

旅游对于长者而言可以开阔心胸、锻炼身体,同时能给单调的退休生活增添一抹色彩。

11月中下旬,国内旅游市场进入淡季之后,国内部分热门旅游景区门票价格开始下调,航空线路机票折扣力度加大,酒店消费价格也纷纷回落,老人出游迎来了“黄金时间”。

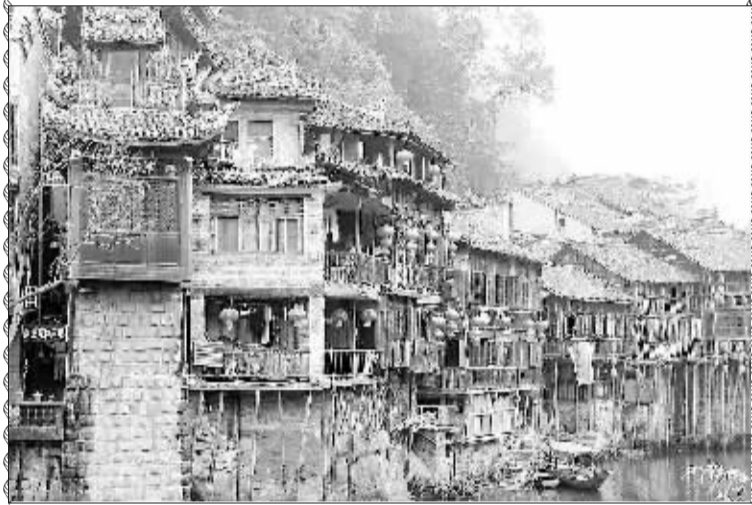
不少老年人将出游计划放在了本月,想趁冬游“黄金期”享受全年最低价。这个时期最适合老人出游,在避免拥挤人群的同时,休闲户外生活也能够得到保障。(本版稿件选自《广州日报》)

寻找“山国之都”:贵州贵阳

贵阳是一个珍藏美丽的城市,青岩古镇、花溪十里河滩、南江大峡谷、黄果树瀑布等等。在冬天,您还可以选择去茅台古镇盐津泡温泉。仁怀是国酒之都,盐津温泉山谷地处仁怀的盐津大峡谷风景区内,著名的仁怀国酒门一侧。

山谷温泉取自盐津大峡谷河床,泉水为硅酸锶复合型医疗热矿泉水,常年水温47度。另外,泉水还含水硫化氢、氟、溴等离子,具有较高的医疗价值。

吊脚半边楼建于倾斜度较大的山坡上,就坡面开成上下两级屋基,下级竖较长柱,上级竖较短柱,使前面半间楼板与后面半间地面平行,形成半边楼。每排柱的最外一根自上而下截齐上屋基处,形成吊脚柱,“吊脚楼”因此得名。



吊脚楼



花溪百步石



黄果树瀑布



花溪周恩来总理夫妇像



黄果树瀑布



黄果树瀑布

老人潇洒出游正当时 初冬休闲好去处

探秘长寿之乡:广西巴马

巴马位于广西西部、河池市西南部,东临红水河。大自然赋予巴马特殊的地理环境和丰富的自然资源优势,其境内高山绵延,峰峦逶迤,河溪交织,气候宜人。在这一片土地上,蕴藏着无数的宝藏,以及孕育了罕见的寿星群体。

据介绍,随着社会进步和生活水平的提高,不少老年人抛弃了“重积蓄、轻消费”的传统观念,开始“潇洒走一回”。老年人游山玩水已成为时尚,旅游不仅是老年人休闲的重要内容,也是他们交流交际的重要依托。到巴马旅游,一定要游览这里的一条河——盘阳河。

盘阳河经过长期流水冲蚀,形成了深谷、溶洞、暗河、瀑布等多美多姿的自然风光,两岸不仅山青水绿,风光明媚秀丽,而且河水水质良好,富有对人体健康长寿的矿物质和微量元素,因而这一带生活着众多的古稀、期颐老人,其人数密度和长寿环境为世上少有。



巴马风光



巴马三门海



巴马大峡谷

享受冬日阳光:海南三亚

在三亚,海南第一名胜天涯海角是必游之地。这里可以观“天涯、海角、南天一柱”等石刻。而在这里,您还可以尽情享受阳光海滩,痛痛快畅泳、潜水,感受五彩缤纷的海底世界。被誉为“三亚海上璀璨明珠”的西瑁岛(简称西岛),是中国最南端具有人类居住历史的热带海洋渔村海岛,上岛便可亲身体验到古老渔村的风云历史,您将从海上饱览知名天下的天涯海角,在广阔海洋中体验惊险与刺激,在海岛渔村中目睹百年渔村的历史进程。

另外,此时的三亚虽然不属于非常淡的季节,但是机票等价格方面也有着极大的优惠,如果您一直想去三亚感受最清新的大自然风光,此时此刻不失为一个最为恰当的选择。



亚龙湾美景



亚龙湾的美丽黄昏



亚龙湾美景