**别样厦门第十季(双卧八日游) 帆船出海/厦门大学研学参观/曾厝垵/方特水世界乐园/鼓浪屿/厦门老院子传奇秀演绎行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | FJ1716522367hL | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 福建省-厦门市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州-厦门**  今日安排：兰州乘坐火车硬卧前往厦门，沿途欣赏祖国大好风光。（车次Z128 兰州14:43-厦门北21:24+1）交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车上 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **抵达厦门**  今日安排：晚火车抵达厦门，接站后入住酒店。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 厦门 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **帆船出海-厦门大学-曾厝垵-白塘湾-沙滩娱乐活动**  今日安排：第一站：早餐后前往美丽的【厦门五缘湾帆船港】（出海体验约 1 小时），这里是厦门桅杆（帆船的聚集地，航海人士称赞它是“少见的适合帆船运动的海湾”，扬帆起航，不仅有美丽的风景，更有可能遇到可爱的白海豚、刺激的湿身体验；（☆建议同学们，请 多准备一套干净衣服，以便更换）；第二站：我们来到了自己的梦里的南国学府【厦门大学】VIP免排队通道进入(如遇重大活动除外)，由厦门大学的在校生带领大家参观校园。 沐浴在科学、民主、创新、奋进之学风里。看着自己的脚印留在厦大，路过芙蓉湖，顺着路标来到上玄场，隔着椰林的公路，望着不远翻腾的大海，在悠闲的午后，阳光为伴，我很想把眼里厦大的美丽装进单反里，带走，或者写成明信片，寄给朋友和寄给自己。参观【厦门大学校史馆】整个校史馆共有展板100多个，近千张照片、图表，配以凝练的文字，全面反映了厦大建校85周年来的办学历程和成就。展示内容分"南强春秋"、"英才摇篮"、"科研重镇"、"走向世界"、"展望未来"五个部分。参观【厦门大学鲁迅纪念馆】这是目前国内唯一设在高校的鲁迅纪念馆。纪念室设于集美楼二楼是原鲁迅先生在校任教时居住过的房间（如遇闭馆日无法参观）【厦大芙蓉湖】厦大灵秀之源，芙蓉者，出淤泥而不染展开。【芙蓉隧道】厦门涂鸦胜地，创新与艺术的碰撞展开。（以上安排厦门大学，如遇厦大政策问题，校方暂停游客入校,我社更改为云上厦门）【小贴士】厦门大学游览时带好证件，一定要注意纪律，不得大声喧哗、打闹嬉戏、乱扔垃圾。第三站：【曾厝垵】也许世界上很少有这样一个村落，包容了如此多的风俗信仰：不仅道教、佛教、基督教、伊斯兰教四种宗教齐全，更有厦门独有的、香火旺盛的民间圣妈崇拜，实在可算得上是极具代表性的闽南原生态自然村。 曾厝垵作为厦门港口城市的农村和渔村，在“村改居”之后，仍得天独厚拥有如此之多的历史遗存，也算一桩幸事. 曾厝垵 回响的旋律点亮了迷离的夜色。这里没有鼓浪屿的嘈杂，没有市区的繁华，也没有一波接一波的游客，有的只是质朴的民居和文艺小清新的店面，当然，还有不混乱的酒吧。如果说选一个值得留念的地方，那想会是它。第四站：乘车前往：一半大海一半火山温泉的【白塘湾】，抵达后，我们带领同学们先办理入住白塘湾海景酒店，我们所安排的酒店与大海为邻，向海而立，独家安排了2房1厅的大阳台，不出户即可见海，站在阳台眺望前方闪闪波光的海水，便是绵绵的诗句，柔软流淌进心里，更渗透进梦里~第五站：沙滩娱乐活动嗨翻天ing.......1，【滨海沙滩】：白塘湾是拥有近5公里长黄金海岸线，沙质柔软，非常适合踩沙踏浪，同学们尽情的与海相拥。2，【拉网捕鱼】：整齐的号令响彻滨海浴场沙滩上空，同学们齐心协力，在本地渔民带领下一起上演拉网捕鱼的大戏，沉浸式体验渔民捕鱼生活。