**福建【小时光】厦门双飞6日游行程单**

福建【小时光】厦门双飞6日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | FJ1727340847Zx | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 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** | 全程携程四钻➕一晚携程五钻泳池住宿既然来了厦门 也去了‬厦大 那就在厦大住一晚 |
| **产品介绍** | 2～12人精品私家团 体验感顶到了天花板全程携程四钻➕一晚携程五钻泳池住宿既然来了厦门 也去了‬厦大 那就在厦大住一晚独家安排海边音乐交流会 来一场属于自己的Livehoes钟鼓索道/帆船出海/旅拍鼓浪屿/沙滩下午茶独家赠送网红1980烧肉粽+海景自助餐3000元赔付体系 100%纯玩 零购物零自费零早起  八点半后再出团，轻松游厦门 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| D1 详细行程安排收拾行囊，向快乐出发，兰州乘坐飞机前往厦门前往厦门途中，今日用餐敬请自理                                                             住宿：厦门乘坐飞机赶赴美丽的花园城市——厦门。1、工作人员会于出发前一天 20:00 前与您取得联系 ，敬请保持电话畅通 ，注意查收短信。如未接到通知 ，或其他事宜。 可与客服人员联系。2、 出团信息中会有专属客服 ，如您旅途中遇到任何问题 ，都可联系帮您处理。D2 详细行程安排园林植物园-钟鼓索道-自助餐-帆船出海-一国两制沙滩用餐：酒店早餐/海景自助餐                                                                     住宿：厦门园林植物园： 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！钟鼓索道：低空飞行，翻山越岭，即可以俯瞰植物园美景，又可以饱览鼓浪屿全景，当你升到最高点时，远眺台湾三担、 四担、五担。眺望整个厦门老城区的风景 ，包括厦大 ，南普陀寺 ，厦门双子塔等等 ，壮丽的山海城屿画卷 ，城市与海天  的辉印完全在你眼前铺展开来 ，缆车游览到中间站 ，设有观景点。经过 82 米情人桥 ，到达山顶船型建筑物——永不沉  没的泰坦尼克号 ，是休闲观景较好的位置。（如遇索道无票 ，行程项目变更为潮汐之眼摩天轮）帆船出海 ：私人帆船教练相伴 ，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。一国两制沙滩：一国两制沙滩为什么要用标语来命名呢？一国两制是伟人为了实现和平统一而提出的基本思路，由于距 离金门岛很近，就是专门做给金门岛上同胞看的标语 ，完整标语是“一国两制 ，统一中国”八个巨型镂空红字 ，言简意 赅地告诉同胞 ，祖国和平统一的心情 ，名字虽简单 ，却代表华夏儿女的共同心声 ，寓意深刻呀！D3 详细行程安排健康步栈道-鼓浪屿-最美转角-旅拍-毓园-番婆楼-旗袍换装秀用餐：酒店早餐/网红特色小吃                                                               住宿：厦门山海健康步栈道： 山海健康步道完美串联起厦门的“八山三水”，始于邮轮码头 ，终于观音山梦幻沙滩 ，就势必要“翻 山越岭”，沿线串联筼筜湖、狐尾山、仙岳山、 园山、薛岭山、虎头山、金山、湖边水库、五缘湾、虎仔山、观音山等 岛内的“八山三水”。