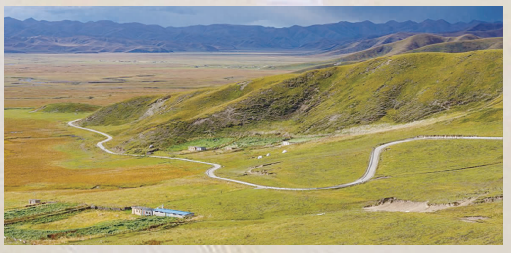
2026 年 8 月 31 日
本版编辑 陆翔 美编 卜家驹

9–10 月适合去的赏秋地

秋景繁盛，正是自然色彩浓烈的时候

■ 尤 吕

1. 甘肃 – 甘南
9 月中旬 –10 月上旬



青稞田泛金，山林由绿转彩，石山峡谷包裹彩林，藏寨梯田山野秋景。桑科草原岸边金黄色的水草弯成柔软的弧线。拉卜楞寺转 1700 个转经筒，金顶红墙之间，沉入寺院的静谧。清晨蹲守仙女滩，看晨雾漫进石头城扎尕那穿越江迭公路，沿途雪山群峰、牧场溪流相伴。郎木寺镇的藏式建筑散落山间，很有高原小镇的清幽。

2. 内蒙古 – 乌兰布统
9 月中旬 –10 月初

一天之内能遇见不同层次的秋日风景。金黄的白桦林、辽阔的草原、五彩森林，绝美日落。神仙谷七彩森林如秋日调色盘，白家窝铺白桦林，铺展金色童话森林。桦木沟，森林草原绝美融合。穿越草原腹地，远处牛羊、蜿蜒山路，每一个地方都是绝佳取景地。

3. 四川 – 稻城亚丁
9 月底 –10 月底

初秋的稻城亚丁，洛绒牛场的草甸铺陈金黄，冲古寺的金顶在彩林间若隐若现 。仙乃日、央迈勇、夏诺多吉三座终年积雪的神山，也在秋日变得格外圣洁。

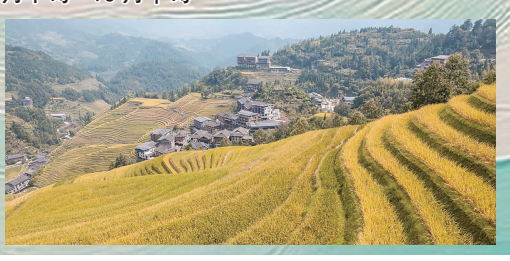
4. 内蒙古 – 额济纳旗胡杨林
9 月底 –10 月上旬

三千年胡杨，整片沙漠被染成金色。四道桥英雄林树影婆娑，满树金黄。二道桥水面倒影绝美。一年只有绚烂二十多天。秋光漫过弱水河，整片林海会瞬间燃成流动的黄金，水面浮着树影，沙丘载着落日，枯木伫立成沉默史诗。

5. 吉林 – 长白山
9 月底 –10 月中旬

一座天池，几条峡谷，山峦在天地间勾勒出蜿蜒的线条，溪水在密林深处奔流而过。天池澄澈，山下白桦、红枫、青松渐次变色，林海辽阔。天池北坡、绿渊潭、瀑布，当他们搭配在一起，满眼秋日的山水画。在山脚泡泡温泉，气温凉爽舒适。

6. 广西 – 龙脊梯田
9 月下旬 –10 月中旬



万亩稻田慢慢鎏金，层层梯田线条壮阔，看日出云海，感受高山村寨丰收氛围。走在窄窄的田埂上，四周是空山鸟语和稻谷的芬芳，偶尔遇到秋收的农人，画面美得像油画。金黄的稻田、错落的吊脚楼、壮瑶民族的村寨风情，随手一拍就是大片。

7. 云南 – 大理
9 月中下旬

苍山脚下，喜洲镇及周边的白族村落，田野一片金黄，短暂而温暖的丰收景象。三坊一照壁的青白色小院矗立在稻田边，沿着田边小路，骑行或散步，在苍山洱海的日升月落之间，尽享大理的慢生活。

8. 内蒙古 – 阿尔山
9 月下旬 –10 月初

9 月下旬正值浓墨重彩的金秋，国庆假期还能赶上秋色的末班车。爬 998 级台阶到火山口湖，白桦林环绕碧绿池水。驼峰岭天池如蓝宝石镶在金黄森林中，暮秋氛围感拉满。

住酒店时最该带走的一样东西

■ 幸 辰

外出出差或是旅行住酒店，很多人退房都有一个习惯性动作，把卫生间的一次性牙具、洗护小样一股脑收进包里。

大家普遍觉得，房费已经付过，这些赠品不拿就是吃亏。可很少有人想明白，这些随手带走的洗漱用品，并不是退房时最有价值的物件。真正值得留心收好的，藏在床头柜的抽屉之中。

很多人热衷于收集酒店的一次性消耗品，但说实话，这类小东西实际利用率并不高。大部分带回家之后就堆在家里储物柜，很少会拿来使用，放久了最后还是直接丢掉。贪图这点微不足道的小便利，却忽略了一份可以保护自己的纸质资料。

打开酒店床头柜抽屉，大多会放置宾客服务指南，里面附带完整的客房消费价目。绝大多数住客入住不会特意翻看抽屉，退房拎起行李直接离开，这份关键的说明就留在房间里无人过问。

这份纸张上面，白纸黑字写清楚房间所有有偿物品的定价。冰箱饮品、零食，房间各类摆件，但凡需要额外付费的项目，全部标注得明明白白。哪些物品收费、每件物品的价格是多少，全部写在上面。

不少人会有疑惑，自己没有消费房间内任何付费物品，还有必要带走这份单据吗？

很多住宿产生的矛盾，往往不是刻意的恶意，而是说不清的误会。客房每天接待不同住客，保洁打扫难免会出现疏漏。前一位住客留下的痕迹，物品摆放移位，都有可能在查房的时候产生分歧。等到办理退房，如果前台告知产生额外扣费，仅凭口头解释很难自证清白。没有原始参照，对方报出的收费标准，你没有办法当场核对确认。

我并不是想说酒店普遍存在乱收费，更不是倡导大家带着猜忌心态住宿。只是出门在外，多留一份凭证，是成年人简单有效的自我保护。

退房的时候把这份价目说明抽出来收好，不是为了刻意找麻烦。万一出现消费争议，可以拿出来逐项对照收费项目。等到全部退房流程走完，确认账单没有任何问题，这份单据就可以直接丢弃，不用长期保存。

很多人常年住酒店，却从来没有养成这个小习惯。我们总盯着看得见的免费小赠品，一心想多占一点实惠，却忽略这种看不见的风险规避。它没有任何金钱价值，薄薄一张纸，却可以帮我们避开说不清的额外开销。

出行在外，一个简单的小动作，就能给自己旅途多一层保障。