**福建【粤游越有福】武夷山/鼓浪屿/潮汕/南昌双飞8日游行程单**

福建【粤游越有福】武夷山/鼓浪屿/潮汕/南昌双飞8日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GNDJ1725350306Rm | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 南昌市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 江西+福建+潮汕三省超值连游，厦门红酒晚宴+土楼九大簋+武夷山茶宴 | | | | |
| **产品介绍** | 🤞江西+福建+广东三省超值连游🍄双飞8日游/双卧10日🧨兰州起止南昌进出🍅南昌+泰宁+南澳岛+潮州+汕头💕厦门+泉州+龙岩+武夷山+平潭岛🍿厦门红酒晚宴+土楼九大簋+武夷山茶宴🌳全程0购物  独家赠送土楼篝火晚会🎉那山那海那古城 还有一串小海岛🎉十城四岛三古城 一山一楼伴你游 | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 第一天餐：住：南昌乘坐飞机前往南昌，接机后入住酒店，客人自由活动可以自行前往、南昌《秋水广场》地处红谷滩新区赣江之滨，紧邻行政中心广场，与滕王阁隔江相望，再现了千古名篇《滕王阁序》中的“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的意境——秋水广场正是由此而得名；是一座以喷泉为主题，红谷滩秋水广场上《音乐灯光梦幻喷泉》引人注目，是亚洲最大的音乐喷泉群，喷水池面积 1.2 万平方米，主喷高度达 128 米，是南昌市一靓丽景观。人们可一边欣赏音乐一边观看滕王阁美景；秋水广场南面是内容悠远丰富的“赣文化长廊”。第二天餐：早 、中住：土楼早餐后，前往【泰宁风景区-泰宁古城】。文物古迹众多，素有"汉唐古镇、两宋名城"之美誉，还是第二次国内革命战争时期的中央苏区。国家重点文物保护单位尚书第、世德堂坐落在城内，"朱德、周恩来旧居"和大批珍贵的文物都保存完好，规划建设的新徽派翘角仿宋古城建筑更是别具一格。接着前往游览永定【高北土楼群】（自费套餐含），游览“土楼王”【承启楼】，位于福建省高头乡高北村，据传从明崇祯年间破土奠基，至清康熙年间竣工，历世3代，阅时半个世纪，其规模巨大，造型奇特，古色古香，充满浓郁的乡土气息。“高四层,四圈,上上下下四百间；圆中圆，圈套圈，历经沧桑三百年” 承启楼直径73米,走廊周长229.34米,全楼为三圈一中心。外圈4层，高16.4米，每层设72个房间；第二圈二层，每层设40个房间；第三圈为单层，设2个房间，中心为祖堂，全楼共有400个房间，3个大门，2口水井，整个建筑占地面积5376.17平方米。全楼住着60余户，400余人。承启楼以它高大、厚重、粗犷、雄伟的建筑风格和庭园院落端庄丽脱的造型艺术,融与如诗的山乡神韵,让无数参观者叹为观止，承启楼,博士楼、五云楼、世泽楼；赠送【篝火晚会】赠送产品如因为特殊情况取消、不给予退任何费。入住酒店！第三天餐：含早住：潮汕早餐后，乘车前往美食之乡、《国家地理杂志》评选为“广东最美的岛屿”—【南澳岛】；南澳岛是广东省唯一的海岛县，素有“粤东屏障 粤闽咽喉”之称；车游广东省最长跨海大桥【南澳大桥】；游览【启航广场】广场的建设结合原旧址码头场地现状进行优化设计，赋予长山尾码头片区新的形象与活力，功能定位为生态停车场、休闲广场、海滨观光长廊和商业街四部分；游览【北回归线标志塔--自然之门】粤东南澳北回归线标志塔的设计，注入了自然与生命的概念，海边一座标志塔也称“自然之门”，矗立于地平线上，它在蓝天白云下，以辽阔大海为背景，造型别具一格，给人一种大气震撼之美；【青澳湾】被海内外游客誉为“东方夏威夷”， 是粤东著名的旅游度假胜地，尤其是那里的天然海水浴场，更是得天独厚，滩平阔， 沙细白，水清碧，无淤泥，无污染，无骇浪，较之“夏威夷”乘车赴有过之而无不及。