

避暑季之后，更有秋趣处

凉都热评

秋日调色盘

紫色

穿梭在花海，镜头收藏浪漫

贵州日报天眼新闻记者 鲁媛



梅花山旅游景区马鞭草花打卡拍照点。(梅花山旅游景区供图)

10月10日，梅花山景区内，随处可见手持手机、相机的游客穿梭在紫色的花丛间，用镜头收藏秋天的浪漫。

“随手一拍都是美景！”66岁的赵廷凤和朋友们在花海中不断寻找最佳拍摄角度。她翻开手机相册，展示拍摄的照片，“我要把这些美景都分享给家人。”

令人流连忘返的花海，源于景区对滑雪场“四季运营”的创新探索。景区工作人员唐倩介绍，今年5月，景区在滑雪场初级赛道上种植马鞭草，将夏季闲

置的雪道转化为一片生机盎然的生态景观带。从8月持续盛放至10月中旬，花海已成为游客纷至沓来的热门打卡地。

另一边，韭菜坪景区的万亩野生韭菜花也吸引着八方游客。尽管花期已近尾声，紫色的花海依然令人向往。李璐芸和朋友们专程驱车前来：“虽然错过了盛花期，但眼前的景色别具一番韵味，拍出来的照片反而更有意境。”

夕阳西下，花海中依然闪动着游客拍照的身影。很多人通过社交媒体分享当天的收获，秋日花海透过一个个镜头，绽放在更广阔的网络世界。

赏花攻略

梅花山景区：设置了3个特色打卡点，搭配气球与景观装饰，方便游客拍摄。

韭菜坪景区：万亩野生韭菜花形成连绵的紫色花海。

盘州阿达木蒲苇花海：百亩蒲苇花穗呈白色或紫色，建议天气晴朗时前往，光线充足柔和时利于拍摄。

贵州日报天眼新闻记者
客盈门
鲁媛

20年前，“凉都”之名初晓。20年来，六盘水从因煤而兴的工业之城，成为以文旅出圈的避暑名城。

2025年，六盘水蝉联“全候鸟式养老夏季栖息地适宜度指数”榜首，2025年上半年该市接待过夜游客313.47万人次，同比增长11.44%。炎夏过后，康养、赛事、音乐节等多元业态，在这抹清凉中层层叠叠地生长，展现出超越清凉的持久吸引力。

如果说清凉是天赐，那么绿色就是选择，厚重的文化则是底气。

乌蒙大草原的风掠过紫色花海，娘娘山的森林氧吧吐纳着清新空气，妥乐古银杏在千年光阴里绽放金黄——秋天的乌蒙大地，如调色板斑斓多彩。

昔日矿坑改造为露营地，废旧厂区焕新为艺术公园，“黑转绿”的理念融入发展基因——让生态成为生产力，让山水成为资产。

穿上民族服装、唱一句彝歌、吃一口地道菜，文化从符号变为体验——游客不再只是观众，而成为参与者。

三线建设博物馆老机器静默无声，曾经的观音山矿职工宿舍被悉心打造成三线文化产业园——旧址不再只是历史的记忆，焕发出新的生命力。

从“看山看水”走向“看人看生活”，六盘水以烟火气、生活感与文化根，织就了城市的亲和力和吸引力。

回顾20年的文旅之路，六盘水完成的不是简单的转型，而是展开。从资源单一走向体验多元；从吸引游客的城市，变成留住情感的家园。避暑季之后，这座城市正以自己的节奏，讲述着秋天的故事。



牂牁江景区，游客在体验滑翔伞。(受访者供图)

金色

妥乐看银杏，每一步都是景

贵州日报天眼新闻记者 鲁媛



盘州市妥乐村。贵州日报天眼新闻记者 尚宇杰 摄

高、保存最完整的古银杏群落。沿街的手工糍粑铺前，游客聚在一起好奇地打量。店主司英将蒸透的糯米倒入碓窝舂制，再用文火翻炒黄豆，炒熟后以石磨研磨。糍粑趁热撕成小块，蘸上拌了苏子白糖的黄豆面，一口香甜入口，为妥乐的秋天添了抹甜蜜。

