千里莺啼绿映红　寻春正当时

兰州西固河口古镇开门迎客

□ 本报记者 闫美玲

阳春三月，河口古镇浓郁而又清新的空气迎面而来，润润的，暖暖的。一排排整齐划一的古建筑肃穆而温厚，大气磅礴的三官阁与黄河水遥相呼应，更像一个边关大将驻守门户一样，守望着一方家土的平安与祥和。3月22日，随着疫情逐渐平稳，兰州河口古镇在做好疫情防控的同时，已有序恢复开放。

春日暖阳下，河口古镇边的黄河里“热闹”不断，成群的赤麻鸭、绿头鸭、天鹅等候鸟，在碧绿的河水里觅食、嬉戏。十里黄河金岸栈道蜿蜒盘踞在古镇身边，重现了当年兰州水路咽喉要地的雄风。走在栈道上，沐浴着温暖的春光，河对岸芦苇丛生，水鸟嬉戏，诗情画意油然而生。而黄河在此也放慢了脚步，似乎在聆听古镇的历史变迁，追忆千年古渡波澜……

河口古镇位于兰州市西固区河口镇河口村。早在汉魏时期，河口就是通往河西走廊、湟水流域的重要关卡，是古丝绸之路上通商旅游的重镇，也是军事上的天然屏障，同时还是兰州通往青海、西藏、新疆等地的交通要道，是古“丝绸之路”和“唐蕃古道”交汇贯通的要冲之地，誉称“金城西大门”。

2008年以来，河口古镇先后被评为首批中国传统村落、全国第四批美丽宜居村庄、全国第一批绿色村庄、“中国美丽休闲乡村”、第七批中国历史文化名村、省级历史文化名村、省级特色小镇、省级“黄河风情小镇”、甘肃省“历史文化街区”建设单位等。

河口村在长期的人类活动中留存了多样的文化遗存，古城池、古码头遗址、碑文石刻、四街十七巷、四合院、张氏祠堂、清代纱灯等历史文物别具特色，特别是河口古民居，是河口古文化遗址保存最多的古民居，作为兰州现存较为完整的古民居群之一具有重要的历史文化价值，现存的较为完好的古民居有37处，200多间，是我国明、清时期民居建筑的一个缩影。

目前，河口古镇已成功打造甘肃第一海关、子响棋院、偶园、纱灯工坊四个特色体验院落。古镇内各类基础设施配套完备，旅游公厕、文化广场、停车场等公共服务设施功能完善，餐饮、住宿、购物等旅游要素初步齐备，成功引入31家自办农家乐、3家民宿客栈，同时，积极吸引特色名优餐饮进驻古镇，2019年全年接待游客人数超过40万人次。

在河口古镇还有另一处绝美的丹霞地貌。水居丹霞也叫盘古大峡谷，在西固区河口镇与永登县树屏镇、苦水镇交界处，位于河口镇境内的核心景区，面积50多平方公里，是离兰州市最近的丹霞地貌，实属国内罕见。其地容地貌丰富多彩，自然性完好，基本没有人类活动，保持着原始壮态。

河口丹霞旅游综合开发项目入选2016全国优选旅游项目名录。沿着咸水村一路前进，经过两山之间逶迤的道路，河口水居丹霞地貌蓬然出现在眼前，景色宜人，引人入胜。让人惊叹大自然的神奇，地貌并没有西北典型的荒漠，而是水波荡漾，芦苇随风摇曳，山依着水，水映着山，韵味十足，呈现出一幅静谧的山水田园画面。最大的特色是水韵，在沿途由于降水形成各种水坝里，形成如梦似幻的美丽倒影。

让每一个导游都不因疫情影响而掉队

□ 王德刚

近日，文化和旅游部办公厅印发《关于积极应对疫情影响保持导游队伍稳定相关工作事项的通知》，要求各地从统筹推进新冠肺炎疫情防控和经济社会发展大局出发，采取有效措施，保持导游队伍稳定，为旅游业恢复发展蓄力储能。

