

运城冬日文旅盛宴 12月精彩上线

——四大板块活动全景呈现，邀您畅享河东趣玩

冬风渐起，运城12月文旅活动大礼包如约登场，暖意已至。从景区里的沉浸式表演到展厅中的文化盛宴，从指尖流转的非遗技艺到干货满满的公益课堂，这份涵盖四大板块的文旅攻略，总有一款戳中你。

景区演艺与体验活动——登场

岚山根·运城印象

时间:即日起至12月31日
内容:演出节目丰富多元，涵盖财神送福、醋坊工艺参观、拳王争霸、龙龙才艺比拼、山妞斗舞、蒲剧交流、儿童剧、篝火晚会等，精彩不停，邀您共赏。

尧王台

时间:12月1日~2026年3月10日
内容:亲子徒步福利上线，工作日成人19元、儿童10元(仅含门票);周末含讲解、文化体验等，成人29元、儿童15元;淡季门票+观光车，成人38元、儿童20元。

稷山国家板栗公园

时间:即日起至12月31日
内容:精彩活动一一上演。草坪交友邂逅美好，研学之旅收获满满，沉浸式演绎《稷颂》氛围感拉满，多样活动承包你的欢乐时光。

陈家庄红色教育基地

时间:12月1日~31日
内容:党性教育+研学实践活动火热开展，以沉浸式体验强化党性修养，在实践中厚植爱国爱党情怀，引领群众坚定信念、砥砺前行，传承红色基因。

芮城城隍庙

时间:12月16日
内容:“旅游+书画”城隍庙的翰墨之约，以高清图片定格细节，用精彩视频解读文脉，带您沉浸式领略碑刻里的历史底蕴与传统匠心;文艺小分队精彩亮相，彩妆演绎、清唱依次登场，深挖本地特色地方戏选段倾情表演，在婉转唱腔与精致扮相里彰显浓郁地域文化，传递乡土文艺魅力。

记者 李婉玉 整理



▲篝火晚会 ►才艺展演

记者 李婉玉 荆毅萍 赵泽艳 摄

群众文化惠民活动覆盖市县乡村

“迎新春 惠民生”系列活动

地点:运城市文化馆群艺堂
时间:12月12日~14日
内容:进行2025年终免费培训精品节目展演，节目涵盖舞蹈、声乐等多个艺术门类;举办合唱新年音乐会。

2026河东民歌新年交响音乐会

地点:运城市广播电视台
时间:12月15日
内容:以民歌讲河东故事、传地域文化、强文化自信，为市民献上兼具特色与价值的新年音乐盛宴。

永济市精品群众文艺作品大展演

地点:永济市文化馆分馆
时间:12月5日
内容:基层文艺力量齐聚，舞蹈、合唱、蒲剧等多元精品节目登台。

庆元旦系列活动

地点:平陆利丰职业培训学校礼堂

时间:12月下旬
内容:朗诵联欢会，以深情朗诵喜迎元旦;大河之声民乐演奏会，古筝、二胡、琵琶等乐器齐鸣，展现传统音乐魅力。

“礼赞新中国·逐梦新时代”“文艺进校园”活动

地点:平陆县第一高级职业中学礼堂

时间:12月下旬
内容:多元文艺进校园，模特秀、戏曲、民乐、小品依次登场，为学子带来沉浸式文化熏陶，厚植家国情怀。

送戏下乡

地点:夏县尉郭乡白张村、禹王镇史庄村
时间:12月中旬
内容:夏都“五大文化”戏曲展演开演，尽显传统文化魅力。

文艺列车跑基层文艺演出

地点:平陆县杜马乡、张村镇
时间:12月9日

内容:文化下乡惠民演出开演，器乐、朗诵、戏曲、小品、模特表演等精彩节目亮相基层。

临猗县免费培训文艺汇报演出

地点:临猗县文化馆5楼
时间:12月30日
内容:馆内多支队伍登台献艺，舞蹈、书画、戏曲等免费培训节目展演。

闻喜县群众文化惠民工程

地点:闻喜县乡镇(社区)
时间:12月1日~31日
内容:文化惠民演出下基层，舞蹈、合唱、表演唱、旗袍秀等节目精彩上演。

新绛文化志愿者走近群众

时间:12月1日~31日
内容:在全县各乡镇开展移风易俗节目巡演，把移风易俗搬上舞台;在东天池社区开展戏曲文化志愿者进社区活动，携传统戏曲丰富居民生活。
记者 赵泽艳 整理

