

天太热?“夏日逃跑计划”新鲜出炉

最高气温 36 度,让达城这个 6 月有点“不同凡响”,市民也直呼热得“遭不住”!蒲扇、空调提前上线,如何应对闷热的天气,面对提前到来的炎炎夏日,你是否已经准备在空调房里“葛优躺”度过?不用慌,本报记者为你搜罗了清爽凉快还好看的消暑胜地,耍水、漂流、洗肺……让你嗨个够,不用出远门,车程最远 1 小时,还在犹豫啥?赶紧开启“夏日逃跑计划”避暑去吧!

遁入山林 吸氧洗肺

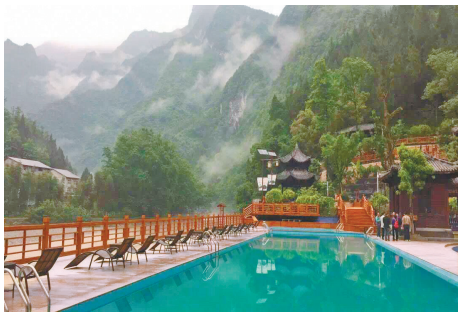
●巴山大峡谷

巴山大峡谷以山、峰、洞、谷等自然景观为主,奇峰独秀,形态各异;常有云雾缭绕,河谷幽深,凉风悠悠。奇峰异石在云雾间若隐若现,置身其间,让人有一种峰回路转,别有洞天的感叹。

桃溪谷漂流、鱼泉洞探幽,炎炎夏日日上三五好友在绿树掩映的栈道上走走停停,山间林鸟的美妙歌声钻入耳中,清脆的溪流调皮地从一块块裸露出的石头上跳跃而过,裹着水汽的凉风轻抚面庞,即使身处 8 月,却丝毫不觉暑热,常年 16 度左右的气温让这里格外凉爽。抬头四望,峡高谷深,满目苍翠,阳光透过轻柔的白雾在河面上洒下一层金色的朦胧。奇峰清泉的交织让这里的一切充满了梦幻般的美感。尽情呼吸最原生态的气息,细细品味巴山大峡谷的一草一木,不仅凉爽,连心情也会跟着愉悦起来。

●铁山森林公园

铁山森林公园距市中心 23 公里,有森林面积 4 万余亩。在这里,可观日出、赏晚霞、望皓月、听松涛。自古以来,“铁山晓日”有达州八景之首的美誉。初夏,铁山公园山岭峰峦之上皆可观赏日出美景,晴日凌晨,



图片由市旅游局提供

在铁剑峰顶登台东眺,便可见“晨曦彩霞飞、群山尽朝晖”的绚烂景象。

在太昊峰南麓的县梁坪,是一个宽阔平缓的疏林草坪,这里最适宜搭建帐篷露营观晚霞、赏月。每当红日西坠之时,登顶环眺,便可见夕照霞光给崇山峻岭、农田山庄、河市机场等镀上一层玫瑰色彩,流光溢彩,令人目眩神迷。

如果不想露营,铁山半山酒店便是最好的选择,依托铁山优渥的森林资源,打造林间小木屋,房间内拥有超大露台,月明星稀之夜,银河清辉笼罩,凉风白露浸润,稀树倒影映月,虫鸟低吟浅唱,伴随着林间清凉的山风,铁山风光尽收眼底,静享岁月美好。

●五峰山国家森林公园

五峰山国家森林公园,位于大竹县东部,又称“竹海公园”。葱葱郁郁的竹林,视野所及之处全是绿色,林间微风习习,行走其间竟感觉不到一丝炎热,当你登上山顶,看着层层叠叠的竹林碧波翻涌,所有夏日的烦闷和生活的苦恼也就随风消逝了。

都说唯美景与美食不可辜负,在五峰山,光有美景怎么够,完美的避暑之旅怎能少了五峰山特有的“全竹宴”呢?竹笋、竹荪蛋、竹笋菜、竹菌、竹海腊肉、竹筒豆花、竹筒饭、竹泡菜……哪怕再挑剔的味蕾也会被此征服吧。

目前,五峰山国家森林公园除了风光旖旎的自然景观,人文景观和服务设施也日趋完善,形成了“吃、住、行、游、购、娱”为一体的旅游服务网络,为游客提供了一个安全、舒适、温馨的避暑环境。