导游是推动旅游业发展的基础力量。目前，我国有持证导游约80万人，他们处于旅游业一线和服务的最前端，是满足游客需求的重要一环。可以说，没有导游就没有团队旅游，没有团队旅游就没有现代旅游业。疫情面前，导游是受影响最直接、最严重的职业之一。因此，各级政府、文化和旅游主管部门、行业组织要深刻认识保持导游队伍稳定的必要性，采取有力措施，稳定导游队伍，为旅游业发展稳住基本队伍和基础力量。

首先，要加强监督，切实保障导游人员合法权益。疫情发生后，旅行社组团旅游业务被暂停，平时主要靠现金流维持运营的旅行社企业大多出现资金短缺和运转困难。在这种状态下，导游成为最先受影响的人群。因此，从政府、主管部门和行业组织的角度，一方面要采取有效措施减少旅行社等中小企业负担，出台必要的扶持政策，帮助旅行社企业维持运营、渡过难关；另一方面要依法加强对旅行社等企业履行劳动合同义务的监督，切实保障导游人员及其他劳动者的合法权益。《通知》要求“在疫情期间非因法定事由不得提前解除与导游签订的劳动合同”，明确了旅行社在疫情防控期间要切实履行企业责任和义务，维持和稳定与导游人员已经形成的劳动关系，保障导游人员合法的劳动权益。

其次，要关心关爱导游，帮助他们做好基本生活保障。疫情发生后，许多导游通过做“微商”等方式进行自救，维持生计。政府、文化和旅游主管部门、行业组织、企业等应坚持以人为本的原则，加强对导游人员的爱护，关心他们的生活，通过组织重新就业或兼职、救济和帮扶等途径，保障导游人员及其家庭的基本生活。

再次，利用当前的业务“间歇”期组织培训，着力提升导游人员业务水平。专业知识、业务技能水平的提高是旅游市场“重启”和旅游业高质量发展的保障。不少地方文化和旅游企事业单位在疫情防控期间开展了线上研讨和培训，导游作为位于整个旅游行业最前端的基础性岗位，更需要不断提升专业知识和业务技能，特别是针对疫情给旅游业带来的影响，需加强在危机处理、安全防护、游客和企业权益保障、退团损失和退费流程等方面的培训。

最后，要关心导游心理健康，做好心理疏导。疫情给很多人带来焦虑、担忧、迷茫等心理问题。而导游人员在工作状态和实际收入均受到较大影响的情况下，更容易产生心理问题。因此，文化和旅游主管部门、行业组织、企业及专业机构既要关心导游的生活，又要关心他们的心理健康，要对生活困难和出现心理问题的导游人员及时进行心理疏导，切实解决他们的实际困难，让每一个导游在疫情面前不惧怕、在困难时期不掉队。

嘉峪关确保文旅产业健康有序发展

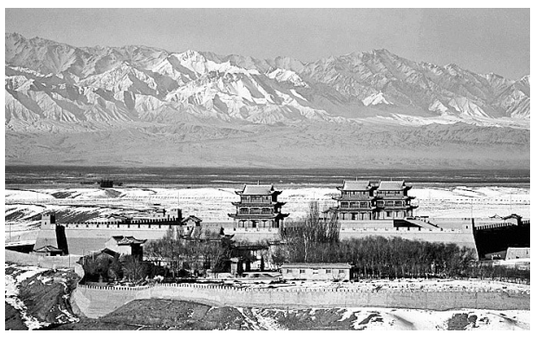
□ 罗赟鹏

新冠肺炎疫情面前，嘉峪关市文化和旅游局紧盯国家全域旅游示范区创建，在加强文旅行业疫情科学防控的同时，有序做好文旅企业复工复产，努力实现疫情防控、复工复产双线联动，力争今年文旅项目按既定计划实施，确保疫情防控和复工复产“两手抓、两手硬、两战赢”。

