

# 端午假期怎么玩?长沙邀你玩转非遗

## 文化周火热开启,推出40项特色活动,打造沉浸式文化盛宴



6月14日,“我要上龙超”2026年湖南省龙舟超级联赛望城选拔赛在干龙湖生态旅游度假区收官。

活动组委会 供图

### 湖南14个市州全面落地“三免”政策 用血费用 线上直免比例达99.1%



扫码看视频

三湘都市报6月14日讯 正值第23个“世界献血者日”,6月14日上午,长沙2026年“世界献血者日”主题活动暖心启幕,爱心团体、市民群众纷纷主动挽袖献血,以实际行动为爱传递温暖。

### 2025年湖南省无偿献血达59.76万人次

数据显示,2025年湖南省无偿献血达59.76万人次,献血量110.25万单位,居全国省份第9位,千人口献血率全国排名再进2位,为全省乃至全国重点城市的临床血液供应提供了坚实保障。

其中长沙市全年无偿献血14.2万人次,献血量25.53万单位,同比增长3.38%,增幅居全国36个主要城市第四位,千人口献血率达13.38,位居全省第一。

在最近一次的全国无偿献血奉献奖表彰奖励中,长沙市共有3723人获得荣誉,其中110人获得无偿献血奉献奖终身荣誉奖、931人荣获金奖,点滴热血汇聚成星城温暖力量。

### 善意奉献,让她在危急时刻获得“希望”

“科学献血无损健康,无偿献血是一场双向的守护。”活动现场,市民王贤以献血者、受血者的双重身份分享了自己的真实故事。曾经,她受“献血伤身体”的错误认知影响,不敢参与献血。

2022年,在单位组织下,她首次捐献400毫升血液,献血后身体无任何不适,彻底打破了她原有偏见。让她始料未及的是,2025年她生产时突发大出血,危急时刻,800毫升爱心血液为她撑起生命希望。

得益于无偿献血相关惠民政策,她的用血费用也顺利快速报销。“以前我觉得献血只是我帮助别人,经历过生死才明白,无偿献血是善意循环。我们送出的是热血,守住的是生命最坚实的保障。”

### 全省14个市州已全面落地“三免”政策

随着医疗服务不断升级,临床用血需求逐年增加,全城每天需要600位爱心市民成功献血,才能满足日常临床救治的基本需求。

湖南省卫生健康委党组成员、副主任常实介绍,全省14个市州已全面落地“三免”政策,用血费用线上直免比例高达99.1%,今年省卫生健康委还联合省机场集团为无偿献血金奖获得者开通了安检绿色通道,让奉献者真正享受到便利与实惠。

在社会动员方面,长沙将献血宣传册送入湘超联赛球迷专属礼包,岳阳将献血房车开进省旅发大会主会场,株洲首创献血者文旅、健康、美食多重专属礼遇,湖南本土文旅品牌与无偿献血深情联动。

常实表示,今年是“十五五”规划的开局之年,血液供应与安全保障被列入未来五年公共卫生能力建设重点内容,《中华人民共和国献血法》实施27年来首次重大修订,正面向社会征求意见。他呼吁更多人伸出手臂,加入无偿献血的队伍,“用可以再生的血液挽救不可重来的生命”。

■文/视频 全媒体记者 高煜棋 通讯员 姜兰 乔木

《寻长沙》则以渔阳王后、长沙窑、朱张会讲等湖湘文化故事为线索,通过光影技术带领观众穿越三千年长沙历史。

杜鹃花剧场、东茅街茶馆、火宫殿等地也将唱响花鼓戏、长沙弹词、湖南小调,举办国风音乐会等活动。

### 文博创新,深入感受传统文化

文博场馆同样精彩不断。长沙非物质文化遗产馆推出《当非遗开wù了——千年手艺的科技进化论》展览,展现长沙传统技艺背后的科学智慧;长沙博物馆《由此向大海——福船与远航的故事特展》、湖南省博物馆《涉江行吟——姜坤水墨画作品展》、李自健美术馆工笔画双展等也将在端午期间集中亮相。

对于喜欢动手体验的市民来说,这个端午同样值得期待。长沙非遗馆、新民学会旧址、长沙滨江文化园等地将举办包粽子、制作香囊、木活字印刷、中国茶艺、竹编、染缬等非遗体验活动。湖南湘绣博物馆、湖南雨花非遗馆等场馆也将推出亲子绣体验、艾草香包制作等互动项目,让传统技艺从“看得见”变成“摸得着”。

从非遗游园到戏曲展演,从文博大展到手作体验,长沙正以“屈贾之乡”的文化底蕴,将端午节打造成为一场全民共享的非遗盛会。这个端午,不妨循着粽香与戏韵,来长沙赴一场穿越千年的文化之约。

■文/视频 全媒体见习记者 宋科铨



扫码看视频

三湘都市报6月14日讯 非遗热潮遇上端午佳节,长沙将端午过成一场沉浸式文化盛宴。6月13日,2026年湖南省“文化和自然遗产日”非遗品牌推广文化周活动在天心阁启动。活动期间,围绕“游屈贾之乡 赏端午非遗”主题,长沙整合非遗游玩、非遗演出、非遗展览、非遗传习四大板块,推出40项特色活动。

活动将持续至6月17日,通过非遗游园会、非遗新潮美物发布、青年匠人推选、“跟着非遗游湖南”线路发布等形式,让非遗走出展馆、融入生活。

### 民俗大赏,景区开启多样体验

端午期间,长沙各大景区纷纷推出特色民俗活动。大王山国际旅游度假区将举办青春毕业歌会、打铁花表演和趣味龙舟赛;长沙世界之窗推出高杆船技、独竹漂、端午祭祀大典等;长沙海底世界打造“海底端午”,融合龙宫神话与传统民俗;铜官窑国风乐园、靖港古镇、石燕湖、长沙方特、炭河千古情等景区也将带来龙舟竞渡、包粽体验、雄黄画额、竹编制作等活动。

长沙戏剧非遗展示中心将连续推出湘剧、花鼓戏、皮影戏专场展演,《古画雄魂》《金丸记》《卖杂货调》等经典剧目轮番上演。长沙博物馆沉浸式剧目

### 链接

## “龙王”争霸!省内外龙舟队竞渡干龙湖

一袭清雅古风造型的“小龙女”拉拉队临水而立,国风舞蹈为龙舟健儿呐喊助威;碧波之上,各支队伍挥桨击水,尽显龙舟健儿的拼搏姿态。端午临近,6月14日,“我要上龙超”2026年湖南省龙舟超级联赛望城选拔赛在干龙湖生态旅游度假区收官。

上午9时,“千龙归巢·竞渡启航”开幕式启幕。益阳双桅龙舟队率先登场,带来民俗龙舟表演,庄重的龙舟点睛仪式寄寓美好祈愿,也为本次龙王争霸赛拉开热血序幕。

历经前一日的角逐,十支精锐队伍突围而出,向着“2026望城首届龙王”的至高荣誉全力冲刺。经过多轮紧张酣战,怀化市麻阳逆水行舟队摘得金龙奖,加冕“龙王”;长沙市望城区乔口湘乔龙舟队斩获银龙奖;深圳市龙舟协会龙舟队拿下铜龙奖。获奖队伍还额外赢得一条千龙湖“鱼王”大鱼。

本次赛事跳出单纯体育赛事的边界,以龙舟为核心纽带,串联民俗展演、美食市集、国风互动、文艺演绎等多元内容,打造沉浸式全民端午狂欢场景,以年轻化、潮流化的表达激活文旅消费活力,让千年端午焕发崭新代生机。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 叶竹



扫码看视频