展览荟萃呈现传统与创新

2025年终师生书画、剪纸、摄影作品展

地点:运城市文化馆展厅
时间:12月1日开启
内容:精选百余幅优秀美术作品，尽显学员扎实艺术素养与昂扬精神风貌，为学员搭建学习交流平台，弘扬传承优秀传统文化。

“承生命为笔 艺术为墨”刘剑钊薛涛永乐宫青龙寺壁画展

地点:运城市文化馆多功能厅
时间:12月13日~2026年1月10日
内容:展品凝聚刘剑钊、薛涛赤诚，尽显精湛技艺与“择一事终一生”的文化摆渡人精神。

河津市文化馆非遗展

地点:河津市文化馆北城馆
时间:12月1日~31日
内容:94项非遗项目图文实物并茂呈现，吕氏琉璃、手工转花灯、土布印染等展品尽显匠心与生活记忆。

公益课堂让艺术走近百姓

盐湖

内容:12月每周一恒大绿洲社区，每周二盐湖城社区、西建天茂城社区，每周五理想学府、府东街社区，暖心电吹管培训走进社区，课程丰富接地气。

河津

地点:河津市文化馆主馆、北城馆
时间:12月1日~31日
内容:公益培训，配备专业师资，开设舞蹈、二胡等多门类课程;免费开设萨克斯、舞蹈、走秀、形体美学等项目，以“文化惠民、公益普及”为宗旨。

临猗

地点:临猗县美术馆五楼
时间:12月1日~31日
内容:成人国画课堂一月一主题;玩美少儿绘画公益课堂普及艺术教育;少儿书法公益课堂聚焦书写技能与审美习惯培养。

永济

地点:永济市文化馆
内容:1.12月每周二管乐课程，系统学习与实践，助学员掌握演奏技巧与合奏知识;每周三、周四葫芦丝课程，讲

地点:永济市美术馆
时间:12月6日~2026年1月4日
内容:汇集师生佳作，展培训实效与风采，传文化自信，呼应幸福永济愿景。

“美丽山城·幸福垣曲”书画摄影展

地点:垣曲县文化中心美术馆
时间:12月中旬
内容:精选垣曲特色影像，全方位呈现各领域辉煌成就，定格家乡发展风采。

“奋进新征程 建功新时代”馆藏书画复制品展

地点:平陆县图书馆
时间:即日起至12月31日
内容:紧扣美术教育育人内核，以丰富艺术展品弘扬中华优秀传统文化，彰显传统美学魅力。
记者 荆毅萍 整理

解基础、持笛呼吸方法及吹奏技巧，搭配经典曲目示范分段教学;每周三朗诵课程，提升语言表达与艺术感染力;每周五钢琴课程，为不同年龄段及基础学员提供系统学习;每周日合唱课程，通过呼吸、发声、音准训练提升声乐能力。2.12月每周六、周日瑜伽课程，引导初识瑜伽，掌握简单体式与呼吸法。3.12月5日~8日、20日~23日，民族舞课程，带学员掌握基础舞蹈元素。4.12月10日~16日交谊舞课程，教授华尔兹、探戈、快步舞、伦巴等。5.12月每周六“文化进万家”周末剧场戏迷活动，从唱腔教学、身段动作提升戏迷素养。

闻喜

地点:闻喜县文化馆
时间:12月1日~31日
内容:多元化艺术培训课程上线，包含舞蹈、二胡、戏曲、电吹管、合唱，以及读书分享会等。

夏县

地点:夏县文化馆教室
时间:12月每周一至周五
内容:开设声乐、书法、美术等免费艺术培训，周一走秀，周二声乐，周三书法与剪纸，周四美术与瑜伽，周五舞蹈与戏剧，配备专业师资与优质服务。
记者 李婉玉 荆毅萍 赵泽艳 整理

外地人眼中的运城

卷不赢的时候

不如来这里躺平

——运城盐湖游记

2019年，我带女儿去了约旦和以色列旅游，还斗胆去了戈兰高地和高墙内的巴勒斯坦，见识了世界著名的死海。世事多变幻，如今，巴以冲突更为严峻，曾经的高墙战火连天，现在你让我去那里都不敢。