清凉河谷 激情漂流

●万源龙潭河

龙潭河景区水质清澈见底,沿河翠竹荫荫,杨柳依依,一派墨绿,两岸峰峦神韵。而要说龙潭河最受欢迎的项目,当然就是万米漂流了,这可是在龙潭河夏日消暑的不二之选,皮筏顺水漂流而下,全程大约需要两小时。河水蜿蜒流淌,时缓时急,平缓处,如闲庭信步,悠然自得;湍急处,飞筏似箭,有惊无险。当溅在身上的清凉河水与山间习习微风相遇,那可真是想不凉快都难了。

●渠县龙嬉谷

距达州城区约 51 公里的龙嬉谷旅游景区以水元素为主题,龙嬉谷景区漂流全长约 4 公里,碧波如玉的溪水潺潺,水流的速度顺着高低起伏的山势而富有变化,溪水到急弯处或者险要的地势时,互相挤着、撞着,激起

层层浪花。坐着皮筏顺流而下,山间的清风和着清凉溪水拍在脸上,顿时清爽无比,两岸植被茂密,在体验漂流的惊险刺激之时,还可以观赏沿岸秀丽的自然风景,可谓是一举两得。

除了漂流,龙嬉谷水上世界也是消暑一绝。水上世界集海浪池、环流河、彩虹滑道、家庭亲子滑道、12 米长的多条刺激滑道、儿童水寨、海盗船等为一体,让你一扫酷暑带来的燥热,尽情感受水的清凉。

清新田园 康养度假

●万花源

万花源旅游景区距万源市中心 10 公里,交通十分便利,是徐向前元帅亲自指挥的著名的“万源保卫战”玄主殿的主战场,这里有鲜明的红色文化印记。不仅如此,万花源旅游景区还是集科研种植、养殖、旅游、休闲、养生为一体的生态旅游地。

目前万花源旅游景区已经建成玫瑰、紫薇、荷花等珍贵苗木基地 320 亩;四季花卉园 450 亩,油桃、枇杷、黄金梨、日本甜柿等水果采摘基地 300 亩,有机蔬菜种植基地 10 亩,让你在盛夏时节也能够尽情体验观赏、采摘的乡村野趣。

不仅如此,还可以零距离感受大森林的神秘。林海运动探险,让你能够近距离感受大自然的魔力,探索丛林深处的奥秘;森林图书馆,让你在清幽山谷里,褪去夏日的躁动和疲乏,伴着凉爽的清风静下来,看一本好书,品一壶好茶;山间民宿,让你睁眼即视日出日落,伴着鸟鸣、晨雾而起,伴着花香、虫鸣而息,让你真正与大自然来一场亲密接触。

●欢喜坪度假区

四川华蓥山欢喜坪国家旅游度假区位于大竹县庙坝镇白槽村和长乐村,7000 余亩的占地面积包罗万象,超多玩法足够让你眼花缭乱。

依托华蓥山自然生态资源,以山地运动、主题探险、生态康养、产业聚集为重心,打造川东北地区激情狂欢的山地休闲体验地。在这里,你能体验空中滑翔伞、攀岩等惊险刺激的山地运动,挑战你的身体极限,也能够享受到野外露营、特色集装箱酒店、牧场庄园带来的休闲生活。

能够在这个夏天远离城市的喧嚣,置身于静谧悠闲的山水田园之中,静静感受这份清凉与自然,也是一种难得的幸福。

□本报记者 张海涵

达州本土文化答题活动热火朝天

5 月 20 日——6 月 20 日,由达州日报社、通川区教科所主办,达州报业旅行社承办的“弘扬达州文化,争当先锋少年”——达州市本土文化知识网络答题活动正如火如荼地进行,活动紧紧围绕达州的行政区划、文化历史、民俗风情、交通运输、旅游名胜以

及著名人物等多方面内容,意图让达州的莘莘学子更加了解达州、关注达州。

活动伊始便吸引了众多学生踊跃参与,很多家长也表示希望以后多开展一些类似活动,让孩子们拿起手机不再只是玩游戏,而是通过有趣的活动,学习了解养育他的家

乡,熟悉这片土地的历史。

本次活动从 5 月 20 日开始到 6 月 20 日结束,历时一个月。学生可每天答题两次,累积答题 60 次,征文与绘画可通过“我的个人中心”进行上传。答题期间,不收取任何费用,活动结束后,依照综合排名实行奖励。获奖名次与奖品以及优秀征文、绘画作品将在“多彩达州”公众号、达州日报以及达州晚报上进行公布,敬请广大家长及学生关注。 □赵娇