3，【泡泡趴&泼水节】：超欢乐的泡泡趴、水枪大作战，泼水节，夏天一定要来一场湿身的快乐。4，【无边泳池嬉戏】：在海滨无边泳池畅游，嬉戏。泳池仿佛与大海连成一片，如此美妙的感觉相信会让你们流连忘返 （备注：淋浴时间：18:00-18:30）5，【滨海烧烤嗨翻天】：滨海自助烧烤，自己动手，丰衣足食，再来一场露天电影，这一刻的放松真的很哇塞~6，【海湾市集-篝火晚会】：带领同学们参加沙滩篝火晚会，在热闹的氛围中，还可以观看专业演艺团队表演。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 白塘湾 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **海边看日出-火山公园-老院子-闽南传奇秀-闽南木偶戏**  今日安排： 平时忙碌于学习的同学们，你们有多久没有见过清晨的第一缕阳光，当黎明初现，透露出无限的神秘与美好，阳光洒在海滩，金色的阳光与轻柔的海风交相辉映，仿佛时间在这一刻被暂停，追求宁静的海滩时光，这里都能满足同学们的期待！第一站：早餐后，我们带领同学们，来到白塘湾的【火山公园】， 集体领略火山之美，感受大自然鬼斧神工，火山公园里面有海底兵马俑、科普馆、各式火山地貌。景区主要由古火山口、科普中心、四季花海和房车营地组成。作为景区观赏重点的古火山口，距今二千四百多万年，形状似一个朝天的椭圆形喇叭口，开口处顶端直径约五十米，底部深约三米，潮涨水淹，潮退口现，被誉为“ 海底兵马俑”，是国内罕见和世界保存较好的海底古火山口之一。第二站：乘车前往厦门，游览【老院子景区】国家AAAA级景区·厦门老院子景区是华夏文旅集团斥资13亿元倾力打造的一部文化旅游巨作，包括老院子民俗文化风情园、实景演艺《闽南传奇》秀和《海战风云》、企鹅童梦乐园、嗨翻天无动力亲子小镇、天空之城观光塔五部分。老院子民俗文化风情园带你穿越时空回到闽南渔村古厝，身临其境感受当地传统的渔村文化、妈祖文化、南洋文化，闽南文化以及华夏五千年始祖文化。徜徉在泱泱华夏的历史长河，捡拾古拙质朴的闽南文化结晶，在这里一眼万年，遍览闽南民俗文化风情。【闽南传奇秀】是世界首部360度超大型室内实景演艺秀。闽南文化博大精深，闽南渔村风情也维系着华侨游子的思乡爱国之情，接下来相继登场的民俗表演、节庆大典异彩纷呈，幕幕有感动、幕幕有悬念、幕幕有传承，伴随从天而降的滔天巨浪17米的巨型金龙腾空而起，欢声雷动。18米高的妈祖像从水下安祥升腾，此时音乐大作观众激动不已之余情不自禁的参与膜拜，复原了一场闽南天香踩街民俗活动的盛大场面将表演带到嘉年华高潮。各种新型灯光、环绕立体声音响、高空威亚特技、激光、三维视频画面等高科技舞台技术，使得观众在一个小时间中享受到多视角扑面而来的层层冲击和震撼效果，让游客感到即使不能把厦门游遍、也能在一小时之内把闽南文化基本体验。【闽南木偶戏】欣赏国家非物质文化遗产闽南布袋木偶戏—“锣鼓弦乐弹，掌中乾坤转，一口说出千古戏，十指弄成百万兵”交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 厦门 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **鼓浪屿-最美转角-毓园-郑成功纪念馆-鼓浪屿寻宝之旅-植物园**  今日安排：第一站：酒店享用自助早餐；乘车赴东渡国际邮轮码头。乘船登上2017年被评为世界遗产，素有“海上花园”之称的——【鼓浪屿】（参观游览时间约5个小时，鼓浪屿实行实名制登记，票、证、人一致方可上岛）；【港仔逅沙滩】位于鼓浪屿岛上的一片宽阔沙滩，被称为金带水。沙滩砂质细软，坡度缓和，海水流速小， 没有鲨鱼，每年有半年以上的温度在。 「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”。两条街巷交汇形成的45度夹角处，一栋形状像海上帆船的三层红色砖楼亭亭玉立，一旁绿树成荫红花掩映，砖楼下方的木质路牌更增添了文艺气息。