

N海都记者 罗丹凌 毛朝青 文/图

上巳节俗称三月三,是古代举行“祓除畔浴”活动中最重要的节日,人们结伴去水边沐浴,称为“祓禊”,此后又增加了礼乐宴饮、曲水流觞、郊外游春等内容。

3月24日,记者从福州市西湖公园管理处获悉,3月29日至3月31日,福州西湖公园将举办2025年第四届福州西湖上巳节文化活动,邀请市民前来踏春游园、烧箔、猜灯谜、泛轻舟等。值得一提的是,作为上巳节文化活动主景之一,公园还在柳堤处用近两百盏中式花灯摆出白蛇造型,供市民观赏。

### 布置白蛇造型花灯 每天还赠送菊花苗

3月24日,夜幕降临后,记者来到西湖公园柳堤处,只见近两百盏花灯如星子坠落人间,又如白蛇正欲化龙腾空,游人在灯下穿行,西湖的夜色便化作一卷流动的文化长卷。

据西湖公园相关负责人介绍,白蛇造型花灯由鱼形灯、氛围灯组成,与园内的桃红柳绿相得益彰。除了柳堤处的花灯造景之外,在假山处,公园也布置了造型花灯。

西湖公园还为市民准备了各式各样的精彩活动。3月29日至31日9:00—11:00、14:00—17:00,为了让广大市民游客领略菊花之美,满足市民朋友们赏花乐趣,提升家庭植物养护技术,西湖公园将开展“赠菊承艺”公益赠苗活动,西湖游客服务中心、左海北门点位每天限量发放菊花苗500株,每人限领2株。



白蛇造型花灯亮相西湖畔

# 上巳春嬉 白蛇游湖

月底举行,白蛇花灯亮相  
二〇二五年第四届福州西湖上巳节文化活动



市民在白蛇造型花灯下游玩

### 逛古风夜市 体验烧箔画

3月29日至31日10:00—20:30,西湖公园邀请市民逛古风夜市,体验古人市井烟火。在喷水池至玉带桥区域,有糖画、油纸伞、花灯、古风饰品、团扇、钩织、古矿石集章、西酒甜品、文创产品、风车、风筝、手书签、面部彩绘等摊位等您来逛。

烧箔是一种综合材料和绘画技法,其利用金属箔与硫黄在加热条件下的化学反应,产生绚烂的色彩,将烧好的金属箔按照预先勾画好的轮廓贴在纸上,便制成了炫彩夺目的烧箔画。烧箔因其精湛的技艺和独特的艺术风格,被誉为中国金属工艺中的瑰宝之一。3月29日10:00—11:00,西湖公园将邀请10组家庭在西湖书院参加非遗烧箔画团扇体验活动(每组家庭最多两人,建议身着汉服),活动中将介绍烧箔画的原理和方式,并现场DIY烧箔画团扇。



共数百条灯谜

### 共同书写灯谜传奇 六大剧团精彩演绎

3月29日19:00—21:00,西湖公园喷水池边将举办榕荫射虎——猜灯谜、灯谜擂台赛,共数百条灯谜,涵盖了历史、文学、自然、科技等多个领域,欢迎市民前来共同书写一段难忘的灯谜传奇。

3月30日10:00—11:00,福建省歌舞剧院、福建人民艺术剧院、福建省实验闽剧院、福建京剧院、福建省杂技团以及福建芳华越剧院六大剧团将在水上舞台为游客带来一场精彩绝伦的文化盛宴。

3月31日15:00—16:00,左海公园湖亭修禊将举办上巳礼乐演出以及“湖亭修禊”汉服文化展示。

4月13日19:00—20:00,西湖公园邀请市民提花灯,乘轻舟,共赴一场不可复制的湖上奇缘。

## 气温突破30℃ 寒潮在“途中”

### 周五将大降温;在冷空气到来前,市民可前往福州晋安区东岳路欣赏“金色浪漫”

N海都记者  
吴诗榕/文  
毛朝青/图

本周,我国大部分地区将出现气温“过山车”,冷暖反差极为显著。预计25日至26日,全国大部地区将持续处于大回暖状态。这两天,黄河以南地区将迎来暖热巅峰,不少地方的气温将突破30℃,江南和华南部分地区甚至可能出现高温天气。然而,寒潮已在“来袭途中”。27日至28日,中东部地区将面临气温“大跳水”,北方多地的最高气温将重回个位数,冷暖急剧反转。福州的降温降雨将在27日夜里抵达,28日午后高温降幅在15℃左右。



福州今起三天天气

25日 晴  
18℃~33℃  
26日 晴转多云  
18℃~34℃  
27日 多云转小雨  
16℃~33℃

东岳路黄花风铃木

### 昼夜温差15℃左右 多吃温热易消化食物

本周福建的天气,如同一幅变幻莫测的画卷,既有春日的温暖,又有风雨的洗礼。今天到26日,全省晴到多云,27日,全省将迎来一轮明显的降水过程,部分地区雨势较大,虽然这场春雨滋润大地,但也伴随着强对流天气的“喧嚣”,雷雨天气登场,给人们的出行带来不便。

需要注意的是,今起三天高温高达30多℃,但昼夜温差都在15℃左右!这样的天气,着装方面,建议采用“洋葱式”穿搭法,内层选透气排汗衣物,中层保暖,外层防风,方便随温度变化增减。日常起居上,夜晚需要注意及时关窗,防止寒气入

室。早晨醒来后,先别急着起床,可以先在床上活动手脚、拉伸身体,适应温差后再起身。饮食上,多摄入温热易消化的食物,像小米粥、山药糊等,滋养脾胃,增强身体抵御温差变化的能力。出行时,随身备好外套,特别是前往早晚温差大的郊外,避免着凉。



黄花风铃木进入盛花期

### 金色风铃摇曳 诉说春天故事

在冷空气影响到来前的这三四天,榕城的天气还是比较给力的,阳光明媚,适宜晾晒和开展户外活动。福州市晋安区东岳路上的黄花风铃木挺拔而立,树上盛开着密密麻麻的黄色花朵,仿佛一串串金色的风铃,在微风中轻轻摇曳,发出悦耳

的“声响”,诉说着春天的故事。记者从福州市园林中心了解到,黄花风铃木盛花期通常在春季,具体来说,大约在3月至4月之间,而花期相对较短,一般能维持两周左右。趁着这两天天气晴朗,市民可以前往欣赏这场“金色浪漫”。