# 苏州请桂林市民做“一日天”苏州人

水岸边的艺术之旅
2019 人间 画在 推介会

10月21日下午，苏州市文旅局在桂林高新万达广场召开“水岸边的艺术之旅”2019苏州文旅推介会，重点面向专业媒体、桂林市民推出一场别开生面的苏式生活场景秀——“请你做‘一日天’的苏州人”。

选择在桂林旅展之后以文旅快闪展的方式再次来到桂林，既是借势，也是与旅展的展现方式互为补充，将旅展上推荐的苏州文旅产品立体、生动的展现给桂林媒体、市民面前。在精心打造的苏州文旅快闪展空间内，《牡丹亭》杜丽娘唱“不到园林，怎知春色如许”，评弹演员弹唱三笑，吴语吟诵“姑苏城外寒山寺，夜半钟声到客船”。桂林市民品苏式茶点、尝苏式点心，让现场的桂林市民仿佛置身千里之外的江南苏州。

活动现场，面向20多家桂林重点媒体，全面介绍了苏州丰富的文化和旅游资源，重点推介了在刚刚结束的首届中国苏州江南文化艺术·国际旅游节上发布的苏州“艺术之旅”线路。此外，多家苏州代表文旅企业和景区上台推介，苏州历史文化名城保护集团旅行社推介了古城深度体验线路“遇见姑苏”；江南水乡古镇代表甪直古镇、黎里古镇推荐了经典景区的新玩法。推介会后，桂林媒体在苏州旅游管家的带领下，边听边体验，在苏式生活场景中感受苏州文旅融合成果。市民朋友在“苏州文旅合伙人”领取一张打卡任务单，完成三个场景的体验，即可兑换一份精美的苏式伴手礼。活动现场，桂林市民纷纷来到苏州文旅合伙人报名，在苏州旅游管家的专业讲解下，打卡体验苏式生活。

近年来，为了加快开发高铁沿线城市的客源市场，苏州文旅局分批次、有重点地到高铁沿线的主要客源城市推介苏州的优质文旅资源。除了通过专业的推介会，向当地的媒体和旅行社精准推介苏州的文旅产品，做到供需对接之外，今年，他们每到一座城市，都以场景秀的形式，带去地道、可体验的苏州元素，让当地市民记住苏州。

截至目前，苏州的外地旅游客户已推出第一季点的是[illegible]，能带给青春文旅融合的苏式生活方式。这与苏州推广模式——打造具人气场景，推介体验文化不谋而合。 （陈鹤鑫　陈东兵）

# 周末游青浦古镇赏景休闲又怡情（1）

周末，到青浦走一走，寻觅一下青浦秋色，也不错。

朱家角古镇

千年古镇朱家角有一条著名的商业街——北大街，素有“沪上第一明清街”之称。长街三里，店铺千家，“一线天”的奇特景观令人啧啧称奇。

朱家角以河港、桥石、茶馆、名人、明清建筑多为特色，有田园水乡、水韵、佳肴名吃、风味小吃等众多美食而名声远扬，寻味其中，乐而忘返。

这里还有华东地区最大的五孔石拱桥放生桥，集“书房戏台”“大观园林”“中堂厅堂”三宝于一体的清代古式庄园课植园，以及有六百多年历史、俗称“城隍庙”的圆津禅院。

这里更有上海地区最大的中西合璧式私家庄园课植园，华东地区保留下来的唯一大清邮局旧址，以及涵大隆酱园、童天和药号、江南第一茶楼等百年老店。

此外，朱家角古镇的上海金华水彩艺术馆、上海手工艺朱家角展示馆、人文艺术馆，以及拥有“平安水月”、视觉佛教“圆津”的清代禅院，都值得你细细观赏品味。

沉醉在朱家角的慢生活，游荡仿古的古街、古色的空间，不仅会有值得你们品味的古韵，也有现代人追求的舒适自在。这里独特的节奏最适合生活，在这里，时间过得很慢，一切刚刚好。

金泽古镇

金泽古镇，它是一个能够让人静下心来的地方，也是上海最独特的一个地方。

古村的让人惊讶，没有太多的店铺，但是相比上海的其他繁华的古镇少了喧嚣和烟火气，给人一种时光被遗忘的错觉。这条小河是古镇的精华，它贯穿了整个城镇，可以穿越各种水路游船，感受水乡最原生的传统而又淡雅的风情。河道两岸分别为上塘街和下塘街，这边的住户大多都是老人，非常的安静。

到这里你能够感受到难得的宁静，一家人走过的散心，是一个很不错的选择。小镇上的居民生活步调，淡雅而朴素，晒晒太阳，悠闲清静与繁忙的上海市中心形成了鲜明的对比。虽然近在咫尺，但是古镇的居民却仍然保持着自己宁静而又淳朴的传统生活方式。

