

冬日,给身心来一次“SPA”

撰文/小雅

伴随着“新十条”的发布,旅游业迎来了久违的春风。如何游得健康,旅得舒适且有体验感?正所谓“医有秘方,可使万民添寿;药无凡草,能救百病回春”,中医药文化源远流长,与之融合创新的“康养游”成为今冬出行的不错选择。

在负氧离子含量丰富的自然森林来场深呼吸,在中医药博物馆找寻中医奥秘,在长寿村揭秘百岁老人的生命传奇……12月底,根据湖南省文化和旅游厅与湖南省中医药管理局发布的2022年湖南省首批中医药康养旅游省级示范体验基地名单,省内共40家基地入选。

与此同时,在湖南省首届非遗博览会上,2022湖南省首批中医药康养旅游精品线路亮相,覆盖14个市(州)53个县(市、区)的68个中医药康养体验基地串珠成链,构成养神、养肺、养胃、养元、养身、养心等6条线路,为省内外的游客提供了一份中医药文旅“大餐”。

楚韵湖湘·养神之旅

养神之旅以湖湘地域特色和历史文化为灵感,将文化地标和传统国药老字号结合,让游客安神、理气。

省博因文化而“长红”,馆内的长沙马王堆汉墓陈列及湖南人——三湘历史文化陈列两个系列,是了解湖湘文化和历史的极好窗口;前往仲景文化园,了解“医

圣张仲景”开“坐堂行医”之先河、著书立说的历史故事;又或是去往九芝堂中医药博物馆,穿越回1650年的

“劳九芝堂药铺”;登高岳麓山、炎帝陵、南岳衡山,在绿意盎然的大自然尽情呼吸。

神奇湘东·养肺之旅

养肺之旅以湖南“东方一号公路”旅游风景道为主轴,游小镇、享清流,一步一景,一景一心情。

深冬已至,大围山上的雾凇正肆意绽放,一朵朵、一片片,刹那间整座山头幻化成冰雪世界!若是累了,不妨去浏阳市茴香小镇,坐听林间鸟



苏仙观

语,俯瞰层峦叠嶂。“虎守杏林春日暖,龙蟠橘井泉水香”,传说中苏仙曾教其母亲以泉水与橘叶救急治病、祛除瘟疫,现在来到苏仙岭,仍能看到苏仙观、飞升石等遗迹。神农百草园便坐落于郴州市安仁县,方便广

大游客朋友零距离感受中药材的种养和药效药理。