据了解，嘉峪关市文化和旅游局针对文旅部反馈意见，逐条梳理，认真研究，先后召开了全域旅游工作安排部署会和工作推进会，制定了《嘉峪关市创建国家全域旅游示范区反馈问题整改清单》，进一步明确具体任务、缺失资料、责任单位和整改时限。修改完善了全域旅游示范区创建资料汇编，梳理制作资料汇编11本，拍摄了创建工作视频，对旅游标识系统、文明旅游、内部交通等创建过程中存在的问题，进一步补齐短板，打牢基础。强化对各单位涉旅工作考核，确保做到协调推进合力更大，组织实施更有力，督查检查更强化。

疫情期间，嘉峪关市文化和旅游局安排专人对文旅企业损失情况进行了详细统计，精准掌握全市文旅行业实际损失情况，全面了解文旅企业生产经营恢复过程中资金压力及可能存在的问题、难点、痛点。针对文旅企业普遍存在的资金制约瓶颈，积极向甘肃省文化和旅游厅申报文殊镇河口村乡村振兴综合示范村建设项目、低空观光飞行及教学培训项目、嘉峪关世界文化遗产保护与展示工程等9个涉及景区提升、旅游新业态、休闲农业与乡村旅游、旅游公共服务体系等方面的项目，用足用活各级各类促进产业复工复产的扶持政策为企业争取资金，力争文旅行业在疫情解除后走出困境，重新焕发出生机。

此外，嘉峪关市文化和旅游局帮助企业做好新建项目和续建项目前期准备工作。利用冬季项目建设空窗期，对焦2020年重点谋划的8个文旅项目进行分类梳理，建立了融资贷款、招商引资、专项资金、新建续建、项目储备五个文旅项目库，对嘉峪关长城国家文化公园建设项目在认真调研、充分论证的基础上，积极向省发改委申请项目前期费。利用电话、网络等方式每周定期联系项目单位，以完善项目前期手续为措施，尽快开工为目标，帮助企业办理项目备案和项目变更手续。目前已有一个新建项目完成备案，3个续建项目完成施工图变更，为疫情结束后，能够立即开工建设做了充分的准备工作。



浙江免费的5A级景区

□ 大河

浙江省的旅游资源非常丰富，目前共有18处5A级旅游景区，全国排在前列。大名鼎鼎的杭州西湖是浙江最早的5A景区，免费开放，每年吸引无数游客。但是除了西湖以外，浙江还有一些5A景区也是免费的。

位于台州天台县的天台山，是一处5A景区。其中有一座国清寺，就免费对游客开放。由于这座寺庙位于山中，远远没有杭州灵隐寺那么热门，平时来到国清寺会觉得有些冷清。比起灵隐寺，这里更像是一座真正的寺庙。

国清寺的地位还是很高的，这座寺庙始建于隋朝，已有1400多年的历史，是佛教天台宗的发源地。天台宗在日本有很深的影响，唐朝时日本僧人最澄曾来国清寺学习佛法，后来创建了日本天台宗，尊国清寺为其祖庭。国清寺的环境非常好，寺内有许多高大的古树，显得格外幽静。现存的建筑是清朝雍正年间修建的，也有近300年历史。在寺外有一座隋朝的古塔，是隋炀帝杨广修建的，高约60米。

杭州旁边的绍兴，是一座历史古城，这里有过许多名人，其中鲁迅就是最具影响力的绍兴名人之一。绍兴市中心的鲁迅故里景区，也是一处5A景区，免费开放。鲁迅故里，是鲁迅出生以及青少年时期生活过的地方，在他的许多小说中，都对其故乡有详细的描写，我们知道有百草园，有三味书屋，这些地方都可以看到。

鲁迅故居，又叫周家台门，分为老台门和新台门两部分，是周氏家族生活的地方。鲁迅出生在周家新台门，百草园就在那里。当时的周家生活富足，很大一片房子都是周家的。三味书屋是当时的私塾，现在也成了一处旅游景点，许多游客专门去看当年鲁迅坐过的座位，并看桌子上是不是真的刻着一个“早”字。鲁迅故里旁边还有一处沈园，可以一起游览，这是绍兴保留完好的江南园林。