这里有着原汁原味的水乡街头，当地的人们也非常的热情好客。来到这边，似乎可以让人静得下来，安安静静，放放心事。 （金炎）

# 走，到苏州西山岛采橘子去

金秋十、十一月是收获的季节，苏州西山岛的橘子已成熟到了采摘的时节。岛上产橘历史悠久，一度还成为贡品并远销海外。十月上旬有黄皮橘，下旬有黄岩蜜橘和早熟，十一月是传统了红橘，十二月是朱橘。每年金秋过后，秋意渐浓上来，橘子在秋风中渐渐变黄，由青翠变成的金黄色铺盖了满山遍野，格外吸引人的眼球忍不住停驻品尝。

不论是游客还是苏州居民，大家都知道来到这里不光是为了吃橘子，游客们更看重的是体验采摘橘子的乐趣及过程。

橘皮清新口气解腻的橘皮中含有大量的维生素C和香精油，具有理气化痰、健脾和胃等功能。将其晒干后泡茶饮，宜常饮，对清除口腔异味比较有效。橘皮泡茶，味道清香，还能清气提神。

陈皮是晒干的橘子皮，而且越陈越好。陈皮味辛、苦，性温，归脾、胃，功效健脾开胃，主治消化不良。陈皮可以和大米一起熬粥，或者用来烧汤。橘皮里白色网状的丝络，叫“橘络”，因为其中含有一种名为“芦丁”的营养素，所以有苦味。但这种物质能使人的血管保持正常的弹性和密度，减少血管壁的脆性和渗透性，防止脑溢血的发生。橘络可以直接吃，也可用来泡水喝。

橘子含水量高，能生津止渴。现代研究证明，橘子富含维生素C、胡萝卜素、叶酸等营养成分，并且还含有抗氧化、抗癌、抗过敏成分，能减少冠心病、中风及高血压的发病率。

但柑橘不宜与萝卜同食。橘子和萝卜一块儿服用，会引起或诱发甲状腺肿。橘子还不适合与牛奶同食，不然，柑橘中的果酸会使牛奶中的蛋白凝固，不但影响消化吸收，并且情况严重还会出现肚胀、腹痛、腹泻等症状。因而，应在喝了牛奶1小时后再吃橘子。

西山还提醒游客，到西山农家乐吃住的朋友带着小孩可以参加橘子采摘活动，户外采摘与孩子增加感情，而且橘子树下高高易采摘，橘子价格不高实惠，所以是很不错的亲子活动。

不少吃货朋友还少不了来上一对大闸蟹，鲜美可口，蟹黄蟹膏让吃货们流连，等你来品尝。

眼下，橘子已经大量上市，不论您是来个采摘，或是尝尝它的品质，来西山吧！ （陈鹤鑫　陈东兵）

# 吴中区参加桂林旅游推介会

10月18–20日，吴中区文体旅游局联合旅游区内重点景区参加了由文化和旅游部和广西壮族自治区人民政府共同主办的2019中国—东盟博览会旅游展。

本次吴中景区按照“水乡古镇”、“西山好风光”、“湖岛山色”三大主题展现了吴中区文化旅游资源新面貌，来自“水乡古镇”甪直的“加持”文创产品、西山果品以及三山岛蟹爪江羊、佛手等产品吸引了大量的观众驻足咨询，东山区域还为客人现场制作，通过展示、互动、销售等方式向桂林市民展示吴中区丰富的文旅资源。

10月21日下午，苏州市文化广电和旅游局在桂林高新区万达广场召开“水岸边的艺术之旅”2019苏州文旅推介会上，吴中区又向桂林的专业媒体和市民朋友们展示了吴中深厚的吴文化底蕴和秀美的山水风光。

活动现场，吴中区文化体育和旅游局与桂林市民进行面对面的交流推广，西山景区带去的果蔬、甪直古镇带去的一系列文创产品、三山岛带去的蟹爪江羊、佛手等产品受到了桂林市民的喜爱和热烈追捧。

通过此次推介会，将吴中文化、美景和美食等生动直观地展现在桂林市民眼前，让桂林市民身临其境，感受魅力吴中旅游的魅力，将市民有效转化为游客，推动了西南客源地市场进一步了解苏州吴中环太湖文体旅游资源和产品。 （钮晓）

知音旅游俱乐部
秦振坤
18962516915

成都 桃坪羌寨/毕棚沟/中国古羌城/松坪沟/宽窄巷子/锦里

川西印象　双卧7日

特惠价格　2450元/人

苏州旅行社有限公司　苏州市姑苏区平四路四号（平门幸福桥西）
计调潘女士：15190053434　丁经理：13962514909
姑苏区人民路1702号苏州驴妈妈
苏州相城区渭塘镇渭中路86号驴妈妈

苏州文化国际旅行社有限公司
咨询：0512-67548365　报名：各大营业部
经营许可证L-JS05377

【独一无二】昆大丽双飞一动6日 2580元/人
【小时代】昆大丽三飞/双飞一动6日 2880元/人起
【西双版纳2人起小包团】直飞版纳纯玩5日 3280元/人起
【梦幻傣乡】昆版三飞6日 2180元/人起
【腾冲夕阳红自组班】昆腾瑞三飞6日 1980元/人