**DN5：直航中卫 沙海笙歌宁夏双飞5日行程单**

DN5：直航中卫 沙海笙歌宁夏双飞5日

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | nx1749614609rz | **出发地** | 深圳市 | **目的地** | 中卫市 |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 以实际出发航班为准 |
| **产品亮点** | 行程亮点宁夏5日经典线路：中卫直飞，5天玩遍宁夏银川+深度腾格里沙漠游，兼顾绝美风景+顶奢沙漠住宿+民族盛宴；高价值景点全囊括：5A镇北堡+5A沙湖+5A沙坡头+4A贺兰山岩画+宁夏怀远夜市；跳动的心·网红打卡地，穿越三湖-领略腾格里旷野风光！探秘腾格里沙漠深处的无人之境，寻访那一颗正在跳动着的地球之心；浪漫度假·浪漫度假·沙海驼铃星空沙景房：夜宿沙漠腹地独栋童话木屋，落地窗+空调+独卫，独享入夜时分的银河盛宴，用篝火点燃荒野叙事，午夜绽放沙漠昙花！ “沙漠迪士尼”沙坡头：中国十大最好玩儿的地方之一&《爸爸去哪儿》综艺同款拍摄地，黄河边的沙海游乐场；“浪漫相遇”5A沙湖·赏黄沙似绸-芦苇依依-百鸟齐飞：兼顾江南水乡与大漠风光，柔沙似绸，天水一色；“大话西游”镇北堡西部影视城：走进《大话西游》《红高粱》拍摄地，解密电影拍摄的乐趣；硬件安排尊享5大特色餐：回族盛宴九碗十三花+大漠烤全羊，特色铜锅涮羊肉（牛羊肉不限量）+沙漠BBQ；精选酒店：升级1晚沙漠浪漫沙海驼铃木屋沙景房，1晚五钻豪华酒店+1晚银川四钻酒店+1晚吴忠四钻酒店，方便探索当地；贴心赠送：防沙脖套+矿泉水畅饮； |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **深圳-中卫（18KM约30分钟）沙坡头-中卫 【✭ 世界垄断性旅游资源 - 沙坡头 ✭】**✭ 亮点体验：欢乐抵达日 遇见活色生香的宁夏 雄奇风光与江南秀美的激情碰撞✭ 行程玩法：机场集合-抵达中卫-【5A沙坡头】夜宿中卫市网评五钻酒店【“塞上江南”宁夏中卫】中卫在雄浑的贺兰山与苍茫的腾格里沙漠之间，黄河以一道温柔的弧线勾勒出一片绿洲——这便是我的家乡中卫。这座西北小城，既有大漠孤烟的壮阔，又有稻香鱼肥的温润；既镌刻着丝绸之路的千年驼铃，又跃动着现代文明的星光。在这里，荒凉与丰饶、古老与新生奇妙共生，谱写着“塞上江南”的独特诗篇。  【AAAAA级旅游景区沙坡头】（含大门票，参观时间3.5小时）集大漠、黄河、高山、绿洲为一处，即具西北风光之雄奇，又兼江南景色之秀美；站在高处望去，黄河奔流而过，农田纵横满目葱郁；驼铃，夕阳、古酒、长河、孤烟、大漠，像画卷一样，轻轻的摊在您的手里，展现在您面前。【温馨提示】- 导游员提前一天电话或短信联系客人，请保持手机畅通；- 出行前请再次确认携带有效身份证原件登机，上下飞机携带好行李物品。- 乘坐国内航班的旅客禁止随身携带打火机等物品乘坐飞机。禁止携带液态物品，但可办理托运。允许携带少量旅行自用化妆品，其容积不超过100毫升并置于独立袋内。物品每件体积不超过100毫升，最大容积不超过1 升。托运行李中不允许有锂电池等电子装置（如充电宝等），充电宝只能在手提行李中携带。- 宁夏银川地处祖国西北内陆，早晚温差较大，气候干燥，请带好合适装束，适量饮水。- 夜间自由活动请结伴而行，看管好自己随身携带的物品，所有地方手机均可以支付，外出请带好酒店名片，尽量不要远离酒店商圈。交通：飞机/巴士 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 中卫金土木/泊奥酒店或水岸云天或同级（五钻/星） |