健康步道串联起厦门岛中北部重要生态节点，形成贯穿本岛东西方向的山海步行通廊。是一条“景 观之道、生态之道、智慧之道”。鼓浪屿：钢琴之岛—【鼓浪屿】一个宁静美丽的小岛，每每脱口而出，仿佛都有一股凉爽的海风铺面而来 ，岛上拥有众  多的特色店铺和风格迥异的建筑，生活气息和文艺范儿并重。因岛西南方海滩上有一块两米多高、中有洞穴的礁石，每  当涨潮水涌，浪击礁石，声似擂鼓，人们称“鼓浪石”因此而得名。让我们从宫崎骏的童话到闽南这座有故事的小岛屿。网红景点：鼓浪屿特有的小资浪漫气息，再赋予闽南特色骑楼文化，一个神乎其技的角度，让来到鼓浪屿的摄影达人流 连忘返 ，转角遇到爱 ，必须到鼓新路这里留下一张“到此一游”。更有晴天强、船屋别墅、三一堂、天主教堂、汇丰银 行旧址、虫洞书院等经常等你来撩！！！特别安排 ：鼓浪屿旅拍 ：把亲情、爱情、友情刻在心里 ，用旅拍把时光留在相片里 ，记录每一个不可复制的瞬间.番婆楼 ：体验世界非物质文化遗产-闽南木偶戏表演 ：木偶戏是闽南最著名的非物质文化遗产。弘宴庄木偶艺术馆由木 偶戏大师庄陈华和女儿庄宴红创办，作为厦门闽南文化的一张名片。木偶戏，其特点是用指掌直接操纵偶像进行戏剧性 的表演 ，使之活灵活现 ，栩栩如生 ，既能够体现人戏的唱、念、做、打 ，以及喜、怒、哀、乐的感情 ，又能表演一些人 戏难以体现的动作 ，具有技巧高超、造型精美等独特风格。特色体验 ：一套靓丽旗袍、带您穿越民国风情。 自由拍照打卡、炫爆朋友圈。万国建筑博览 ：早餐后游览各国领事馆建筑群 ：这里有哥特式教堂、罗马式喷泉、 中西结合的别墅。毓园：毓园位于鼓浪屿东南部复兴路，是为纪念中国妇产科大夫林巧稚而建的。这是座花园式的小园林 ，园中屹立着林 巧稚大夫的汉白玉雕像 ，一座托着出生婴儿的双手的雕像 ，还建有“林巧稚大夫生平事迹展览室”。温馨提示：①鼓浪屿轮渡时间以实际预定到票时间为准，轮渡票为实名制票，请报名时务必核对信息的准确度，一旦预定成功则无 法调整或取消 ，敬请谅解；②请带好有效证件登船上岛（成人务必带好身份证原件 ，儿童带好户口本或身份证原件）；③番婆楼及旅拍为赠送项目 ，若无法安排或不享用不退换。敬请谅解！D4 详细行程安排厦门大学-玩月坡沙滩-海边下午茶-音乐交流会用餐：酒店自助早餐住宿：厦门早上睡觉睡到自然醒 ，午餐（自理）后根据约定时间集合前往厦门大学。（厦门大学为教研机构 ，非景点 ，校内禁止导 览 ，没有导游带队 ， 自行参考游览）厦门大学：由爱国华侨领袖陈嘉庚先生于 1921 年创办，是中国近代教育史上第一所华侨创办的大学、国内最早招收研 究生的大学之早期建筑入选全国重点文物保护单位和“首批中国 20 世纪建筑遗产”名录 ，被誉为“南方之强 ”“中国 最美大学”这里是电视剧《一起去看流星雨》拍摄地；剧中爱丽斯顿商学院的原型就是厦大。芙蓉隧道：位于厦大内部 ，芙蓉餐厅旁，是中国最文艺的隧道，是中国最长的涂鸦隧道，是厦门大学主要景点之一，是 一个无比美丽的错误 ，吸引着无数文艺青年及游客来此观光 ，该隧道于 2005 年开始施工 ，工程耗时一年半 ，隧道西起 厦大校区芙蓉园学生食堂 ，沿途穿越狮山 ，东至厦大学生公寓门口 ，全长 1.10 公里 ，净宽 8 米 ，净高 4.5 米 ，主要供 行人及非机动车辆通行。建成之后 ，隧道内逐渐多了很多涂鸦 ，这些漂亮的涂鸦是厦大学子一笔一笔描绘而成。芙蓉湖:芙蓉湖在厦门大学漳州校区北区也有一湖 ，名曰“芙蓉湖”，自然是老校区的衍生版本。厦大有湖 ，其名芙蓉。 芙蓉者 ，出淤泥而不染。