

# 山水有诗意 佳节盼君来

## ——云浮五县(市、区)特色活动点燃双节假期

一幕幕欢腾盛景,拉开了佳节大幕。文化景点内,饱览古今文脉;寻求诗意抒怀,拥抱云山秀水;乡村不远,田园如诗,民宿迎客;佳品正好,地标手信颂佳节……国庆节期间,云浮正以五县(市、区)的鲜活景致,铺展一场“玩、吃、住”皆妙的双节旅程。

无需纠结行程,这份攻略已为你打包好所有惊喜——从潮玩民俗到山水闲游,从双城风味到乡土珍馐,从森林氧居到云端私汤,让你在8天长假里,把云浮的美好一一装进记忆。



都杨湾边村

### 玩得尽兴

#### 五地各有妙趣,从民俗到野趣不重样

若想把假期过得热闹又有质感,云浮的“玩”绝对能戳中不同喜好。

云城是双城文化碰撞的欢乐场。9月30日至10月8日,东西街的“云浮+澳门双城美食嘉年华”上,50余个摊位摆开舌尖盛宴,更有街舞点燃青春;少年组与成人组的律动碰撞,观众随时能下场挑战;10月4日的cosplay巡游让动漫角色穿梭骑楼,快闪舞蹈让老街漾起青春潮。中秋夜的“光影中秋夜”粤语音乐秀最是浪漫,灯光映着骑楼轮廓,手持花灯的人们踩着旋律游街,月光与歌声都成了温柔的注脚。若想静下心来寻山水,大金山的云蒸霞蔚、蟠龙洞的喀斯特奇观,或是腰古镇水东村近700年的古建群,都能让时光慢下来。

云安则把“慢生活”玩出了两层诗意。都杨湾边村的渔获欢乐嘉年华,龙狮队、英歌舞队沿江巡游1300米,鼓点与江涛共振;中秋夜的“诗韵中秋”晚会,古筝、二胡伴着《春江花月夜》在江畔流淌,临江而坐的渔屋里,西江河鲜裹着落日余晖入喉。若偏爱自然野趣,云浮樱花园的“千人帐篷露营音乐嘉年华”正合适:白天揉制都杨大糍、DIY漆扇,夜晚枕着星空看250英寸幕布的电影,篝火旁的集体舞、电音灯光秀,让山野间的狂欢不留遗憾。

罗定的龙舟盛宴则是“动”与“文”的融合。10月1日至5日,龙江上的龙舟竞渡延续600年传统,创新的龙舟拔河赛视觉冲击力拉满;岸边的灯光美食嘉年华、无人机表演、帐篷露营轮番登场,甚至能跟着非遗独竹漂表演感受古法技艺。玩累了去长岗坡渡槽看水利奇迹,去风车山看看云海,自然与历史都有了滋味。

新兴的禅意与生态是治愈良方,适合沉淀心绪。国恩寺的香火缭绕千年,天露山的玻璃桥、空中漂流能解锁山野刺激,山下梅溪古镇的青石板路藏着慢时光;在禅域小镇,中秋夜的花灯游街满是古风浪漫,青年创意市集里的文创与手作,藏着满满的心意。金水台温泉旅游度假区洗去疲惫,悦天下度假区沐浴清凉,能让亲子家庭笑闹一整天。

郁南的“水上明月”则是秋日限定浪漫。大王山国家森林公园里,广东省首个水上光影月球装置点亮西宁湖,水幕秀与迷雾森林织就幻境;中秋夜的国风音乐会,余又、春山派等歌手用旋律串联岭南文化。9月30日的汉服夜游让衣袂飘进绿林,10月2日的登山活动穿越桃花源、茶园间,动静之间,都是与自然的对话。



云城区东西街

### 吃得地道

#### 从双城风味到乡土珍馐,每口都是云浮味



云安西江河鲜

玩累了,舌尖的盛宴早已备好。

云城的双城风味最是特别。澳门的葡挞酥皮掉渣,马介休的咸鲜与云浮的石磨肠粉、罗定皱纱鱼腐同食,一口尝遍两地风情。解放中路的特产展销不能错过,郁南无核黄皮的酸甜、云城南乳花生的香脆,或是非遗手作,都能打包成伴手礼。

云安的吃离不开西江的馈赠。湾边渔宴的西江河鲜现捕现做,清蒸鱼的鲜、焖鱼的浓,配着都杨大粽的糯米香,是江风里的家常味。美食集市上的虾堆外脆里嫩,咬开满是鲜香,游园会赢的积分还能换当地小食,趣味与美味都不落。

罗定的“龙舟饭”是节庆限定。糯米裹着肉香,配着本地时蔬,一口下去满是热辣的滋味;灯光美食嘉年华里,罗定特色小吃与各地风味齐聚,逛吃之间,就能把当地味道记在心里。

新兴的禅意美食透着温润——禅域小镇的素斋清淡雅致,象窝山茶配点心,是山林间的清甜;简单烹饪就满是本味,配着晚风最是惬意。

倘若来到郁南,便能尝到无核黄皮入菜的酸甜、水库鱼的鲜嫩,或是农家自种的野菜。从9月30日起,“郁南之夜·美食嘉年华”将开启“美食一条街+游艺区”双模式,本地特色农产品、手工月饼、非遗小吃齐聚,烟火气十足。



