**（嗨帆一夏）厦门鼓浪屿植物园赶海旅拍云水谣双飞6日游行程单**

厦门鼓浪屿植物园赶海帆船旅拍云水谣双飞6日游16人小包团

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | FJ1695271205c7 | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 福建省-厦门市 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | ★【琴岛旅拍】精选旅拍点：最美网红转角+汇丰银行遗址+协和礼拜堂+船屋；★【纯净旅游】市区两天全程一导制，0 购物 0 自费；★【任性撒欢】体验小资帆船出海冲浪，邂逅海豚~ ★【网红景点】特别安排网红山海健康步道，鸟瞰筼筜湖，远眺白鹭洲；★【叁大承诺】100%无强制消费、逛足 4 小时的鼓浪屿、全程慢慢游~ ★【帆船出海】帆船出海冲浪，邂逅中华白海豚，近距离接触大海；★【赶海抓蟹】卷起裤脚，拿起铲子，在海滩寻找大海的馈赠吧！ | | | | |
| **产品介绍** | 全程16人小包团，0购物0自费 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州-厦门**  乘机或动车前往厦门：中国东南沿海一座美丽的滨海城市，司机接机后入住酒店。晚上客人可自由安排。推荐地点：【中山路步行街】厦门最老牌商业街，代表了厦门的繁华。建筑都是骑楼，有浓郁的南洋风情，粉红乳白是主色调，斑驳的墙体与古旧的木窗更为骑楼增添了几分特有的神韵，别有一番风味。温馨提示：1、接站专员送达酒店协助办理入住手续！2、入住酒店需提供身份证，小孩如无身份证必须携带户口簿方可登记入住。无携带身份证或户口簿，酒店有权利要求游客去公安局开具证明，方可办入住。3、抵达当天无景点游览安排，自由活动出行请选择正规合法的交通工具。4、全程请保管好自己的贵重物品，有病史的客人请提前告知且尽量不要单独外出。5、导游会在出游前一天晚上 20:00 左右电话或者短信告知第二天集合时间、地点、车牌号，请保障手机 24 小时畅通 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 厦门 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **朝天宫-鼓浪屿-网红旅拍-山海落日步栈道（赠送精美照片10张以上）**  早餐后前往景点 ·网红魔幻机位拍摄点-朝天宫这是一处隐匿于都市繁华之中的神秘地点，不仅是厦门极具魔幻色彩的场景，更是一处蕴含深厚闽南文化遗韵的宝地。天空之舞与地面之灵：在清水宫，你将目睹大型飞机在头顶低飞的壮观景象，与此同时，这里的闽南建筑特色也为这幅画面增添了几分神秘与庄严。这种独特的视觉体验，仿佛是现代与传统的完美融合，是科技与文化的交汇。后由轮渡码头乘轮渡前往海上花园，美丽五大城区之首——【鼓浪屿】（船票时间以实际出票为准）【最美转角】在洋楼林立、街巷错落的鼓浪屿上，其实有很多转角都让人流连，但唯独这个转角被称为“最美转角”。【汇丰银行公馆旧址】这座建筑曾是英商怡记洋行的闲乐居(Anathema Cottage)，历史上也曾作为汇丰银行的高级住。【协和礼拜堂】婚纱照取景圣地；【天主教堂】-万国领事馆建筑博览，这一路是摄影师们喜爱的一段，也是你错过会倍感遗憾的一段路程。【怡园-林鹤年故居】林鹤年 是那时代的先驱者，为国献军需，助华夏安邦。【面朝大海，踩沙踏浪】大海的深处贩卖着蓝色的孤独，温柔的人会带你离开海底。我们为您准备鼓浪屿上配套设施最为完善，视野也最为开阔的【港仔后沙滩】，沙滩上，一片童稚的呼叫。带你体验漫步在南方小岛海滩，赤脚戏水踩沙的休闲时光。【琴岛旅拍】鼓浪屿是回忆的定格点，琴岛旅拍精选岛上美妙景色机位，让专业摄影师记录下这趟精彩的旅程吧。