而此芙蓉湖 ，乃厦大灵秀之源 ，故以词咏之。坐在湖边看雅游的黑天鹅 ，看着天空发着呆 ，也 是一种享受呢！青春是美丽的风景线，有的人匆匆溜过，一无所获，到老了总是后悔莫及！有的人却欣赏到了那只属于 他的精彩 ，令人神往 ，到老了总是回味无穷！上弦场:因为形状称上诗意的名字上弦。 隔着椰林和公路 ，那头就是大海 ，上“上弦场”的字样依稀似乎要把人带往时 间的隧道，重回甲午时期，仿佛都还能听到回荡在空中的水师们必胜的信念。还能在上弦场的台阶来张大合照、做小活 动。玩月坡沙滩：位于思明区环岛南路环岛路临近海边的一个沙滩，有细软的沙子和贝壳，游客们能在这里欣赏日出。这里 还提供餐饮烧烤以及娱乐等设施。这里是一个可以发呆看海~喝咖啡的地方;一块可以邂逅治愈的地方;一个可以嗨吃畅 聊的地方沙滩下午茶 ：适时享用我们安排的下午茶（果汁、奶茶），看着波澜壮阔的大海 ，享用我们精心安排的下午茶。沙滩音乐交流会：这里有专业的音响设备，您可以在此一展歌喉，高歌一曲。海里的鱼儿是您的指挥师，海里的贝壳是 您的伴奏师 ，海里的海草是您的伴舞娘 ，这是大海为你开的演奏会。备注 ：沙滩音乐交流会如遇下雨天无法进行 ，改为自由活动 ，无退费。D5详细行程安排一整天自由活动用餐：酒店自助早餐住宿：厦门根据自己的兴趣和需求，自助选择和参与各种活动 D6 详细行程安排 返回温馨的家，厦门乘坐飞机返回兰州 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 【门票】行程中所列景点的首道大门票。【用餐】4 早 2 正 ，正餐： 网红小吃 1980 烧肉粽 40 元/人+海景自助餐。【交通】 当地全程随团游览期旅游用车。（收客人数 6 人及以下安排导游兼司机）【住宿】厦门市区4晚携程四钻住宿 +一晚厦门大学里面的住宿或一晚泳池海边五星住宿二选一 |
| **费用不包含** | ① ：单房差 ：如遇单房差 ，我们会协调安排拼住或调整三人间或加床 ，如无法安排 ，房差敬请自理。②：不可抗力原因所引致的额外费用因交通延阻、罢工、天气、飞机机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力 原因所引致的额外费用。③ ：景区配套便民服务设施及体验项目其他/以上“服务提供项目—报价包含内容”里未提及包含的一切费用均 未含。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | ①：请严格遵守国家的法律、尊重当地国家的风俗习惯。严禁携带牟利私货和违例物品，否则自负可能引发的严 重后果 ，请不要过量饮酒及在公共场合大声喧哗。②：旅游活动：在旅游旺季 ，由于旅游人数较多 ，在用餐、用车、景区门前、缆车入口、码头登船处等会出现等 候现象 ，为了确保行程安排的顺利完成 ，导游会根据景点、缆车、游船等开放的具体时间，对叫早、出发等时间 做适当的提前或错后调整；另外 ，为了避开太多的旅游者，导游会在不减少景点的情况下，合理的调整行程。请 各位游客积极配合。③：行程中由多条特色商业街构成，其中特产店、餐厅周边或周围的特产超市，都是属于景点特产店，不属于旅 游购物店的类型 ，与旅行社无关；购物请谨慎。④：旅行过程中，希望游客能够对导游工作给予理解与支持 ，出现问题时大家共同商量解决，这样才能使此次游 程更加完美。⑤ ：我社保留根据实际情况对具体行程做适当合理调整的权利。⑥ ：请您认真填写游客意见书 ，我社将以意见书作为处理投诉的重要依据。 |