前往国家历史文化名城—【夜游潮州古城】，步行游览全国最长、牌坊最多、集潮州名小食、特产、潮绣、木雕、蜡石等传统工艺于一体的旅游商品街—【太平路牌坊古街】、【甲第巷】、豪门宅第，观驷马拖车、百鸟朝阳、四点金等建筑格局；于潮州古城内，牌坊街民宅老巷子品尝各种潮汕当地美食。近观世界第一座启闭式吊桥的四大古桥之一【湘子桥】（不上桥），其“十八梭船二十四洲”的独特风格与赵州桥、洛阳桥、芦沟桥并称中国四大古桥。入住酒店！第四天餐：含早、晚住：厦门早餐后，乘车前往【东山岛】位于中国福建省南部沿海，隶属于福建省漳州市东山县，是福建省第二大岛。中国第七大岛，介于厦门市和广东省汕头之间。这里海湾辽阔，沙滩平缓， 绿树成荫，极具南国滨海风光特色。这里有东海干净的海水、美丽的海湾、原生态的海岛风情游览左耳拍摄地。【南门湾】自由活动，多部大热电影的拍摄地，在这里可以寻访东山地道的小吃，更可以去山顶的文公祠拜拜，据说很灵验的噢！【马銮湾沙滩】洁白的沙滩背靠着葱茏的林带，环抱着清澈的海水，是天然的海滨浴场。湾内小 岛星罗棋布与浩瀚的大海交相辉映，构成一处天蓝、水碧、沙白、林绿、海湾美、岛礁奇的海滨旅游度假 胜地。经专家鉴定，在这七个月牙形海湾中，马銮湾是独特的，最好的海滨浴场。前往海上花园城市-厦门，游览【环岛路】为国内第一条海滨环岛彩色公路，绿色的大山，青色的植被， 黑色的主干道，红色的人行道，黄色的沙滩，蓝色的海洋，像惠安女那条彩色腰带系  在厦门这个美女的少女身上，婀娜多姿，美不胜收。游览【一国两制】一国两制位于厦门黄厝海边环岛路的中段，面对着金门岛的位置，广播山下的环岛路北侧路边，竖立着有“一国两制，统一中国”大标语牌。对岸的金门岛竖立巨幅，内容是“三民主义，统一中国”，游“千年古刹”、闽南最著名寺院、闽南佛学院所在地——【南普陀寺】，参观天王殿、大雄宝殿、大悲殿等。沿途外观全国最美校园之一的【厦门大学】外景。后参观【厦门海上明珠】（自费套餐含）海上明珠塔内设有国家级非物质文化遗产馆以及 360度全景鸟瞰海上花园观景台。登顶可俯揽到全世界第二，全亚洲第一的悬浮式吊桥海沧大桥，厦门最美丽的白鹭洲公园，中国的第一个台商投资区湖里区，小三通邮轮码头。远华赖昌新以前的走私油库等。塔内设有高倍望远镜感受台海，金门风光俯揽无遗！入住酒店；第五天餐：含早住：泉州早餐后，码头乘轮渡登上游览素有“海上花园、音乐之岛、万国建筑博览”之称的—【鼓浪屿】（自费套餐含），途经过英国领事馆，日本领事馆，西班牙领事馆等，感受鼓浪屿百年沧桑，体验浪漫音乐海岛风情；穿梭风情万种老房子，博览万国建筑，享受大海、沙滩、阳光浴的无限乐趣-自由漫步-【港仔后海滨】（请注意：上鼓浪屿岛的时间以船务公司确认的票务时间为准，到时行程可能会前后调整）；打卡鼓浪屿地标：【最美转角】 台剧《转角遇到爱》拍摄地，向左转，向右转，错过或者邂逅；拍照小技巧： 1.转角较高，建议坐在前方台阶，小伙伴坐低，拍摄者采用低角度仰拍 2.小伙伴站在转角处，镜头拉远从下往上仰拍；乘车驱车前往赴半城烟火半城仙的——【泉州】，打卡网红景点-【珞珈寺】洛伽寺位于石狮市闽南黄金海岸东畔宫屿岛，占地面积二十多亩对台湾海峡。该寺由香港友帮集团捐献二十多亩地给石狮市佛教协会作为建观音菩萨之道场。前往【五店市】“五店市”名字来源于唐开元年间，当时青阳(晋江市中心)就有了这个称呼。在晋江繁华的闹市中，安静伫立着一处保留众多闽南特色建筑的街区--五店市，这里是整个晋江的发源地。在这里，独具闽南特色的“皇宫起”红砖建筑、中西合璧的洋楼、明清民国至现代的特色建筑保存完好。街区保留和传承高甲戏、木偶戏、南音等晋江传统特色的非物质文化遗产。