【老别墅下午茶】最有特色的茶点当属鼓浪屿手工馅饼，一路走来，想必大家也已饥肠辘辘，在下岛之前，我们品一品闽南手工馅饼，尝一口凤梨酥，喝一杯果茶，为鼓浪屿之行画上一个圆满的句号~(中华路是商业街形式，不属于购物店)统一码头集合下岛景点 · 打卡网红机位-山海落日步栈道打卡厦门最浪漫的【山海落日步栈道】，栈道临海依山而建，在这里不仅可以享受宁静的海景，还可以观最美 的日落和夜色。好天气时还可以直接看到落日橘子海随手一拍都是大片 美到不需要滤镜！返回厦门市区酒店休息，集合上车，乘旅游巴士沿路依次送各位贵宾回酒店休息。旅拍小贴士： 穿衣指南：看过那么多客片，鼓浪屿是最容易出片的地方，在服装方面是最好选择的，只要记住要拍小清新的照片就要避免深色系的衣服，黑色首先就被pass了，其他就按照自己穿搭风格来就好，鼓浪屿不仅适合小姐姐旅拍，闺蜜情侣甚至是亲子家庭都可以拍出大片的视觉感受。旅拍时间约1小时，根据人数调整，底片全送 + 每人约10张简修照片，请配合摄影师哟！温馨提醒： 1）关于鼓浪屿“无线导览，无声讲解”项目提示： 从 2015 年 10 月 8 日起，为保护鼓浪屿宁静优雅的氛围，为游客和居民营造更加温馨和谐的环境。 鼓浪屿确立了“无线导览，无声讲解”项目，禁止导游使用扩音喇叭，改用无线收发的耳机麦克系 统。此设备需要收取每位游客 20-25 元/人天的租金，损坏需要照价赔偿，希望亲爱的游客们谅解并 小心爱护哦。此设备租用是为了广大游客们能清晰的听到导游的讲解，并不强制，有不需要的请提 前告知导游即可。 鼓浪屿轮渡实行实名制，预留证件与上岛证件须一致哦。也就是说，如果您用身份证填写的信息就 一定要带身份证原件上岛，用护照填写的信息，就一定要带护照原件上岛，不能临时换身份证。如 果您身份证丢失要去户口所在地的公安局办理临时身份证明，机场办理的临时身份证明是不能上岛 的。 2 因是实名制团队票，须团进团出， 如果您需要在鼓浪屿上多逗留自由活动，不与导游一起回程， 须自行在码头窗口购买船票 18 元/人，抵达厦门后自行返回酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 厦门 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **沙坡尾-演武大桥观景-渔趣赶海-音乐广场-帆船出海-植物园**  沙坡尾-演武大桥观景-渔趣赶海-音乐广场-帆船出海-植物园景点 · 饱含文艺的避风港——沙坡尾【沙坡尾】是厦门港的源起之地，它的历史可以追溯到明代以前。早期的厦门港是一湾弧形的海湾，这一带海湾呈月牙型，金色的沙滩连成一片，故有“玉沙坡”的美称。 历史上又划分“沙坡头”与“沙坡尾”两个地段，分界线就是一条由碧山岩汇聚而下的溪流，溪流的出海口即是现今沙坡尾避风港坞口的位置。午餐 · 海鲜大咖锅景点 · 最美夕阳欣赏——演武大桥观景平台【演武大桥】观景平台和演武大桥通体洁白的鱼腹式风格相应，一万平方米观景平台平缓地向厦门湾伸展出它的翅膀，碧海与蓝天相映，听浪鼓岩壁，赏轮渡、海沧、鼓浪屿及漳州港之景。海风轻拂，晚霞漫天，余晖入目，在这里可以看到厦门醉美的夕阳（陪你最爱的人一起看）鹭岛黄金海岸赶海踏浪抵达海岸滩涂渔场体验赶海乐趣、卷起裤子、带着特制的赶海工具，到浅海滩涂捕捉鱼虾、挖蛤蜊、捡贝壳，享受大海的馈赠~【抓虾捕蟹】退潮时享受收获，至于抓到了什么，就像开盲盒一样凭借运气啦。抓鱼抓虾是很多人童年美好的回忆，因为生活的种种，很多美好的记忆已经慢慢从脑海中淡去，打开您的“赶海专属盲盒”，或许可以唤起往事种种——恍若昨日。潮水退去，打桩扎网，渔民幸事，各种海鱼海蟹犹如探囊取物，退潮后收获丰收海产体验渔民的生活。【滩涂赶海】（PS:自理赶海工具租用费：水桶+铲子+雨靴+冲水=25元/人）动起您的双手，拿起专业工具，去开采属于您的海上‘珍宝吧’！海洋小贴士：海蟹的大部分时间是在寻找食物，它们一般并不挑食，只要能够弄到的食物都可以吃，小鱼虾是它们的最爱，不过有些螃蟹吃海藻，甚至于连动物尸体和植物都能吃。温馨提醒：1、带眼镜的朋友，可以准备一个眼镜绳噢，可以自己制作哈，避免玩耍时眼镜脱落情况出现；2、如可以请准备一套备用衣服，可以免费寄存；3、携带老人及儿童，应有成人家属陪同，照看好老人儿童！