



株洲晚报邀您暑期去旅行

联系人:王先生 19173301234(微信同号) 李小姐 15573311197(微信同号)

进藏码头——经典西藏自驾17日游

西藏,从来不邀请你的身体和欲望,却在冥冥中呼唤你的灵魂。

终于上路了!不要等任何人,风景一直在,但是年少轻狂的心会慢慢变化。

318不为赶路,为感受路。

路上时常有一种现象让人感动,一路朝拜,从不回头。

在西藏,见到什么风景都是缘分。初遇羊湖,是最美的邂逅。

有趣的人生,一般是山川湖海。一起去西藏,然后在花里躺躺。

自驾西藏攻略:

1.三年来,自驾进藏服务近千客户,无一例因高反返回出发。

2.美食:石锅鸡、菌锅汤、牦牛汤锅、藏香猪;最地道的西藏湘菜馆。

3.除了风景以外,藏区民俗不容错过。锅庄舞、藏民交流、一次集体撒隆达、一次单独撒隆达、献哈达、羊湖休闲下午茶、拉萨最火的咖啡馆拍摄夜晚布达拉宫的车水马龙。

日托寺、上然乌湖、蓝冰洞、塔崩草原、丹巴藏寨……这几个美景我们绝对不能错过。

沿途酒店参照维也纳同级标准;或选当地前五的酒店,高海拔地区更是为您优选供氧房。

传统进藏,早起赶时间,走马观花游,路途劳累,体验感差。我们通通不会用。

一台车的自驾之旅,总没有一群人来的快乐。而我们则是一支湖南人的自驾车队,氛围极好,队员之间互帮互助。领队对西藏极其熟悉,还有专业摄影师随队,每天给你带来一天的美照,这样的自驾进藏之旅才是湖南人不容错过的自驾之旅。



2023,约几个人,我们一起自驾去西藏。(摄影黎超奇)

出发日期:7月27日/8月10日 价格:7980元/人 拼车费用:3500元/人
执行旅行社:湖南多彩国际旅行社有限责任公司

西北大环游空调旅游专列15日游

“羌笛何须怨杨柳,春风不度玉门关”“大漠孤烟直,长河落日圆”“葡萄美酒夜光杯,欲饮琵琶马上催”“黄沙百战穿金甲,不破楼兰终不还”从小到大大西北的向往,应该是从这些迷人的诗句开始的……

有人说,去一次大西北,等于十次旅行。西北,一直是一个神奇的地方。开车穿过草原、沙漠、湖泊和冰川的时候,你恐怕只剩下赞叹大自然的魔力了。很多人对西北印象可能还是干旱、沙漠、黄土、异族人的长相、怪异的建筑风格。但是殊不知,在大西北的天山脚下,是个桃花源般的世界,是一个令人向往的地方。

遥想当年丝绸之路全盛时代,在绵延数万里的路上,一定是行人不断,驼、马不绝。宗教信仰、外交使节、逐利商人、求知学子,各有所求,往来奔波。到了今天,情势改变了,大大地改变了。出现在我们眼前的是流沙漫漫,黄沙滚滚,当年的名城——瓜州、玉门、高昌、交河,早已沦为废墟,只留下一些断壁颓垣,孤立于西风残照中,给怀古的人增添无数的诗料。

精选美景:山川、湖泊、草原、峡谷、沙漠、遗迹、丹霞地貌…带您穿越越岭,打卡N个沿途必去的大牌景区,让您不虚此行,不留遗憾,尽情领略大自然的鬼斧神工及人文景观巧夺天工带来的视觉震撼!聆听黄河的咆哮【壶口瀑布】、中国革命的摇篮【延安】、大漠风情【敦煌】、丝路风情【新疆】、塞上江南【神奇宁夏】、“中国史前考古发祥地”“宁夏历史的起源”【水洞沟】精美美景,震撼心灵!

西北大环游空调旅游专列15日游

【行程亮点】
(1)赠送价值498元新疆特产一箱
(2)赠送价值680元当地特色美食及特色表演
(3)赠送价值188元新疆大礼包一份
(4)赠送价值89元新疆民族家访
(5)赠送价值39元文化衫一件
(6)赠送价值68元红色丝巾一条
(7)赠送价值18元毛主席纪念章一枚
(8)赠送价值18元枸杞小礼品一个
(9)赠送价值58元新疆特色精美小花帽一顶
(10)赠送价值58元新疆特色精美小花帽一顶
(11)赠送景区每人每天一瓶矿泉水
(12)赠送价值1680元豪华专车一只

3899元/人

出发日期:2023年9月5日左右(以铁路网络命令为准)
途经:怀化、吉首、永州、邵阳、长沙、岳阳等上下车

西北专列9月价格

硬卧:上铺3899元/人 中铺4399元/人 下铺4999元/人
软卧:上铺5299元/人 下铺5599元/人

【8月20号之前报名赠送千元大礼包】

一趟专列游遍东北全境

专列一路向北,越走越美,此行汇聚了大东北80%以上5A景区,一路上可尽览关内、关外风光,不仅畅游东北三省(黑龙江、吉林、辽宁),还要去河北、内蒙古!线路长,景点数量多而且品质优。