| **D2** |
| **行程详情** | **中卫（224KM约3.5小时）三湖穿越(120KM约2.5小时)4A西夏王陵（20KM约30分钟）怀远夜市-银川 【✭ 三湖穿越-越野车穿乌兰湖、吉他湖、骆驼湖（赠送无人机航拍）✭】 【✭探秘消失文明-东方金字塔“西夏王陵”✭】**✭ 亮点体验：揭开地球之心的神秘面纱 探秘消失的文明-东方金字塔✭ 行程玩法：【三湖穿越】-【贺兰山岩画】-【怀远夜市】夜宿银川四钻润泽华洋酒店或同级（网评四钻/星）【✭“三湖穿越+乌兰湖航拍】（含门票，含换乘越野车，游玩约 2 小时）在腾格里深处的无 人之境，有一颗鲜红的，正在跳动的 “地球之心”，这里没有人烟，也没有信号，这是一片炙热的红色湖泊， 在地球上沸腾，就像是地球跳动的脉搏，它最迷人的地方就是，你在地图上也找不到它的位置，所以请记住它 的名字——乌兰湖。还有形状独特的吉他湖，同样位于腾格里沙漠。当你从空中俯瞰，它就如同是一把被大自然遗落在沙漠里的吉他，静静地躺在沙海之中。湖水在阳光的照耀下，波光粼粼，与周边起伏的沙丘共同勾勒出一幅美丽的画卷，给这片荒芜的沙漠增添了别样的风情。每当日出日落时分，金色的光辉洒在吉他湖上，让其更具魅力，也让人们不得不感叹大自然的鬼斧神工。骆驼湖在腾格里沙漠深处，骆驼湖以其梦幻般的粉红色而闻名。阳光的照射让湖水中嗜盐菌释放出的色素绽放出无与伦比的轻盈与柔和，仿佛初春的桃花般温柔动人。来到这里，仿佛置身于一个瑰丽的自然幻境，让人忧伤与沉醉。【AAAA级景区-西夏王陵】西夏陵又称西夏帝陵、西夏皇陵，是西夏历代帝王陵以及皇家陵墓。王陵位于宁夏银川市西，西傍贺兰山，东临银川平原，海拔1130米至1200米之间，，是中国现存规模最大、地面遗址最完整的帝王陵园之一，也是现存规模最大的一处西夏文化遗址。景区占地面积58余平方公里，核心景区20.9平方公里，分布9座帝王陵墓，270余座王侯勋戚的陪葬墓，规模宏伟，布局严整。每座帝陵都是坐北向南，呈纵长方形的独立建筑群体，规模同明十三陵相当。吸收自秦汉以来，唐宋皇陵之所长，是宁夏首个国家考古遗址公园。【“用美食解读城市”之怀远夜市】每当夜幕降临，银川怀远夜市便化身美食天堂，升腾起诱人的烟火气。这里汇聚了最地道的西北风味：现烤的怀远一品辣条香气扑鼻，酥脆的牛肉饼咬开满口肉香，甜醅子的酸甜清凉沁人心脾。摊主们吆喝声此起彼伏，铁板上的羊蹄筋滋滋作响，玻璃橱窗里摞着金黄的宫廷酥牛肉饼，空气中弥漫着孜然与辣椒面的热烈交响。交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 银川润泽华洋酒店或同级（四钻/星） |
| **D3** |