入住酒店；温馨提示：1、鼓浪屿每日限流，轮渡票提前预定周期长，票比较紧张，具体轮渡上岛时间以实际 安排为准 ；                                                                                                                   2、鼓浪屿属半开放式自由商业区,沿途的特产店请客人自我约束，根据需求自愿购买， 与旅行社无关 ！                                                                                                           3、鼓浪屿世界文化遗产地，禁止扩音器讲解，游客需自行租用无线耳麦 20 元/人第六天 餐：含早晚住：武夷山早餐后，乘车赴平潭乘车前往福建全国第五大岛、福建第一大岛【平潭国际旅游岛】途径我国首座【公铁两用跨海大桥】，也是世界上最长的跨海峡公铁两用大桥。身体组成：下层设计为时速 200 公里的双线 I 级铁路，上层设计为时速 100 公里的六车道高速公路，共设有元洪航道桥、鼓屿门水道桥和大小练岛水道桥等三座钢桁结合梁斜拉航道桥。游览平潭三大海滨沙滩之一【长江澳风车田沙滩】在平潭岛东北方向的海湾区，得天独厚的地理优势造就了风车发电资源的产生，这也是大自然带给平潭人民的礼物。游北港村【石头厝】，依山傍海而建、错落有致，仿佛置身于天然油画中。之后前往【龙凤头海滨浴场】海滩宽 500 米，连绵 9.5 公里长，坡度仅2.2 度，是全国最大的海滨浴场之一，砂粒晶莹洁白，星罗棋布的岛礁，后有茂密的森林，滩上可以行车走马，海中可以畅游娱乐。游览【海坛古城旅游度假区】海坛古城以“闽越海洋文化、海防文化、海上丝绸文化、福文化”等为根基，以明清古建筑为载体，以古城演艺、互动娱乐和节庆活动为表现形式，集“吃、住、行、游、购、娱”各个元素，按照国家5A级旅游景区标准，倾心打造的海峡两岸旅游集散地，让游客体验一站式休闲度假旅游。海坛古城成型的建筑代表作有府衙、望海楼、闽王阁、怡心院主题酒店、龙潭湾酒店等。乘车前往秀丽的武夷山。入住酒店！第七天餐：含早住：武夷山/南昌早餐后，游览武夷第一峰——【天游峰景区】，（武夷山景区环保车85元/人必交）海拔408m，相对高度215m。它是一条由北向南延伸的岩脊，东接仙游岩，西连仙掌峰，削崖耸起，壁立万仞，高耸群峰之上。峰上有一涧沿崖壁流下峰底，形成高差约120m泉。峰上名木古树众多，常绿阔叶林郁郁葱葱。明代著名地理学家徐霞客赞道："不临溪而能尽九溪之胜，此峰固应第一也。沿途可欣赏武夷精舍遗址、云窝、茶洞、隐屏峰、接笋峰、水月亭、铁象岩、小一线天、晒布岩、茶洞、仙浴潭，登上山顶，三十六峰、九十九岩尽收眼底，一饱“曲曲山回转、峰峰水抱流”的秀美景色每当雨后乍晴，晨曦初露之时，白茫茫的烟云，弥山漫谷，风吹云荡，起伏不定，犹如大海的波涛，汹涌澎湃。登峰巅，望云海，变幻莫测，宛如置身于蓬莱仙境，遨游于天宫琼阁，故名天游，为武夷第一险峰。乘车前往游览【大红袍景区】（游览时间约 2 小时），母树大红袍，清代即已名扬天下的大红袍母树仅 6 株，生长于武夷山景区天心岩九龙窠，是武夷岩茶高贵品质的象征，具有丰厚的文化内涵。游览武夷宫【仿宋古街】，位于武夷宫，全长300米，取南北向，街头建有石坊门，街尾构筑了古门楼，模仿宋代建筑遗风，以朱熹纪念馆为龙头。赠送·专属定制【品茗山水·武夷茶叙体验】，特邀专业茶艺师为您准备一场雅致的专场专属茶会体验，在优美的茶境中，坐下来，静静品饮一杯好茶。在茶香氤氲中，感受茶的芬芳，茶的韵味，与资深茶艺师进行深度茶文化交流，亲近自然，感知雅致生活的一席温暖所在。备注：根据返程时间安排住宿武夷山或者南昌，如住武夷山可赠送景点：【滨溪路漫游道道】漫游道位于武夷山国家度假区，与大王峰隔溪相望，坐拥大王峰对面秀美的自然风光，环境清幽，徒步在漫游大道上呼吸山水相伴的“灵气”游山水、观“云漂”，竹筏水中游、人在岸上走的悠闲惬意，把人文景观与自然山水结，即可感受武夷山人文风情，还可以纵情体验田园小资慢生活。第八天餐：含早住：火车上早餐后，乘车前往南昌，乘坐飞机返回兰州！！！   