



# 假期就出发! 七大宝藏线路玩遍三秦

双节将至,秋高气爽。趁着时光正好,趁着微风不燥,不妨乘兴出游——探寻三秦大地,邂逅如画美景,感悟文史积淀。

## 观红叶——秦岭赏秋之旅

(汉中石门栈道风景区 - 汉中黎坪国家森林公园 - 汉中龙头山国际旅游度假区 - 兴汉胜境 - 诸葛古镇)  
层林尽染是大自然对秋日最珍贵的馈赠,如火焰,似云霞,为苍翠的汉中更添一分韵味。  
美好假期,不妨去汉中石门栈道欣赏镌刻在绝壁栈道上的史诗,去黎坪、龙头山观红叶,于兴汉胜境、诸葛古镇回溯时光,追忆千年。  
必尝美味:倒扣酥、洋芋糍粑、糟肉

## 临秋水——泛舟悦心之旅

(安康瀛湖风景区 - 安康中坝大峡谷景区 - 南官山国家森林公园 - 蜀河古镇 - 汉江三峡景区)  
此时的安康有着媲美江南雨后的绝美景致,汉江似一条绿色绸带,将山、林、谷、镇衔接在一起。  
瀛湖秋色渐染,如梦似幻,船行其中,犹似画中行。中坝大峡谷风光秀丽,一步一景,如一幅天然画卷。  
汉江三峡两岸群峰环绕,更能穿过青雾缥缈的重重山门,且泛轻舟,且荡烟波。  
必尝美味:红豆腐、鼓气馍、石锅鱼

## 赏明月——休闲漫步之旅

(金丝峡景区 - 棣花古镇 - 古镇漫川关 - 牛背梁国家森林公园 - 天蓬山寨景区)  
都说陕西最美是秦岭,秦岭最美是商洛。不登山,不知山高;不涉水,不知水深。跋山涉水,方能体会到金丝峡、牛背梁的秋色烂漫。  
棣花古镇的夜晚热闹非凡,可赏月,可唱秦腔;可看民俗,可忆过往。天蓬山寨时而栈道,时而险峰。山势蜿蜒之间,吊脚楼民宿建于其间——喝茶、看书、听风、赏月,都可尽享安逸。  
必尝美味:腊肉、云盖寺挂面、镇安大板栗

## 登高山——览目锦绣之旅

(宝鸡太白国家森林公园 - 宝鸡青铜器博物院 - 红河谷森林公园 - 太白黄柏塬景区 - 太白山凤凰温泉)  
秋风吹落了调色盘,不经意到到金丝峡、牛背梁的秋色撞个满怀。太白山远望,灿若锦绣,五彩缤纷;近观,鳞次栉比,橙黄橘绿。  
走进黄柏塬风景区,也就走进了童话中的秋日秘境。来到这里,便能发现那一片大气原始的自然风光,正在演绎着无与伦比的自然大美。  
红河谷天气微凉,无论是雨后初晴的早晨,还是风起云涌的午后,都令人分外着迷。  
必尝美味:豆花泡馍、岐山臊子面、擀面皮

## 访圣地——循迹探奇之旅

(秦始皇兵马俑博物馆 - 华清池 - 渭南华山 - 洛川湿地公园 - 韩城党家村)  
人文旅游资源是陕西文旅的重要名片,兵马俑千人千面,栩栩如生,是中国古代雕塑艺术史上的一颗明珠。  
华清宫作为四大皇家园林之一,依山而建,风景秀美。每当夜幕降临,还可于此观看《长恨歌》实景舞台剧,感受盛唐悲歌。  
必尝美味:羊肉泡馍、腊汁肉夹馍、胡辣汤