| **行程详情** | **银川（60KM约1小时）5A沙湖（50KM约1小时）5A镇北堡西部影视城（16KM约30分钟）贺兰山岩画（110KM约1.5小时）吴忠 【✭ 水绕沙丘天下绝--沙湖✭】 【✭ 东方好莱坞-镇北堡影视城 ✭】 【✭ 贺兰山看岩画-寻觅岩羊 ✭**✭ 亮点体验：沙湖碧水金沙飞鸟游鱼- 走进“东方好莱坞”西部影视城 看岩画找岩羊✭ 行程玩法：【沙湖】-【镇北堡影视城】-【贺兰山岩画】夜宿吴忠峰派智能酒店或同级【AAAAA级旅游景区-沙湖】（含门票+游船，船程时间大约30分钟，景区参观时间约3小时）宁夏必游景区、国家三十五个王牌景点之一、国家首批5A级景区黄沙似绸，芦苇依依宛若画卷，如果没有身临其境，很难想象宁夏的沙湖竟然是这样的美，美得让人沉醉，美得让人不知归路，沙湖以自然景观为主体，沙、水、苇、鸟、山五大景源有机结合，构成了独特秀丽景观，南沙北湖，湖润金沙，沙抱翠湖，湖水如海，柔沙似绸，天水一色，湖水、沙漠、芦苇、荷花、侯鸟、湖鱼把塞外与江南美妙地、珠联璧合地融合了起来，构成了一幅美轮美奂的画面，沙湖是大自然的杰作，湖光沙色，候鸟成群，芦丛如画，风光旖旎。【AAAAA级旅游景区镇北堡西部影视城】（含门票，参观时间约3小时）西部影视城全称镇北堡西部影视城，距银川市35公里，是在一个原始古堡的基础上修建的。是中国三大影视城之一，也是中国西部唯一著名影视城。拍摄过《大话西游》、《红高粱》、《五魁》、《方世玉之英雄出少年》、《东邪西毒》、《老人与狗》及《荒原女神》等著名影片。影城可以看到许多耳熟能详的电影场景，投身其中，做到来时是游客，走时是明星！同时还可以了解到民间炕头剪窗花，贴年画，纺线线，等民间非文化物质遗产，让游客仿佛穿越回了明清时期的京城，体验一场民俗盛宴。【AAAA级景区-贺兰山岩画】（参观时间2.5小时）近距离观察：贺兰山上的精灵——岩羊。参观时间2小时）“中国游牧民族艺术画廊”之称的【贺兰山岩画】,属于全国重点文物保护单位，集自然景观与人文景观于一体。是中外游客访古探奇、寻幽处静、适闲娱乐的“旅游圣地”。这些刻在石头上的无字天书。数以万计的远古岩画使其具有难以替代的观赏价值，远古人类在贺兰山岩石上绘制和凿刻了近 6000副神秘诡异的岩画，生动的记录了一万年 前远古人类生产、生活等场景。这里山势峥嵘 险峻，清泉四季长流，鹏鸟展翅滑翔，岩羊蹦 跳自如。置身其间，不仅能领略到贺兰山的雄 伟秀美，而且会陶醉于古村落、古遗址原始厚重的文化氛围中。还可以近距离观察贺兰山上的精灵，国家二级保护动物——岩羊。客的宴席。交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 吴忠峰派智能酒店或同级（四钻/星） |
| **D4** |
| **行程详情** | **中卫-4A通湖草原（30KM约40分钟）中卫营地活动-沙海驼铃营地 【✭ 沙漠伊甸园--通湖草原 ✭】 【✭ 宁夏铜锅涮羊肉 ✭】 【✭ 苍天圣地阿拉善：沙海驼铃 ✭】 【✭沙海驼铃浪漫星夜：42㎡面积+180°环形落地玻璃幕墙+篝火烟花+**✭ 亮点体验： 沙漠“伊甸园”通湖草原 ✭ 行程玩法：【4A通湖草原】-【铜锅涮羊肉】-【营地活动】夜宿中卫沙海驼铃【AAAA级景区-通湖草原】，通湖草原位于内蒙古和宁夏交界处的腾格里沙漠腹地，这里是古丝绸之北路要塞。古商道、古盐道、大盛魁古驼道。沙漠湖泊、沙漠绿洲、沙漠草原、沙山岩画，还有古长城、古战场、古买卖城遗址；流传千古的故事和传说，以及好客的草原牧民。因此，被誉为沙漠中的"伊甸园"。旅游区主要由浩瀚的腾格里沙漠、绿草茵茵的草原，形形色色的湖泊和拔起于大漠于草原间的骆驼山等各具特色的自然资源组成。