亲爱的朋友们，旅途虽然是短暂的，希望给你们带来的快乐是永恒的。我们下次旅行再见! |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 交通：当地空调旅游车，客运资质齐全，确保一人一正座门票：行程所列景区首道大门票；不含园中园门票（已含优惠政策，任何证件无退费）住宿：全程入住经济型酒店（不含住宿的不退房差，福建提倡节能环保、酒店不含一次性洗漱用品，请自备！福建省空调不制热、所以到 11 月后空调都是不开放、特别备注：望客人理解！）标间或大床，不提供自然单间，请带上身份证以便登记入住（单人房差580元/人）用餐：全程7早3正特色餐（海鲜大咖宴+土楼客家九大簋+武夷茶宴），不用不退，酒店占床含早，正餐10人一桌，8菜一汤，人数减少菜量随之减少，不吃不退。（备注：南昌，土楼由于怕影响白天走行程所以早餐为打包早，其他为桌早或者自助早）导游：金牌执证导游，全部经过岗前服务培训的服务型导游，儿童：1.2 米以下小孩报价只含半餐费和车导费。不含门票和住宿，如有需要报价时请提前说明购物：纯玩团，武夷农家茶叶，不属于购物店！（分布在景区、景点、餐厅、酒店、高速公路休息站及其他旅游行程中的购物场所，非旅行社安排，购物请谨慎，旅行社不负责后续事宜，请旅游者知悉）。 | | |
| **费用不包含** | 1、因交通延误、天气、自然灾害等不可抗力原因导致的额外费用、需客人自理；2、因自身违约、自身过错、自身疾病等自身原因导致的人身财产损失而额外支付的费用；3、不占床位游客不含早餐。4、当地导游会推荐自费项目、客人自愿参加。 5、赠送景点不去不予退任何费用、此产品为优惠产品、任何证件或老幼再无任何减免政策。6、因厦门鼓浪屿船票需要预约，为了保障游客利益，使游览更加顺畅不减少景点前提情况下，游览顺序可前后调整7、由活动期间个人的交通费、用餐费、购物等私人费用。8、客人自选的个人消费项目，及“旅游费用包含”内容以外的所有费用；。9、小交通：武夷山环保车 85 元必交 推荐自费项目：厦门鼓浪屿轮渡+鼓浪屿耳麦+海上明珠塔 +永定土楼+3正餐 +车导服务费=打包优惠价298元。。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 游客出门敬请带好身份证，此旅游者必须提前投好旅游意外保险，旅行社所投为旅行社责任险； 旅游者在行程中因个人原因自行离队或放弃旅游景点，视为自动放弃，费用不退；行程在不减少景点的情况下，游玩顺序可调整；规定的游玩时间在特殊情况下可由导游调整；如因政策因素、不可抗力因素造成的行程影响，旅行社不承担责任且费用不退；旅行社不推荐客人参加人身安全不确定的活动，旅行社禁止游客进行江、河、湖、海的游泳活动，游客擅自活动，产生后果，旅行社不承担责任；旅游结束前请如实填写导游提供的《意见反馈表》，对于没有填写而事后提出意见和投诉原则上我社不予受理。行程中，餐厅、景点、农家、长途中途休息站及周边购物店商店购物，均不属于旅行社安排的购物店场所，请根据个人需求谨慎购买；游览鼓浪屿时，导游可能会带您品尝鼓浪屿土特产，非购物店；鼓浪屿实行实名制，游客报名是必须提供准确的名字及身份证号，登船凭船票、证件、人一致方可登船（小孩无身份证可携带户口簿）。如因自身原因漏报错报证件或临时变换旅游人员等主管原因导致无法登船，我社概不负责！鼓浪屿实行人数限制，轮渡票需提前订票，订票后无法补差价补票。小孩身高如超过 1.2米，需提前通知我方买全票轮渡票，如因客人信息传达错误引起无法登船等后果由客人自行负责。轮渡票临时补票无法保证与我社预订的班次一致。船票购买成功后，轮渡公司不提供个别退票，如游客临时取消行程，需承担过渡票全损。（鼓浪屿需提前预定船票具有一定不确定性，参观时间以具体预定的船票时间为准，预订之后如有变更会产生相应损失） |