| **报名材料** | 旅游健康承诺书承诺人姓名： 身 份 证号：法定监护人：住 址： 联 系电 话：根据《中华人民共和国旅游法》及相关法律法规之规定，本人报名参加编号为 《境内旅游合同》中列明的旅游团，该团定于【 】年【   】月【  】日出发，【 】年【  】月【  】日返回，行程共计【   】日。依据诚实守信原则，现就行程中的个人健康注意事项贵司工作人员已如实详尽地向本人告知，本人完全理解，特向贵司郑重承诺如下：1、本人清楚知悉自已的身体健康状况，出发前对本次旅游行程已经做过综合分析判断与充分的了解，认为自身身体健康状况能完成承担本次旅行所带了的健康风险。2、本人承诺适合参加本次旅游团行程全部活动，本人能够完成旅游全部行程并随团返回。3、本人身体健康，本人已将旅游行程前自身健康状况如实告知旅行社，如本人隐瞒个人疾病和身体状况，坚持参加禁止性、限制性、高风险活动、与本次旅游团不相适宜的游览活动导致意外发生，本人自愿承担因自身行为而造成的生命、健康风险，由此产生的全部法律责任以及发生的全部费用，由本人自行承担。同时承担因本人行为给公司造成损害赔偿责任。4、本人自愿放弃在旅游行程中，相应景点或相应活动（包括但不限于过山车、驾驶摩托艇、潜水、划水、滑雪、跳伞、攀岩、赛车、探险、赛马、滑翔、探险性漂流、热气球、蹦极、冲浪等具有刺激性、危险性的旅游活动项目）禁止儿童、老年人、心脏病、高血压、孕妇等不适宜参加此活动的项目，因本人自愿放弃参加的项目旅游团费不退；对儿童、老年人、心脏病、高血压、孕妇等不适宜参加此禁止性、限制性等活动项目的，本人根据自身健康遵守相关制度、规定，若因本人坚持参加禁止性、限制性活动项目所发生的全部后果与法律责任均由本人自行承担。5、在旅游过程中，本人因身体健康不适或其他原因导致本人不能全部完成旅游行程，或需贵司协助提前返回国内，本人自愿承担全部风险与责任。因自身原因中途退出旅游行程的团费不退，因提前结束行程产生的全部费用由本人自行承担。6、本人承诺无不适宜参加旅游团行程以及项目的慢性疾病，本人承诺在旅游过程中因自身突发疾病或患有慢性疾病导致的一切损害后果，由本人自行全部承担。均与旅行社无关。7、本人承诺在旅游过程中做好自我健康监测，如出现发热、干咳、乏力、咽痛、呕吐、腹泻、肌肉酸痛、头痛、头晕等症状，及时进行检测，并密切监测健康状况；出现症状加重时，及时向导游请求援助，在导游或旅行社工作人员协助下到二级合格或者二级合格以上医院就诊，费用由本人支付。本人隐瞒自身健康状况不能真实、及时向导游反溃的，由此造成的自身生命、健康风险由本人自行承担。8、本人承诺清楚明确新型冠状病毒感染由“乙类甲管”调整为“乙类乙管”，并自觉遵守执行国家规定的政策。旅行过程中因新冠感冒所引起的身体不适和突发疾病所造成的后果和费用由本人自行承担，与旅行社无关。9、本人承诺本次旅游行程出发前无新冠感冒所引发的发热、干咳、乏力、咽痛、呕吐、腹泻、肌肉酸痛、头痛、头晕等症状，至参加本次旅游团之日已治愈 天。本人核酸检测或抗源检测为阴性，对参加本次旅游团行程自身健康无任何障碍。因本人虚假承诺造成旅游行程中自身健康、生命风险的，本人自愿依据民法典对自甘风险的规定，承担全部法律风险与责任。10、本人承诺在出发前已经足额购买了旅游意外保险。本人个人身体健康承诺：贵司对上述所有条款给予本人清楚明确的解释与说明，本人作为成年人对健康承诺书所承担、面临的法律风险与后果清楚、明确，本人已阅读并完全理解各项条款的含义以及所要承担的法律责任。如产生纠纷，以本承诺函中本人的承诺为准。承诺人（签字）： 年 月 日法定监护人： 年 月 日 |
| **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              |