

古语有云：少不入川，老不出蜀。说这川蜀之地，山水如诗如画，美食名满天下，再加蜀女窈窕，少年人入川容易醉倒温柔乡，何谈胸怀天下？老了则该在此享尽天伦。去了之后我才知道，这天府之国果然名不虚传。成都生活节奏慢，而现代人工作繁忙，如能浮生偷得几日闲，那就不如把自己遗忘在成都吧。

安珍



成都美食

悦旅程

浮生偷得几日闲 将自己遗忘在成都

探访名胜古迹

杜甫草堂在城西浣花溪畔。安史之乱后，杜甫由甘肃颠沛流离到成都，靠友人帮助在西郊营建了草堂。如今的草堂是后人重建的一座园林式博物馆，也是个怀古幽思的好去处。

一个夏天的清晨，我们一进草堂，就为其古朴醇厚的风格吸引。草堂内，檐廊曲回，溪流环绕，竹林交错，十分幽静雅致。绿树环绕之中，茅草盖着几间小平房，房内设陈极其简陋，可以想见当年杜甫寓居此处的贫寒。园内曲径通幽，时值夏日，园内一池荷花随风摇曳，飘来阵阵幽香。更有一处由碎瓷镶嵌、古雅别致的草堂影壁，走在这一条红墙夹道、修竹掩映的小路上，让人想起杜甫曾写下的：花径不曾缘客扫，蓬门今始为君开。

诗史堂中有古铜色杜甫像，牌匾、碑亭、题字，也是一道道人文景观。杜甫一生饱经战乱，忧国忧民，在草堂居住近四年，他写下了《蜀相》、《春夜喜雨》、《茅屋为秋风所破歌》等240多首诗篇。

成都历史悠久，人文荟萃。可以夜游武侯祠，遥想群雄逐鹿的三国风云，也可以去金沙遗址，感受神秘又璀璨的古蜀文明。

遍尝成都美食

去过成都的人，一定会对那里的美食念念不忘，尤其是在深夜，每每想起就垂涎欲滴。

美食之都的厉害之处，就是你随意走进一家餐馆，味道都不会让你失望，尤其是火锅。我们去的是一家连锁火锅店，下午五点客人就陆续来了，待到我们吃完，门口的椅子上已排起了很长的队伍，



成都人对美食的追求可见一斑哦。

锅端上来，是九宫格的，上面飘着一层红色的辣椒，看着就食欲旺盛，毛肚、百叶等涮得起来，色香味俱全，再配上啤酒或加多宝，方不以此盛夏。与南京的火锅相比，个人感觉，成都火锅的精髓是香辣，不是一味地辣，而是在香字上下工夫。

成都的小吃同样让人赞不绝口。到达成都的第一天，我们就在春熙路将小吃扫了一遍，有担担面、龙抄手、钟水饺、鸡丝凉面、泡椒凤爪、肥肠粉、川北凉粉、钵钵鸡、夫妻肺片、赖汤圆、三大炮、叶儿粑……后来又在锦里吃了个痛快，大街小巷里的冒菜店也值得一尝。

品完小吃，再去宽巷子、窄巷子闲逛，品一杯茶，领略成都的慢生活。略感遗憾的是，整修之后的宽窄巷子，感觉太新，少了些沧桑感。

围观国宝卖萌

近距离观赏国宝大熊猫是老少皆宜的项目。大熊猫繁育基地在成都东北部，距离成都市区约30公里，可打车前往。基地内有大熊猫馆、小熊猫馆，还悠闲自在的生活着黑颈鹤、白天鹅、孔雀等珍禽。

进了基地，就是走进了竹海，弯弯的竹枝形成了一条条林阴道，人在竹林中穿梭。围观大熊猫，中间要隔着栅栏和一道沟。胖嘟嘟的成年大熊猫不爱动，都懒洋洋地坐在地上吃竹子，或者趴在树上睡觉，对不明真相的围观群众看都不看一眼。只要哪只熊猫稍微动一下，扭动它那憨憨的身躯，或者趴在树上对着人群回眸，来自不同国家的游客立刻发出惊呼，相机咔嚓咔嚓不停……在成都，你会不会幻想自己也成为一只大熊猫，过着慵懒舒适无忧无虑的生活？

