

端午节主题活动精彩纷呈

足不出沪即享假日悠然时光

来“自在生活节”，找到属于自己的松弛感；在汉服汉礼亲子体验中，沉浸式感受传统文化；在丝竹和鸣中，品味端午雅韵；在非遗戏曲音乐嘉年华上，逛古镇、赏非遗、见生活……

仲夏清风起，端阳踏乐来。

端午节小长假里，上海各区精心准备了各具特色的主题活动，带来包括龙舟赛事、传统文化体验、购物、娱乐、社交等丰富多彩的假日安排，令市民足不出沪，即享假日的悠然时光。

闵行：
汉服汉礼亲子体验

当“端午节”遇上“儿童节”小长假怎么过？来闵行区群众艺术馆，这里的沉浸式传统文化体验活动，帮您准备好啦。

活动将汉服汉礼文化以讲座及互动体验的形式呈现，为5-16岁的儿童、青少年普及中华优秀传统文化。

活动内容有汉服体验、汉礼教学和投壶游戏。

时间：5月31日（周六）13:30

地址：闵行区群众艺术馆三楼市民小戏台

招募要求：小朋友年龄5-16周岁，报满额满即止

金山：
第十四届山阳龙舟赛

端午节当天，金山区将在山阳镇新城公园举办“2025 我们的节日·端午 长三角各界青年 上海城市业余联赛龙舟邀请赛暨第十四届山阳龙舟赛”。当天还同步举办“乐端午·趣金山”水岸青春市集活动。

金山区山阳镇是全国文明镇和中国民间文化艺术之乡，民间文化底蕴深厚，群文活动基础扎实。山阳龙舟赛自2005年举办至今，已享誉沪上，每逢端午前后，龙舟竞渡，农民健儿手握双桨，奋勇争先，河畔人山人海，盛况空前。

本次龙舟赛将有24支队伍参加。赶紧约上小伙伴，为你喜欢的队伍加油喝彩吧！

时间：5月31日下午1:30

地点：金山区新城公园水域

浦东：
丝竹和鸣·端午音韵集

端午节当天，浦东图书馆将举办丝竹和鸣·端午音韵集，邀您携亲朋好友，共赴一场跨越千年的音律之约。

本场音乐会上，国风四重奏现场演绎端午雅韵。参与活动的市民还可以参与文化探秘闯关、特色体验活动等沉浸式文化体验。

时间：5月31日（周六）10:30-11:00

地点：浦东图书馆1楼党群中心仪式厅（前程路88号）

参与方式：长按识别以下二维码报名（活动名额有限，如累计两次报名后未参加者，今后将失去参与机会。）

徐汇：
“江风雅棕·浦岸潮生”
共庆端午潮趣时光

自5月19日龙华码头启用以来，串联起浦大桥工业景观、世博滨江风貌以及西岸艺术商圈段的新航线应运而生。与之毗邻的西岸，最文艺最松弛的商圈地标“百米双剧场（西岸穹顶艺术中心、西岸大剧院）+ 开放穿梭式商业 + 多功能滨水体验”的全新模式崭露头角。

端午佳节将至，您可以参加“江风雅棕·浦岸潮生”共庆端午潮趣时光活动，从龙华码头启航，乘上“沪江景5轮”游船，亲手制作民俗艾草锤，参加民俗体验活动，欣赏水岸工业风光江风徐徐，让游船形式丰富您的端午节体验。

六一儿童节当天，您还可以携爱宠同赴“江畔畅游·宠爱同行”六一宠嬉盛典，开启一场游船之旅，共赏西岸滨江美景，与萌宠互动，其乐融融。

“江风雅棕·浦岸潮生”
共庆端午潮趣时光活动

时间：5月31日（周六）17:30-18:30

参与方式：提前在“青旅出行”小程序上购票

“江畔畅游·宠爱同行”
六一宠嬉盛典

时间：6月1日（周日）16:00-17:00

参与方式：提前在“青旅出行”小程序上购票

“仲夏序章·粼光入梦曲”
沉浸式开幕演出

时间：6月1日 18:30

地点：GATE M 西岸梦中心

参与方式：公众活动，现场参与

打卡微醺乐园市集

时间：5月31日至6月2日，每日14:00-22:00

地点：GATE M 西岸梦中心大筒仓

参与方式：公众活动，现场参与

温馨提示：上述各区活动信息，仅供参考。如果活动时间、地点以及内容安排有变动，以活动主办方最新公布为准。

静安：
PAC购物中心“自在生活节”

