

# 去小众旅行地过 18℃的夏天



近日,全国各地经受高温炙烤,用“命都是空调给的”来形容一点也不夸张,很多人也已经想方设法找地方避暑了,如果不想走远又不想太大众化,其实国内很多地方可以满足你过一个 18℃夏天的愿望。

## 高原 置身楚雄感受彝族风情

在距离春城昆明的不远处,有一处避暑胜地——楚雄彝族自治州。那里山高谷深,气候垂直变化明显,冬夏季短,春秋季长,干湿分明,四季宜人,因地形和海拔的差异,还呈现出“一山分四季,十里不同天”的特点。

楚雄不乏游玩项目。夏季适合到毛板桥水库游玩,水库下游是绿色大草甸,成群的牛羊悠闲地吃草,脖子上的铃铛当当作响,让人仿佛置身塞外。还有武定的水城河,有着“彝乡小九寨”的美誉。彝村位于紫溪山脚下,是彝族传统文化保存较为完整的彝族村寨。火把广场、祭火塔、中心大火盆、彝族十月太阳历、十兽图腾柱、圆雕彝鼎等,无不彰显彝家人的传统文化。

## 山谷 在恩施享受瀑布凉意

位于湖北西南部的恩施州,冬少严寒,夏无酷暑,雨量充沛,四季分明,境内年均气温仅 16.2℃,是最适宜人类居住的地区之一。恩施州森林覆盖率达 70%,自然风景奇特而富有变化,且境内有土家族、苗族、彝族等 29 个少数民族聚居,历史文化淳朴悠远而又多样。来到恩施,你可以在土家族村落品味古朴吊脚楼,也可以在保存完好的土司城遗址探寻土司文化,还能在佛宝山大峡谷中乘橡皮艇漂流,或是在板桥鹿院坪品尝农家自酿的美酒与自采的茶叶等。

最著名的景点恩施大峡谷是清江大峡谷中的一段,峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收。除了远距离的观赏,还可以选择到佛宝山大峡谷漂流景区,与高洞岩瀑布群、大峡谷来一次热情的接触——峡谷漂流。佛宝山的奇峰、幽谷、怪石、飞瀑、流泉、洞穴等自然景观瑰丽多姿,川盐古道、古人居住的崖洞遗址、永兴长干等土家古村落的吊脚楼群等人文风情多姿多彩。

## 海边 去长岛赶海体验渔趣

山东烟台境内有一个该省唯一的海岛县——长岛,其位于胶东、辽东半岛之间,在黄渤海交汇处,由 32 个岛屿和 66 个礁石以及 8700 平方千米海域面积组成,其中有居民岛屿 10 个。这里因地理位置特殊,岛上的年平均气温只有 11.9℃,即使是在每年最热的三伏天,长岛也依然凉爽宜人。

除了气候舒适,长岛上还有秀丽的风景及众多奇礁异石,这也是人们称它为“海上仙山”的原因。来到长岛,可以到月牙湾走一走。这里的沙滩并没有细软的沙子,而是布满了圆形卵石,在阳光的照射下散发出各种颜色,映着蓝蓝的海水,别有一番景致。走过了月牙湾,不妨登上九丈崖观日出日落。因为海蚀作用,这里的山、崖、石、礁、洞,皆千姿百态,是游览、赶海、垂钓之地,也是摄影、绘画等艺术创作难得的素材。在长岛,还有一个特色项目——赶海园,好吃又好玩。在这里,可以跟着渔民一起赶海捕捉海味,进行烹饪,体验海岛耕海牧渔的民俗和乐趣,舌尖上的风味更不可错过。如果玩累了,就到整个县城最清新、最幽静的烽山林海公园待一待,望着大海,呼吸新鲜空气,放松身心。

(据《快乐老人报》)

## “银发族”出游有新玩法

夏日,越来越多的老年人选择旅行避暑,而“银发族”的旅行方式正在发生改变,最大特征就是自主意识明显增强。

从跟团到“抱团”“刚开始旅行基本都交给孩子操办,我和老伴只负责拎包出游。”西安 62 岁的王梅表示。以前女儿常为她和老伴在旅行社购买团队出游项目,由于固定出行时间扰乱了作息习惯,紧张的行程让人感到疲

惫不堪,王梅决定邀约亲朋好友“抱团”旅行。“每次都在 6 人以上报团。”她说,旅行社会从价格、出行时间和行程安排上对老人们给予照顾。

从热门到冷门路线 相比以往老年人青睐的杭州、桂林、海南等热门路线,凉爽舒适、价格适中的贵州、辽宁、内蒙古等冷门路线今年成为更多“银发族”首选目的地。焦广权退休前一直梦想去海边旅行,去年夏天他得知某

海南旅行团价格低至千元,便毫不犹豫报名了。“年轻人白天在酒店游泳,晚上出去吹海风,老年人怕晒又怕风,最后玩得并不尽兴。”贪图低廉价格或低估身体状况导致体验不佳的“案例教育”使老年人逐渐回归理性消费。

从酒店到民宿 时下老年人对住宿环境也有了更私人化的要求。李兴安退休后和好友分别带着老伴组成了一个家庭旅游团。“以前我们只知

道住酒店,住一天至少得花四五百元。”后来,孩子们告诉他可以通过网络 APP 预订家庭民宿,“我上网一查,两室一厅的民宿最贵才三百多元。早上在家做点营养早餐,吃完饭下楼溜达着就把景区逛了,特别惬意。”李兴安说,选择适宜的民宿使老年人的旅行更舒适便利,也让所到之处有了家的味道。

(据《快乐老人报》)