

# “活力老人”涌入暑期市场 银发族让夏日旅游“热上加热”

暑期向来是学生群体的出行旺季,往年市场客流多以亲子家庭、青少年为主。但2026年暑期旅游市场迎来全新变化,大批“活力老人”走出家门,扎堆报名旅行团。记者走访无锡多家旅行社、综合在线旅游平台了解到,当前60至69岁银发客群暑期预订量占整体出游订单的三成,银发群体一跃成为撬动暑期文旅消费的核心主力之一,打破“老年人淡季出游”的固有认知。

## 老年人爱上暑期出行

往年老年游客普遍避开高温暑期,偏爱春秋两季错峰出行,如今却主动抢占暑假档期,背后是避暑需求、家庭陪伴双重因素驱动。盛夏高温闷热,让不少本地老人萌生外出纳凉的想法。69岁市民王美霞道出了自己的出行计划:7月先奔赴贵州山林避暑,躲开江南三伏天,8月休整后再安排出境短途旅行。“在家闷得慌,不如趁着腿脚利索,找

凉快地度假,顺便看看风景。”家庭三代同堂是老人选择暑期出行的另一个核心原因。中小学、幼儿园集中放暑假,孙辈拥有充足的空闲时间,不少老人便主动牵头规划全家旅行,承担出游开销、提前对接旅行社。无锡万达国际旅行社副总经理邓云岗透露,早在5月中旬,门店陆续接到老年人咨询、报名,大多是提前为祖孙三代规划行程,“很多老

人主动提议出游,既想陪伴孙辈成长,也想借着暑期给自己放个长假,一举两得。”

同程旅行数据印证了这一趋势:暑期旅游列车预订热度同比上涨70%,退休银发客群预订占比超六成,大量订单标注“两大一小、祖孙同行”。山区避暑、江河游轮等清凉线路最受老人青睐,依靠山水水系降温的目的地订单涨幅最为突出。



受访者供图

## 慢节奏产品成心头好

邓云岗表示,以往暑期是中老年游客出游的淡季,但随着近年来出游方式的改变,私家小团的增长、一家三代举家出游和旅行社避暑康养旅居产品的推出,吸引了越来越多的中老年游客在暑期出游。“比如我们旅行社推出的六盘水兴义避暑康养游、惠州巽寮湾海滨旅居游、烟台南山酒旅山海康养游等多条长线康养线路,上线后

吸引了众多中老年游客报名。”不难发现,当下银发游客的出行选择,和年轻人打卡式、特种兵式旅游的偏好形成鲜明反差,低强度、吃住一站式、全程少奔波的产品成为银发族心头好。

三峡游轮更是今夏爆款。无锡国旅相关负责人告诉记者,长江三峡游轮行程适配老年人出行需求,游船4晚住宿,观景阳台客房标配

中西自助餐,沿途平缓观景、不需要频繁搬运行李,每日行程舒缓不累,完美适配老年人体力。交通选择上,银发群体还格外青睐旅游专列、双动往返、直飞航班,拒绝多次中转。同程度假业务负责人薛冰分析,旅游列车整合交通、住宿、观景等多重功能,行程节奏宽松、车厢配套完善,精准契合老年人慢旅行的核心诉求。

## 为悦己和社交买单

如今的“活力老人”早已跳出“低价特价、走马观花”的传统老年游标签,在旅行中追求自我愉悦、圈层社交与新鲜体验,消费观念发生变化,对旅游品质提出更高要求。

过去老年出游多追求低价省钱,现在越来越多银发客群愿意为高端住宿、特色体验、纯玩无购物线路买单。记者发现,无锡各大旅行社主推产品全部标注“纯玩0购物”,升级五星、四钻酒店,配备2+1舒适大巴等。

老年游客还在重新定义“年轻人的娱乐场所”。上海乐高乐园度假区有关负责人介绍,自2025年7月开园以来,乐园接待了许多老年游客,部分是出于“悦己”和社交需求。家住梁溪区的65岁市民刘阿姨,上个月和三位老姐妹相约上海乐高乐园,“从前总觉得乐园是小孩子玩的地方,现在我们也想体验新鲜事物,拍照打卡分享给老伙伴,特别有趣。”

(记者 璩璐)



## “老有所学”的最美回响！ 市老年大学合唱团放歌大剧院

本报讯 25日晚,无锡大剧院黑匣子剧场内座无虚席,歌声与掌声交织。“砥砺前行四十载·银龄放歌向未来——无锡市老年大学合唱专场音乐会”在这里举办。近80位平均年龄65岁的合唱团成员,为现场观众献上了一场高水准的合唱盛宴。这场音乐会不仅是一次教学成果的集中展示,更是一群银发学子用歌声书写“终身学习”理念的生动注脚。

“年轻时忙于工作,唱歌就是随口哼哼。进了老年大学,我才知道合唱有这么多

门道。”合唱团成员陈苏敏的这番话,道出了许多学员的共同心声。无锡市老年大学合唱团成立于2023年,这支由退休人员组成的团队很快便在全国舞台上崭露头角——2024年,他们首次参加第五届江苏省老年大学合唱演出,以总分第一名的成绩荣获最高奖项“最佳合唱奖”。

成绩的背后,是日复一日的勤学苦练。不少人刚入团时连简谱都不认识,更不懂气息、和声、咬字等。指导老师王伟澍从最基础的乐理

教起,逐句示范、反复打磨。为了备战这场专场音乐会,学员们很早就开始投入《黄河大合唱》等作品的排练,王伟澍对每个学员逐一指导并“过堂”。正是这种执着,让他们在当晚的舞台上绽放出令人动容的光芒。

王伟澍坦言,指导老年学员需要更多耐心。“老年人听力、记忆力和身体机能虽有所下降,但他们有阅历、有情感。”王伟澍说,“只要方法得当,他们能唱出年轻人没有的深沉与温度。”在她看来,无锡作为“世界音乐之

都”,老年人也可以贡献自己的一份力量。

排练时,她对每一个声部的平衡、每一处情感的处理都要求做到极致;私下里,她关心每位学员的身体状况。有学员说,跟着王老师唱“很舒服、很享受”,合唱让老年生活变得健康而愉快。音乐会上,当混声合唱《彩虹》《觅幽兰》以及《黄河大合唱》选曲依次响起,观众听到的不仅是精准的和声,更是岁月沉淀后的赤诚与力量。

无锡市老年大学校长王稼伟表示,这场音乐会是老年大学建校40周年办学成果的精彩缩影。据介绍,学校目前开设近百门课程,在校学员近万人次,先后获评“全国示范老年大学”“全国敬老文明号”等荣誉。合唱团从无到有、从有

到优,正是老年大学“学有所用、学有所得、学有所为”的鲜活体现。在这里,老年人身心愉悦的同时,还能用美妙的歌声服务于社会。王稼伟说,未来学校将继续创新教学模式,拓展展示平台,让更多老年人在这里收获知识、友谊和快乐。

(黄孝萍/文 徐进生/摄)

## 结婚启事

2026年6月26日 星期五 农历 丙午年五月十二



新娘 陈渝凌 新郎 滕文浩

新郎滕文浩与新娘陈渝凌于公历2026年6月26日正式结为夫妻。长路携手,岁月悠悠,百年琴瑟,共赴白头。

特此登报,敬告亲友,亦作留念。

喜结良缘 同喜同贺