



乌当山水康养慢旅：

访青山品食味 静享山居岁月安

北纬26°的清风拂面，14.6℃的年均温沁润身心，57.95%的森林覆盖率撑起满眼绿意……这样的夏日清凉天地，就在贵阳的乌当。
第二十届贵州旅游产业发展大会向世界展示贵州旅居的新生活、新服务、新体验。而乌当，

正是这份美好旅居图景的生动践行者，这里是康养避暑旅居住地，藏着最朴实的乡野美好、最贴心的全流程旅居服务。
带着这一份涵盖行、住、玩、吃的实用攻略，前往乌当，邂逅一段舒心自在的慢时光。

行：一路顺畅无烦忧，随心而行皆自在

前往乌当，可选择辖区内的贵阳火车东站；从龙洞堡国际机场、贵阳火车北站前往，仅需40分钟。进入乌当，在酒店、民宿就可拿到旅游交通手册，专线路线、站点、发车时间一目了然。两条避暑旅居旅游专线，串联起各旅居点与景区；若想“自在独行”，还可定制“乌当区小车小团”服务。

住：山间小院藏温柔，一户一景皆美好

从羊昌镇的田园雅舍，到偏坡乡的布依民居，循着旅居示范点走，总有一处能安放你对慢生活的向往。据乌当区文旅局介绍，乌当已有604户旅居农房、5592间客房、10443张床位。可选择一家院落入住，也可整院租住。独门独院自在惬意，晨起看山间薄雾，傍晚赏落日余晖，皆是惬意时光。

玩：暖心服务伴朝夕，康养旅居两相宜

乌当有29个省、市、区级文保单位、50项各级非遗项目，五条文化体验主线，将康养、文化、体育元素融入旅居每一刻，深度践行“促文旅体融合·乐享旅居生活”的主题。
5至10月避暑旺季到来，在这里旅居的游客还可优惠参与所有景区内活动。上午，可踏上红色长征路，可跟着布依老乡学唱婉转的布依歌，亦可亲手制作非遗文创，体验传统文化的魅力。午后，在羊昌镇花海漫步，在偏坡乡采摘清甜黄桃；或是参加门球、钓鱼、象棋等活动，以赛会友，收获快乐；晚间，看一次露天电影，赏一场戏曲文艺表演，围着篝火欢歌起舞，满是温情。
乌当还有4处4A级温泉景区、2个省级金汤级温泉度假地。天气微凉时，去喀斯特温泉群泡一次汤，纾解身心的疲累。

吃：人间烟火好滋味，舌尖乡味暖人心

乌当以地道乡味，为“乐享旅居生活”增添温暖底色。偏坡乡布依酸汤鱼、新堡乡苗家糯米饭，还有腊肉炒野菜、布依糍粑……每一道都是乌当独有的风味，每一口都是熨帖人心的温暖与踏实。
旅居小院里，房东会端上自家种的时蔬、养的土鸡土鸭，清炒时蔬鲜嫩，土鸡炖汤醇鲜，简单做法还原食材本真。恰逢时令，还能吃到刚摘下的杨梅、李子、黄桃，清甜多汁，满是自然滋味。
乌当的旅居，从来不是匆匆打卡，而是一段慢下来的时光，一次温柔的相守。愿你循着这份攻略，在乌当安享舒心岁月，把夏日清凉与乡野温柔藏进回忆。

推荐店铺：

明心楼·偏坡乡下院村

于2004年开业的明心楼，不仅有特色柴火鸡、腊排骨、腊猪脚，还设有标间、大床房共11个房间。柴火鸡采用自家饲养的跑山鸡炒制，肉香皮糯，广受好评。腊猪脚、腊排骨，也是店家自己熏制的“好评菜”。周边可徒步、游览偏坡古营盘。

汪四爷山庄·羊昌镇羊昌村

主打地道家常菜，充满浓郁贵阳味道。招牌炆锅鱼外酥里嫩，深受食客喜爱。山庄还设有5个房间，周边环境清幽，适合休闲小住。周边可游玩羊昌花画小镇，赏黄莲村瀑布、银杏古树等。

乌当区文旅局供稿