| **温馨提示** | 1.报名前请提前来电确认位置，行程中大交通班次及时间仅供参考，不作为协议要求，具体以实际出票为准。2.团队出发前临时取消，需按照铁道部或航司规定收取退票费+当地车位损600元/人。3.关于人少不成团的相关约定及承诺：本团最低成团人数为20 人，如果少于20人我社将在出发提前 3-7 天通知旅游者，届时游客可自愿选择退团（100%退还全部团款）或选择延期参加下一个旅游团；而由于人少不成团造成的游客损失，我社不承担任何责任！如有忌讳或者必须此日期出行的诸位游客，请报名时谨慎考虑！4.由于航空公司班次变更、延误、取消造成的行程变更、取消或额外产生的费用，我社不予承担违约和赔偿责任。5.根据实际天气、路况、景区人流量等，在景点不减少的条件下，我社有权利对游玩时间、车程游览顺序等进行相应的调整。6.如遇人力不可抗因素（如：地震、海啸、泥石流、瘟疫、暴乱、罢工、军事活动等）或不可规责于双方的事情发生（如：天气、路况等发生较恶劣变化的各种突发性事件等）致使行程无法正常完成的，我社不予承担责任。（关于疫情:因突发疫情或政府管控措施变更及升级的，致使行程无法正常完成的责任或期间产生的额外费用由客人承担。）7.请妥善保管好随身所带物品，因保管不善引起的遗失和损坏，我社不承担赔偿责任。8.行程中服务站、卫生间附近所设购物点，非我社安排，若出现购买假冒伪劣产品情况，我社不承担责任。9.我社不接待怀孕妇女或身体健康不适宜旅游的客人参团，凡隐瞒怀孕事实或身体健康情况导致的任何问题我社不承担责任。10.老年人出行参照《旅行社老年旅游服务规范》执行：60→69 周岁签《安全责任书》；70→74 周岁签《安全责任书》+三级甲等医院开具近 3 个月内的健康证明或体检报告；75周岁以上不予报名。11.请客人务必认真填写《游客意见单》等结团意见材料，如有问题或投诉，我社一律在当地为客人协调解决，回团后一切投诉将依据《游客意见单》位准。12.餐饮、酒店及旅游巴士等资源均为提前支付订金，如因个人原因临时取消的（出团前一周内）或中途退团的，造成的资源空置费用相应扣除。13.关于单人报名产生单房差的相关规定：单人报名我社尽量帮助客人拼住，但是如果确实拼住不了，则请游客必须按照实际发生的费用，自行承担个人房差，否则请您退团！我社拒绝因为拒缴房差而产生的各类投诉！14.60 岁以上参团游客必须提供老年证、身份证，否则产生的门票差价客人自行承担！15.以上报价按照旅行社折扣价格核算后，老年人优惠门票差价已经在报价中返还游客，故我社不再退还任何门票差价！16.其他相关证件使用说明：如持伪造证件，由此产生的一切后果由旅游者自行承担与旅行社无关。17.以上各年龄段报价必须以身份证上的实际周岁年龄为准，由于各景区查的非常严格，故必须足年足月足日。18.当地旅游大巴，我社均按照年龄具体排车座顺序，年龄大的靠前排，年龄小的在后排；夫妻出行，以年龄大的一方为准，排在前排，不予以分开；如果人多参团,请告知我社哪两个人是夫妻,否则我社将默认按照年龄安排；出团前三天报名的游客，由于车座已经事先排好，故按照顺序有可能坐在后排，望周知！19.以上行程及景点我公司有权根据实际情况进行前后调整，但景点不减少。20.以上游览时间和行车时间为参考时间，具体实际使用时间会略有不同，我社不承担因实际发生时间与参考时间不同而造成的投诉。21.我社不接受患有心脑血管疾病、高血压、精神类疾病、行动不便者和患有其他严重疾病不适合参加旅游团者报名、敬请谅解！其他疾病情况出游请遵医嘱谨慎出行！22.旅游者需充分了解行程安排、并根据个人身体情况承诺健康和可顺利完成旅行方可报名。23.一切私人贵重物品如现金、首饰等必须随身携带，绝对不要放在酒店房间，旅游车及托运行李中，如有物品遗失后果自负，与旅行社无关。24. 游客必须填写“游客意见书”，投诉回团后 7 天内有效，处理结果以在当地填写的“游客意见书”为准，逾期不予受理。恕不受理客人因虚填或不填意见书而产生的后续争议，由此而造成的一切损失由客人自负。（特别说明客人在当地意见单签的没有投诉，回去之后就投诉说在导游面前不敢不签，碍着面子别人签了自己不签不好），处理投诉我社严格按照客人签的意见单为准！25.全程所有赠送景点，如若不参加，不退任何费用。26.报名前请详细阅读本行程、合同一经签订法律效应即刻生效、即代表游客（包含游客代表签订合同情况的全体游客）同意本行程及认同行程安排和服务标准，报名后退团会产生损失、旅游团火车票为实名制团体票不能退改签、敬请谅解！ |