“养儿防老”终成真！

——总价 5.18 万，一间紫泉宫温泉酒店，换爸妈美丽晚年

近日，关于子女“常回家看看”写入新修订的《老年人权益保障法》，“孝敬老人”、“看望老人”等基本孝行为，竟也得以法律来约束，无疑让社会哗然。而如何为父母安享晚年？距离南京 19 分钟路程的紫泉宫温泉



度假酒店项目，给了全天下儿女最贴心的答案。

让老爸老妈在这里沐浴温泉，能有效治疗心脑血管疾病

紫泉宫温泉度假酒店引入的南山紫泉，是华东地区含量最高的温泉，且含有多种有益矿物质元素，对于心脑血管疾病、风湿病、关节炎等有效。一间温泉酒店，将成为父母天然的疗养院。

神奇的锶 (Sr)——各大国际医疗机构数据表明，锶可延缓血压升高、减少血压波动，延缓动脉硬化，一定程度上范围内锶水浓度越高，

效果越显著。

活血变稠得性——医学证明，“偏胖型”人体具有良好的活血化瘀功效，对恢复血管弹性、调节血管机能、动脉粥样硬化等具有医疗保健作用。

与 1800 亩南山为邻，爸妈每天可以徒步登山，听鸟鸣鸟叫，享受超高负离子含量带来的清新

紫泉宫温泉酒店位于国家 4A 级景区南山脚下，距南京浦口高铁站仅 19 分钟车程，景区内超高的负离子含量，是休闲度假的天然。

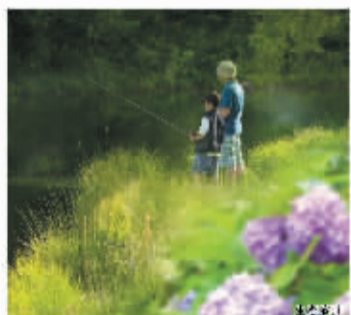
做 1000 亩生态农庄的主人，骑马垂钓，玩 CS，带孩子认识大自然，

享受耕种食物，采摘瓜果的乐趣

紫泉宫温泉酒店在江浦江上建设拥有 1000 亩的生态农庄，在这里可以认领自己的土地种植植物，另外还有骑马、钓鱼、真人 CS 等游玩项目，父母和子女可一同前来，紫泉宫温泉酒店将成为一家人的度假屋。

老来无事，终于有了时间，老爸也可以带老妈全国旅游度蜜月。

紫泉宫温泉度假酒店与国内 100 多家高星级酒店有互接度假协议，40 年深度体验国内外旅游！海南三亚、广西桂林、云南丽江等热门景点置换，爸妈的晚年更加多彩。



南京接待中心地址：南京市白下区洪武路 23 号 1809 室降帝大厦（近华泰证券）南京接待中心电话：025-8655499

南京中园国际旅行社·金秋中老年旅游专刊 第一人全价，第二人立减1000元，空调火车，汽车全线路，送《新旅游法》前，最后一班特价班次，本版线路含餐、含景点门票，优惠力度空前，无前例，预约报名超火爆，特惠班次每班60位，先到先得，敬请广大游客提前来电预约取号，错过了只能再等来年了，机不可失，抢到即赚到

成都 九寨沟 黄龙 峨眉 乐山 都江堰 汶川+重庆 武隆

天坑三桥 仙女山空调专线十日、十二日 自主发团 确保质量 含餐含门票 一人报名，我社负责安排

无峨乐10日 第一人2280元起 第二人1280元起 发班日期：9月15、17日
含峨乐12日 硬卧2280元起 软卧3380元起 70岁以上再减200-350元

地址：鱼市街57号，同仁电讯3019室(48路,47路,26路,30路) 电话：84720755、84720753、84720757

正宗桂林 伏波山 叠彩山 象鼻山 芦笛岩 大漓江 阳朔+南宁 北海

通灵大峡谷 德天跨国瀑布空调双卧六日、十日 自主发团 确保质量 全包含餐 一人报名，我社负责安排

桂林 阳朔 大漓江双卧6日：第一人1180元起 第二人590元起 发班日期：9月20日
桂林 南宁 通灵 德天10日：第一人2280元起 第二人1280元起 仅此一班 铁定发班!

