



金坛区融媒体中心重磅推出暑期奇幻山野夏令营 一起经历三天两夜的山野之旅吧!



这个时代的孩子,总是在快节奏生活中度过;总是聚焦在手机、电脑、网络中……不妨带着一群孩子暂别手机,回到乡村,去寻找自然,发现自然。

金坛区融媒体中心重磅推出3天2夜奇幻山野夏令营,带孩子们一同感受田野快乐。活动中,孩子们既可以体验打渔、野炊、巡山、狩猎的乐趣,也可以学习到户外生存、急救等知识和技能。

本次活动将在位于溧阳市境内趣野·天目湖自然营地展开,该营地距国家5A级旅游景区天目湖和南山竹海分别为18公里和4公里,一号公路毗邻穿越,区位优势十分明显。是溧阳首家集户外亲子主题活动、研学旅行、团建拓展、骑行徒步于一体的多功能营地。竹林、茶园、板栗林环绕四周,原生态景观突出。

本活动由金坛区融媒体中心全媒体宣传强力加持,专业摄像全程跟拍、专业摄像全程跟拍,记录孩子精彩瞬间。短视频将在《金坛网》微信视频号、江东传媒户外大屏推出;《金坛新闻》、《金坛日

报》、金坛手机台、金坛人民广播电台全媒体跟踪报道。

此外,夏令营结束后,每位孩子提交一份夏令营日记,优秀作品可刊登在《金坛日报》夏令营专版上,并有机会获得金坛人民广播电台“快乐起跑线”节目参与机会。

咨询报名:汤老师 13706140209
扫码添加微信:



参营对象:小学1-6年级学龄儿童
营期时间:

一营 7月20-22日

二营 7月25-27日

三营 8月10-12日

四营 8月17-19日

*本营接受订制,如需其他时间的营期,或计划团体包营,可联系报名老师商订。

▲营费:1890元/人(3天2夜)

组团报名优惠:

两人同报1690元/人

三人同报1590元/人

金坛融媒体报道



巾帼精品民宿等你来

东岩民宿



东岩坐落于金坛茅山旅游度假区内,是省级巾帼示范精品民宿,这里三面环山,景色秀美,周边有东方盐湖城、花谷奇缘等景区环绕,是一处不可多得的宝藏民宿。占地200亩,只做了16间客房,奢侈的景观面积为居住体验增加了更多的自然野趣。

上元里民宿



上元里隐于山林湖畔,向阳水库旁,与丫髻山、瓦屋山隔岸相望,共有客房25

间,其中湖景房15间,仿佛生活在天地水云间。另有以竹和木为主题设计的两栋庭院农舍,竹舍散发出淡淡竹子清香,木舍冬暖夏凉。民宿设有四合院餐厅,以自然有机的乡野美食为主打。观自然,食自然,宿自然,融合自然,是民宿主人的初心。

岭上云民宿



山中何所有,岭上多白云,只可自怡悦,不堪持赠君。茅山半边山下的岭上云出自国内顶尖室内设计师丛宁老师手绘作品。全屋采用最环保的老木料整屋定制,墙面用返朴归真的稻草泥做墙面,青砖老瓦做立面,楼梯灯跟随人走,观光电梯让您开眼界,门前大平台,屋顶大平台,房间小露台,给您足够的空间放松心情。

茅山宣



儿时上茅山

□ 王群

从前不说旅游,也不容易出趟远门,上茅山是一个盛大的事,孩子、大人都会盼望着。东乡人都是从东边经过老虎岗上山的,此外还有两条道,一条是西边的山道“十八盘”,另外一条是南边的金牛洞山道,金牛洞后来还架了索道。这些山道上,尤其春天的时候,两边都拥挤着做小生意的,卖香、卖纪念品、卖吃食,摆着小摊,也有挎着篮子的。像赶节,又不像。

山西人特别会做小生意,卖的东西也招人喜爱,也许是那时没有见过世面,总惦记着。那些小摊上或提篮里无一例外有一个小锦盒。玻璃面,里面嵌着一枚枚戒指。男士的大而宽,仿佛和富贵人戴的金戒指并没有什么不同;女士的款式更多,有金有银有宝石有珍珠,都是明亮亮的。都说,“上茅山要偷戒指!”“偷”是被乡里人不耻的,但不知道怎么就有这么一个被认可的风俗。

