**东北【夏日恋歌】 双飞六日游行程单**

（纯玩O购物O自费 20人小团）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SS1748416371FN | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 哈尔滨市 |
| **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** | 🌈东北【夏日恋歌】双飞6日游❤纯玩O购物O自费 20人小团🎋优选景点、透明消费、无购物店哈尔滨中央大街、横道河子、镜泊湖、延吉网红墙、长白山漂流、图们、长白山天池、延边朝鲜民俗园、夜游松花江👑全程升级一晚温泉酒店，吉林市升级一晚5钻酒店🥗四大东北特色餐：哈尔滨饺子宴 镜泊湖鱼宴 铁锅炖 朝鲜族风味餐🍭赠送【朝鲜民俗经典旅拍-精美韩服-韩式精妆-精美发饰-摄影 20 张底片】🍭赠送【长白山森林观光漂流】50分钟 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **兰州—哈尔滨**【今日主题】你好！哈尔滨，欢乐集结我们在哈尔滨机场，都安排专人迎接您的到来，您的导游会在出团前一天与您联系，请保持预留电话畅通。我们给大家安排了【24小时接站服务】【温馨提示】1请保持手机畅通，注意接收短信。客服人员会提前一天和您联系.2飞机落地后请及时打开手机，接机人员会和您联系，由于机场出口处不能长时间停车，如您比预计抵达的时间早，请提前联系司机前往出口处接您。3出行前请再次确认携带有效身份证原件，上下飞机/火车请携带好贵重物品。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 含 |
| **D2** |
| **行程详情** | **哈尔滨-横道河子-镜泊湖/牡丹江**▲【哈尔滨中央大街】（赠送景点）游览异国风情的百年老街特色的商铺，特色的小吃，印象深刻的是街边卖啤酒的小车。建筑保存的特别完好，含括了欧洲具有魅力的近 300 年文化发展史，是哈尔滨非常繁华的商业街。▲【哈尔滨饺子】餐标35来哈尔滨，怎么能不吃顿饺子呢。参考菜单：三鲜水饺3盘、西芹猪肉3盘、白菜猪肉3盘，青椒猪肉3盘，西葫芦鸡蛋2盘、炝拌土豆丝、香辣菠菜、酸辣海带、鸡汤豆腐丝。▲【俄罗斯风情小镇风景区】【俄罗斯童话乡】网红玩法初体验；百年老镇的美丽教堂，见证了这片土地一个世纪的变迁。▲【东正教圣母进教堂】是全国唯—的全木质东正教堂原址，呈现出俄罗斯早期的建筑风格。▲【油画村】位于圣母教堂东南，是鲁迅美术学院等7家美院的写生基地，不时有主题展，另有一些私人 根雕、铜器等手工作坊，街墙上也挂着一幅幅油画。▲【俄罗斯老街】位于教堂的另一个方向，可在参观完油画村后原路折返老街两侧尽是黄白相间的小砖房为当年中东铁路职工的寓所，继续往前走，有几间俄式木刻楞，左右邻里仍以砖房 为主比起老街一带更有生活气息，异域风情的绝妙气质，假装自己在俄罗斯乡间漫步。▲【横道河子机车库】是铁路史上的“明星”建筑，从空中望去，机车库宛若一把打开的折扇，15个紧密排列的车库是15根扇骨搭起的扇面，这是大蒸汽时代的遗迹，中国火车站的“颜值担当”！晚餐后入住酒店交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 含 |
| **D3** |
| **行程详情** | **镜泊湖-雁鸣湖小村-延吉**▲【镜泊湖景区】（含大门票）（景区电瓶车30元/人自理），观赏我国著名的三大瀑布之一—【吊水楼瀑布】，观黑龙潭。吊水楼瀑布因其居镜泊湖北端，又名镜泊湖瀑布。火山爆发，熔岩遇江水形成一道天然大坝。坝上为湖，坝下为江。镜泊湖出口，水流深切玄武岩石中，形成瀑布。瀑布四周布满黑色的火山岩，落差20米，幅宽40米，洪水期瀑布宽达100多米。因受下跌水流冲蚀，瀑底形成直径70米、深60米的圆形水潭。瀑水飞泻直下，浪花四溅，气势磅礴，震声如雷。后乘电瓶车抵达码头，自由活动，由导游带领前往观看镜泊湖著名景观“毛公山”。