此行将追寻大兴安岭之源、探秘哈萨尔游牧部落、体验边境美景,撒欢呼伦贝尔草原。旅游专列一线多游,将大东北各地自然风光、民俗文化、历史人文等旅游资源结合起来,串成一条经典线路。从哈尔滨的风情、内蒙最美边境小城满洲里、“帝王古都”沈阳,呼伦贝尔草原的豪迈,到沈阳的厚重历史,长白山的天然美景,漠河的地标意义,山脉、森林、草原、湖泊、瀑布、河流、岛屿、边境、关隘、教堂、皇宫、府邸、民俗、小城镇等,几乎囊括了东北所有的精华旅游景点。

旅游专列将深入大兴安岭腹地,这是很多人向往,但一辈子都很难到达的地区,整整一天都在大兴安岭里面穿行,天然原始林区那种难以想象的壮美,让人一生难忘。有一种旅行叫坐着火车看风景。车外美景、车内体验、所遇之人和所见之景,这就是旅游专列带来的乐趣。

东北专列9月价格

硬卧:上铺3499元/人 中铺3999元/人 下铺4499元/人
软卧:上铺4799元/人 下铺5099元/人

【8月20号之前报名交200元抵600元】

执行旅行社:湖南多彩国际旅行社有限责任公司

广东清远自驾旅游必去打卡网红点



清远,清流致远,是一个美丽的江滨城市,山清水秀,被称为“山水名城·岭南绿都”。有着秀美的自然生态、美丽的田园风光、奇特的地质地貌、浓郁的民族风情,是休闲、度假、康养圣地,是粤港澳大湾区人民旅游的目的地。先后荣获中国优秀旅游城市、中国温泉之城、中国漂流之乡、中国奇闻之乡、“国际旅游美食名城”等荣誉称号,旅游业态形成了“闲情山水、奇情溶洞、亲情温泉、热情民族、激情漂流、浓情美食”六大旅游品牌。

醉美清远·山水全景·民族风情·亲情温泉·趣味探险“洞”感漂流四天一晚自驾游

第一天:一路欢唱出发一下午抵达广东长寿之乡-连州市,参观国家5A级连州地下河溶洞(水陆二游)(车程约1小时)一住龙潭旅游度假区(或市区同级)

第二天:游览有“长江峡谷奇趣”之险与“漓江山水仙境”之秀的诗画走廊【湟川三峡】,下午游览被誉为“中国瑶族第一寨”的连南国家4A级【千年瑶寨】,感受瑶寨民族风情。

第三天:驱车前往有“小桂林”之称的英西峰林,游【华南第一天坑洞天仙境】,下午参加有世界洞漂之王的【老虎谷溶洞漂流】,是全国唯一穿越岩洞的暗河漂流,惊险刺激,乐在其中。晚上入住有亲情温泉特色的国家4A级温泉-新银盏温泉,景区内酒店海鲜自助大餐。无限次浸泡温泉。

第四天:打卡世界吉尼斯12项纪录的古龙峡云天玻璃,随手一拍,即成网红达人,想尝试的就自驾放马过来吧?清远欢迎您!

联系人:王先生 19173301234(微信同号) 李小姐 15573311197(微信同号)

执行旅行社:北京金翔国际旅行社集团有限公司 业务许可证:L-BJ-CJ00733

株洲晚报



2023.7 星期五 21
癸卯年六月初四

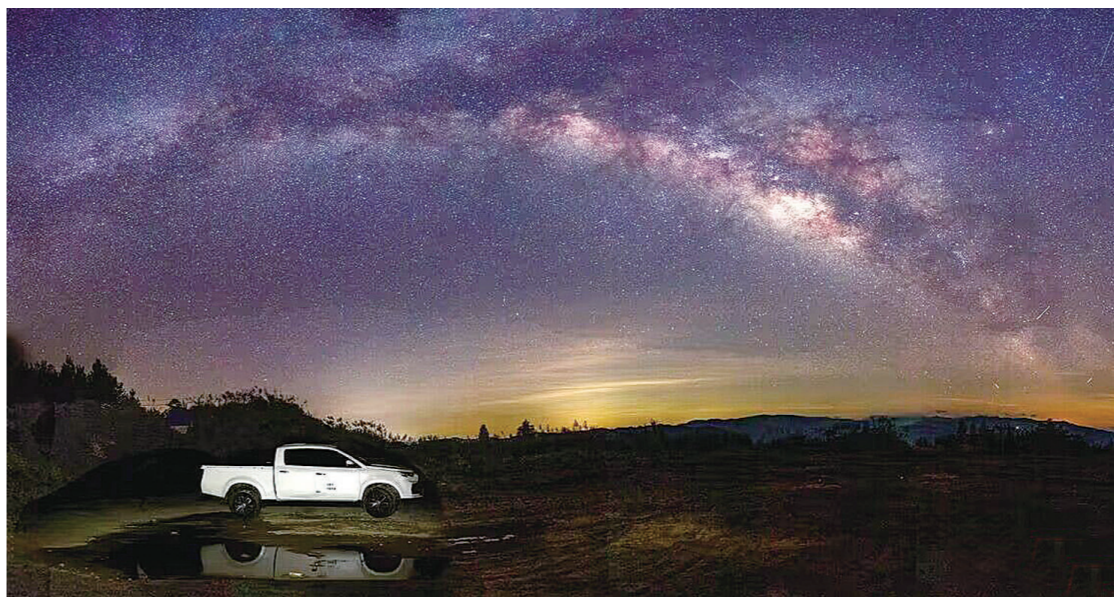
株洲日报社主管、主办 国内统一连续出版物号 CN 43-0061 | 新闻热线 28829110 | 广告热线 28835396 | 总第7722期 | 今日8版

