

亦  
通  
亦  
景

11月22日10时33分,迎来入冬以来的第二个节气——小雪。此后温度进一步下降、降水量渐增,开始转入严寒的冬天。

古人将小雪分为三候:“一候虹藏不见;二候天气上升地气下降;三候闭塞而成冬。”

小雪一定会下雪吗?

小雪节气反映的是气温与降水量,并不代表一定会下雪。这时气温骤降,宜吃有温补益肾、健脑活血功效的“暖身食物”,如羊肉、鸡肉等;运动调养则宜以轻缓为主。

# 夏日观海 冬日泡汤

藏着一个特别的林中温泉。

它被当地人称作“热水坑”,泉水的温度保持在39.8°C—41°C之间,每日流量达2400多立方米,富含硒、硫、钙、钠、钾、镁等多种矿物质,是极具医疗、养生价值的优质天然地热矿泉水,被誉为“湘西第一泉”。

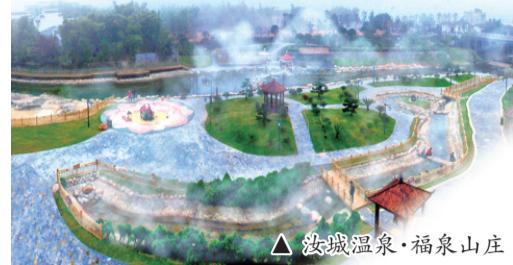
当地人自古以来喜爱温泉。

据《永顺县志》记载,凡经常用以沐浴,皮肤会变白变嫩,强筋健体,延年益寿。于是便流传开“不二门中不二泉,养身养心又养颜”的俗语。

不二门国家森林公园连接着永顺新老城区,曾是土司王求神拜佛的场所,故称“土司佛园”。在独特的人文环境中,不二门温泉还有了“土司话禅境,石林悬秘汤”的养生意境。

无独有偶,在湘南也有着一处森林温泉。它位于郴州莽山国家森林公园内,出水温度达55.5°C。

冬季,莽山上的树木挂满雾凇,而露



△汝城温泉·福泉山庄

天汤池却热气腾腾。“忽如一夜春风来,千树万树梨花开”,岑参笔下的仙境不过如此。

汝城温泉·福泉山庄位于郴州汝城往东30公里的热水镇。镇如其名,其境内拥有多处含氯量极高的天然温泉眼。

汝城温泉·福泉山庄生态环境优美,万亩竹海环抱,格调婉约温馨,夏无酷暑,冬无严寒,绿化覆盖率达90%以上,温泉出水口温度高达98度,温泉汤河泉眼密布,云蒸雾绕,恍若仙境。

在当地,用温泉水烹制美食已经成为传统。吃一顿温泉烫火锅,尝一尝温泉煮鸡蛋,在寒冷的冬天显得格外温暖。

据红网

## 新发现

### 湖南最美农村路

“网络畅、品质高、路域美、服务优”,日前,湖南省交通运输厅在全行业开展的2021年度十大“最美农村路”评选结果出炉。其中,怀化洪江市边山至托口大坝公路在列。



怀化洪江市托口镇边山—杉木桥—托口电站大坝公路,全长11.045公里,是连通托口镇、沅河镇对外连接国道的唯一道路,经改造后的边托公路,路容路貌焕然一新,安防设施完善,沿途风景优美。

自驾边托公路,你将途经素有“西洞庭”之称的清江湖,当地人称之为“西海”,湖水终年清澈,湖波荡漾,十分秀美。相传,此地为侗族首领杨再思出生

地和侗族水神杨漱古战场。

清江湖景区拥有王家坳旅游服务区、清江湖水上游乐区、群红农庄景区、三里海上侗寨景区四个功能区。

其中,群红农庄三面环水,被誉为“怀化马尔代夫”,自驾疲惫之余,留宿此地,面朝清江湖,看青山葱葱,绿水悠悠。13座异域风情的海景民宿任君挑选,在怀化亦可拥有海边度假般的悠闲惬意。



享受初冬日光浴、漫步“海景”步道、体验快艇的激情与速度,此时,诗与远方同在。面向眼前辽阔的清江湖,微风徐徐,不禁让人想到海子的“春暖花开,面朝大海”。

登上三里海上侗寨,抵至寨门,香甜甘醇的拦门酒下肚,开启三里村千年故事的聆听。踏上石板路,穿过北侗画廊,行至平街的观景台,可观清江湖全景,可听遥远而神秘的传说。



闲来之余,从三里侗寨前往清江湖的十里河滩。在此处,露营、烧烤,湖畔嬉戏,放飞身心,夜深可与星空为伴,清晨可听鸟叫虫鸣,微风拂面别有一番滋味。

(舒磊)

## 新播报



为促进夜间文化和旅游经济发展,更好满足人民群众日益增长的美好生活需求,文化和旅游部近日公布第一批国家级夜间文化和旅游消费集聚区名单。首批120个名单中,湖南省有长沙市五一商圈、长沙市阳光壹佰凤凰街、湘西土家族苗族自治州凤凰古城旅游区、湘西土家族苗族自治州芙蓉镇景区四地入选。

据央视新闻

第一批国家级夜间文化和旅游消费集聚区发布  
湖南四地入选

## 融合党报客户端 传播教育好声音