▲【镜泊湖特色滋补鱼餐】（餐标30元/人）参考菜单：红焖胖头，葱油鲤鱼，蒜烧鲶鱼，鱼香肉丝，炒双花，鲫鱼炖豆腐，小鸡炖土豆，肉炒瓜片，蒜蓉油菜，青椒炒蛋，紫菜蛋花汤。主食：米饭午餐后游览▲【雁鸣湖湿地】雁鸣湖畔，碧波荡漾，小山村静静地躺在国家级湿地保护区的怀抱中，仿佛一颗璀璨的绿宝石镶嵌在青山绿水之间。这里，是吉林省的东大门，北与宁安市镜泊乡相邻，东可游镜泊湖之壮丽，西可观六鼎山之秀美，地理位置得天独厚，让每一位到访者都能感受到“风光无限好”的绝妙体验。▲【延边大学的网红弹幕墙】，让你一秒穿越到韩国的感觉。入住延吉酒店，入住后自由活动。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 含 |
| **D4** |
| **行程详情** | **延吉市-图们-长白山**自行打卡【美食博主乌啦啦打卡地-水上市场】这里就是当地人经常逛的早市场，卖很多当地特色食材，小伙伴们可以在这里品尝手工制作的打糕、米肠、各种各样的泡菜、秘制牛板筋等。[小贴士]：水上市场是早市场，早8点闭市，需早起自行前往，如果您想赖床的话，可以在酒店休息。▲【中国朝鲜族民俗园】在这里可以欣赏和体验朝鲜族传统生活习惯，古朴的民居，秋千、跳板、摔跤场，村内展示着百年老宅、山地民居、富人宅邸等朝鲜族特色建筑，再现了从古代达官贵人到普通人民的生活方式、居住档次和室内装修情况。其中的九座百年老宅是来自全州不同县市的各个村落，最大程度的保留了朝鲜族传统老宅的原始风貌。游人置身其中，不禁被浓郁的民族乡土气息深深吸引。▲赠送【朝鲜民俗经典旅拍-精美韩服-韩式精妆-精美发饰-摄影 20 张底片】这里给人一种走进了“朝鲜”或“韩国”的感觉，尤其是当一些游客穿上特色的朝鲜族服装后，那感觉好像出国了。▲【朝鲜族风味餐】品尝特色午餐▲【日光山景区】（赠送景点）景区栈道登上【日光亭】，远看对面朝鲜南阳市景观、【中朝铁路桥】、公路桥，下山打卡 【中朝86号界碑】。▲赠送景点【长白山森林观光漂流】50分钟。坐上皮筏，一路乘风破浪，尽情体验“中流击水，浪遏飞舟”的感觉。这里河水湍急时有急流险滩，时有平缓的水面，刺激与惊险浪漫于温馨。一路欣赏沿岸风光，急流缓滩，丛林峭壁，野花幽香，绿树成荫既能满足您你视觉，又能呼吸到新鲜的空气，绿色、健康、原始、自然让您告别城市的喧闹。▲【长白山温泉】（占床客人赠送温泉，不去不退，不可转让。）。长白山温泉有“神水”之称，属于高热温泉，多数泉水温度在摄氏60度以上，最高泉眼可达摄氏82度，把自己滑入温润的泉水中，氤氲的水汽掩着远处的茫茫长白山颠，倾世豪情融化了一腔豪情，自备泳衣放松一下吧~舒舒服服洗个温泉澡，长白山好梦！！第二天又是满状态。整洁、卫生的环境和细致、周到的服务可以让宾客在缓解疲劳之时享受尊贵。▲【铁锅炖】品尝特色晚餐交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 含 |
| **D5** |
| **行程详情** | **长白山-吉林市**▲【长白山国家级自然保护区北坡】国家5A级景区（已含首道大门票，不含必须乘坐环保车80元+倒站车85元+环线车35元）：抵达后乘坐环保车进入景区。景区中转服务站自由活动或根据天气情况，乘坐景区倒站车（旺季人多需排队等候）登松花江、鸭绿江、图们江三江之源亚洲最大的火山口湖▲【长白山天池】：又称白头山天池，是中国境内保存最为完整的新生代多成因复合火山，天池周围火山口壁陡峭，并形成十几座环状山山峰，海拔均在2500米以上，素有“三江之源”的雅称。2000年，长白山天池被上海大世界基尼斯总部公布为“海拔最高的火山湖”。▲【长白山瀑布】：是长白山天池北侧的天文峰和龙门峰的中间的一个缺口，这个缺口就是天池的出水口，被称为“闼门”。天池的水从闼门流出来在白头山天池的北侧，距长白山瀑布下约1公里处，有一奇特的天然温泉群【聚龙泉】：是温泉群中水量最大、分布最广、水温最高的温泉，堪称长白山第一泉。后游览【长白山小天池】：在长白瀑布以北3公里处，隐在幽静的岳桦林中，在周围的岳桦树环绕下仿佛套上一个银色的光环，所有这里又名“银环湖”。▲【绿渊潭景区】：因池水碧绿深窘而得名。绿渊潭瀑布飞流直下，最高落差达26米，瀑水落于巨石而四渐，而后流入深潭。