| **保险信息** | 旅游意外伤害保险 |
| **保险信息** | 甘肃丝绸之路国际旅行社安全告知书为了确保此次旅行安全顺利的进行，旅行社就旅行中应注意的问题与安全事项，在您参加本次旅行团之前，特别向您进行提示与告知：尊敬的客人：感谢您选择甘肃丝绸之路国际旅行社的服务！为了确保此次旅行安全顺利的进行，旅行社就旅行中应注意的问题与安全事项，在您参加本次旅行团之前，特别向您进行提示与告知，请您在参团前仔细阅读。一、参团前准备事项：1．根据当地气候准备应时衣物用品⑴不同的景点气候多变，老年人易受凉感冒，所以衣服要带够，以便随时增减。穿旅游鞋，请酌情带防晒霜、太阳帽、晴雨伞、墨镜、雨鞋等；上年纪的人带上手杖；山区不宜打伞,请自备雨衣。安排好所需的行李，行李包中如果有易碎的东西请妥善保管；⑵某些娱乐项目只有穿长裤才适合，因此女游客不要仅带裙子，长袖衣裤都必不可少；⑶到野生动物保护区游览，应穿中性颜色的衣服，如棕色、米色和土黄色；白色和其他鲜艳的颜色会令动物不安。同时，尽量穿长袖衣裤，以防被丛林中的蚊虫叮咬；⑷因乘坐火车时需经常上下铺，尤其老年人会经常起夜，因此长时间乘坐火车时应准备一双拖鞋；⑸参加火车团或用不习惯酒店备的一次性洗漱用品者请自备好洗漱用品。2．提前检查身体，自备药品⑴在临行前的体检必不可少，参加旅行前要征得医生同意。如有体质较弱或者曾患病的游客必须坚持治疗，防止旧病复发。平时需要用药治疗者，出游时切不可遗忘服药；⑵为防止水土不服，还要带些急救用品及常用药品，如绷带、创可贴、伤湿止痛膏、感冒药、晕车药、止泻药、消炎药、黄连素、风油精、健胃药、抗过敏药等。有晕车史的要在乘车、乘船前半小时服药；⑶参加高原、野外、长途旅游，旅行社不建议年龄较大或有高血压、心脏病、糖尿病、身体残疾等不适宜旅游的客人参团旅游，如执意参加必须提前征得医生同意，备好药品，并征得家属子女同意，如因自身原因发生意外，责任自负。3．安排好家中相应事宜⑴如果出游时家中没有留人，请安排好您家的物品投送（如牛奶、报纸、邮件等）；将家中贵重的东西放入保险箱或其他安全的地方；关上自来水龙头、煤气开关，拔下家用电器的电源插头；如有宠物、托付他人代为照看；检查所有门窗的锁，拜托可靠的朋友或邻居不定时察看，自己一定要随身带好家门钥匙；⑵把旅行路线留给自己的家人或与你联系的人。检查是否带好了与家庭、单位和亲朋好友联系用的电话号码。4．出团时请带好证件，如老年证、身份证、军官证、学生证、残疾证、户口本等，提前向导游出示证件以便导游购买优惠门票，如购买门票后再向导游出示，则证件无效。二、出团注意事项：1．认真阅读出团通知并随身携带备用，记好旅行社通知的集合时间、地点、集合标志、联系人电话，要在规定的时间内到达指定的地点集合。带好自己的证件、车票、机票、船票。安排好从家中到车站、机场、码头的路线和交通工具；参飞机团请务必带好身份证原件，儿童带好户口本原件；如因自身原因造成无法办理出境手续或误机一切损失由客人自行承担，旅行社不承担责任。2．证件机票安全⑴护照是我们在国外唯一有效的身份证明，丢失护照将有很大麻烦。护照须由自己保管（到某些国家是由领队保管）。如客人自身原因丢失护照，由此产生的一切费用和造成的损失费用由客人承担。旅行社导游协助补办护照手续，但所发生费用和机票变更费用需由游客承担；⑵机票一旦丢失需自费补票。请注意在每次使用机票换登机牌时，查验清楚只撕了当次飞行段的机票联，如多撕或错撕，机票将无法在下一飞行段使用；⑶证件和贵重物品，如护照、身份证、机票、现金、支票、邀请函原件和复印件等，请务必随身携带，一定不要放在托运的行李中。