4、建议携带常备出游物品，如晕车贴，正气水，防晒乳，风油精，防蚊药水等。【沙滩排球·租用赶海工具后可免费使用】是目前唯一在沙地上进行比赛的奥运会正式项目。它集竞技体育、旅游、娱乐为一体，拥有现代竞技体育运动的所有特点：快速、悬念，对身体素质的高要求。给旅途中展示更全面的体验，一次玩到嗨！【沙滩风筝·租用赶海工具后可免费使用】浩瀚星空，余晖落日，海浪和沙，用风筝代我们自由翱翔放飞梦想。午餐· 赠送海鲜大咖锅景点 · 流动的音符，凝固的乐章——音乐广场看音乐广场海域沙滩，平坦开阔。由于沙滩铺上了很多鹅卵石，海水一回一落，那种海水与一堆石头摩擦产生的哗啦啦声，极其美妙。一天，一地，一海，一人，一椅，一路灯，在这里，面向大海，静静聆听大海的呼吸。在音乐广场上的日出和日落，从绚丽化为淡然，由七彩归于苍茫，已倾尽一天爱的余晖，无阻的洒向海面。涨潮的关系，海水吞没了沙滩，裸露出来的都是光滑的鹅卵石，大大小小，形形色色！在这里随心的散散步，走走停停，享受下椰树棕榈树与大海的融合，没有丝毫的匆忙，自在的玩玩石头，听听街头艺人的弹唱，感觉日子挺美好！景点 · 帆船出海，近距离触摸大海（请一定要带上有效身份证，否则无法登船）帆船教练相伴，扬帆起航。一路乘风破浪，一路满满惊喜体验（有几率会看到海豚鱼跃于海面）。蓝天大海，映入眼帘的是厦门最美的海岸线。边际海天一色，金门列岛，白鹭并航前行，风帆摇摆，心随帆动。从香山或五缘湾游艇港码头出发，乘坐帆船游览金厦两岸的美丽景色，全程体验40分钟左右。景点 · 万石植物园，海上花园中的绿色瑰宝万石植物园：自 1960 年建园至 2014 年，厦门植物园已引种、收集 7000 多种（含品种）植物，建成 15 个专类园区。千奇百异的植物都 使劲探头争抢着生长，看起来生命力极其旺盛。不仅让人想起顾城里的一段话：”你把自己放在万物中去看，便如花开草长， 当你排除了妄念之后再看世界，那真是美好的不得了“，大自然真是永远拥有着致命的吸引力！传闻中 9 分钟直接上山的植物园观海自动扶梯！！全程共六段，每段扶梯均 设有休憩平台，在此可览万石绿植、碧海蓝天、朝阳霞光....每一节扶梯都以镂空隧道为造型，踏上电梯那一刻， 穿过的仿佛不是电梯而是时空，赛博朋克那味拉满了！山顶坐拥绝美观景台！（赠送植物园往返电瓶车10/人，不用不退）集合返回厦门市区酒店乘车返回厦门市区，旅游巴士沿路依次送各位贵宾回酒店休息。备注：由于赶海时间视潮汐时间而定，故当天行程顺序会有所调整，保证不减少景点及游玩时间~以上行程时间点仅供参考，因赶海活动和帆船活动需考虑到海水潮汐等自然环境因素，所以实际安排为准！ |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 厦门 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **南靖土楼➢云水谣一日游：精品懒人小团**  09:00 厦门岛内免费上门接送 10:00 乘车出发前往南靖云水谣古镇，全程路程约2-3小时12:30 抵达景区内餐厅，享用当地特色客家风味午餐13:00 参观游览小桥流水人家的云水谣景区（世界文化遗产地、国家5A级景区、中国最美乡村）A【和贵楼】：和贵楼又称山脚楼，建于清代雍正十年，是南靖最高的土楼。顾名思义，和贵楼是劝世人弘扬以和为贵的传统美德。楼如其名，在高速变化潮流中，它显得异常的祥和、安宁、沉稳。B【云水谣古栈道】：千年古榕树群、一条百年老街、千年古道溪岸边，由13棵百年、千年老榕组成的榕树群蔚为壮观，其中一棵老榕树树冠覆盖面积1933平方米，树丫长达30多米，树干底端要10多个大人才能合抱，是一棵目前我省已发现的最大的榕树。榕树下一条被踩磨得非常光滑的鹅卵石古道伸向远方，据考证是长汀府（龙岩市）通往漳州府（漳州市）的必经之路。古道旁，有一排两层老式砖木结构房屋，那就是长教已有数百年历史的老街市。 C【怀远楼】：怀远楼建于1905-1909年，是目前建筑工艺最精美、保护最好的双环圆形土楼。