

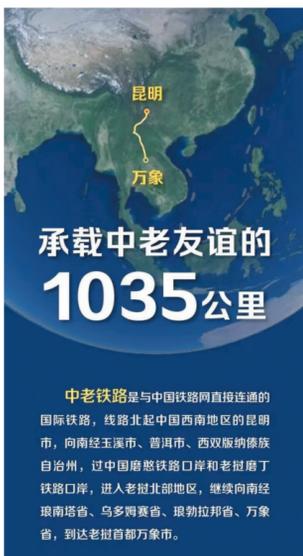


畅游中老铁路精彩一路相随 老挝全景金秋游美景一站一风情

第三届“一带一路”国际合作高峰论坛在京开幕。国家主席习近平发表重要讲话：春发其华，秋收其实，共建“一带一路”倡议提出十年来，中国同各方合作伙伴一道弘扬和平合作、开放包容、互学互鉴、互利共赢的丝路精神，开展了数千个务实合作项目，收获了实打实、沉甸甸的成果，共同绘就连接世界，美美与共的壮阔画卷。共建“一带一路”追求的是发展，崇尚的是共赢，传递的是希望，纵观人类发展史，唯有自强不息，不懈奋斗才能收获累累果实。共建“一带一路”走过了第一个蓬勃十年，正直风华正茂，务当昂扬奋进，奔向下一个金色十年。中老铁路的开通正是“一带一路”的重要成果。对此老挝国会副主席(宋玛·奔舍那)提及中老铁路更是哽咽了许久，他说：老挝是一个没有海岸线的内陆国，事实上，老挝人民想拥有一条铁路很久了，通过和中国的合作将造福我们老挝人民，我们非常有幸能与中国做邻居。

【中老铁路】

“中老国际铁路通道”，也称“中老昆万铁路”，是一条连接中国云南省昆明市与老挝万象市的电气化铁路，由中国按中国国铁I级标准建设，是第一个以中方为主投资建设、共同运营并与中国铁路网直接连通的跨国铁路。中老铁路由昆玉段、玉磨段、磨万段组成，其中昆玉段由昆明南站至玉溪站，全长79千米，设计速度200千米/小时；玉磨段由玉溪站至磨憨站，全长507千米，设计速度160千米/小时；磨万段由磨丁站至万象站，全长418千米；设计速度160千米/小时。项目建成后，一方面将极大地带动老挝经济社会发展，提高当地运输效率和水平，并为老挝创造大量的就业机会，另一方面也将为中国西南地区经济发展注入新的动力。中老铁路未来还可与泰国、马来西亚等国铁路连通，相信在不久的将来，中国游客可以乘坐火车赴老挝、泰国、马来西亚等国旅游度假。这条铁路不仅连接着中国，未来还将连接泰国乃至马来西亚等国家的铁路，承载着老挝从内陆“陆锁国”到“陆联国”的转变之梦。这样一条铁路，在高铁纵横的中国算不上一个大项目，但对中老两国来说，它却意义非凡。这是区域互联互通的典范工程，承载着两国最高决策者的嘱托与期待。中老铁路是“一带一路”倡议提出后，首条以中方为主投资建设、与中国铁路网直接联通的国际铁路。



承载中老友谊的
1035公里

中老铁路是中国铁路网直接联通的国际铁路，线路北起中国西南地区的昆明市，向南经玉溪市、普洱市、西双版纳傣族自治州，过中国磨憨铁路口岸和老挝磨丁铁路口岸，进入老挝北部地区，继续向南经琅南塔省、乌多姆赛省、琅勃拉邦省、万象省，到达老挝首都万象市。

【万象】

老挝首都万象，紧紧傍依在湄公河左岸，市区由西向东和向北伸展，宽阔的滨水大道横贯全市。街道两侧，椰子、香蕉、槟榔、龙眼、凤尾、洋槐等高矮植物交错生长，相映成趣。万象市隔着湄公河与泰国相望，每到枯水季节，湄公河的大半个河床的浅滩显露出来，中间仅剩下一条小小的溪流，人们可以涉水走到泰国。作为一个国家的首都，由市区可以如此方便地到达邻国，这在

