨询后表示，会选择明日一早来剪发，“剃个头，图一年精神、顺顺利利”。

【数据】热门商圈门店平均等候时长近1.5小时

美团、大众点评长沙区域官方数据显示，20日长沙理发行业迎来年度高峰，核心商圈门店预约量较平日上涨242%。五一广场、芙蓉广场、梅溪湖国际新城等热门区域门店3月20日全天时段已基本预约饱和，预计到店平均等候时长约88分钟，部分热门门店甚至将出现排队超2小时的情况。

数据还显示，明日9时至12时是客流最集中的时段，预约量占全天总量的42%，不少市民特意选择这一时段，希望讨个“步步高升”的好彩头。

为应对客流高峰，长沙多数美发门店已提前做好准备，增配理发师、延长营业时间，同时严格执行明码标价，在门店醒目位置公示服务价格，杜绝节日临时加价。

记者查询相关平台注意到，不少门店还推出了“龙抬头专属套餐”，价格与平日持平，部分甚至有优惠，受到市民欢迎。

未来一周天气仍是“冷暖拉锯战” 湖南大部乍暖还寒，防着凉仍需捂一捂



扫码看视频

“春天孩儿面，一日三变脸。”3月20日，将进入春分节气。眼下，春天正慢慢铺展，气温却反复摇摆。3月19日，湖南省气象台预计，未来一周，湖南多地还将陷入“冷暖拉锯战”。3月19日至21日，省内大部分地区有小到中等阵雨或雷阵雨，部分地区大雨，其中21日湘中局地有暴雨。虽已全面入春，但阴雨不断体感湿凉。

现状 春分时节湖南花开正盛

进入3月，连绵阴雨持续笼罩三湘大地，全省步入生机盎然的仲春时节，同样也是降雨频繁期。

湖南省花卉协会副会长、湖南农业大学园艺学院博士李炎林表示：“春分时节春色正好，湖南气候温润、雨水充沛，海棠、梨花等春花竞相绽放。”“这类花木均适配湖南亚热带湿润季风气候，在全省各地均可正常生长、如期开花。”李炎林说。

春雨滋养下，春日烟火气愈发浓郁。香椿、芦笋、荠菜等时令春菜走上餐桌，鲜嫩春茶清香四溢，藏着湖南独有的春日滋味。“春分到，蛋儿俏”，春分竖蛋的习俗传承千年，民众以立蛋游戏庆祝春天到来，趣味十足。

市民不妨趁着春光正好，邀约亲友漫步赏春、品味春鲜，沉浸式感受湖南仲春的独特美好。

提醒 科学“春捂”谨防着凉感冒

眼下初春时节，气温起伏多变，人体毛孔会随着气温升高逐渐张开。此时如果过早减衣，可能导致身体着凉，诱发感冒、关节疼痛等问题。俗话说“春捂秋冻”，春捂的核心是捂对地方、循序渐进、看天穿衣，并非穿得越厚越好，一起来看看这些误区你中招了吗？

当白天气温回升，体感变得温暖，有些人就急于减衣穿得单薄，却常常忽略了昼夜温差。春捂讲究上身透气不易捂出汗，下身保暖护住关节，注意早晚添衣、中午减衣。

春捂被很多人奉为养生准则，但它并非适合所有人。对于老年人、心脑血管和呼吸系统疾病的患者来说，春捂有助于身体适应气温变化，减少不适。但儿童天性好动，新陈代谢旺盛，春捂可能导致出汗，增加着凉感冒的风险。

如果最高气温稳定在15℃以上、连续几日无大温差时，就可以循序渐进减衣了。

目前，天气冷暖反复。湖南省气象台提示，大家需关注临近预报，根据气温变化灵活增减衣物，推荐采用“洋葱式”穿衣法，适当春捂，以免感冒。 ■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远

长沙本地草莓可以敞开了

市场：一篮只要12.8元 探因：供大于求



扫码看视频

“想起草莓刚上市那会，本地草莓都要三十余元/公斤，现在大降价了，可以敞开了。”春日渐暖，星城的草莓季迎来“甜蜜降价”。当下，本地草莓价格与销量如何？3月18日，三湘都市报记者走访长沙毛家桥水果批发市场、社区生鲜店等地进行走访调查。

走进四方坪毛家桥水果市场，草莓摊位前围着不少顾客。天赐水果行内，本地草莓大果标价28元/公斤，小果12元/公斤。店主笑着介绍：“年前小果都要24—26元/公斤，现在大果才这个价，中午基本卖空。”一旁的好望角水果行，小草莓12—14元/公斤，一篮只要12.8元，老板坦

言：“降价后卖得快，今天已经卖断货了。”

“两个月前本地大果草莓还卖70元/公斤，现在直接腰斩，这价格不囤都亏！”正在挑选草莓的长沙市民陈女士，一口气买了三篮。

为何本地草莓价格迎来大幅回落？从事水果批发行业的满先生分析：首先是供需严重失衡。2026年全国草莓种植面积同比增长超20%，加上天气回暖加速成熟周期，长沙本地大棚草莓比往年提前10—15天上市，与其他产区形成“撞车”，3月集中上市导致供应量短时间暴增，市场供大于求。其次是尾期清仓需求驱动。当前本地草莓已进入上市尾期，部分果实甜度和饱满度略有下降，果农和批发商为尽快清仓，避免草莓腐烂损耗，选择低价抛售。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 龙思言

习俗

天气

市场