每逢雾起，潭上水雾弥漫，与高山岳桦、旷古巨石浑然而一体，美不胜收，恰似人间仙境。后下山▲【夜游松花江】：松花江的夜景却有着一种独特的宁静与温婉。江水在夜色下泛着微光，仿佛一幅流动的水墨画。江风拂面，带着丝丝凉意，却让人感觉格外清爽。两岸的灯光像是繁星坠入人间，现代的灯光与自然的江水完美融合。这是一种原始与现代交织的美，让人的心灵得到极大的慰藉。后自由活动入住酒店。▲ 温馨提示 1、旺季长白山景区限流（如果遇到长白山北景区限流改到长白山西景区）2、旺季长白山游客较多，且部分酒店早餐时间较晚，为保证游览顺利，故早餐为餐包，给您带来不便，敬请谅解！3、景区内行程自由、分散故不统一安排午餐，景区内有自助餐厅60元/人。景区里提供温泉鸡蛋，温泉玉米，泡面等供游客选择。4、长白山景区观赏效果视天气而定，如遇大雨大风可能出现封山情况出现，根据当天实际情况，如景区交通未产生，可当地退还；5、长白山景区由导游带到天池后自由活动，故无全程陪同，请您自行游览景区内景点，并注意安全。备注：长白山景区因天气变化莫测，如天气特殊原因景区关闭（景区当天早上7点之前公众号会发布消息）为了让游客有更好的体验 景点替换成4A景区峡谷浮石林+冰水泉景区，长白山景区105大门票置换 此景区 车费+门票）。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 含 |
| **D6** |
| **行程详情** | **长春-兰州**睡到自然醒，酒店中午12点退房，根据您离港的时间，24小时专车送您至机场，抵达机场后自行办理登机牌和托运行李，通过安检，乘坐航班回到温馨家园，结束东北旅程【温馨提示】1住如客人晚于12点退房，产生的房费，由客人自理！2早班机的客人酒店会提供打包早餐并提前一天与前台核对，退房时请于前台拿取！3送机/送站为赠送服务，不使用不退费，望周知!交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | ▶ 行程中标注的酒店住宿费用 ：2 人标准间，按床位计算，含酒店早餐费用；不占床则不含酒店 早餐费用。▶ 行程中标注的午餐行程中已明确标注自理和不含 的餐饮费用由游客自行承担。▶ 行程中标注的景区景点首道门票费用。▶ 旅行社责任险已按政府要求为游客购买！ |
| **费用不包含** | ▶ 自由活动期间交通费和餐费▶ 全程入住酒店产生的单房差及加床费用▶ 因旅游者违约、 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▶ 因交通延误、取消等意外事件或不可抗力原因导致的额外费用▶ 儿童报价以外产生的任何费用自理▶ “旅游费用包含”以外的所有费用▶ 费用不含景区小交通 长白山环保车85元/人+环线车35元/人+倒站车80元/人 镜泊湖景区内电瓶车30元/人 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 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，【 2015】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 |
| **温馨提示** | 16 周岁以上成人持有效二代身份证或户籍证明 ，2-16 周岁儿童若无身份证请携带本人户口本原件2 周岁以下婴儿需要带出生证明乘机 ，敬请注意 我社不接受孕妇报名；2）若出游者有特殊病史（如：间歇性精神病、心脏病和有暴露倾向等精神疾病）；在报名时故意或刻意隐瞒，出游过程中如果出现任何问题与责任，均与旅行社、领队、导游无关，产生的任何费用均由当事人自行承担；3）70岁（含）以上老人需要提交健康证明、签署免责书以及至少一名亲属陪同参团；谢谢配合。 |
| **退改规则** | 机票为团队机票 ，不退不改签 |
| **报名材料** | 身份信息联系电话 |
| **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)： 旅游社（签章）：日期： 年 月 日 日期： 年 月 日 |