“自在生活节”是静安核心商圈的城市活力新地标吉宝静安中心（PAC）的原创IP。首届“自在生活节”以“生活，自在绽放”为主题，在这里感受真实的人际相遇和真切的情感交流，探索生活与艺术、文化、社交相融合的美妙可能性。

首届生活节通过自在美食、自在音乐、自在运动、自在宠爱四大板块的跨界联动，以社群共创、跨界融合的方式，让每个人成为自己生活的策展人，让品牌与消费者、陌生人与老友在真实相遇中书写新的城市叙事。

在PAC的开放式商业街区，不仅聚集了寓意 to define、缸鸭狗等户外、手作、有机食物、生活方式四大类别的60+品牌，还将带来拳击体验、品牌好友手工坊、现场音乐live等丰富活动体验。

此外，PAC特邀英国艺术家Daniel Frost，以大型装置形式将其插画作品在全球范围内首次展出，展览时间为2025年5月16日至10月30日。

PAC地址：静安区常德路688号

温馨提示：各项活动详情及具体参与方式，详见PAC购物中心官方公众号。

童衍方先生师生书法展

当粽香与墨香交织，当“六一”邂逅端午，上海丰盛里以一场别开生面的文化盛宴，诠释着传统文化的“破圈”之路——“墨香·丰盛里”童衍方先生师生

书法展，将书法艺术深度植入商业空间，让市民在购物、美食之余，感受文化传承的脉动。

“墨香·丰盛里”童衍方先生师生书法展，由西泠印社副社长、著名书法篆刻家童衍方先生领衔，携其书法篆刻暨鉴藏工作室师生共同呈现，通过30余件书法、篆刻及金石鉴藏精品，展现传统技艺的当代传承与创新探索。

童衍方先生师从著名书画篆刻家来楚生、唐云二位先生，擅书法篆刻、写意花鸟，精于鉴赏收藏，现为西泠印社副社长、一级美术师、上海中国画院画师及上海市书法家协会顾问。

本次展览选址于兼具海派风情与历史底蕴的丰盛里，将中式传统美学与石库门建筑空间巧妙融合。

随着端午节的到来，丰盛里的文化氛围愈发浓厚。5月31日13:00-17:00，手工老师指导参与者缝制端午香囊，以香草寄情，在传统习俗中传承文化记忆。

“六一”儿童节当天，丰盛里将化身“书法乐园”。13:00-17:00，书法老师通过趣味书法互动，引导儿童感受千年文脉，在游戏中播撒文化传承的种子。

时间：即日起-6月3日

地点：茂名北路280弄丰盛里E栋、中心广场

活动预约：关注“丰盛里”官方公众号获取详情

松江：
泗泾古镇非遗戏曲音乐嘉年华

随着“泗泾有戏”——泗泾古镇非遗戏曲音乐嘉年华系列活动启幕，即日起至6月15日，“逛古镇、赏非遗、见生活”主题活动陆续开启。

每个周末，泗泾古镇将举行“非遗大舞台”专场演出，包括戏曲专场、“非遗在社区”优秀节目成果展演、儿童节专场、江南丝竹沉浸式音乐会。

非遗元素也将以快闪、巡游形式融入泗泾古镇的各个角落。从哪吒、敖丙到白蛇、青蛇……游客将有机会随机与装扮成戏曲名角、神话人物、历史名家的演员们近距离互动，感受传统非遗时尚表达的魅力。

同时，古镇还将举办非遗体验课堂、非遗小剧场等特色活动，为市民游客打造沉浸式了解非遗技艺魅力的多元化体验。非遗传承人将亲授非遗技艺，如中医五行香囊制作、手绘玻璃杯、榫卯积木体验、玛瑙手串体验等；非遗小剧场则精心安排了皮影戏、滑稽戏、木偶戏、昆曲互动体验等丰富多样的剧目，适合全年龄段观众。

“非遗在社区”优秀节目成果展演

时间：5月31日 16:30-17:20

地点：泗泾古镇金石文化广场

儿童节专场

时间：6月1日 16:30-17:20

地点：泗泾古镇金石文化广场

“非遗焕新 传承有我”
江南丝竹沉浸式音乐会

时间：6月2日 16:30-17:20

地点：泗泾古镇金石文化广场

注：上述信息，如果开放时间、报名方式等信息有变动，以活动主办方最新公布为准。

晨报记者 徐斌忠 何雅君