

避暑加康养，老少咸宜

这个夏天，“旅居云南”火了

一座旅游资源并不突出的城市，凭借一抹清凉，一个夏天吸引上百万人次旅居，游客旅居时间人均超过10天、最长超过3个月。

一个洱海边不知名的小村庄，竟吸引了上千名“新村民”，其中不少还是国内知名艺术家。

云南，素来是国内热门旅游目的地。随着旅居康养热潮兴起，许多游客在云南放慢脚步，流连忘返，小住上十来天，甚至几个月，细细品味“有一种叫云南的生活”。

不用吹空调的夏天

这个夏天，为了躲过炎炎酷暑，王庆春老人又是在外地过的。要不是赶着回去上老年大学的课程，她还想再多待一段时间。

7月初，王庆春和老伴从最高气温近40℃的湖南长沙出发，乘坐高铁抵达夏季平均气温仅19.7℃的云南曲靖避暑。“我们这次要待两个多月。来到这里感觉一下子就凉快了很多，这里啥都有，就是没有空调。”

他们这是第二次来曲靖度夏，看中的就是这里舒适宜人的气候。

曲靖地处云南东部，年平均气温15.1℃，夏季平均气温为19.7℃，是有名的避暑胜地。曲靖市文化和旅游局介绍，2023年夏天，曲靖累计接待避暑游客200万人次，单日接待量最高达27万人次，实现旅游综合收入236.27亿元。

曲靖市文化和旅游局介绍，除目前已趋成熟的针对中老年游客的避暑旅居游，曲靖市还瞄准数字游民、自由职业者等群体，谋划推进了马龙区土瓜冲村、沾益区红瓦房村、宣威市戈平村等一批高品质旅居村建设，目前已初见成效。

得益于突出的气候优势，春城昆明同样迎来了避暑旅居高峰。上个月，趁着孩子放暑假，姚女士一家从广州专程来到昆明避暑，在市中心租了一套三居室。“基本上把昆明好玩的地方都逛了一遍，舒舒服服地带孩子过个夏天。”

“夏日的云南，是无数人心中的避暑天堂。”云南省文化和旅游厅党组成

员钱坤说，云南地理条件独特，95个县（区）夏季拥有清凉宜人的气候，尤其是香格里拉市等地被外界称为“天然空调”。

避暑需求旺盛，供给端也不掉档。从山川湖泊到古城村落，今年夏季，云南文旅部门设计了10条精品避暑旅游线路，涵盖咖啡风情、历史寻踪、傣医药康养等主题，可满足不同年龄段、不同兴趣爱好游客的需求。

旅游养老两不误

今年是北京退休老人何平在云南腾冲旅居养老的第四个年头。

2021年，被这边的生态、气候和慢节奏生活所吸引，她和老伴在这个边境小城买了一套小院子，此后每年都要过来生活好几个月。“今年我们正月初六就从北京过来了，准备待到10月份。这边山好水好空气好，物价便宜，玩的地方也多。”何平说。

在腾冲旅居的日子里，何平喜欢买菜做饭，偶尔泡泡温泉，慢慢融入了当地的生活。7月上旬，她还跟各地来云南旅居的朋友一起，来了一场滇西北自驾七日游。“趁身体还可以就想多走走看看，边旅游边养老。”她说。

旅居康养是文旅产业和养老产业融合发展的新业态，云南发展这一产业具备独特优势和良好基础。云南省老龄健康产业发展协会会长王建新介绍，云南四季都很适合养老，尤其是到了夏天和冬天，以避暑避寒为主的旅居康养越来越受到老年人群体青睐。

7月初，79岁的重庆陈奶奶抵达云南，入住曲靖市老年公寓，也开启了

旅居养老新体验。“这边的温度很适合老年人，出去旅游不会觉得热。”

“100个房间供不应求，提前两三个月就被预订完了。”曲靖市老年公寓工作人员杨晓红说，公寓于2023年起接待旅居养老客群，以湖南、四川、重庆等地居多，既有“组团式”，也有“夫妻档”，通常在6月底、7月初入住，9月或10月中旬离开。为丰富入住体验，老年公寓每周都会给老人们组织一次出游，同时也会把本地特色民俗活动“搬”进来。

8月22日，红河州开远凤凰谷生命养护中心迎来了来自全国各地的600多名老人，他们将在这里开启5至15天的康养之旅。该中心负责人杨凯介绍，如今候鸟式旅居正在成为老年游客偏爱的慢游度假方式。“2023年，我们接待了省内外旅居康养团队84批次、9000余人次。”

文学艺术家“扎堆”

苍山脚下的中和村，在大理被誉为“艺术家的第二居所”。这个并不算大的村子，目前居住着上千名“新大理人”，其中国内知名艺术家100余人，常驻艺术家21人，涵盖了绘画、设计、影视、音乐等多个艺术领域。

作为一名“新大理人”，云工开物手工艺工作室主理人邓虎藏在这里已待了近10年，主要从事古瓷修复等艺术创作工作。和城市喧闹的快节奏生活不同，这里很安静，仿佛时间都慢了下来。石榴花开得正盛，蜜蜂自由飞翔，晒一会儿太阳，泡上一杯普洱茶，一种新的灵感或许就涌上心头。

2021年，从海外留学回来的艾新雅来到大理，在洱海边的喜洲正式落脚，如今她既是一家咖啡馆的联合创始人，也在实践乡镇公共空间的营造和在地手工艺品的创新开发。艾新雅说，大理以兼收并蓄的宽广胸怀，让每一个远道而来的人，都能在这片土地上找到属于自己的归属感。

千百年来，大理吸纳着随古道丝路传播而来的多元文化，养成了开放包容的城市气质，“新大理人”作为一种文化现象还将进一步蔓延，持续给这座城市带来不一样的惊喜和碰撞。

初到丽江还是游客，再来丽江，四川人陈时勇决定不走了，跟几个志同道合的朋友一起组建了丽江醉乡民谣乐队。

“丽江让人去了一次就舍不得离开，我们被这里的文化所吸引，最终选择留在丽江。”陈时勇说，乐队成员来自全国各地，大家都曾是素未谋面的陌生人，但因为音乐聚在了一起，并和这座城市有了更紧密的关联。

丽江以丰富的文化旅游资源，吸引着大批向往浪漫、追逐梦想的年轻人、音乐人，形成了独特的城市民谣音乐生态、包容的旅居氛围；民谣音乐也在这片土地上“生根发芽、茁壮成长”，成为丽江古城极具魅力的符号。

“我住在古道客栈心情很舒畅，房东阿妈总会和我拉家常。喝着小酒普洱茶满园清香，还能听到有人在歌唱……”

正如这支民谣的歌词，从旅游到旅居，各行各业的人之所以选择云南、留在云南，恰恰是对“有一种叫云南的生活”的追寻和留恋。 据新华社电

讲文明 树新风 武汉晚报公益广告展播

除了你的脚印
什么都别留下



中宣部宣教局 中国文明网