地址：鱼市街57号，同仁电讯3019室(48路,47路,26路,30路) 电话：84720755、84720753、84720757

江苏金桥国际旅行社·红叶中老年俱乐部 金秋旅游特惠专刊 选择老人 诚实守信 独立发团 专业操作 品质保证 全程陪同 更多惊喜请登陆：www.huantu.com 幻途旅游网 所有线路自开班以来，好评如潮，报名火爆，敬请广大客户提前报名!

走遍云贵川

| | |
|--------------------------------|-----------------------|
| 昆明大理丽江贵阳黄果树3卧11/单飞9/双飞8日 | 9月16日 2480/3080/3880元 |
| 昆明大理丽江西双版纳贵阳黄果树3卧14/单飞12/双飞11日 | 9月16日 2680/3280/4080元 |
| 成都九寨沟黄龙峨眉乐山双卧10日/单飞单卧9日 | 9月20日 2280/2780元 |
| 成都九寨沟黄龙峨眉山乐山重庆武隆双卧11日/单飞单卧10日 | 9月20日 2480/2980元 |
| 成都九寨沟黄龙重庆武隆双卧9日/单飞单卧8日 | 9月20日 2280/2780元 |

云南 湖南 桂林 四川 海南 厦门

| | |
|---------------------------|------------------------|
| 昆明大理丽江双飞6日 买一送一 2000元 | 成都九寨沟黄龙双飞6日 2500元 |
| 昆大丽+西双版纳双飞8日 1880元 | 成都九寨沟黄龙峨眉山乐山双飞8日 3000元 |
| 昆大丽+香格里拉双飞8日 2500元 | 成都九寨沟黄龙四飞5日 4500元 |
| 丽江香格里拉香格里拉直飞5日 2980元 | 海口超值畅玩双飞6日 2080元 |
| 武汉张家界凤凰猛洞河双高5日 买一送一 1990元 | 海栖三亚一地双飞5日 2980元 |
| 张家界张家界凤凰猛洞河双飞5日 1900元 | 厦门鼓浪屿永定土楼双飞4日 2100元 |
| 桂林漓江特惠双卧6日 买一送一 1800元 | 厦门土楼武夷山单飞双卧6日 2180元 |
| 桂林休闲特惠双飞4日 1650元 | |

新街口旗舰店 86641621 86641650 86641657 山西路店 83272709 83272708 河西万达旗舰店 83272718 83272719 溧水营业部 57210949

自主发班篇

| | |
|--|---------------------|
| 桂林 南宁 北海 通灵大峡谷 德天跨国瀑布 巴马双卧12日/单飞10日 | 天天发 2280/2780元 |
| 南宁北海越南下龙湾 河内胡志明陵 巴马空调专线11日/单飞9日/双飞8日 | 天天发 1980/2480/3480元 |
| 桂林 南宁北海越南下龙湾 河内胡志明陵 通灵大峡谷 德天瀑布双卧14日/单飞13日 | 天天发 2380/2880元 |
| 南宁北海越南下龙湾 河内胡志明陵 通灵大峡谷 德天瀑布双卧11日/单飞9日/双飞8日 | 天天发 1980/2480/3080元 |
| 重庆 武隆 长江三峡 丰都鬼城五星豪华游船卧去动回6日 | 每周三 2180元 |
| 宁波 奉化 溪口 普陀山 厦门集美 鼓浪屿 永定土楼三动6/7日 | 9月10、20日 2280/2480元 |
| 桂林双卧6日 | 天天发 1180元 |