在大自然的造化下，他们既各自独立又和谐组合，魅力多姿，美轮美奂。【✭“用美食解读城市”之九碗十三花】品尝当地回族特色婚宴小吃——九碗十三花，九碗十三花也叫九碗十三行，共9道主菜，每三道菜排成1行，共排列成三行，从东南西北每个方向看过去都是呈现正方形三行、九碗，加上4道面点，共十三个碗，种类繁多犹如鲜花盛开的样子，所以也叫九碗十三花。是宁夏回族结婚时用来宴请最尊贵宾【✭ 夜宿沙海驼铃木屋沙景房-腾格里大漠景区营地：42㎡沙漠秘境·私享双人宇宙+独立卫浴+篝火晚会+烟花秀】坐落于腾格里沙漠腹地，沙海驼铃度假酒店被无垠的沙丘,绚丽的日出与日落环绕，流动的沙漠画卷引入室内，24小时变幻的景色让您与自然融为一体，这里远离城市喧嚣，将奢华与宁静完美融合，为您呈现沙漠独有的自然奇观与人文魅力，无论是独处冥想,还是与挚爱共度浪漫时光，沙海驼铃都将成为您心中难忘的沙漠栖息之地。同时配备了星空之家、太空舱、露天酒吧、自助烧烤、五行沙疗、星咖啡等功能性配套服务除此之外，酒店在软性服务中设计了全日制的免费项目：如沙漠徒走、篝火晚会、K歌大赛、观星讲座等特色好玩的活动，凸显沙漠文旅体验，倡导亲近自然的旅行生活方式为您打造舒适与野趣并存的独特体验。【✭ 沙漠BBQ：一撮孜然、两钱辣椒、三声放肆的笑】今夜我们用银河作顶棚，以篝火为明灯。沙丘的篝火中，宁夏滩羊的油脂滴落炭火的那一瞬间 没有天花板阻挡烟火气，在星空之下连饱嗝都充满诗意！【✭ 沙漠篝火晚会+烟花秀】沙漠篝火+烟花秀-随着火焰的舞动，心情瞬间放松；闪烁的星空，更增添了一份神秘与浪漫；【✭ 沙漠轻徒步】认识沙生动植物、沙漠辨向、中国魔方-麦草方格扎设、沙漠取水、沙漠寻宝……发现沙漠中的神奇现象！【沙漠活动温馨提示】- 沙漠日照比较强，做好防晒工作；- 由于沙漠的沙子很细小，把精密仪器保管好，比如手机、相机、摄相机等，否则沙粒进入后不容易清理而且还会划伤显示屏；- 在沙漠活动一定要听领队的安排，不要离团队太远，如离团一定要和领队打好招呼确保随时能取得联系。- 沙漠中昼夜温差大，要多准备衣服备用；穿浅色的抗紫外线的衣服。- 在沙漠中要注重环保，尽量把垃圾带出沙漠。- 骑骆驼时，要防止骆驼起来和卧倒时将人摔下，在这时要抱紧驼鞍或驼峰；- 要绷着劲，要顺着骆驼的步伐自然骑坐，随时调整坐姿，并适时下来走一段。从骆驼的左边上、左边下，上驼后用脚踩稳驼镫；- 小腿不要夹的太紧，以防擦伤小腿或弄脏裤子；上驼后应扶稳，不要大喊大叫；- 手里尽量不要携带物品，帽子要戴好、戴紧、以防风刮走惊吓到骆驼，更不要在骆驼上交换物品。交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | ✭ 沙海驼铃 ✭ 木屋沙景房 |
| **D5** |
| **行程详情** | **中卫-宁夏枸杞馆-深圳**✭ 亮点体验：欢乐返程✭ 行程玩法：上午 -【宁夏特产馆】- 根据航班时间送机 【AAA级旅游景区-宁夏枸杞馆】（参观约90分钟）在这里，可以了解到两千多年的枸杞养生文化，枸杞馆设施齐全、种类玲琅满目的土特产展示大厅，展示了宁夏枸杞养生文化和近年来枸杞深开发的成果。【✭ “用美食解读城市”之宁夏铜锅涮羊肉】宁夏滩羊生活在腾格里沙漠边缘，吃盐碱地里的草长大，因而肉质好驰名于世，是上乘的佳品，营养丰富，并有滋补功效，宁夏的涮羊肉吃起来鲜、嫩、满口生香，没有半点腥臊味。