## 触历史——古都文博之旅

(陕西省历史博物馆 - 西安碑林博物馆 - 大唐芙蓉园 - 大唐不夜城 - 西安城墙 - 咸阳乾陵 - 袁家村)  
走进陕西,便是走进了一条绵延千年的岁月长河。陕西历史博物馆是古都明珠,华夏宝库。西安碑林博物馆则以青石为书页,刻画历史的脉络,更讲述了“颜氏家庙碑”“石台孝经碑”背后的故事。  
唐高宗李治和女皇武则天合葬于乾陵,此处气势恢宏,石雕诸多,被称为“盛唐石刻艺术露天博物馆”。相信一场能够触摸历史,穿越时空的奇妙之旅会给人留下难以忘怀的记忆。  
必尝美味:葫芦头、豆腐脑、老酸奶

## 忆峥嵘——红色精神之旅

(榆林红碱滩风景区 - 延安宝塔山 - 延安南泥湾 - 壶口瀑布 - 铜川陕甘边革命根据地照金纪念馆 - 照金香山景区)  
中国共产党从枪林弹雨中走来,经历了无数血与火的洗礼,用铮铮铁骨书写了百年奋斗史。陕西红色历史遗迹众多,作为一种时空媒介,记录着辉煌的历史、承载着先烈的精神、诉说着感人的故事、传承着红色的基因。  
宝塔山、南泥湾、照金纪念馆等地,更是重温峥嵘岁月、感悟时代脉搏的好地方。  
必尝美味:抿节、摊黄儿、碗托

□文律

# 自驾出游受青睐 安全细节莫忽视

刚刚过去的暑假,西安不少家庭就选择自驾出游,还有一些人被人迹罕至的“极限”线路吸引,但也有因缺乏认知或准备不足等原因引发安全事故的。

今年的中秋国庆8天长假即将到来,不少市民已摩拳擦掌开始规划自驾游路线。那么,自驾游为何越来越受欢迎?一次安全完美的自驾游需要注意哪些事项,又要做好哪些准备呢?

## 最美风景在路上 自驾游渐成出游新主流

暑假期间,家住西安曲江新区的王勇,带家人从西安出发,自驾甘南七日游。“感受非常好,一趟自驾游回来,我们家人最近又开始谋划国庆的自驾游路线了。”王勇告诉记者,自驾游的好处真不少,时间自己掌控、路线自己安排,非常惬意。

根据高德数据显示,今年4月29日至5月2日,该平台用户驾车导航至景区的总次数同比增长192%,日均驾车导航人数同比增长78%,跨省驾车出行日均人数同比增长302%。此外,携程数据显示,今年“五一”假期,国内租车订单量同比增长574%,比2019年同期增长超300%。从租车时长来看,“五一”租车订单租期多为3-4天;长租自驾人群增多,租期5天以上的订单占比接近25%,同比增长171%。跨城取还订单同比增长137%。

从以上数据和现象不难看出,自驾游出行的旅游休闲方式,正在逐渐取代旅行社跟团游,成为人们假期出游的主流选项。

## 个性化需求成趋势 “探秘之旅”备受追捧

自驾游为啥越来越受青睐?陕西省自驾游房车露营协会副会长杨林分析,首先,自驾游能给旅行者带来更多自由度和灵活性。与跟团旅游相比,自驾游可以随意安排行程,随时调整计划,旅行者可以更好地融入当地文化,探索那些远离繁华都市的偏远地带。

其次,自驾游能够满足人们对旅游体验的个性化需求。每个人对于旅游的喜好和目的都不同,自驾游可以让旅行者根据自己的兴趣和需求量定制行程。

再者,随着汽车技术的不断发展,自驾游的可行性越来越高。许多车型拥有良好的性能和可靠性,能够适应各种路况和气候条件。同时,汽车保养和维修也逐渐变得方便快捷,为自驾游提供了有力保障。此外,各种导航、娱乐设备等科技产品的出现,也为自驾游提供了更多的便利。

人迹罕至的沙漠、戈壁、高原等线路自然条件恶劣,却依旧挡不住爱好者猎奇的心理和对深度体验的向往。杨林认为,这类极限自驾游线路,能够满足旅行者对自然风光和原始文化的向往。此外,探索这些未知地带也可以让旅行者感受到探索的刺激和发现的喜悦。