「晓学堂·虫洞书店」网红打卡拍照，邂逅百年老别墅的午后时光，更显格调。它不单单是单纯意义的书店，更集图书、时尚、艺术和简餐阅读以及旅行空间一体，更全面的展示它的丰富性。时光会走远，影像会长存，所走的每一步都有迹可循。「协和礼拜堂」婚纱照取景圣地19世纪中期，不少西方人离开欧美，远涉重洋来到鼓浪屿工作、生活。外国人多为虔诚的基督徒，他们为举行主日崇拜，遂决定在鼓浪屿建一所教堂。于是各差会（美国归正教会、英国伦敦公会、英国长老会）的信徒纷纷捐款，在鼓浪屿的鹿礁顶（亦称上鹿礁）建造教堂。1863年，这座新古典主义风格的教堂竣工，时称“国际礼拜堂”。此为鼓浪屿上最早的教堂。「天主教堂-万国领事馆建筑博览」这一路是摄影师们最喜爱的一段路程，错过它 也许是你会倍感遗憾的一段路程。除了亲身沐浴在鼓浪屿的琴声中，还能看到岛上两座最著名的宗教建筑将在你眼前呈现：古希腊式基督教堂，哥特式罗曼建筑特征的天主教堂，还有3大知名领事馆，都将给你带来全新的视觉体验。「怡园-林鹤年故居」坐落于鼓浪屿福建路24号，约于1896年建成，为两层清水红砖别墅，四周均系华侨所建的各式别墅，居住环境清静幽雅，十分理想。林鹤年 是那时代的先驱者，为国献军需，助华夏安邦。【老别墅下午茶】美景在眼中绽放，美食在舌尖流连，品一品当地特色茶点——鼓浪屿手工馅饼，畅享 闽南风味，再尝一口凤梨酥，喝一杯果茶，为整个旅行增添美好记忆。【郑成功纪念馆】，坐落于日光岩景区内，1962年2月1日，郑成功收复台湾三百周年的时候，这个纪念馆剪彩开馆，郑成功是我国明末清初著名的民族英雄，他收复了被荷兰侵略者侵占38年的台湾，台湾人民尊他为"开台圣王"；鼓浪屿精心安排活动如下：① 中餐，特别安排鼓浪屿特色小吃【沈家肠粉、老巷鱼丸 183】，感受舌尖上的鼓浪屿。② 每人赠送一张手绘地图/盖章本，开始我们的【寻宝之旅】（在自由活动期间，由导游发令，在岛上给孩子们指定鼓浪屿特色网红打卡地，（寻找目标：三一堂/最美转角/番婆楼）获胜者分为三名：奖品为【厦大钢笔礼盒一份】或【台湾金门礼盒一份】岛上行程结束后，下鼓浪屿乘船返回厦门岛内。第二站：前往【万石植物园】俗称“网红植物园”这是一座根据科研和旅游的需要，围绕万石湖精心设计的植物园，设有松杉园、棕榈岛、玫瑰园、引种训驯化区、药用植物园、多肉植物区、兰花圃等20多个专类园和种植区。说起植物园，许多人与“枯燥”联系在一起，但厦门这座植物园，却颠覆了人们的认识。这里，是一个没有钢筋水泥，只有森林绿植，随手一拍就能出大片的神奇地方。网红打卡点1： 雨林世界----森系之旅，自带仙气雨林区这里每天定时开放的喷雾，混着阳光、新鲜的空气、翠绿的植被，让人产生踏入仙境的错觉。你走入雨林深处，看烟雾缭绕，幸运的话还能遇见喷雾折射出彩虹。网红打卡点2： 多肉植物区----“沙漠之旅”，酷炫文艺大片万石植物园的多肉可不是迷你型的，多达500多种的巨型仙人掌科植物生长在这里，再高的妹子也会变得娇小玲珑。这里有一个外形酷似蜗牛壳的阳光玻璃房，馆内，大大小小，高矮不一的仙人掌们在这里整齐地排列开来。在这里，你不仅可以近距离地观察可爱的仙人掌，还可以在你的手机里存满文艺小清新的照片。第三站：晚餐精心特别安排厦门有名小吃【四里沙茶面】，一饱口福品尝闽南当地不一样的面食~交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 厦门 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **环岛路-一国两制-方特水上乐园**  今日安排：第一站： 早餐后，前往 【七彩环岛路”一国两制 统一中国“】 它全长 43 公里 ，是厦门市环海风景旅游干道之一 ，一直奉行“临 海见海 ，有的依山傍海 ，有的凌海架桥 ，有的穿石钻洞 ，充分体现了亚热带风光特色 ，人生就像一场旅行 ，重要的不仅是目的地 ，还有沿途美丽的海岸风光。在黄厝海边,嚞立着一块大型标语牌"一国两制,统一中国”,它是小平同志得导的解决台湾问题的原则和指导思想，显示中华民族走向统一的趋势,正对着对岸的“小金门”,仿佛告诉对岸,统一是唯一的出路。