楼高四层13米，直径38米，每层34间，共136间，为简氏家族所建。怀远楼最引人注目之处在于内院核心位置的祖堂，也就是家族子弟读书的地方“斯是室”。“斯是室”精巧秀气，上下堂建筑占地190平方米，室内雕梁画栋，古朴天然，书卷气浓。D【土楼之光博物馆】--钟兴楼赠送参观游览【土楼博物馆钟兴楼】，登土楼（安排贵宾免费上楼，观看土楼内部结构，感受客家人生活常态，登楼后视野更加，站在新奇角度拍下新意照片，点亮您的旅程）16:00 结束行程，乘车返回厦门（中途停靠正规高速服务区20分钟左右）19:00 抵达厦门，送回酒店（遵循哪里接哪里送的原则） |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 厦门 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **厦门**  自由活动一天，不含车导游正餐 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 厦门 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **厦门-兰州**  根据时间送站，乘飞机返回兰州 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、住 宿：厦门指定酒店双人标准间（空调、独卫、电视）； 2、用 餐: 5早2正，酒店含早，不用不退，正餐含2正餐；【注意事项：用餐餐厅或景点周边游开放性商场，景点中有开放性店铺和有开放性的店铺均不属于购物店】3、用 车：全程旅游空调车(福建省内用车均需要套团，无法保障使用同一车辆，敬请谅解！)4、导 游：优秀持证导游服务 5、门 票：以上景点首道门票6、含往返大交通 | | |
| **费用不包含** | 不含行程中未标注正餐；2、不含行程过程中个人消费（旅游纪念品、零食、当地特产等）；3、儿童不含门票，身高超高门票自理，儿童不含帆船费用； | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 三、优惠证件退费说明：所有优惠证件需要通过景区验证，请带好相关证件并及时交予导游与景区确认，鼓浪屿过渡票无优惠，本路线门票按旅行社大综团队票价核算，故如有大学本科及以下全日制学生证，60岁以上老人，给予现退10元/人，如有：记者证，残疾证，军官证，70岁以上老人，我司给予现退20元/人。市区如帆船不去退30元/人；其他景点无优惠政策。（有以上证件请随身携带） 以上行程为散拼行程，会出现等车等人现像，敬请谅解！另我社有权根据实际预定成功的动车票和过渡票情况将行程景点参观顺序前后调整，敬请理解！鼓浪屿实行实名制，请提前提供个人准确身份证信息。游客报名必须提供准确的名字及身份证号，登船凭船票、人证一致方可登船（小孩无身份证可携带户口簿.或出生证明）。如因自身原因漏报错报证件或临时变换旅游人员未提前48小时及时联系我方等原因导致无法登船，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1.4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。厦门的风味小吃久负盛名，发展至今据说已有百余种。其中最有名的小吃有：沙茶面，土笋冻、烧肉粽、鱼丸汤、虾面、薄饼、芋包、扁食、拌面、韭菜盒、油葱稞、麻糍、花生汤、面线糊、炒面线、姜母鸭、鸭肉粥、蚝仔粥、同安封肉、鸭肉面线、米血、大肠血等。鼓浪屿岛上和环岛路上的海鲜较贵，请尽量避免在岛上用餐，注意价格！！厦门海产品丰富，可任君挑选。海洋生物做成的工艺品既实惠又具收藏价值，可尽情购买。鼓浪屿特产----鼓浪屿馅饼，金门特产——金门三宝（金门贡糖，金门菜刀，金门高梁酒），鼓浪屿岛上的土特产店并非我社指定购物店，请客人自行决定是否要购买;另景区内配套，各延途停留点均有旅游纪念品，纪念照片，土特产，小卖部各物品出售，非我社提供服务，特别是私人小贩售卖，更不在我社控制范围，不买请勿还价；如有兴趣，请旅游者自行甄别，如有购买为其个人行为，任何后果由旅游者自行承担。