搭平台 提技能 优服务

上半年我市城镇新增就业3.45万人

03

大院星空



您有多久没看过星星了?近日,游客来到炎陵云上大院观赏星空,头顶星光璀璨,不时有流星划过,充满了浪漫色彩。位于罗霄山脉中段的云上大院,建有湖南最高的观日台,海拔1740米,是观赏日出与星河的绝佳地点。
通讯员/赵劲 摄影报道

高温卷土重来 小心情绪“中暑”



今天,整个城市又将回归到高温天气,多云或者晴天,午后有阵雨或者雷阵雨的天气之下,最高气温升至35~36℃。凉意稍纵即逝,不过也不用太沮丧。因为我们换种思路还可以这样想,7月本来就是株洲最热的月份之一,之前的凉爽已经是格外多出来的。再说说说养生。天气热,除了身体会报警,心理也会“中暑”。医学上把这种现象还叫做“夏季情感障碍”。心理中暑后,经常会莫名其妙地出现情绪和行动异常,比方说情绪烦躁、爱发脾气、心情低落、容易骂人等。医学上的解释是在炎热的夏季,人的睡眠和饮

食都会减少,再加上出汗多,容易使人体内的电解质代谢出现障碍,从而影响到人的大脑神经活动,产生情绪不稳定。

比方说本周开始,整个城市虽然蓝天白云很美,但太热的天气还是让人有些受不了。所以,我们在防止身体中暑的同时,也别忘了照顾好自己的心情。生活的乐趣有时候在于自己寻找。把一个普通的日子变成一个“有爱”的日子,让平凡的生活多一些乐趣也挺好的。(王娜)

今天 多云有分散阵雨或雷阵雨 27~35℃
明天 多云有分散阵雨或雷阵雨 28~35℃
后天 多云有分散阵雨或雷阵雨 29~36℃
风力:2~3级风向:南风
(株洲市气象台7月20日16时发布)

我省鼓励用人单位提供托育服务

近日,湖南省卫生健康委、湖南省总工会联合印发《关于推荐申报2023年湖南省爱心托育用人单位的通知》,推进用人单位为职工3岁以下婴幼儿提供福利性照护服务,解决职工生育、养育的后顾之忧。

据悉,湖南省以满足职工群众托育服务需求为导向,以提高普惠托育服务为目标,加强政府部门、群团组织和社会力量的工作协同,发挥工会组织在生育支持方面的重要作用,带动和支持有条件的用人单位为本单位职工举办托育机构、提供托育服务,推动普惠托育服务健康有序发展。

记者了解到,为更好支持用人单位开展普惠托育服务工作,对推荐申报成功的用人单位及相关工会组织,湖南省总工会将给予一定的政策和资金支持;对已确定的全省爱心托育用人单位,下拨专项补助资金,市级工会给予配套支持。

据湖南省卫生健康委工作人员介绍,下一步湖南省卫生健康委将牵头组建由婴幼儿照护、儿童保健、家庭教育等方面专家组成的全省爱心托育工作专家组,提供公益讲座、辅导培训等,并总结推广典型经验。(据新华网)

区长接听12345热线 教育、物业管理受关注

03

看到晚报的助学报道

88岁老兵捐1万元

04

八段锦、泡脚、晒背……

年轻人成养生主力军

05

株百股份 ZHUBAI CO., LTD.

株百店庆狂欢周

活动时间:7月28日~8月3日

精品百货 满额 返券 分满 1500元送150元 3000元送400元

生活超市 幸运礼品球 会员逐级礼 品类大钜惠 爆品狂欢购

流行服饰 部分1元购2元商品

家用电器 预存增值礼 劲爆折扣礼 免费服务礼 套购超值礼

详情请见店内广告,如有刊误,敬请谅解!