



全域康养 全龄友好

浙江绘制康养文旅新图景

雪窦山

许南涛

本报记者 乐美真 徐雨阳 林雨尘

通讯员 陈志超 徐盼

毛巧娟 叶锴 应旭鹏

在老龄化社会与健康消费升级的双重背景下,浙江积极探索康养文旅发展新路径,以“生态+”、“文化+”、“产业+”为三大支柱,推动传统旅游向康养旅居转型升级。如开化、遂昌、雪窦山、宁海等地创新实践,形成了生态价值转化、传统文化赋能、滨海温泉度假三大特色模式,共同绘制“全域康养、全龄友好”的浙江图景。

开化:“追星经济”飘红

开化县依托钱江源国家公园的生态优势,创新推动“康养+”旅游模式,实现生态价值多元转化。在海拔600多米的高田坑古村落,当地通过“微改造、精提升”打造暗夜公园观星基地,今年已吸引3万人次游客前来“追星”,其中来自上海的摄影爱好者李先生专程前来拍摄星空。这一“星空IP”不仅带动村民通过担任向导、经营民宿实现增收,更让古村焕发新生机。与此同时,开化深耕“中国生态美食之乡”品牌,25岁邵希宇因钟情清水鱼的鲜美,毅然从上海辞职来到何田乡投资清水鱼产业。如今全县已发展清水鱼养殖坑塘1.1万口,全产业链产值达3.6亿元,“钱江源”区域公共品牌成功让生态食材价值倍增。在齐溪镇,康养旅居业态蓬勃发展,今年接待游客超50万人次,其中80%为50岁以上中老年群体。钱江源国家公园还开发了观鸟、植物辨识等研学课程,构建起覆盖全龄段的康养旅游体系,生动诠释了“绿水青山就是金山银山”的发展理念。

遂昌:谱写“四季之歌”

遂昌以“全域一幅画”为发展理念,成功实现从分散景点到全域康养的转型升级。今年1-10月接待过夜游客138.5万



(图一)游客参加第六届开化清水鱼文化周活动

(图二)遂昌仙侠湖 (图三)宁海森林温泉

本版图均由受访者供图

人次,同比增长19.9%。当地通过提质升级农家乐产业,推动高坪乡从“80元包吃住”的单一模式发展为多元康养套餐体系,培育4个专业村、280家经营户,暑期入住率超92%。在仙侠湖片区,通过环湖绿道串联湿地古村,打造高品质民宿集群,并创新“党员伙计联盟+养老服务”模式,让银发游客感受家一般的温暖。同时,依托体育赛事累计吸引游客超60万人次,还推动“非遗+康养”深度融合,打造春日杜鹃、秋日采摘、冬季运动等四季业态,让游客从避暑观光转向沉浸式旅居,绘就了“全域一幅画、四季皆可游”的康养新图景。

雪窦山:禅修“五养”获赞

雪窦山则创新打造“五养”山地康养体系,以养眼、养肺、养脑、养胃、养心为特色,成为银龄族禅养热门目的地。今年以来溪口景区接待游客近700万人次,其中银发族占比约22%。在养脑养心方面,景区推出“三日禅”课程,今年已举办153期禅修活动,参与者达4163人,回头客占三成。63岁章先生参加早课后表示“诵经声让人脑中宁静”,松林音乐会则成为长者的“心灵SPA”。在养胃方面,益寿坊“松慈”素斋每天吸引400多人体验,57岁陈先生对创意素赞不绝口。养肺方面,徐凫岩景区提供从徒步到攀岩的全龄运动场景,让游客在运动中净化身心。景区还通过智慧平台提供个性化服务,探索“文旅+金融+养老”模式,预计年吸引游客5万余人次,成功将传统观光升级为融合禅修、运动、美食的沉浸式康养体验。

宁海森林温泉:全龄共享旅居

宁海森林温泉旅游度假区成功实现从“银发专属”到“全龄共鸣”的转型升级,今年1-10月累计接待游客95.28万人次,旅游收入达5.2亿元,其中35岁以下年轻客群占比提升至40%。度假区通过创新新业态打破传统康养边界,精心策划泡泡音乐派对、星空音乐会等活动,引入网红秋千、瀑布咖啡等潮流元素,打造“社交+治愈”的沉浸式体验空间。一叶沐心温泉中心创新设立“代际服务台”,既为银发族提供疗愈spa,又为年轻人调试无人机;温泉泡池配备智能温控系统,水温精确至±0.5℃;所有客房设置无障碍设施,确保全龄游客的安全与舒适。同时,度假区深化“温泉+”融合发展,开发骑行、露营等运动项目,运动康养游客占比达35%,并通过“十月半庙会”等文化IP在社交平台获得超5000万次曝光,成功将单一温泉疗养升级为集康养、文旅、运动于一体的全龄度假目的地。