

# 冬季旅游：这些安全小常识要了解

冬季，很多小伙伴都希望去北方看雪。银装素裹、雾气缭绕，宛若仙境，让许多游客为之向往。但是严寒的气候却使很多人望而却步。其实只要多了解一些冬季旅游的注意事项，做到有计划的就可以了！

## 防冻保暖技巧

冬季很多山地型景区温度都很低，羽绒服、帽子、围巾、手套肯定是要带上的。特别要注意的，一是尽量减少皮肤暴露的部位，二是备好防冻油膏来应对手脚干裂冻疮的情况，三是最好随身携带保温杯，一般景区都有接热水的地方，用杯子接上热水，随时随地暖手暖身。冬季旅游不仅个人要注意保暖，相机也需要保暖，在零下温度环境下，电池会掉电很快，拍不了多少张就会报警自动关机。建议可以购买冬季相机防护罩来保暖，或者将相机和备用电池贴身携带，借助体温来保暖。

## 泡温泉需注意

冬季旅游，泡温泉几乎是大家出游的首选。但是单次浸泡时间不宜过长，最好不要超过20分钟，浸泡过久也会导致心脏负荷过重。年长者或心脏衰弱者，最好不要采用坐姿，而应以浴槽边缘当枕头，手脚舒展开的方式入浴，以免有心慌或胸口闷的情形发生。过量饮酒后不能立即入池泡温泉。

## 旅行途中要防滑

冬季许多景区地面会有结冰积雪的现象，除了要穿上防滑鞋以外，有个技巧是每次下车时，一定要先注意脚下是否有水或冰，迈出步子时膝盖微弯曲，保持重心向前，这样将大大减少摔倒几率。

## 雪地护眼要做好

北方晴日的雪地或者一些山地下雪气候也是需要特别注意的，因为白茫茫的雪地紫外线吸收少，反射较强，当强烈的紫外线射入雪地旅行者眼睛后，会发生光化作用，经过6~8小时的潜伏期，眼睛就会出现严重的畏光、流泪、异物感，眼睛不能睁开、有强烈的烧灼感，剧烈疼痛，这就是医学上常说的“雪盲症”。

不贸然进入未开发地带景区内没有开发的地方和偏远地带，没有建设相关配套设施和安全防护，出行困难且危险。并且冬天天气寒冷，体力会有所下降，如果在野外迷路，也很容易冻伤。近年来，媒体报道的驴友进深山丛林等偏远景区遇险的事件已屡见不鲜，尽量不要贸然进入这些地方。

## 尽量结伴而行——携带必要药品

一个人出游纵然风景独好，但是考虑到旅途当中有许多未知因素和突发状况，由于是冬天，天气变化莫测，极端气候比较多，建议最好还是结伴而行，遇事也好相互照应。冬季寒冷易感冒，出门旅游备上感冒药等伤风感冒的药品对旅途将大有帮助。另外，寒冷的环境中，心脏病、流感、冻疮、关节炎等疾病的发病率将明显上升，慢性支气管炎也可能在寒冷干燥的气候中复发，可根据个人所需相应地备上一些。

## 财产安全不可忽视

出门在外，需要提高警惕。冬季大家衣服穿得比较厚实，遭遇小偷的话很难察觉。在景区入口等人群拥挤的地方，包包尽量往前背，身上尽量不要带太多现金。  
(本报记者 戚劲松 整理)

## 大美汉丰湖

·何武·

近日与重庆开州籍知名农业专家推杯问盏之际，聊起了汉丰湖。他有点惭愧地说起了“脏乱差”，我告诉他现在的汉丰湖是国家4A级旅游景区了，他愕然连声说“抽空回去看看”。

大美汉丰湖。据历史记载，重庆开州区在东汉建安二十一年建县，以“汉土丰盛”之意，取名“汉丰县”，距今已有1800年历史，“汉丰湖”因此得名，是三峡蓄水后，长江水倒灌形成的。这座既古老又年轻的湖泊，已成为国家4A级旅游景区、国家水利风景区、国家湿地公园。湖里常年蓄水175米深左右，水域面积15平方公里，烟波浩渺，黛山环抱，丽城同生，湿地相依，荡涤心灵，令人流连忘返。汉丰湖荣膺“新三峡十大旅游新景观”、“2016年重庆游客最喜爱十大景区”称号。

大众汉丰湖。开州在滨湖城市发展过程中，将汉丰湖打造为三峡最美湖滨旅游胜地。政府采取铁腕举措，市民形成环保共识，湖水现在是备用三级饮用水源。今冬，高峡出平湖，飞鸟相继来，磅礴奇观受央视关注。湖畔打造了举子园，湖光山色与历史文化交相辉映；登文峰古塔，开启独特的文化体验。历史照进了现实，让开州“举子之乡”文化得到传承。为了实现景观效应，汉丰湖大坝采用了“明清风雨廊桥”的古建筑装饰风格，为探索我国水利工

程与景观工程相结合提供了成功范例。开州强力治理水环境，打造环湖旅游带，不断释放出生态民生红利。市民近水亲水观水成常态。汉丰湖由文旅集团管理，湖里仅允许水务局公务船、交通局海事船和文旅集团的游船运行。人们行环湖大道、登文峰古塔、走风雨廊桥、坐画舫游湖、享天然游泳、赏湿地景观、钓湖里野鱼……每天到汉丰湖休闲娱乐的市民和游客达5万人次之多。

