

炎炎夏日何处觅清凉

大西南避暑绝佳去处推荐

如果说大西北地区的草原、沙漠展示的是苍茫、雄浑、大气的气质,那么,此季的西南,则以温柔、活泼、鲜明的色彩打动我们的心。我国西南地区,集中了大量的名山大川,是避暑的绝佳去处。尤其是云南,四季如春,即使到了盛夏,早晚的凉意也足以让你神清气爽。

据了解,西南游的线路仍以常规线路为主。九寨沟、大理、丽江、三峡都是西南线路的热门目的地。



丽江古城

丽江：到古城去发呆

夏日气温：7~8 月平均气温在 20℃左右

避暑玩法：逛古城、爬雪山

云南凭借四季如春的气候,一直是佛山人夏季避暑的宠儿。而丽江独有的古朴文化、浪漫古城,成为了人们心中集万千宠爱于一身的避暑佳地。

夏天其实是丽江的雨季,走到街上,经常会与一场暴雨不期而遇。不过,暴雨之后,美丽的彩虹会出现在湛蓝的天边,古城的大街小巷被雨水冲刷得干干净净,青石板路有点滑、有点潮。

很多人都喜欢在丽江古城里发呆。这里确实是一个发呆的好地方,纵使过往的背包族来来往往,但是谁都不会打扰你的白日梦。

如果觉得大研古城游人太多,那么,再到 2005 年才被人们认识的束河古城去吧。束河古城离大研古城只有 5 公里,由于名气没这么大,所以显得安静很多。这里的水比大研古城还要多,九鼎龙潭以及随处可见的三连井,水透明清幽。束河古城的民居更具有特色,从任何一个角度都能拍出漂亮的照片。

来到丽江,岂能错过玉龙雪山。玉龙雪山有“现代冰川博物馆”和“植物王国”的美誉,冰雕玉砌的玉龙雪山拔地而起,直插云霄,气势磅礴,洋溢着雄奇壮丽之美。站在海拔 4506 米的雪山之巅,四周是白皑皑的白雪,凉意袭来,

可将高温抛之脑后。

九寨沟：童话般的清凉世界

夏日气温：不超过 30℃,早晚温度只有 10℃左右

避暑玩法：观瀑、观水、穿越森林

要说西南地区最受欢迎的避暑胜地,非九寨沟莫属。盛夏的九寨沟,植被茂密,早晚温差大,最高气温也只有 20℃左右,所以行走其间,会感觉到非常凉快。

九寨沟是一条 Y 形山沟,左边上面是则扎瓦沟,右边是日则沟,下面是树正沟,其中景点最多的应算树正沟和日则沟了。3 沟共有 118 个海子,最为著名的是五滩十二瀑,《西游记》、《少林寺》、《英雄》等大型影视作品都曾在此处取景。

九寨沟最精华的步行路段是树



夏季是九寨沟旅游旺季

正沟的树正瀑布到老虎海的栈道,这里的游客最多,但多集中在海子的东边。如果要避免拥挤,可以选择行走西边栈道。这条景观道不仅将所有景色尽收眼底,途中甚至可以在山林中看到不少才长出脑袋的蘑菇以及在林间嬉耍的松鼠。

九寨沟的灵魂是水,这些湖、瀑、溪、滩,由于深度不同和周围环境的差异而显现出梦幻的蓝绿色,让人叹为观止。九寨的水,美就美在色彩。它们像大海一样湛蓝湛蓝,又如空气一般清澈透亮,在八九十米水深处的植物清晰可见。

峨眉山：满山绿意的清凉

夏日气温：平均气温 21.6℃
避暑玩法：爬山、观水、钓鱼、农家乐

对于川渝两地的人来说,赴峨眉山避暑已成为夏天的“例牌”

菜。峨眉山素有“午前如春,午后如秋,夜如初冬”之说,昼夜温差大,尤其是晚上,偶尔还需要开空调取暖呢。

今年夏天,峨眉山-乐山大佛风景区推出了“八凉峨眉”、“九重精彩”活动。峨眉山暑期的平均气温为 21.6℃。夏季,峨眉山红珠山温泉推出薄荷汤池、白芷汤池、佩兰汤池三大汤池。浸泡在温热的泉水中,品一杯香茗,闭上双眼感受忘我的境界。

最值得一去的是位于峨眉半山的龙洞湖。这里有最刺骨的泉水,是冷水鱼的故乡。即使炎炎夏日,也无人敢下水嬉戏。湖面常年飘着一层水汽,如同白雾,不高不低,环绕着湖面,凉气袭人,四周的树木在水汽的滋润下鲜翠欲滴,更加灵动。

同时,夏季也是观赏峨眉山各种自然奇观的最佳时节。

此外,峨眉山的农家乐是当地人最喜欢的去处。不少成都、重庆人一到峨眉山的农家乐,一住就十天半月。峨眉山半山七里坪的农家乐吃住便宜,是不少避暑人士的首选。

(阿广)



九寨沟的瀑布气势宏伟



色彩斑斓的九寨沟

暑期山区旅游
注意防雷

作为一种恶劣天气,雷电在我国各地都较为普遍,以夏季最为常见。

而气温随高度是递减的,所以,高山风景区是夏季旅游最热门的地方之一。又因为室外防雷设施的缺乏,加之旅游的人较多,所以在雷暴天气,必须注意预防雷击伤人事故。

首先,要关注天气预报。当预报有雷雨时,应尽可能避免外出游玩,从雷暴出现的时间分布看,下午打雷的几率比上午高很多,天气又相对凉快,因此,上午才是山区旅游的黄金时段。

