盛夏出游 这些得注意

夏季,天气闷热得令人窒息,而此时又恰逢暑期,正是学生外出旅游的好时机。那么,在炎热的夏季出门旅游,都要注意哪些事项呢?为了方便大家出行,笔者整理了一份夏季旅游全攻略,希望可以帮上你。

本刊 综合

防暑药品 准备齐全

无论你去哪旅游,遇到多变的气候都是不可避免的,忽冷忽热的天气容易感冒,又闷又热的天气最易中暑。因此,藿香正气水、人丹、十滴水、风油精、清凉油这些夏季防暑解暑的药品是必不可少的,而对于经常晕车的人来说,风油精、清凉油这些含有薄荷的药品能帮您舒缓旅途中出现的不适症状。

及时补水 清淡饮食

外出旅游经常一走就是一天,而且还是在火热的太阳下,因为水分的大量消耗,所以旅途中一定要注意补水,大汗淋漓时应多饮用含盐类和维生素的清凉饮品,以保持水分和盐类的代谢平衡;新鲜的蔬菜、水果更是不可缺少,尽量少吃油炸及油腻的肉类食品,防止引起腹泻或消化不良。

旅游意外保险 必不可少

无论外出旅游,还是在家中休闲娱乐,都要加强自我保护意识,为自己上一份保险必不可少。虽然说旅行社会给我们上保险,但那只是针对因旅行社的责任造成的赔偿,它不能涵盖旅游者在旅游期间发生的所有意外事。所以为了使自己在遭遇意外事故后自身利益受到最大限度的保护,本报提醒您,在出游前最好购买一份旅游意外保险。

恶劣气候 避开危险

在旅游途中,遇到雷雨、台风、洪水、泥石流等恶劣天气和自然灾害时,一定要远离危险地区,要看好各个景区的禁入指示,切勿进入到景区规定的禁区。一定要听从旅行社和带团导游的统一安排,及时采取相关的防护措施,不要私自脱离旅游团队,自己随意参观游玩。

一定要选正规旅行社

外出旅游,首先要做的就是要选一家有资质的正规旅行社,如果您打算出境游玩,那就一定要了解旅行社是否有带团出境的资质,一定要远离“黑门市”和各种经营项目混杂在一起的旅行社。

海边游泳 远离禁区

到海滨、湖波、景区的水上游乐园等地参观游玩时,要在景区限定的区域内游泳,游客自己要有较强的自我保护意识,下水游泳一定要携带必要的救生用品,如救生衣等,而且要和团队里的团友结伴而行,不要私自下水,防止溺水事故发生。

全国象棋挑战赛新泰莲花山举行

8月4日上午,决战名山2013象棋冠军挑战赛暨QQ游戏全国象棋网络赛—新泰莲花山站的比赛在景色秀丽的山东新泰莲花山风景区打响,众多象棋爱好者和游客一起欣赏了两位全国冠军、象棋特级大师黑龙江赵国荣和湖北柳大华的精彩对弈。来自全国各地的游客在游览莲花美景祈福平安的同时,更能够与象棋界的泰斗现场切磋纷纷大呼过瘾,表示不虚此行。经过激烈角逐,来自辽宁的选手范思远获得了本次季赛冠军,组委会还为获得前四名的棋手开出了总额2万元人民币的奖金,这也是本站比赛的一大亮点。

据悉,新泰莲花山古称新甫山,九峰耸峙,状如莲花,地处鲁中腹地山东省新泰市,其主峰千米,绵亘百余里,大小禅院历史上千年,更有世界独一无二的巨型天成观音,集自然奇观、山水特色、森林风景、宗教文化于一身,是一处风景宜人、古迹众多、历史文化悠久的综合性旅游目的地,有着“观音胜境,北方普陀”的美誉,是中国北方最大的观音道场,是山东省为数极少的世界地质公园、国家4A级旅游景区、国家森林公园,被评为山东省十大景区之一。其森林覆盖率95%以上,“新甫拥翠”等传统胜景传承2500年,与山下青云湖珠联璧合,建有汉武行宫、云谷寺、太平庵、两山排闼、云谷瀑布、天成观音经书五卷、金蝉望月等大小景点200余处,生态环境自然和谐,幽静淳朴,既是著名的生态休闲度假胜地,也是地学旅游、科研科普的经典地区,堪称“齐鲁第一佛教名山,江北最美莲花世界”。(海波)