## 典型事故案例 再敲安全警钟

“近年来,川藏线、新疆北疆、甘青环线、内蒙古等自驾游线路,已经成为深受西安人欢迎的黄金自驾游线路。”杨林介绍道。今年暑期,国内不少游客选择自驾去人迹罕至、保障匮乏的极限自驾游路线,导致多起事故发生。对此,杨林通过对于其中几个典型案例进行分析,从专业角度为大家进行提醒。

案例1:今年7月22日,一支自驾车队从

敦煌市出发,未经批准穿越新疆罗布泊野骆驼国家级自然保护区,不幸造成3人遇难1人失联。值得注意的是,目前我国罗布泊、阿尔金、可可西里、西藏羌塘四大无人区都是国家级自然保护区,基本禁止任何社会组织、单位或个人擅自进入保护区进行旅游、探险等活动。

分析:杨林说,自然保护区未经批准许可不能进入,这些地方大多气候恶劣,路况非常复杂。此案就是因为非法进入,同时对补给、救援等问题没有提前充分考虑,在遇到问题后失联、无法脱困等,最终补给耗尽,造成不可挽回的后果。

案例2:同样在今年暑期,有7名游客在青海哈拉湖自驾迷路后失联。据了解,被困人员一行7人是第一次自驾前往哈拉湖,因路线不熟,加之该地区无手机信号覆盖,无法使用手机导航、通信功能,导致迷路并发生陷车。

分析:杨林说,这个案例属于组队前往未知领域,但是团队内并没有当地或专业领队,并且脱困、通信等应急装备欠缺。他认为,对于非公路道路自驾,需具备较丰富的地理知识与方位测量等知识,同时携带测量装备和卫星电话等。

案例3:今年8月6日,海西州公安局指挥中心接到报警,来自广东的何女士称,其母亲一行8人在青海旅游期间被困无人区,其中有4名老人和2名儿童,乘坐的商务车出现故障抛锚,车上没有饮水与食物。

分析:杨林说,西北地区大多地广人稀,“野路”自驾存在极大安全隐患。该案例就是出行没有备足补给,同时缺乏通信和保险保障,导致无法第一时间联络到救援机构,使救援时间延长。

## 切莫“信马由缰”对大自然要存敬畏之心

杨林说,自驾出行,交通安全必须放在首位。途中一定要确保安全规范,不可疲劳驾驶。同时,根据相关数据提示,每年在自驾游出行期间,因缺乏保障意识发生突发疾病,例如中暑、食物中毒、自身慢性病的急性发作也不在少数。

据了解,自驾游出行包括跟团自驾和自行自驾。相比较于自行自驾,跟团自驾因为会提供领航车、保障车和自驾游保险等措施,不论从安全和便捷上,都更胜一筹。而如果选择自行自驾游,杨林则从安全、便捷等方面,为大家准备了一些必要的安全出行提醒。

首先要对车辆进行全面保养维护,杜绝出现隐患。备胎、千斤顶、灭火器、拖车绳等维修工具要备齐;同时准备小药箱,备齐常用药,尤其是伤口紧急处理用药等,如去高海拔地区,则一定要准备便携吸氧罐;此外,车辆和人员都要提前做好投保。投保不仅仅是为了经济损失考虑,最重要的是,相关方面的保险一般都带有紧急救援保障,车有车辆救援,人有医疗救援,这能让游客在第一时间获得外援帮助;极限越野类线路,原则上并不建议自行自驾游玩。如果要玩,也最好组队前往,并配备大量救援物资以及补给,包括卫星电话等专业设备。

“说到底,自驾游最重要的准备,应该是保有一颗对大自然的敬畏之心,切莫‘信马由缰’。”自驾游时,一定要从心态上予以高度重视。

□梁璐

入秋之际正是家居换季之时,及时、合理、人性化的整理与收纳可以让家焕然一新,也让人心旷神怡。

人间烟火气,最抚凡人心。说到烟火气,你能想到什么?是厨房热气腾腾的饭菜,还是一家人聚在一起时的欢声笑语?