不过,我见大人们也并没有真的去偷,大多是买了一些纪念品,跟摊主讨一枚戒指。有一次,我央母亲买了一个什么物件,摊主说,你偷一个戒指吧!他有两个锦盒子,我要拿那更好看的。摊主说,这个贵,你偷那个盒子里的,母亲在旁边也笑了。

东乡有人戴了大戒指,人们会打趣:

茅山戒指吧!大概还有一些嫉妒在里面。不过茅山戒指也真的是赫赫有名的。老虎岗曾经有过一个杀人的案子,东乡人传,那坏人把苦主的大金戒指拿走了,替换了个茅山戒指!说得煞有介事的。

顶宫周围也规范了,做小生意的都进了门脸儿或者木头房子里,纪念品更丰富了,但少了那些新奇和简单的热闹。玻璃面的锦盒子里还有装茅山戒指,“上茅山偷戒指”的典故应该还会流传的吧。

茅山叫叫是一个特别的纪念品。叫叫是哨子的方言,茅山叫叫更应该理解为是一个小喇叭。松木涂了红、黄、绿三种颜色做的身子,大竹管套着小竹管,里面用芦苇叶做了簧片,做成了哨子,吹起来也就发出单调的乌拉乌拉声。如今看来,真是土艳土艳的。可那时,上茅山怎么可以不买茅山叫叫呢?茅山叫叫大都是山西人自家制作的,如今还是有的卖的,我在金牛洞的登山道就见过提着篮子的老太太,就卖五块钱一个。索道口,那一定是二道贩子,开口就要二十块一个。

茅山有两样出名的东西,茅山戒指和茅山叫叫。我们的嘴里还会说,还会回忆。不过,再过些年月,怕是就难得有人提了。

旅游旺季来临 外出游玩安全问题莫忽视

夏天玩户外,仅仅防晒是不够的,还要了解更多的户外须知、做足充分的准备工作,才能在户外玩得安心、行得畅快。

1、防晒。毋庸置疑,防晒是夏天玩户外最需要注意的事项。一不小心你可能晒成另一种肤色,甚至有的严重到脱皮、晒伤。因此,高温天气下应尽量避免走海岸线和山脊上等暴露在阳光下的线路,外出要带上太阳帽、墨镜、防晒霜、冰袖、防晒服等防晒物品。

2、防中暑。夏季参加户外运动,身体内的热量积累比散发的多,如果不注意防范,就很容易发生中暑。如果中暑,出现意识模糊情况,必须把患者扶到阴凉的地方,采用蒸汽冷却法,把水均匀地洒到患者的身上、头上,并不断吹风。户外行走途中要注意节奏,一次行走不宜超过一个小时。另外,要注意补充水、盐分和电解质,带齐人丹、藿香正气丸、清凉油等防暑药品。

3、防蚊虫叮咬。在户外活动时,尽量穿长裤出行,宽松的裤子要扎进袜子里;高帮鞋能有效预防蛇类;随身携带驱蚊类药水(清凉油、风油精、花露水等),远离马蜂窝。

4、注意科学饮水。夏季户外运动出汗多,必须及时补充水分,以防

止身体缺水,出现脱水的风险。饮水时切忌一饮而尽,要多次少饮。不要只补充水分,也需要一些功能性饮料,补充身体所需能量。

5、合理饮用冷饮。参加户外活动少量摄入冷饮对降温有利,但不能过量。饮用冰冻饮料时,要少量多次。活动结束后,要等身体温度大幅度降温以后,再喝冰冻的饮料或者啤酒等。

6、选择合适的衣服。为方便汗水挥发和散热,去户外活动的外衣最好买化纤成分的速干服装,最佳的是速干并防紫外线的衣服,裤腿最好可以拆卸下来。

7、关注天气变化。除了了解近三天大范围的天气变化,更要注重活动所在地的天气变化。在户外天气突变时,应该尽快远离山沟、陡坡,到开阔地,以防山洪或滑坡或石头滑落等风险。

夏季户外活动属于高耗能、高挑战性活动,户外爱好者要量力而行,只有出发前做好准备工作才能在过程中安全畅享户外。

茅山宣