李远举着相机喊：“老板娘，麻烦你举高点儿，让我多拍几张！”

“咔嚓——”这一刻，人与自然的和谐在秋色中定格。

“妥乐银杏，拍照太出片！”李远笑着打趣，“秋天是摄影人最忙的季节，但在六盘水，你不会觉得匆忙，因为这里的每一步都是景，每一步都是画。”

拍照攻略

最佳时段：秋色最浓为10月中下旬，清晨与傍晚光线柔和。多云或薄雾天气更易拍出秋色质感。

构图技巧：可挑选转角、道路延伸营造纵深感；低角度仰拍可突出银杏树冠与天空的构图张力。

畅游新体验

10月10日，华灯初上，沿河而行，六盘水市荷城烙锅店前围坐着大快朵颐的食客，小摊升腾起阵阵热气，吆喝声、欢笑声交织成片。

近年来，六盘水致力于让夜色成为新的城市名片，灯光秀、夜市街区、文化集市纷纷亮相，推动夜经济从传统单一的吃喝，向游玩、购物、娱乐等多领域深度拓展。

位于六枝特区的流光夜市，是

一场秋雨带来些许凉意，但六盘水市水城区野玉海国家级旅游度假区的文旅魅力丝毫未减。

10月7日，海坪彝族文化小镇入口，身着盛装的彝族少女手持竹竿，敲打出明快节奏，参赛游客在竹竿起落间跳跃穿梭；非遗空间教室前，孩子们手握画笔，为水城农民画仔细填色……一个个精心设计的打卡任务，让游客们兴致盎然，在趣味探索中沉浸式体验当地特色

流光溢彩之夜，一站式逛吃购

贵州日报天眼新闻记者 尚宇杰

今年重点打造的夜间消费聚集区。经过升级改造后的流光夜市，升腾起浓浓的烟火气，逐渐展现出六枝夜经济的新魅力。

王记冰浆铺前，江苏游客郁小兰正品尝地道冰浆，“太好喝了！白

天和夜晚，都能体验别样的烟火气和特色风土人情。”

郁小兰手中的冰浆，是店主王良敏的得意之作。“流光夜市给商户带来了很多客流，我们每天可以卖1000余杯冰浆，月收入超3万元。”

白天游玩观光，夜晚享受多彩夜间活动，大大延长了游客的消费时间，提升旅游体验。璀璨的夜色，正成为六盘水市经济发展的新引擎，有效释放消费潜力。

夜市推荐：钟山区荷城夜市、钟山区川心小区夜市、六枝特区流光夜市、水城区双水夜市、盘州市星夜市。

美食推荐：烙锅、羊肉粉、黄金烤洋芋、六枝砂锅饭、冰粉等。

走进彝族小镇，追寻诗和远方

贵州日报天眼新闻记者 李佳琪

文化。

“带孩子一起走进大自然，创造珍贵的亲子回忆。”来自山东的张凯分享，在六盘水工作十几年，这是他和孩子第一次走进水城农民画这项扎根民间的非遗项目。“孩子画出

自己喜欢的作品，这趟经历格外有意义。”

近年来，六盘水通过积极探索“旅游+非遗”模式，成为都市人向往的“诗和远方”。从火把节的炽烈到农民画的斑斓，从千户彝寨的古

朴秀丽到非遗技艺的创意新生，六盘水将深厚的民族文化底蕴转化为可持续的文旅动能，衍生出一系列可感、可触、可参与的鲜活体验。

特色体验：依山傍水，建筑融合彝族传统吊脚楼、院落与土墙房风格，完美呈现彝族民居风貌；设有彝族风情街、火把节广场、九重宫殿历史文化博物馆、太阳广场及非遗博物馆等建筑群，形成集文化体验、观光游览与演出娱乐于一体的文旅目的地。

康养场景丰富，畅享乐活时光

贵州日报天眼新闻记者 邓倩

的中老年篮球赛也正激烈进行。“本次比赛共邀请安顺、镇宁等周边县市20支队伍，近300名球员携家属近千人来到六枝。”六枝特区老年大学领队教练马晓宁介绍，这些参赛者大多借比赛之机，携家人一同前来，在参赛之余游览六枝景点、品尝当地美食。