世界上是少见的。万象市区背面，是著名的老挝中寮万象平原，苍郁的森林构成了一道天然的屏障。城内现代化建筑物掩映在一片绿树和花卉丛中，这些建筑群，增添了万象的景色；郊区多是用几根长柱支撑起来的老龙族传统风格的木楼和竹楼，房前屋后常以树木或栅栏围成一个或大或小的庭院，在气候炎热的老挝，住在这样的房屋里，倍感凉爽与舒适。

【琅勃拉邦】

琅勃拉邦是老挝著名的古都和佛教中心，琅勃拉邦省首府，位于南康江与湄公河汇合处，其状似“L”形半岛。面积不到10平方公里，人口10万。城市市区沿湄公河左岸延伸，依山傍水，气候凉爽，地势平缓，平均海拔290米。琅勃拉邦是老挝佛教中心，寺庙、佛塔林立，仅市区内就有30多座寺庙，居民笃信佛教，是名副其实的佛都。2万多的人口中，有200多名和尚。每天清晨和尚沿街化缘是一大景观。等待布施的信徒

沿街排列，等各个寺庙的和尚十来个排着队到来时，信徒便把糯米饭、粽子等食物依次献给和尚们。化缘的和尚排成长长的队列，黄色的袈裟，在太阳的照射下，映照出琅勃拉邦人对宗教的虔诚。佛教兴盛造成了琅勃拉邦古寺众多。有的寺院古榕蔽天，有的寺院花木繁茂，有的寺院大佛塔耸立。寺庙装饰的主色有的以红为主，华贵雍容；有的以金色为主，灿烂辉煌；有的以黑色为主，庄严沉贵。

【光西瀑布】

光西瀑布(kwang si waterfall)又叫金鹿瀑布，位于老挝古都琅勃拉邦城南29公里处，这座瀑布高约200多米，呈正三角形，从山上泻下相当壮观，加之四周的植被非常漂亮，成为琅勃拉邦最著名的旅游胜地。在不同的时候，它拥有不同的美丽。旱季的时候是纤细秀雅的精致美丽，而到了雨季的时候，则是气势磅礴的壮观景象。站在瀑布前，清凉的水珠扑面而来，仿佛心灵也受到了洗涤，激流泛过层层叠叠的石灰岩，飞落直下地面墨绿色的深潭，甚是壮观。老挝一年分两季，雨季和旱季，11月至次年4月是



老挝的旱季，是旅游老挝的最佳时间，也是前往光西瀑布旅游的最佳时间。

精华景点

- ★法国建筑与传统建筑相融合，联合国教科文组织认证的文化遗产古城，老挝的佛教中心，有传承千年的信仰——琅勃拉邦
- ★老挝人民民主共和国的首都，全国的政治、经济、文化中心和最大城市——万象
- ★户外运动天堂之称——万荣
- ★与维多利亚瀑布齐名的世界三大瀑布之一也是世界十大自然形成的无限泳池之一——光西瀑布
- ★俯瞰琅勃拉邦城全景，欣赏普西山日落——普西山
- ★老挝狂欢派对，各种风格酒吧、各国特色餐厅琳琅满目，其乐无穷——万荣酒吧街区
- ★老挝人心中神圣的地方——坦江溶洞
- ★万象香火最旺盛的母亲寺庙——西蒙寺
- ★纪念老挝抗战胜利的标志——凯旋门
- ★古典装饰风格的巨型法式城堡——老挝国家主席府
- ★是佛教和老挝共有的标志，主塔形象还出现在了国徽里——塔婆寺
- ★了解老挝众多民族的各类风俗——老挝国家风情文化园
- ★体验老挝人民对于宗教的虔诚与执着——僧侣布施
- ★是琅勃拉邦最华丽又最具代表性的寺庙——香通寺
- ★长尾船感受万荣的宁静——南松河游船
- ★欣赏湄公河两岸异域风情——湄公河游船