其次,旅游途中遇到雷暴天气,要用最快的速度采取科学的防雷击措施。如果附近有山洞,应迅速躲到里面;不要在巨石下、悬崖下和山洞口躲避雷雨;如果在成片的树林里,可以临时在树林的中间部位蹲下,双脚并拢,手放膝上,身向前屈,暂时躲避一下;如果行走,请保持良好的状态,尽可能不要撑金属伞柄的雨伞,不要在雷雨中跑动;躲避雷雨时,不要挤在一起,也不要牵着手靠在一起。

万一发生或即将发生雷击,一定要考虑采取紧急措施。雷电交加,头、颈、手处如有蚂蚁爬走感,头发竖起,说明将发生雷击,应赶紧趴在地上,这样可以减少遭雷击的危险,并暂时扔掉身上佩戴的金属饰品,如发卡、项链等。如果看见闪电几秒钟内就听见雷声,说明自己已处于近雷暴的危险地带,此时应停止行走,两脚并拢并立即下蹲。

当然,也没必要恐雷。每年雷击事故毕竟是小概率事件,如果因霹雳雷而造成惊吓,有可能诱发或加重多种疾病,直接影响人的身心健康和生命安全。应保持平静的心态,等待雷电的远去或消失。

(沙沙)

夏季出游小窍门

选购太阳伞
银胶涂层更防晒

艳阳高照,防晒又成了大家关注的话题,为了不晒黑,选一把防紫外线伞尤为重要。那么究竟该怎么选呢?

伞之所以能防晒,关键在涂层。业内人士介绍,银胶涂层的伞比珍珠胶涂层的伞防晒性能好。这两种涂层很容易分辨,银胶涂层是银灰色的,不透明;珍珠胶涂层看起来薄一些,而且比较亮。挑防紫外线伞的时候,将伞撑开放在地上,影子颜色越深、伞内越清凉的,防晒效果也就越好。

有的伞上面有一层漂亮的蕾丝,下面一层是浅色的衬里,撑开很好看,赢得很多女性朋友的喜爱。不过,这样的伞防晒效果真的很有限,因为蕾丝是没有任何防紫外线功能的,要防紫外线就靠下面这层伞面了,可现在很多这样的蕾丝伞都是尼龙衬里的,防晒效果并不好。

据介绍,伞布织纹紧密、颜色深的防紫外线伞防晒效果更好;涤纶纤维质地的比尼龙、棉等材质的伞防晒效果好。而且大家不要以为伞贵,防晒效果就好,因为有些伞贵是因为伞骨材质好,而不是贵在防晒效果。此外还要提醒大家的是:雨水对防紫外线涂层有腐蚀作用,所以不要在下雨天拿防紫外线伞当雨伞。

(小溪)

凤凰古城：沱江侧畔放河灯



凤凰古城

对于一个异乡客来说,湘西真的很神秘,而漫步在凤凰古城,你可以沉醉其中访古寻幽,也可以进

一步感受体验原汁原味的苗家生活。而这次去凤凰,更加吸引我的,是沱江的柔波,和沈从文淡淡的愁。

沈氏故居吊文豪

坐火车先到吉首市,然后换上大巴前往凤凰。出了吉首,人烟逐渐稀少,越是往湘西去,就越发被神秘感笼罩。

距凤凰近了,自然变得越来越“原生态”起来,吊脚楼不时出现在路边,凤凰的影像越来越冲动地在眼前闪过。“到了!”当司机把车停下,我在导游带领下穿过几条毫无特色的街道,眼前突然一亮:古城就横亘在前方。街道变得狭长幽深,建筑换成了青灰色的飞檐古屋,路面变成了青灰色的石板。

先穿过几条商业街,都是售卖各种纪念品和地方特产食品的。沈从文的故居在古城南面,一座树木苍翠的四合院。

沈从文和妻子年轻时的黑白照片陈列在房间里,先生俊朗帅气,文质彬彬,而夫人则柔美俏丽,一派大家闺秀气象。看着照片不由得想起沈从文的话来:我行过许多地

方的桥,看过许多次的云,喝过许多种类的酒,却只爱过一个正当最好年龄的人。

河灯渐远游人痴

在导游的催促下,人们离开沈氏故居,挤上古城楼,登高俯瞰古城全景。沱江穿城,吊脚楼沿江排列,虽是木质建筑,但历经百年仍坚固如初。小船从小楼旁轻轻擦过,涟漪上沾满了岸边姑娘们的歌声。

夜幕降临,吊脚楼檐下的灯笼悄然点亮,就像灯红酒绿的秦淮河,沱江边开始有人放河灯了。卖河灯的有不少当地小姑娘,10岁上下,羞涩地站在岸边等待着买主。买下几只来,小姑娘便会为你一一撑开、点燃。我把一盏莲花状的河灯轻轻放在水中,不知道要许下什么愿,只知道心中诗意般地空蒙着。河灯飘远,和其他灯混在一起,直到再也分不出谁放了哪一盏。

(少威)