

看雪、泡温泉、候鸟游……

冬季旅游，哪种方式才对你的胃口？

天气这么冷，让人忍不住想开启冬眠模式。不过爱旅游的人，怎么会被寒冷捆住手脚？但是这个季节树木萧瑟，玩水又太冷，山水都没什么看头。其实是您的打开方式错了。冬季旅游还是有很多不错的选择，比如看雪、泡温泉……

看雪

对于南方的孩子来讲，似乎很少看到大雪纷飞的情景。想要看到厚厚的积雪与漫天飞舞的雪花或者神奇的树挂，可以特地选择去北方看雪。

◆哈尔滨◆

哈尔滨的冰雕、滑雪等等，都足以让南方的孩子心神向往。冬季的哈尔滨银装素裹，分外妖娆。虽然气候寒冷，却到处可以看到与江南水乡迥异的冰天雪地。加之当地特色的冰灯、雪雕、各种冰雪娱乐活动。冬季去到哈尔滨不能错过

哈尔滨的冰雪节，哈尔滨人化严寒为艺术、赋冰雪以生命，将千里冰封、万里雪飘的北国冬天，创造出融文化、体育、旅游、经贸、科技等多领域活动为一体的黄金季节。成为世界著名的冰雪盛会。

◆雪乡◆

《爸爸去哪儿》第一季的收官之行在黑龙江省牡丹江市的雪乡。节目中，爸爸和孩子们在冰天雪地里堆雪人、坐雪橇，这些活动对生活在冬季不下雪的南方孩子来说是难得的体验。

雪乡全名是“雪乡国家森林公园”，位于黑龙江省牡丹江市市长汀镇，距离哈尔滨280公里。从每年的10月至次年5月积雪连绵，积雪期长达7个月，年平均积雪厚度达2米，雪量为中国之最。所以，冬季带孩子去看雪，不用看运气、看天气，优美的雪景就已经在那等着你们。



温馨提示：最主要的是要准备御寒的衣服，雪地靴、加厚的羽绒服、帽子、手套、耳套等等。

泡温泉

寒冷的季节泡温泉可以说是人生一大乐事。浙江的温泉资源也十分丰富。武义、宁海、泰顺温泉，每到冬季，都会迎来旅游旺季。或森林或山间，沐浴温泉，身心放松。

◆武义温泉◆

武义以“温泉之城”著称。温泉水资源丰富，日出水量4000余吨，常年水温41.2℃-51℃，人称“浙中华清池”。武义有不

少不错的温泉，比如位于武义唐风露天温泉、武义清水湾度假村与武义溪里温泉浴吧，前两个均提供住宿。

◆泰顺温泉◆

而我们温州的泰顺也以温泉为人熟知。氡泉浴疗源远流长，上溯公元一四六八年。所谓氡泉，是从地下5000米深处，经过38年的物化循环再从热溪泉眼喷涌而出的温泉，含有微量氡。泰顺氡泉堪称温州四大王牌旅游景点之一，位于浙、闽交界线上，国家级生态县——泰顺县雅阳镇境内，泰顺氡泉景区，温泉构建

在半山怀抱之中，矗立于悬崖峭壁之上。沉浸氡泉池中，峡谷，小桥、瀑布、劲松，白雾霭霭尽收眼底。

在冰天雪地里，沏一壶甘冽的清茶，坐拥在氡泉水暖暖怀抱里，吸一口氧，泡泉还能洗肺附赠森林浴。

温馨提示：

1.切忌空腹或大饱时入浴，泡温泉时应多喝水，随时补充流失的水分。

2.温泉不宜长时间浸泡，否则会有胸闷、口渴、头晕等现象。

3.凡有心脏病、高血压或身体不适者，不宜泡温泉，除非经医生允许。

4.景点的泳衣、泳裤可能比较贵一点，可以考虑一下自带衣物。



候鸟游

这几天，瑞安受冷空气的影响，气温大跳水。这时候如果考虑旅游，很多人将当地的温度作为出行参考。基于这个原因，近年来，催生了“候鸟游”。很多鸟类具有沿纬度季节迁移的特性，夏天的时候这些鸟在纬度较高的温带地区繁殖，冬天的时候则在纬度较低的热带地区过冬。顾名思义，候鸟游就如同候鸟，在寒冷的季节，迁徙至温暖的地方一样。

◆国内游◆

冬天，如果天冷，可以一路向南，港澳台、海南等，都成为热门之选。阳光沙滩，椰风海韵，购物狂欢……即便是寒冷的季节，在南方的南方，您依然还可以享受到冬天的温暖。候鸟游在中老年群体越来越受追捧，少则半个月，多则三四个月，目的地多数是以养生和度假休闲为主的南方景点。

◆国外游◆

候鸟游，许多年轻人更喜欢选择出境游，东南亚甚至南半球也成为他们越冬热门。当我们在过冬时，南半球却是完全另一番风景，生机勃勃，鲜花盛开，丝毫不感受不到寒冷。

业内人士提醒消费者，如计划到热点地区旅游，应提早筹划，提前预订机票、酒店等产品。春节前后，南半球旅游市场将进入高峰期，消费者11月开始即可预订机票，提前预订可享受更多优惠。

“候鸟游”注意事项

1.千万不要以为南方天气暖和，就不需要带厚衣服出门。南方的冬天虽然暖和，但遇上下雨的时候，气温也是会降低的，而且一些南方地区昼夜温差也不小，因此，长袖、风衣、棉衣依然不可少，需要带齐。

2.出门旅行，药物一定要准备一些，平时老年人吃的药更要多准备一些，以防在当地买不到合适自己的药物。另外，抗过敏药、感冒药、止泻药、止痛药、创可贴、眼药水、消毒棉球等都要有所准备。

3.即使是上了年纪的游客到了南方，也会想去海边逛逛，海边的阳光很美，海滩也美，但美好的阳光也可能造成晒伤。因此，去海边的话，防晒霜是必须配备的。

4.在老年人的营养膳食方面，要做到营养全面、荤素搭配得当。如果是跟团，在到达候鸟地时，提前将自己在饮食上需要忌口的告诉工作人员，让工作人员提前予以注意。

5.候鸟、养生游在活动内容上需要合理安排。老年游客可以根据自身情况参加一些当地活动，但千万切忌过度劳累、力不能及的现象出现。