来海边建议不要下海游泳，海和游泳池不同，海有潮涨潮落之分，一旦涨退潮，你离海边距离变远，体力消耗过大极其危险。行程中未经协商的擅自离团，视同旅游者违约，在征得游客书面同意情况下，旅行社有权不再退费，并不予承担旅游者由此产生的额外费用。正常的项目退费（门票，住宿）以我社折扣价为标准，均不以挂牌价为准。我社会对团队质量进行随时监控，请谅解散客拼团局限性，并就团队质量问题及时与我社沟通，以便及时协助解决；旅游者在完团前，请认真客观填写《游客意见调查表》，结束后反愦意见与本人签字意见相悖的，我社不予处理。 |
| **温馨提示** | 1、游客因个人原因临时放弃游览，用餐、住宿、门票、车费等一概不退，请提前和客人说明，因线路门票为成本核算，故持有任何优惠证件（如老年证，军官证，学生证，残疾证等）无法优惠或退还！2、交通方面：当地具有旅游资质的车辆(根据实际人数安排，保证一人一个正座)。因福建省内旅游用车均属套团形式，故偶尔会出现等车现象,但非特殊原因一般不会超过30分钟;还望客人谅解. 3、报名时务必提供客人联系电话（必须是手机，并保持手机畅通）及贵社紧急电话！ 4、请带有效身份证件（16周岁以下携带有效户口簿）登机，因证件原因造成的损失由客人自负！5、我社对18岁以下的未成年人和60岁以上游客不承担监护权；旅游者须自行保管自己贵重物品，如旅游者因自身原因遗失物品，由旅游者自行负责，旅行社及导游有义务协助处理，但不负责因此而造成的一切赔偿及相关的任何投诉。 6、自由活动期间，如因客人自愿参加其它活动，出现任何意外受伤情况，责任由客人个人承担，旅行社不承担责任，请听从导游安排的准确集合时间及地点。7、因自然灾害等不可抗力因素造成团队行程更改、延误、滞留或提前结束时，旅行社可根据当时的情况全权处理，如发生费用增减，按未发生费用退还游客，超支费用由游客承担的办法处理。旅行社在旅游途中有权根据实际情况对行程先后顺序作出适当的调整，但不影响原定的接待标准及游览景点。8、请客人提供真实的健康状况，在旅游途中游客因以往病史引发的急性病及相关费用，保险公司不予理赔，旅行社不承担责任。旅游人身意外伤害险，保险公司只受理年龄满2周岁，不超过70周岁的游客。为了确保旅游顺利出行，防止旅途中发生人身意外伤害事故，请旅游者在出行前做一次必要的身体检查，如存在下列情况，因服务能力所限无法接待：（1）传染性疾病患者，如传染性肝炎、活动期肺结核、伤寒等传染病人；（2）心血管疾病患者，如严重高血压、心功能不全、心肌缺氧、心肌梗塞等病人；（3）脑血管疾病患者，如脑栓塞、脑出血、脑肿瘤等病人；（4）呼吸系统疾病患者，如肺气肿、肺心病等病人；（5）精神病患者，如癫痫及各种精神病人；（6）严重贫血病患者，如血红蛋白量水平在50克/升以下的病人；（7）大中型手术的恢复期病患者；（8）孕妇及行动不便者。9、我社接待质量反馈以游客所填意见单为准，请组团社在收客时告之旅游者必须认真、仔细、慎重填写意见单；本社无法受理与意见单不符的投诉！维权事宜注意：以客人在当地所签意见单为依据，如有接待问题请立即与旅行社联系，以便在当地能够迅速的做出解决方案，并妥善处理！如当时没有提出，返回后再投诉的，本公司概不负责。10、根据2015年5月1日交通条例新规定， 旅游营运车辆不得超载，如违规被抓住违法扣6分，并处罚金2万—5万， 因此，凡带儿童出团旅游的游客， 儿童必须占位！ 不得手抱儿童 ，报团的时候请告知旅行社是否有小孩跟随， 若师傅发现超载，为了保证车上其他游客的正常行程及生命安全，师傅有权拒绝驾驶，同时有权请客人下车或拒绝此儿童参加本次旅游活动，由此产生的一切后果和损失由游客自负；11、游客在福建旅游期间，为了方便游客游览，在不减少景点的情况下，组团社授权地接社可以根据福建当地的实际情况，将景点先后的顺序进行调整。 |
| **保险信息** | 意外险 |
| **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 |