时尚宝典

全球最好用的六款化妆水清单

□ 真我

柔肤水、爽肤水、收敛水、保湿水、活肤水等等的统一称为化妆水，一般用在洗脸后，擦乳液之前。区别并不是很大，都是护肤的，只是爽肤水更针对某类肌肤。下面来盘点一下全球有哪些化妆水是小仙女们的最爱。

黛珂紫苏水

紫苏水的瓶子是很浪漫的紫色玻璃瓶，闻起来是特别让人安心的植物清香，质地很清爽。紫苏水敷在脸上就是一种特舒适的清凉感，它有镇定消炎舒缓肌肤的功效。一般是将紫苏水倒在化妆棉上来擦脸，达到二次清洁的效果，也可以用来湿敷。如果是干性皮肤的小仙女们不太建议买这个，保湿力度还是不够的。如果是有闭口、爱出油的痘痘肌的肤质是非常推荐的。

薏仁水

薏仁霜和薏仁水有着同样的核心成分——薏仁提取物。主要就是保湿的功效，美白效果并不明显。无香料无色素，不含有导致痘肌恶化的无矿物油成分，无论是痘肌还是敏感肌都可以安心使用。也可以湿敷或者是放进小喷壶里面喷补水。卸完妆之后用薏仁水浸湿化妆棉擦拭全脸，作为二次清洁。

奥尔滨健康水

健康水是清新的肥皂水味儿，不刺鼻。水是乳白色的，流动性很好。如果当爽肤水拍在脸上，吸收的很快，拍几下就都吸收完了。健康水最好的用途是湿敷，有一定的镇静作用，对消肿痘痘很有效，舒缓过敏。

兰蔻粉水

粉水质地是比较浓稠，比较水润的，吸收的话根据个人情况来看，但是它本身属于较易吸收的，容易推开，但是不属于清爽一类的。使用的时候有一股淡淡的玫瑰香味。适合干性皮肤用，但是用之前最好是用爽肤水拍拍脸，不然的话可能一开始用会导致皮肤太刺激而过敏。敏感肌的小仙女慎入，因为粉水里面含有比较多的香精和防腐剂，有可能会出现刺痛感。

IPSA流金水

相信很多小仙女是被它的外观所吸引的，流线型的设计简单大方。倒出来是流动性很强的水状，无色，没有添加酒精成分，但有一点点味道，这只是因为添加有醇类防腐剂所含有的气味，流金水没有其他不安全的成分添加，相对来说成分比较安全。一般用来湿敷，湿敷之后会有提亮的感觉，但是不油腻，很清爽舒服。保湿效果也比较明显，流金水的PH值为6，贴合肌肤的弱酸性，非常温和。

悦木之源菌菇水

菌菇水的有效成分是母菊花，母菊花即是大家熟知的洋甘菊，具有非常不错的消炎作用，对于浮肿有明显的抑制效果。还有大量的菇类提取物，对皮肤的最大功效在于它的抗氧化性，同时能提高机体自身的免疫力，对于敏感肌肤抵御外界刺激有很好的作用，它能防止肌肤提早老化。还有一部分生姜萃取物，经临床证明，生姜的活性成分具有很好的抗菌、杀虫、消炎的作用，同时具备很强的抗氧化能力。

综上成分来看，悦木之源菌菇水具有较强的消炎、镇静、抗氧化、保湿的功能，适用于敏感肌肤，对于痘痘、痘印、过敏具有一定的调节作用，同时也是一款优秀的基础补水保湿的产品，平时也可以放心使用。

旅游时讯

省文旅厅指导旅行社企业有序恢复部分经营活动

本报讯（记者 **闫美玲**）日前，甘肃省文化和旅游厅印发《关于恢复旅行社企业部分经营活动的通知》。《通知》指出，即日起，旅行社及在线旅游企业可恢复开展通知要求禁止范围以外的旅游经营活动。