3．在交通工具上注意事项⑴按照国际惯例，团队办理登机手续，是按客人姓氏的英文字母顺序发给登机牌。因此，如需调整座位，应在飞机起飞且平稳后商量调换，切不可挡住通道，影响其他客人行走；⑵飞机上用餐时应将座椅靠背调直，以免影响他人。飞机上用餐每人一份，饮料免费，可按需要索取。如有回民或吃素等特殊用餐要求请提前向乘务员声明。若需服务可按呼叫按钮，不可大呼小叫。飞机上应轻声交谈，以免影响他人休息；⑶出外旅游携带的行李要求轻便，旅行箱、包要坚固耐用，应尽量避免携带贵重物品，行李如需托运，切勿将现金及贵重物品放在托运行李中。大件行李在办理登机手续时交航空公司托运，托运的行李一定要包装结实并上锁；⑷请将随身行李放置在本人座位上方的行李舱内，放不下的请安置在自己前排座位下面；⑸搭乘飞机时扣好安全带，不要在飞机上使用手提移动电话等相关电子品,不要在飞机上随意走动。机舱内全面禁烟；⑹在车厢内行走，随时扶好把手，不要将手扶在门框上，以免行车时或突发紧急制动造成伤害；在火车上打水不宜过满，3/4处为宜，以免烫伤；不要在车厢内吸烟，行李要保管好，夜间防止被盗；睡觉时车窗要关闭，以免受凉；⑺在交通工具上禁止携带易燃易爆、管制刀具等危险物品。乘机、坐车、上船要注意扶梯，在台阶处站稳，乘车时注意颠簸路段及司机急刹车以免扭伤或摔伤身体，途中严禁追跑打闹。勿在车辆行驶过程中任意更换座位，头、脚勿伸出窗外，上下车时请注意来车方向以免发生危险；⑻乘车晕车者请提前跟导游打招呼，请将前方座位主动留给老、幼、晕车客人乘坐；⑼班机（火车）抵达目的地后，请您不要急于下飞机（火车）而遗忘物品，注意检查随身行李和物品；⑽旅行社接团人员会到机场、车站迎接各位，注意看管好自己的手提行李，请尽量和团队在一起，避免走失。4．酒店注意事项⑴入住酒店时请保管好房卡，检查房间内设施（卫浴设备、遥控器、烟缸、毛巾浴巾等）是否有损坏并及时告知酒店，以免退房时发生不必要的麻烦。染发的客人请自备一条毛巾、枕巾或是等发干了再入睡，以免染到酒店枕头上；⑵在使用房间内物品时，看清是否免费使用，如使用非免费物品请看清标价；⑶出入酒店房间请随手关门并把门窗锁好，不要随便开门或让陌生人进入房间以免上当受骗；⑷勿将洗完的湿衣物披在灯上烤干或在床上抽烟。相应证件、护照、现金等应寄存在酒店保险箱内或随身携带，切勿放在酒店房间内、寄存行李处或旅行车内；⑸沐浴时地面、浴缸容易打滑，一定要先把防滑垫放好以防滑倒摔伤；⑹自由活动期间最好结伴而行，去什么地方最好事先与领队和导游打招呼，并带上酒店名片以免迷路。如在自由活动期间发生意外，请首先与全陪和导游联系寻求帮助，旅行社不承担责任和由此产生的费用；⑺每次退房前，请检查您所携带的行李物品，特别注意您的证件和贵重物品。房间内配备的浴巾、毛巾、水杯、烟缸等物品不是免费赠送物品，均不可带出酒店。5．景区注意事项⑴抵达景区游览前，紧记导游交代的集中地点、时间、所乘游览车号，万一走失请于集中地点等候导游返回寻找；⑵团体旅行时不可擅自脱队，单独离队，如果要脱离团队请征得全陪、导游同意，并随身携带当地所住饭店地址、全陪电话及导游电话，以免发生意外。参加团队旅游，要听从领队或导游的指挥安排，不随意活动，以免发生离群、掉队、迷路等事件。要随时注意团队的去向，以免掉队。旅行期间，团友应互敬互谅，配合领队和导游工作，如有违法或者违规行为，领队和导游有权制止或采取相应措施；⑶行程中或自由活动时尽量不参加危险活动项目，如攀岩、高速摩托艇、水上飞机、高速游轮等项目。如执意要参加，要听从该处工作人员的安排，落实各项安全措施，切忌麻痹大意。携带儿童的游客，参加此类活动时应照顾好自己的孩子，不要让他们独自活动。身体状况不佳者请勿参加。患有心脏病、肺病、哮喘病、高血压、恐高症者切忌从事水上、高空活动。