落别龙井生态温泉度假区同样人气十足，老年表演者们在温泉中央的舞台上带来民族舞蹈、走秀等节目，吸引观众在露天泡池区驻足鼓掌。该度假区负责人杨栋程介绍，龙井温泉位于六枝东大门、毗邻高速入口，是周边市民青睐的养生场所。

近年来，度假区开发的“艾灸+温泉”、中药浴等中医养生项目，尤其受到老年群体欢迎。“园区不断丰富服务，让老年人在这里感受到身心关怀与归属感。”杨栋程表示，银发族的康养需求，正持续激发六枝文旅市场的新活力。

落别龙井生态温泉度假区：园区占地面积1.6万平方米，泉源来自地下2800米深处的温泉水。设有60余个不同种类的温泉泡池，并配套儿童水上乐园，适合全年年龄段游客休闲体验。

穿越时光隧道，触摸三线记忆

贵州日报天眼新闻记者 桂榕

走出博物馆，仅几步之遥，是今年8月8日新开的“凉都文创店”，成为游客延续城市记忆的下一站。店内，烙锅造型冰箱贴、三线主题文创、“凉都三宝”特产等并排陈列，历史与时尚在此交融，吸引

不少游客驻足挑选。

“我们想让游客能逛、能玩、能吃，还能把凉都故事带回家。”文创店负责人方荔壤表示，店铺自主研发的文创产品广受欢迎，目前线上店铺也正在筹备。

贵州三线建设博物馆：全国首家以三线建设为主题的博物馆。馆内藏品丰富，结合室外遗址实景，生动展现了三线时期百万建设者艰苦奋斗的辉煌历程。

尖山1964·三线文化产业园：由原观音山矿工业遗址改造而成，保留矿区建筑原貌，集沉浸式体验、文化展示与休闲游憩于一体，游客可在此感受三线时期的生产与生活场景。

云端御风飞行，俯瞰湖光山色

贵州日报天眼新闻记者 郭立

已在自由飞翔！”降落之后，张筱仍难掩激动。

如果说野玉海的动力滑翔伞还不够惊险刺激，那么六枝特区牂牁江的滑翔伞则更具挑战性。游客王雨在海拔1600米的九层山一跃而下，滑翔于牂牁江上空。“飞翔在青山绿水

之间，这种感觉终身难忘。”她说。

野玉海飞行基地：位于玉舍国家森林公园内，提供动力滑翔伞带飞体验，可从空中俯瞰森林公园及海坪彝族文化小镇风貌。项目由专业教练带飞，每次飞行时长约8分钟。

牂牁江国际滑翔伞基地：距离六枝特区中心区60余公里，滑翔伞飞行过程中可观赏牂牁江蜿蜒于群山之间的壮丽景色。项目由专业教练带飞，每次飞行时长约15分钟。

绿色

亲子游竹海，体验古法造纸

贵州日报天眼新闻记者 黄瑶



竹海镇古法造纸坊，孩子们在体验花草纸制作。(受访者供图)

纸张一张张贴在燃着炉火的土坯上。贴纸时需“吹一口气”，使纸张更好地贴合，烘干后便大功告成。

“带孩子来体验古法造纸特别有意义。”董元魁一边看着女儿操作一边说，“不仅亲近大自然，还能亲手操作，了解传统技艺，这是课堂上体验不到的知识。”

一根根竹子变成一张张纸，需要经历洗麻、煮麻、捞麻、踩麻等72道工序，全程手工制作。

凭借着深厚的文化内涵，“土法造纸”工艺于2007年被列入贵州省第二批省级非物质文化遗产代表作名录。

近年来，围绕3万亩竹海，竹海镇已发展起竹荪、竹笋、竹工艺品、竹根水、竹根酒等“五竹”产业，并成立盘州市竹产业协会进行全面推广运营。

游玩攻略

自驾指南：从盘州市区出发，经沪昆高速(G60)转水兴高速(S77)，于丹霞收费站驶出，随后导航至“大洞竹海景区”约30分钟即可到达，全程约1.5小时。

美食推荐：可在竹海镇餐馆品尝以竹为特色的菜肴，如鲜嫩竹笋、清香竹荪、竹筒饭等。