用清水涮之、配以佐料蘸汁，味道更加丰美特别。食用方法独特，是来宁夏不可不吃的一道美食.之后乘车前往中卫机场搭乘航班返回温暖的家，我们热烈欢迎您再次来到美丽的宁夏，豪情的大漠，祝您一路平安，最真挚的祝福送给您！【温馨提示】- 返程前请仔细检查自己的行李物品，不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦。- 针对我们的精心安排的行程和导游的服务，请留下宝贵的意见，签好意见单，感谢各位贵宾对我们工作的支持和理解，我们会不断的完善自我，提供更优质的服务。交通：巴士/飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 往返交通：深圳=中卫 往返机票、机场建设费、燃油税；参考航班：深圳--中卫 DZ6247 0750--1305 经停郑州；中卫-深圳 DZ6248 1355--1900 经停郑州当地交通：14人以上安排旅游巴士，成团人数不足10人时，安排19座车， (按人数定车型，保证20%空座率)； 酒店住宿：1晚沙漠浪漫沙海驼铃木屋沙景房、1晚银川四钻、1晚吴忠四钻1晚中卫四钻酒店，报价含每人每天一张床位；西北大部份酒店没有三人间，单人尽量安排拼房或加床，拼不上或加不了床时请补单人房差 元/人行程门票：行程表内所列景点首道大门票。用餐标准：全程含5个早餐和7个正餐；正餐餐标为40元/人/餐（十人一桌，8菜一汤，如人数不足10人，根据实际人数酌情安排）；3大特色餐：沙漠BBQ138元/人/餐，特色九碗十三花50元/人/餐；宁夏铜锅涮羊肉68元/人/餐（牛羊肉涮菜类不限量）；当地导游：持国导证，宁夏三好优秀导游； |
| **费用不包含** | 深圳机场往返机场接送；航空公司临时通知的燃油税涨幅；行程中标明不含的项目和行程以外项目所需的自费项目，酒店餐厅内的酒水饮料、洗衣等一切私人开支；如出现单男单女参团无法安排拼住或加床时需补的单人房差；景点内园中园门票及行程中注明门票不含的景点、全陪费用、旅游意外保险、航空险；儿童收费：2-12周岁以内小童：含往返机票、车位费、半价餐费；不占床位，不含早餐及门票费，如产生门票及其他费用由家长现付；大童12-17岁：特惠团！含门票！不占床位，不含早餐，若需占床需补单房差！ |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 宁夏枸杞馆 |  | 90 分钟 |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1.失信人请勿报名！国家最高人民法院公布的失信人禁止乘坐飞机、高铁！我司机位为全款买断，失信人如有隐瞒造成空占机位，即使没有出票，机票费已产生，取消只退税，此损失由报名人自行承担！2.此路线为特价打包回馈客户团，凡客人持有长者证、学生证、导游证、记者证、军官证、军人残疾证等均无任何优惠或退票,如有未产生或自愿放弃的当地景点、住宿及赠送的项目，费用概不退还。3. 特价团因客人自身原因提前离团，未产生的费用不退；4.由于此机票的特殊性，不作换人，不退票，不改签，请知悉！报名时请一定仔细核对姓名及证件号码，如若出错因此产生的费用由出错方承担！（报名时请提供证件照片）5.