听说，中国山西运城有个七彩盐湖，也称之为“中国死海”，心向往之。11月10日，借着《散文选刊》《海外文摘》笔会的东风，我来到了这里。

山西运城，因盐而兴，七彩盐湖，像一颗瑰丽的宝石镶嵌在这座城市里，这个面积约132平方公里的湖泊，位于运城盆地的盆底，是山西省最大的湖泊，也是中国最大的硫酸钠型盐湖。这里年均降水量497mm，蒸发量却高达2102mm，为降水量的4.2倍，致使湖水不断浓缩，含盐量日渐增加，形成盐湖。不同的季节，不同的温度和湿度，呈现出不同的颜色，红宝石、绿碧玺、坦桑蓝、石榴紫、发财晶……七彩盐湖的美名恰如其分。

虽然早有耳闻它的大，身临其境还是惊叹不已。我和文友沐格两个人，在这里闲逛拍照就花了两个小时。一生爱出片的中国女人来这里就对了，很多网红打卡点值得驻足停留。我最喜欢的是月亮秋千，水天一色，摇曳荡漾的心情犹如微澜的湖水一样，绝美!

湖心岛有一个度假酒店和康养中心，我们换了手环，开始正式体验室内项目啦。

首先必须为自助餐厅点赞，各种中西菜式很全，饮料酒水应有尽有，大家最喜欢的是现煮区的羊肉汤，平时在深圳我从来不喝羊肉汤，总觉得太油腻，还有点膻味。这里的羊肉汤，鲜香无膻味，几乎每个人都喝了两碗，一碗纯喝汤，另一碗泡个馍。

吃完午餐，坐在大堂的沙发上看会儿手机休息下，突然间觉得手机索然无味了，各种项目让我迫不及待!

七彩盐湖度假村室内康养项目有五绝:医用温泉、盐水漂浮、盐雾清肺、矿盐理疗和黑泥养生。

我们先体验了医用温泉，池子很大，采光明亮，各种浸泡和水疗，30分钟后全身暖暖的。

盐雾清肺室，只有我和沐格两人，我们俩在这雾气腾腾的房间，开始飙歌，唱了很多首，最熟练的是王菲的《世界赠予

我的》，2025年最火金曲。的确要感谢大自然的赠予，感谢《散文选刊》《海外文摘》的蒋主编、黄主编，才有今天如痴如醉的感受和体验。不知道盐雾起了作用，还是房间的回响，我们的歌声似乎很动听，孤芳自赏也是种本事，哈哈。

接下来就是期待已久的死海漂浮了。教练是个游历甚广，持有国际救生证的运动员。因为有了在死海漂浮的体验，率先登场。记得第一次在约旦漂浮的时候，因为太恐惧，弄湿了很多报纸，眼睛不小心进了海水，相当刺痛。这里有一个充气靠枕特别赞，可以有效托着后颈，防止眼睛进水。沐格在教练的鼓励下，也成功漂浮起来。我俩手牵手，飘飘然，世界仿佛静止了，不用内卷，躺平的感觉真好。帅哥主动用手机给我们拍了照片，录了视频，简直太懂了!这服务贴心到位!

接着我们来到矿盐理疗和黑泥养生区。我俩拿着铲子，自己挖坑自己埋。一边铲盐沙一边笑，感觉埋个人挺难的。电视里那些埋人的镜头看起来那么轻松，编剧一定没有体验过生活。这么疏松的盐埋个人都不容易，更何况那些有碎石有植被的硬度不一的土壤。

最后一个项目，就是让人飘飘欲仙的黑泥养生了。我和沐格都做了面部和身体全套，一边做一边还说，如果深圳有这么专业的黑泥理疗一定要办卡。我说那

还不要天价，这么多黑泥涂满全身好奢侈啊，运费都好贵啊。

技师们的手法很专业，刚好前一天爬了黄河大梯子崖，浑身酸痛，今天的全身理疗来得恰逢其时，爽歪歪。

一切项目结束后，皮肤滑嫩嫩的，我的及腰长发也无比丝滑。我和沐格先后出来，不约而同的是都买了一大堆康养中心的产品:洗发水、沐浴露、润肤霜和面膜，想到这次笔会没时间给家人买礼物，这些纯天然、货真价实的洗浴用品再合适不过了。

离开康养中心的时候，心里默念，运城盐湖，一定要再见，一定要带老女儿来这里感受一下，我的快乐必须要让最爱的家人知道。

生活如此艰难，偶尔来一次飘飘然。世间每个行业都如此内卷，卷累了，卷不赢的时候，不如来运城七彩盐湖康养中心躺平吧!

(佩彤·深圳)