罗定皱纱鱼腐

石磨肠粉

### 住得舒心

#### 山水间的居所,安放每一段疲惫



禅域小镇



翔顺金水台温泉小镇

当夜色渐浓,云浮的住宿总能给你“住进风景里”的惊喜,不同风格的居所,适配每一种需求。

想枕着森林气息入眠,云浮市迎宾馆是首选。藏在南山森林公园里,推窗就是黛山翠屏,7万平方米的空间里负氧离子流转,东南亚风的建筑与自然相融,清晨信步就能钻进山林,呼吸里都是草木清香。

偏爱江景的浪漫,湾边渔歌民宿再合适不过。红砖青瓦的“防洪屋”保留着渔村肌理,临江露台的房型能看西江如练,夜晚枕着涛声入眠,清晨被江雾唤醒,步行到渔获嘉年华主会场只需几分钟,渔村生活触手可及。

想寻云端养生,新兴翔顺象窝山酒店立于868米山顶,360度青山环绕,索道能带你俯瞰竹海,SPA与云泉谷洗去疲惫,跟着学泡茶的时光里,茶香与山风都成了治愈的药。

若偏爱温泉,翔顺金水台温泉酒店的“神仙水”含27种微量元素,50多个泡池里,南药池、禅意池任你选,泡完皮肤细腻,疲惫全消;翔顺龙山酒店则把禅意与温泉结合,近国恩寺的选址,让泡汤时都能感受宁静,独栋别墅更添私密。

追求“神仙日子”,新兴粤苑·木易山居是宝藏——360度群山环抱,常现云海,每间房配私汤泡池,泡着热乎乎的汤看云海翻滚,或是对着远山喝茶发呆,这般诗意,难怪能拿下“广东必睡民宿”的称号。

中秋的月、国庆的风,都在云浮的山水间静候客来。无论是想热闹狂欢,还是想静享时光,这份“玩、吃、住”全攻略,都能让双节假期满是诗意与欢喜。

### ●荐玩 五大深度游线路

**禅意文化寻根之旅**  
主题:禅意溯源·心灵净化  
新兴县六祖镇夏卢村→六祖故里旅游度假区→新兴县禅城小镇景区→新兴县象窝山生态园景区

**生态康养休闲之旅**  
主题:山水疗愈·温泉养生  
云浮市衍生健康医药旅游景区→云浮市悦天下生态旅游区→云浮市翔顺金水台温泉小镇景区→广东天露山旅游度假区

**南江古韵探秘之旅**  
主题:岭南文明·民俗密码  
磨刀山遗址→大湾古建筑群→郁南县连滩镇→罗定学宫→罗定文塔

**红色精神传承之旅**  
主题:热血征程·信仰之光  
邓发故居→粤中纵队第四支队旧址→荣昌堂→梁桂华纪念馆→水洞村→长岗坡渡槽

**乡村田园逸趣之旅**  
主题:烟火乡趣·野奢田园  
广东天露山旅游度假区→湾边村→云安区白石镇石林→罗定喜来谷→罗定梁家庄园景区

### ●五县区活动关键词

**云城:**美食文旅融合,潮玩互动多元  
云城举办“云浮+澳门”双城美食嘉年华,50余个非遗与风味摊位展现两地美食文化。同时,街舞、cosplay巡游、音乐秀等潮玩活动丰富,还有山水人文景观可供游览。

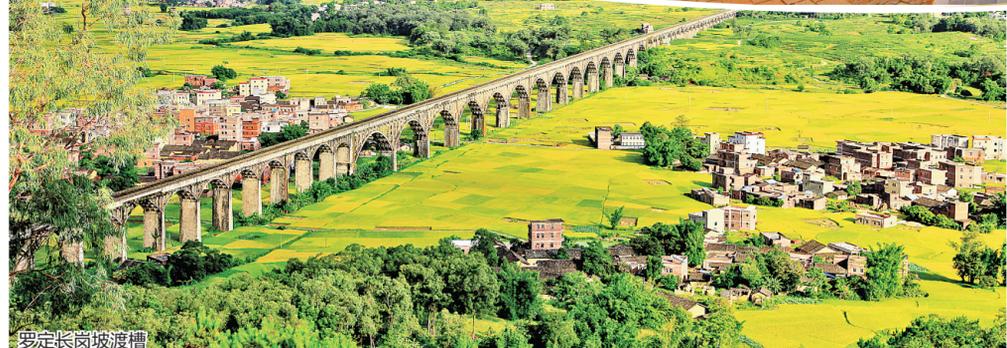
**云安:**西江渔获民俗,露营音乐浪漫  
云安的渔获嘉年华通过龙狮英歌舞巡游、江畔渔宴等活动,唤醒西江民俗。此外,樱花园露营音乐节带来星空篝火、音乐会等浪漫体验,让游客享受自然野趣。

**罗定:**龙舟赛事创新,多元业态融合  
罗定以龙舟为媒,将600年竞渡传统与吃住行游购娱融合,举办传统龙舟赛、创新龙舟拔河等活动,还搭配了灯光主题美食嘉年华、文创灯光音乐live show等,推动文旅体商深度融合。

**郁南:**水上光影诗韵,国风市集火热  
郁南借“水上明月”光影装置点亮大王山,举办国风音乐会、汉服游园等活动,营造出诗意的秋夜氛围。同时,美食嘉年华和创意市集等活动,实现了文旅体元素深度融合。

**新兴:**禅意生态康养,文旅体验丰富  
新兴以禅意底蕴与生态之美为特色,共举办23项精彩活动,涵盖文化、旅游和体育三大板块,包含港台巨星演唱会、诗朗诵、书画展、火龙舞、音乐会、篮球赛等。(来源:南方+客户端)

本版图片均为资料图片



罗定长岗坡渡槽



郁南大王山国家森林公园