因不可抗力因素造成行程更改、延误、滞留或提前结束时，旅行社可根据实际情况协调处理，如变更后费用发生变化，未发生费用退还游客，超支费用由游客承担。旅行社在不影响原定的接待标准及游览景点的前提下，有权根据实际情况对行程先后顺序作调整；6.如有任何质量问题，请在当地及时跟导游或组团社反馈，以便我们及时配合处理解决！行程结束时请您认真填写意见单，通过您的意见单我们可以更好地监督当地的接待质量，您的意见单也将是行程中发生投诉的处理依据。因是全年切位机票，一经确认则无法变更或退改，请确保提供的名字证件号准确无误，如有错则全损；7.旅游途中游客从事爬山、滑雪、骑马、漂流、游泳、攀岩等具有人身危险性的活动和自由活动时一定要根据自身的健康状况来自主决定，老人和孩子应有家人陪同不能单独活动；游客在活动期间不遵守规定、自身过错、自由活动期间内的行为或者自身疾病引起的人身和财产损失责任自负，旅行社不承担责任；8.出团时请务必带上有效登机证件（需与出票时提供资料一致），穿运动鞋或平底鞋，请自备防晒用品，晕车药，常用药品(预防感冒,腹泻等)等；贵重物品随身携带，以免丢失。旅途中不要过量饮酒，自由活动时，请结伴出行，不去不安全的地方；9.初到异地，因气候、饮食等差异，尤其是老人小孩及胃肠功能较弱者，可能出现腹泄等不适症状，要注意饮食卫生，不吃生冷食物，避免受凉，有不适请及时服用胃肠药，严重者请告知导游；10.出发前2天通知客人准确出团航班及酒店名称，具体行程及景点若有变更，以最后确认及接待社安排为准；11.客人报名时请委托报名处代买旅游意外保险；根据中国保监会规定：意外保险投保承保年龄范围调整为2-75周岁，其中70周岁以上游客出险按保额的50%赔付，属于急性病的只承担医疗费用，不再承担其他保险责任；12.请游客在报名时，准确登记姓名及身份证等号码（小孩出生年月），并在出游时携带有效登机证件，与须与出票时提供的资料一致（身份证、户口本、护照、回乡证等），在办理登机及入住酒店时需提供；如因个人原因导致无法正常出行，责任自负；13.因西北线路路途遥远，不接受孕妇、70岁以上、2岁以内、身体有重疾病以及半年内做过手术的游客报名，如有隐瞒自身健康状况而发生意外导致损失的，概由游客承担，旅行社不承担责任；另外不接受65岁以上、18岁以下未成年人单独参团，此类人群需有亲戚朋友、监护人陪同方可参加。 |
| **温馨提示** | 一、出行安全注意事项1、旅游者应确保自身条件适合参加旅游团队，应根据个人年龄、身体状况等情况选择旅游线路和项目，行程中要自带适当的防护用品以及必备药品，做好个人健康及安全防护工作。2、景区（点）游玩时，应严格遵守景区（点）设置的安全提示和警示。3、参加水上娱乐项目，应穿戴救生衣或其他救生装备，听从工作人员指挥，勿超越安全警戒线，前往深水水域或危险河道。4、游客登山或参与活动中应根据自身身体状况进行，并注意休息，避免过度激烈运动导致身体无法适应。5、乘坐缆车或其他载人观光运载工具时，应服从景区工作人员安排；遇超载、超员或异常时，千万不要乘坐，以防发生危险。6、不私自参加行程以外的活动或项目。7、游客参加行程中安排的危险性较大的活动或项目（包括但不限于：骑马、攀岩、漂流、滑雪、潜水、滑板、蹦极），应严格遵守安全注意事项，并在相关工作人员指导下进行游玩，同时穿戴相应的安全装备（安全帽、护具、专业登山鞋等）。