我能想到的是:在清爽怡人的家里,被喜爱的事物包围,度过怦然心动、光辉闪亮的每一天。

## 收纳整理:物尽其用与适可而止

最近在网上看到艺术家宋冬名为《物尽其用》的艺术展,他将母亲50年里积攒的一万多件老旧残破的日常生活用品铺陈开来。“一大堆随意堆放的杂物,重重叠叠,铺天盖地,充满展厅的每一个角落。”对于一个偶然看到展览的人来说,这个艺术作品给人的观感并不是那么舒服。上百件不成套的锅碗瓢盆和其他厨房用具、孩子们丢弃的玩具、一排排空牙膏筒皮、形形色色的瓶瓶罐罐、化石般的洗衣皂、堆积如山的没有用过的中药和西药……铺天盖地的杂物带来的拥挤感,令人感到眩晕和窒息。然而也有参观者被这个展览或者说这堆“垃圾”深深打动。

在“断舍离”盛行的今天,“囤积”似乎是一个不太健康的习惯,甚至一旦发展为囤积癖,更是成了一种需要治疗的心理疾病。

窗明几净,才有住食之安;不染纤尘,方有书香拙雅——

# 收纳整理正当时 清爽怡人更舒心

实话说,老一辈似乎都喜欢囤积。在过惯了苦日子的他们看来,有些东西并不算垃圾,还能继续使用。于是修修补补,让其在某一天能“物尽其用”,也是一种未雨绸缪的勤俭。

## 家居三大坏习惯

在谈到装修或家居生活时,很多人觉得装修过于简单或家里过于干净,就会失去了所谓的“烟火气”。有的人甚至把“凌乱”等同于“烟火气”,从这种观点中,也透露出家庭最常见的“家居三大坏习惯”。

一、错把“囤积”当“节省”。如果老年人因为经历了物质贫乏的时代而养成了囤积习惯,那么如今一些年轻人,每到有什么风吹草动,就会激起囤积潮。而过度囤积不但给我们带来各种无形的负担和压力,还占用了家居空间,妨碍生命的自然流动。

二、错把“欲望”当“刚需”。整理师作为一个新兴行业正在中国这片土地上勃勃生长。而在这背后,也真实地反映了家庭最常见的

家居坏习惯——过度购买。在物质日益丰富的今天,学会“消费”并不是一件容易的事情。你必须回到最初的需求,去看自己真正需要的是什么。

三、缺乏精细化收纳方式。提到收纳整理,少不了要谈到当下很流行的“断舍离”,它的真谛并不是单纯地处理杂物、扔掉废物,而是远离充满闭塞感的空间,唤醒“流通”的生命气息。整理的过程中,犹豫不决是常态,我们可以先从确定要扔掉的物品开始练习,慢慢找到自己的“舍物标准”。

## 帮父母家“断舍离”,不要打着“为你好”的旗号

如今,越来越多年轻人爱上“断舍离”,通过减少物品,放下内心的执念,找到了更轻松的生活方式。年轻人成功地解救了自己,然而面对父母的囤积习惯却显得无能为力。

如果我们擅自处理父母的物品,扔掉那些我们认为无用的东西,这样的行为在他们眼里不是为了他们好,而是不尊重和浪费,并且把他

们曾经的努力和牺牲全盘否定了。

要让父母走出心中的难关,不仅需要时间,更需要我们的耐心。这里总结几招网友分享的实用方法。

一、以身作则引导父母。我们在做这些行动前,要主动去关心父母,以身作则输出“断舍离”的理念,做好正确引导。当他们放下抗拒心理,真正感受到这种生活的好,慢慢地就会放下执念,开始接纳新的生活方式。

二、设置家居“闲置箱”。生活中绝对不会再用到的物品,放到闲置箱里。让父母知道这个箱子的存在,并且定期提醒他们。这些放进闲置箱的物品根本就用不到,慢慢地父母就能接受扔掉物品。

三、把用不到的东西,放在黄金区域。那些完全用不到父母又不让扔的物品,不要收起来,相反的是要拿出来放在每天都会用到的黄金位置上。例如,桌子、地板、沙发等,增加阻力和烦扰,每天折腾一遍,相信不久后长辈就会嫌弃并狠心扔掉。