大美汉丰湖。景即是城，城即是景，这就是滨湖开州的城市品质——一城一湖一景。通过品牌赛事聚集人气，开州举办了4届汉丰湖城市钓鱼对抗赛和首届汉丰湖摩托艇国际公开赛，大大提升了汉丰湖美誉度和知名度；通过挖掘深化“走风雨廊桥、坐画舫游湖”、“游湿地公园、观百种水鸟”、“品开州大蒸笼、吃万人排档”、“骑行西部水城、参与万人垂钓”、“坐画舫夜游汉丰湖”等汉丰湖特色旅游项目吸引游客，提升城市形象。以建水上乐园“运动休闲游”为引爆点，以建开州古城“文化怀旧游”为聚焦点，以建乌杨小镇“浪漫婚庆游”为兴奋点，打造旅游产品新生态。

“城在湖中，湖在山中，意在心中。”的美丽开州，正着力打造泰巴古道线上的旅游精品，已渐次显现生态经济发展的核心竞争力。

旅游周刊  
投诉热线  
13982899765  
18481886789  
13308241000

主编 戚劲松  
编辑 张春华 龚克

官方微信 dzwbwx  
官方微博 dazhouxinwen

爆料热线:2382258

## 大竹小金花游乐园即将开园



据了解，小金花游乐园于2013年立项建设，历时5年，项目一期开发700余亩地，依靠天然的优势地理条件，依山傍水打造集儿童游乐、成人拓展、竞技垂钓、水产养殖、花卉鉴赏、特色美食为一体的综合性园区，其中，园区的核心游乐区域，陆上及水上共分为12个区域，可满足不同年龄段游客的游乐需求。水域养殖区域占地200余亩，饲养了各种优质鱼类10余种。园区绿化以打造“四季花香”为目的，引进20余万株花卉植被，可满足不同时节“有花赏，有香来”的游览体验。置身其中，优美的绿化环境，丰富的游乐体验会让您流连忘返。项目二期将以打造特色民宿、精品水果采摘、农耕文化教育示范基地、养老康健中心及爱国主义教育基地。整个园区建设完毕后，计划占地面积3000亩，为当地提供300个以上的就业岗位。  
(戚劲松)

记者从大竹县旅游局获悉，为践行新发展、新理念，注重“农旅文”相融合，致力于打造达州市具有一定影响力的乡村旅游综合体，由招商引资单位广州春雨雨化工有限公司投资6000余万元人民币匠心打造，位于大竹县庙坝镇的小金花游乐园，将于春节后进入试运营阶段。

# 百业商情

温馨提示：请广告主带上相关手续前来办理。使用本栏信息，请核实手续，与广告主签订合同；若广告主违规操作与报社无关，可向相关执法部门举报投诉。广告联系电话：2377273 2377187

### 本栏目收费标准：

每格600元/两星期、1000元/月，每两格1000元/两星期。本栏目在《达州晚报》官方微信(粉丝已达20万余人)平台第二条内免费同步刊出。

### 房屋招租

达州市科技开发中心现有办公楼一幢，共30余间，水电齐全，现整体对外招租，有意者价格面议。  
联系电话：(0818)2370149

### 汽修厂转让

南外一号干道黄金地段有一大型二类汽修厂转让，非诚勿扰。  
电话：13079030808  
15882915606

### 厂房出租

水、电齐全，住房14间，可安装航吊，地址黄家坝大桥旁300米，4600平方米，条件方便，拖挂车可进出。  
电话18282211567(刘先生)

### 招生招聘

### 转让租售

### 商用房出租

面积500平方米，可用做培训、美容、健身、办公、餐饮等。租金优惠，价格面议。  
联系电话：18780825666

### 房屋出租

宣汉县君塘镇洋烈湿地公园有一独栋房屋(5层，2000㎡)出租，有单独围墙、绿化带，硬化空坝3000㎡。  
电话：13778308989

### 商业房出租

大跨度高空间商业房出租或联营，面积2~3万平方米，租金10~15元/㎡，可任意分割使用，交通便捷，停车位达200个，配套完善，适合办公、商业、加工、仓库等多功能使用。南外城区内，位置优越，非诚勿扰。  
电话：3435777  
18328561808

### 单间公寓出租

位于市中心老车坝(离老达一中500米)还有少量单间公寓出租，配套设施齐全，内设厨房、厕所及所有家具家电，价格面议。  
13086328888(牟女士)  
13398329878(蒋女士)

### 寻求合作伙伴

达州某职业学校寻求美容化妆专业和电商专业合作伙伴，另招美容、化妆、电商培训教师数名。  
电话：15882950799

### 门市出租

通川北路63号达州经贸学校底楼临街一单间空门市(66㎡)出租。  
电话：15528880988

### 转让

西外金兰小区【金兰之家】原金兰会所，经营中餐、茶房，面积1500平方米，全新豪装，位置优越，客源稳定，因股东另有发展，现低价转让或诚邀合作人。  
电话：13108181111

### 厂房出租

北外江湾城附近一厂房出租，面积1000㎡左右，交通便利，无转让费，租金面议。  
电话：13700928218

### 东鹏瓷砖 TOTO卫浴

聘市场部经理：2名；储备店员：3名；会计：2名；库管：1名；行政人员：1名；售后人员：3名(会驾驶优先)。  
电话：18981456888(徐先生)