8、患有心脏病、肺病、哮喘病、高血压者以及其他等疾病或身体情况不允许的游客，切勿参加危险性较大的活动或项目（包括但不限于：骑马、攀岩、漂流、滑雪、潜水、滑板、蹦极）。9、 经过危险地段（山路或泥泞道路等），应注意安全不要打闹嬉戏，不相互拥挤等，前往险峻处游览，不要攀登、攀爬等。10、参观游览时，听从导游或领队安排，不擅自离队，单独游玩。11、外出旅游要带好证件（身份证、护照等），随身携带保管好贵重物品，不要将证件或贵重物品交予陌生人保管。12、夜间或自由活动期间出行，游客应当选择自身能够控制风险的范围内活动，并告知导游或领队，同时注意安全。13、老年人、未成年人、残疾人等旅游者，旅游中遇身体不适，不要强求和存侥幸心理，应立即就医，并告知导游或领队。14、旅游期间不得乱扔烟头和火种。15、如遇（雨天、雪天、塌方、险路等）或易滑区域，应注意安全，慢行、缓行、绕行。16、当旅游目的地国家政治动荡或突发事件频繁发生时，请谨慎前往。17、如遇旅游突发安全事故，及时向事发地有关公安、交通、旅游主管部门报警，并快速联系医院提供救助，组织必要的自救。出境游应向我国驻当地外交机构报告救助，请求境外有关部门协助开展医疗急救、财产保护、安置安抚和游客转移等工作。二、交通安全注意事项1、在旅游中听从导游和领队安排，记住集合时间、地点、车型、车牌等。2、遵守目的地交通规则。3、乘坐交通工具时，要系好安全带，不要将身体任何部位伸出窗外，在交通工具停稳后方可离开；上下交通工具时，须排队等候，讲究文明礼貌，并优先照顾老人、儿童、妇女，切勿拥挤，打闹嬉戏，以免发生意外。4、不带危险或易燃易爆物品上车。5、车辆行驶中，不得与驾驶员交谈，不得向车外抛弃物品。6、进入机场、火车站、车站、码头等公共场所，应严格遵守（机场、火车站、、车站、码头等）公共场所的安全规定。三、食宿安全注意事项1、旅途中购买食品要注意食品质量，不要购买“三无”（无生产日期、厂家、地址）商品。2、旅途中要注意食品安全卫生，不吃生食、刺身、不吃景区或街头无证摊点供应的小吃，不饮酒，不暴饮暴食。3、携带贵重物品入住酒店时，应及时办理贵重物品寄存，行李物品不脱离视线。4、入住酒店后，须了解酒店安全通道位置和安全疏散示意图；须检查酒店为你所配备的用品（卫生间防滑垫等）是否齐全，有无破损，如有不全或破损，请立即向酒店服务员或导游或领队报告。如因酒店原因，未能配备，请游客小心谨慎，防止发生意外。5、不要将住宿酒店房号告诉陌生人；不要让陌生人进入房间；出入房间要锁好房门，关好窗户。6、不要翻越酒店门窗或阳台围栏。在酒店或者餐厅光滑路面行走时小心行走，防止摔到损伤。四、购物娱乐安全事项1、不要轻信流动推销人员的商品推荐；不要随商品推销人员到偏僻地方购物或取物；无意购买时，不要向商家问价或还价，购物时应向商家索取正式发票。2、 要细心鉴别商品真伪，不要急于付款购物。3、 在自由活动期间外出不要单独行动，不要参与涉嫌违法的娱乐活动。五、其他安全注意事项1、老年人或未成年人参团,需家属或朋友陪同参加，并签订《健康证明》和《免责书》。2、旅游车辆严禁超载,未成年小童及婴儿均需占有车位。3、凡患有心脏病、高血压、醉酒、怀孕或身体不适者不要浸泡温泉。4、孕妇参团,请事先告知，不得隐瞒。5、进入少数民族地区游玩时，请尊重当地少数民族的风俗和信仰,避免与当地居民发生冲突。6、参加游览时，穿运动鞋或平底鞋(不要穿新皮鞋、高跟鞋和硬底鞋),避免摔伤及扭伤。 |