如有意外发生，我社不承担责任；⑷因无法预测海啸、台风，避免受到海蜇、鲨鱼袭击，防止溺水等意外发生，旅行社不组织游客参加游泳、潜水等水上或下水项目，如游客执意下水也需根据自身情况仔细斟酌后再下水，不熟悉水性者，切勿独自下水，儿童一定要有家长陪同一起游玩。如有意外发生，我社不承担责任；⑸搭乘快艇，漂流木筏，参加水上活动，请按规定穿着救生衣，并遵照工作人员的指导。如有晕水、晕船者请勿游玩水上项目；⑹游客在乘坐缆车或其它高空项目时，一定要注意安全，系好安全带；⑺游客在旅游行程中如出现乏力、多汗、头晕、眼花、心悸等症状时，应及时休息，不可勉强坚持。患有心血管病的老年人，更要加强自我监护。老人易疲劳且不易恢复，旅游中要有充足的休息和睡眠。若感到体力不支，可休息几天或中止旅行。在长时间步行游览时应随时坐下小憩并且随时与全陪、导游联系以便在第一时间得到救护；⑻在走山路时靠内侧行走，要注意脚下，切记“走路不看景，看景不走路”，紧跟导游避开危险路线，照相时不要拥挤，以免发生意外；⑼不同的景点气候多变，要随时增减衣服，携带上雨具。行走出汗时不要马上脱衣敞怀。昼夜温差大的地区，睡前要盖好被毯；⑽出游时，老人最好有亲朋好友陪伴，以免生病或发生意外时无人照顾。为防止老年人跌跤发生伤害，最好佐以手杖；在乘车时，最好选择中间位置及舒适座位，以防晕车引起恶心、呕吐等。自觉维护景区内卫生，不乱扔废物，不在禁烟区抽烟，不要投食喂动物，不往河道湖泊里扔垃圾。⑾到少数民族地区请注意民族禁忌，尊重当地民俗。⑿我社郑重提醒旅游者谨慎参加赛车、骑马、攀岩、滑翔、探险、漂流、潜水、游泳、滑雪、滑冰、滑板、跳伞、热气球、蹦极、冲浪等高风险自选活动，若由此造成的人身伤亡或财产损失，我社不承担责任，不负责赔偿；⒀在自由行过程中您自愿参加的一切活动项目，请充分了解活动的内容并严格遵守活动项目的安全规定。建议您主动购买相关保险。我社对您在此过程中发生的意外不承担任何责任；⒁参加西藏等高原类旅行，请你在出发前将自己的身体健康状况如实告知，严重心脏病、高血压、肺和血液系统疾病患者不宜进藏或上雪山。我社建议您前往高原前最好去正规医院进行体检，对自己的身体健康状况负责，如隐瞒身体情况发生的问题我社不承担任何责任。请旅游者带上必要的应急药品和其它物品，不宜剧烈运动，不宜饮酒，多食蔬菜、水果，以防发生高原反应；⒂参加海边旅游，请您不要在非游泳区游泳、不要在水中过分嬉戏，防止呛水。水性一般的人最好不要往深水区走，海和游泳池不同，海有涨落潮之分，一旦涨潮，你离海边距离变远，体力消耗过大极其危险。忌剧烈运动后游泳，忌长时间曝晒游泳、忌游泳后马上进食、忌游泳时间过久、忌高血压患者游泳、忌心脏病患者游泳、忌中耳炎患者游泳、忌急性眼结膜炎患者游泳。6．饮食注意事项⑴旅游中不光顾路边无牌照摊档，不吃不洁和生冷食品，防止病毒性肝炎、痢疾、伤寒等肠道传染病经口进入。在外面私自食用不洁食品和海鲜引起的肠胃病旅行社不承担责任；⑵重视饮食卫生，严防“病从口入”。对各地的风味小吃、土特产食品应以品尝为主，一次不宜吃得太多，更不能暴饮暴食，以免引起消化不良等；⑶多吃些新鲜蔬菜和水果，少食油腻和辛辣生冷食物，最好少饮或不饮酒；⑷饮食有特殊要求的提前跟导游打招呼，以便导游更好的给您安排饮食；⑸海边吃海鲜应选择新鲜的海鲜，吃海鲜不宜饮啤酒、不宜与某些水果同吃，且吃海鲜后不要马上去游泳。如果旅游者自行购买海鲜发生问题（非旅行社安排的用餐），我社不承担任何责任。7．购物注意事项⑴切勿在公共场所露财，购物时勿当众清数钞票。⑵购买商品时请向商店索取完整的发票和购买证明。⑶在小摊位购买物品时，看好后再与商贩讨价，如无意购买切勿与商贩多做讨价，以免发生争吵。以上内容请仔细阅读后签字确认，谢谢您的合作，在此代表旅行社祝您身体健康，旅途愉快！（本附件一式两份，双方各持一份）本人已阅读上述旅游安全须知及风险提示，并对自己的人身及财物安全负责。                                              客人（签字)：                     日期：   年   月   日 |