《通知》要求，旅行社企业及在线旅游企业暂不得经营跨省（区、市）和出入境的团队旅游业务及“机票+酒店”业务。根据甘肃省防控办通知要求，境外来甘、返甘人员，无论中国公民还是外国人，无论通过境外直接进入或从国内其他城市中转进入甘肃省的，旅行社不得组织以上人员在省内的旅游活动。

《通知》强调，旅行社组织省内旅游活动前，要向市州文旅主管部门报备游客名单，并在全国旅游监管服务平台上传团队信息；各市州文旅主管部门要做好核查工作；旅行社及在线旅游企业要按照“分区分级”原则和《甘肃文化旅游行业防疫手册》，严格落实疫情防控措施，认真做好疫情防控工作。

武威加速推进国家5A级景区创建

近日，为积极推动武威市国家5A级景区创建工作快速有序开展，武威市文体广电和旅游局召开了全市拟创建5A级景区单位负责人培训会议。

武威市文体广电和旅游局相关负责人就国家5A级旅游景区评定依据、评定内容、评定标准、评定程序和评分标准等各项内容对参会人员进行了详尽的辅导培训，并就各景区创评方向、资源优势、特色文化、挣分项目等进行专业指导，同时对各景区目前存在的短板弱项、竞争劣势、创评难度、项目硬伤等展开讨论。

一是加快启动创建工作。二是尽快成立创建领导机构，分别成立国家5A级旅游景区创建工作领导小组，统筹创建工作，抓紧制定各自创建国家5A级旅游景区工作方案和计划任务书，有序推进创建工作。三是分别聘请国家景评委专家库专家担任5A级景区创建顾问，对各自景区会诊把脉，找准短板弱项，谋定优势特色，明确人无我有、人有我优的创建目标。四是尽快完善创建资料。拟创建单位尽快提交创建申请，制定创建计划任务书，加快准备创建资料汇编，资料中要凸显景区文化、智慧旅游、生态环保、人文情怀、品质建设的特点，特别强调雷台是中国旅游标志出土地和武威特色文化会客厅的景观价值，重点突出神州荒漠野生动物园的“荒漠三野”和濒危动物繁育、别样体验等稀有特色，着力体现冰沟河景区自然风貌、民族文化的原生态和质朴性，以独特取胜、以真诚感人，确保创建工作有序推进。（武 旅）

敦煌雅丹景区多措并举为开园迎客做好准备工作

敦煌雅丹景区在做好员工健康监测管理、环境卫生集中整治和景区公共区域消杀等防控工作的同时，制定游客入园流程方案，多举并措，为游客提供更放心、更安心、更舒心的游览环境，保障景区恢复开放后的安全性。

据了解，雅丹景区专门成立了疫情过后景区有序恢复开放工作领导小组，制定了《雅丹景区新型冠状肺炎疫情防控期间恢复开放工作实施方案》，下设“一室三组”，由雅丹景区管理处办公室协调联合督查组、宣传教育组、消毒工作组，开展疫情过后景区有序开放、防疫消杀、日常接待、环境卫生、后勤保障等服务工作。

雅丹景区建议游客采取网上预约购票，园内购票也将一律实行无现金购票。入园游客均须佩戴口罩，配合体温监控和完善个人登记信息，对于团队入园，将采取分批次、分时段、间隔性入园，实行分散式游览，在园瞬时总人数不超过4500人，并在游客中心、景区内景点配备引导人员和参观监督员；在检票口、游客中心增设废弃口罩、手套等防护品回收专用桶。

另悉，雅丹景区要求景区内所有一线岗位上岗人员，需经过岗前个人防护、消毒程序、测温登记、异常游客处置流程、应急预案的培训和演练，考核合格后上岗，具备引导游客和处理突发事件能力。并利用景区游客中心LED屏、停车场、检票口等重点公共区域增贴温馨提示，引导游客和工作人员加强自身防护意识，营造文明旅游良好氛围。（牛 莹）