第二站：【方特水上乐园】来到水上大型蹦迪现场，开启这场属于夏天的狂欢派对。跟着劲爆的音乐，在造浪池中畅快摇摆!热辣气氛与清凉水池的碰撞，享受肾上腺素飙升的玩水新体验。活力夏日动感十足，热带风情草裙舞，热情火辣。各式精彩绝伦的表演，给你前所未有的沉浸体验，激起玩水狂潮，再掀快乐风暴~1、彩虹滑道：趴在飞毯似的滑板上，直接奔驰俯冲加速冲到水池里，尽享速度与激情带来的快感，欢乐与畅快的独特玩水体验!2、天旋地转：集合了各种扭转，螺旋和振动，在曲折蜿蜒的轨道上迎风飞驰，感觉像是肾上腺素冲击之旅，简直不要太刺激!3、比翼双飞：比翼双飞水平大回环滑道，前所未有的离心感!带你体验水中过山车的刺激与浪漫~4、超级碗：从超长滑道跌入碗底，感受360°疯狂旋转的超强离心力!抓紧皮筏，因为真的会飞哦!甩掉所有烦恼，尽情尖叫!5、大喇叭：沿着大碗飘荡，旋转，俯冲，感受皮艇即将翻船边缘的刺激感，与亲朋好友一同放肆尖叫，释放压力!6、水上梦工厂：绚丽的色彩和缤纷的滑道，适合一家老小休闲玩水圣地。泡在水里散去夏日带来的炎热，等待着水瀑布突如其来的激爽!交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 厦门 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **厦门-兰州**  今日安排：早乘火车赴厦门北站（车程约50分钟）乘火车硬卧返回温暖的家，结束愉快的海上花园之旅！（车次Z126 厦门北07:18-兰州12:26+1）交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车上 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **抵达-兰州**  今日安排：中午抵达兰州，返回温暖的家，结束愉快的海上花园之旅！交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | ■ 交通：兰州-厦门往返火车硬卧■ 住宿：厦门四钻酒店标准4晚+白塘湾海景公寓酒店1晚 共5晚■ 门票：含以上景点首道大门票；■ 导游：含专业中文导游服务；■ 用餐：赠送5早7正餐 餐标30元/人，其中特别安排：厦大食堂餐厅用餐（特殊情况改为团餐）BBQ烧烤80元/人，特色美食厦门沙茶面、闽南风味餐 | | |
| **费用不包含** | ■ 一切私人费用；■ 全程入住酒店产生的单房差及费用■ 因交通延误等不可抗力原因导致的额外费用。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 第6天午餐没含 |
| **温馨提示** | 【注意事项】1、出门敬请带好二代身份证原件，如有小童请携带好户口本原件；2、行程中，餐厅、景点、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。3、我社接待质量以意见单为准，客人如有投诉须在当地及时提出并认真填写意见反馈单，若在旅客在当地无异议，返程后提出的任何投诉问题，我社概不接受；4、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；5、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；6、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；7、不推荐客人参加人身安全不确定的活动，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； |
| **退改规则** | 根据实际情况而定 |
| **报名材料** | 身份证原件及电话号码。 |
| **保险信息** | 旅行社责任险 |
| **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 |