品质升级

1. 坐出境高铁：中老国际铁路，是中国高铁走出国门的第一站，是高质量共建“一带一路”的标志性工程。体验中国的速度，感受国之荣耀，大国之光！
2. 畅游老挝：《纽约时报》世界53个必游目的地，幸福指数位列亚洲第一的国度——老挝。欧美度假后花园“琅勃拉邦”；月亮之城“万象”，户外休闲天堂“万荣”。
3. 行程舒适：昆明直接乘跨国高铁，直达万象，不走回头路。
4. 品质享受：全程当地四星酒店！温馨舒适。特别升级2晚泳池酒店！
5. 特别安排：当地特色餐，音乐餐厅，水上田园餐。

【线路一】老挝全景、中老铁路、跨国高铁、一带一路、见证历史

【中老铁路全程、琅勃拉邦、万象、万荣、光西瀑布、普西山、万荣酒吧街区、坦江溶洞、西蒙寺、老挝凯旋门、老挝国家主席府、塔婆寺、老挝国家风情文化园、僧侣布施、香通寺、南松河游船、湄公河游船，跨国高铁纯玩8日游】

株洲起止：
纯玩报价：4599元/人起(10月31日前报名优惠100元)
出发日期：11月8日左右

【线路二】东北雪乡+长白山温泉双飞9日游

【哈尔滨、松花江、亚布力滑雪场、中国雪乡、雪乡夜游、篝火晚会、马拉爬犁、中国富士山、延吉、长白山温泉酒店、长白山魔界、长白山北景区、伪满皇宫、长春长影博物馆、大庆、铁人王进喜纪念馆、石油科技馆“冬”北双飞9日】

活动价：3999元/人(11月20日前报名优惠100元)

【线路三】金秋河南大全景精品双卧8日游

【万仙山、郭亮村、少林寺、龙门石窟、老君山、云台山、冰雪世界、八里沟、老爷顶、天界山、360画廊、红旗渠、开封府、小宋城】
活动价：1399元/人(10月31日前报名优惠100元)
出发日期：成团即发

【线路四】北京天津双卧6日游

【北京天安门、毛主席纪念馆、故宫、八达岭长城、颐和园、天坛、鸟巢水立方奥林匹克公园、天津周邓纪念馆】
活动价：1499元/人(10月31日前报名优惠100元)
出发日期：成团即发

咨询服务报名：153-8748-8787(小陈)
130-2731-3355(小李)
报名地址：株洲市神农公园大门口(温馨夕阳旅游)
本周刊图文由湖南温馨夕阳国际旅行社有限公司提供

神舟十七号载人飞船近日择机发射

02

九九重阳节 浓浓敬老情



10月18日，石峰区响石岭街道志愿者联合市三中学生来到市康复医院，开展“九九重阳节，浓浓敬老情”慰问演出活动，表达对老人们的暖心关怀。
株洲晚报融媒体中心/杨如 通讯员/侯颖 摄影报道

这位社工有台爬楼机 义务接送“悬空老人”

04

秋天该很好 你若尚在场

张国荣有一首歌叫《春夏秋冬》，很多人都说“这是一首送给喜欢的人的歌”，歌曲一开头就这样唱：“秋天该很好，你若尚在场，秋风即使带凉，亦漂亮。”前几天，金秋的阳光温温柔柔地洒下，天高云淡，连风里都掺进了这个季节里特有的香甜，有人说那是树叶的味道，有人则觉得那味道属于阳光。(王娜)

在经历了一场冷空气后，本周接下来的日子，这样的天气还将继续。市气象台说，除了今天云系稍多外，阳光有点“犹抱琵琶半遮面”之外，其他时间都是晴晴晴。气温也是典型的仲秋模样，早晨最低气温大约在12~16℃，最高气温在19~24℃。(王娜)



今天 多云 12~19℃
明天 多云 16~22℃
后天 晴天 14~24℃
风力：3级
风向：北风
(市气象台19日16时发布)

你又不是二郎神 遛狗为啥不牵绳?

03

株洲这个小区神标语亮了

