

蓝天白云，空气清新、温润

春节冬假，滇西边陲去换气

春节冬假，如果你想去看一个比较不一样的地方，云南的保山也许适合，冬无严寒，夏无酷暑，又是国境边城，有着农耕时代的风光风情；并且，历史曾在这里上演过一幕幕雄壮的过往，让人可沿着田间古道寻访遗址，穿越时间的隧道，然后回到当下。其中的奇妙体验，一定独一无二。

保山位于云南西部，“襟沧江而带怒水”，秀丽温润，国境线长160多公里，南方丝绸之路、滇缅公路、史迪威公路穿境而过。历史上，在这块土地上曾发生过哀牢归汉、永昌建郡、邓子龙戍边、滇西抗战等一系列重大历史事件；留下永历帝、徐霞客、徐悲鸿、马可·波罗等人的足迹；还养育了“九隆传人”柳貌、蜀汉名将吕凯、“永半朝”王宏祥、回民领袖杜文秀、民国元老李根源、边关进士寸开泰、翡翠大王寸尊福、一代英哲艾思奇、抗日虎将寸性奇等人物，游人可在此慢慢品味。

保山境内的自然名胜也雄奇瑰丽，有99座火山，并与88处温泉相伴而生，世间罕见；高黎贡山坐拥“世界生物圈保护区”和“三江并流”世界自然遗产两项桂冠；还有磅礴壮观的怒江大峡谷、富饶美丽的潞江坝、魅力无限的和顺古镇、宁静优美的银杏村、野趣横生的樱花谷、一派水泽风光的北海湿地，都让人惊艳不已。而且，当地空气绝对优良，蓝天白云，风轻气爽，是换气佳地。推荐以下几处不可错过的名胜和游线：



■ “三江并流”景区，蓝天白云好空气

保山“淘宝”之旅

保山不仅是一个让人来休闲度假发呆的地方，同时又是一个藏宝之山，全国没有任何一个地方像保山这样与如此众多的宝玉石有关。600多年前，腾冲人发现了翡翠并把它推向了全世界，成就了“玉出云南”的由来；南红玛瑙，产于保山杨柳柳，名冠玛瑙之首，早在明清时期就是藏传佛教八大法器之一，也是宫廷朝臣追捧之物；出自保山龙陵的黄龙玉，色彩丰富，质地细腻。全市目前有各类宝玉石交易市场近30个，经营户上万家，是名副其实的“珠宝之都”。

☞ **看点：“极边第一城”腾冲、荷花傣乡、龙陵、隆阳兰花村**

腾冲是保山边城对外开放的第一站，集翡翠加工、贸易为一体，有“中国翡翠第一城”之称，从原石拍卖、半成品到精品展示，你可看到最原汁原味的“疯狂石头”——从普通矿石变身珍宝。荷花傣乡山清水秀，是历史悠久的玉雕之乡，普普通通的玉，到了这里经大师之手，便一跃为价值不菲的艺术品。龙陵产黄龙玉，黄龙玉属新生玉种，是继新疆和田玉和缅甸翡翠之后发现的最优质的玉种，被称为“疯狂的石头”。而隆阳兰花村为南红玛瑙的世界集市，集市上挤满古玩家、淘宝者，十分热闹。

旅游提示

交通：上海到保山有直飞航班，有保山、腾冲两个机场可选择；另昆明至保山、保山至龙陵、保山至腾冲的高速公路已建成通车，腾冲至缅甸密支那二级公路也已全线通车，可进行自驾游。

住宿：保山有星级酒店、精品度假酒店和特色民居客栈，可根据需要选择。

小吃：保山大烧、腾冲果脯、坛子鸡、干腌菜、下村豆粉、头脑、永昌板鸭、腌菜伴蜂仔、饵丝等。

特产：翡翠、腾药、腾宣等。

节庆：过年是保山最具民族风情的季节，当地聚集了彝族、白族、苗族、傣族、回族、佤族、满族、傈僳族、景颇族、阿昌族、布朗族、德昂族等少数民族；年里，你在古镇可看到傣族的嘎光鼓舞、傈僳族的跳嘎舞，苗族的芦笙舞、布朗族的打歌舞，德昂族的水鼓舞、八步舞，阿昌族蹬窝罗舞；还可去听听芦笙、葫芦丝、太平箫、小三弦以及彝族香堂人以酒醉筒、牛头琴、拔地鼓为主奏乐器的土巴拉器乐演奏，很别致哦。农历二月初八傈僳族的刀杆节、彝族的火把节、傣族的泼水节、阿昌族的窝罗节、苗族花山节，都值得参与。另有庙会、山会，多姿多彩。

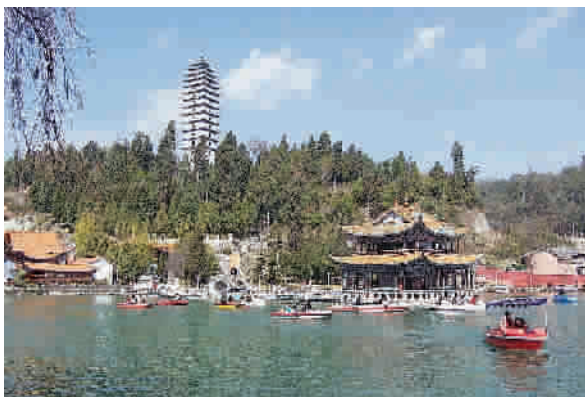
温泉养生度假之旅

保山地处欧亚板块与印度洋板块的“缝合带”上，亿万年前的造山运动给这里带来了火山地热相伴而生的独特景观。全市自然流淌的温泉达240余处，每个县区都有分布，特别是腾冲，形成了火山、热海、柱状节理、断层瀑布、火山堰塞湖湿地等奇观。

☞ **看点：腾冲火山地热区、北海湿地**

腾冲是中国三大地热区之一，距县城10公里的热海位于全县地热区高温中心，其水温、涌水量在世界上名列前茅。整个山谷气浪喧天，雾气升腾，犹如人间仙境。特别是邦腊掌温泉群，有出露泉眼600余孔，分为上中下三硝，上硝为氡氟泉，中硝为硫化泉，下硝为碳酸氢泉，因其特殊神奇的疗效而被誉“神汤奇水”。而腾冲火山以类型齐全、规模宏大、分布集中、保存较完整而著称于世，被誉为“天然的火山地质博物馆”。

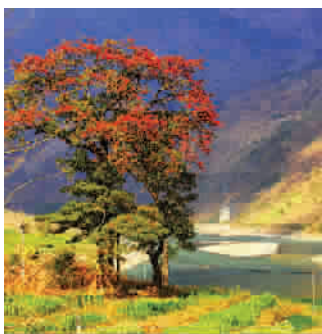
火山喷发形成的堰塞湖湿地，是云南唯一一个国家级自然保护湿地，每逢春夏时节，水草新绿，鸢尾盛开，美不胜收。



■ 冬日保山温暖惬意



◀ 和顺古镇里的民舍客栈
▶ 北海湿地的空气也是甜的



■ 怒江沿边的木棉花



■ 腾冲瀑布



南方丝绸之路之旅

南方丝绸之路又称“蜀身毒道”，是指从四川出发，经过云南、缅甸直至印度的商路。它不仅是我国开发最早的国际贸易交通线，还是我国最早接受异域文化的重要通道。两千多年来，中原汉文化、边地少数民族文化、东南亚南亚及西洋文化在保山交汇融合，形成了璀璨的多元文化。

☞ **看点：和顺古镇、永昌道、板桥古镇**

和顺古镇是保山多元文化的

典型代表，以其深厚的文化底蕴、保存完好的村落风貌和优美的田园风光，荣膺“中国第一魅力名镇”，是南方丝绸古道上最大的侨乡。永昌道被誉为“西出印度的咽喉”，始于澜沧江上的兰津古渡，穿越怒江和高黎贡山后进入腾冲，主要分四条古道至缅甸。其中彩虹桥、双虹桥、惠人桥为南方丝绸之路必经之桥。板桥古镇是南方丝绸之路进入保山坝的第一个重要集镇，游人从中可窥见历史的硝烟。

出境探秘之旅

沿着历史上著名的南方丝绸之路和史迪威公路，去探访缅甸，这里到处天蓝水碧，空气清新，古都、佛塔、柚木、翡翠，使这个地处中国、南亚、东南亚交汇之地，充满了神秘。

☞ **看点：史迪威公路、腾冲猴桥口岸、槟榔江风光**

史迪威公路北线建成于1945年1月19日，是抗战期间的中缅印国际大通道，腾冲至缅甸密支那二级公路沿之修建而

成。腾冲猴桥口岸——国家级对外开放口岸，毗邻槟榔江，扼南方丝绸之路咽喉，历来为中缅边境的重要口岸。槟榔江发源于腾冲西北边境的狼牙山，一路绕山过林进入猴桥，后汇入大盈江，进入缅甸后称为伊洛瓦底江。

密支那坐落于伊洛瓦底江旁，缅北最大的城市。伊洛瓦底江的两条支流——恩梅开江和迈立开江在这里汇合，形成了古树分江的迷人景观“三江口”。

滇西抗战文化之旅

保山是第二次世界大战滇西抗战的主战场，滇缅公路、史迪威公路、国殇墓园、松山大战遗址、惠通桥、光尊寺等抗战遗迹遗址，彰显着伟大的爱国主义和民族精神，吸引着大批国人前来寻访、凭吊。

滇西抗战是中国抗战中首次战略性反攻，为中国抗战和世界反法西斯战争做出了重要贡献，也谱写了中华民族反侵略的光辉一页。

☞ **看点：国殇墓园、松山大战遗址、滇西抗战纪念馆、惠通桥**

国殇墓园建成于1945年7月7日，是纪念中国远征军二十集团军腾冲收复战役阵亡将士的纪念陵园。素有“东方直布罗陀”之称的松山是滇缅公路的“咽喉”，大战遗址位于龙陵县城东北39公里处。滇西抗战纪念馆藏有各类抗战文物8.7万多件，是云南迄今规模最大、文物最多的抗战纪念馆。于1935年由保山爱国侨领梁金山出资修建的惠通桥，为中国抗战立下了不朽功勋。