

错时游 时间到

错开人群 不错过美景
你爱熙熙攘攘 我爱天马行空
要自由 要享受 要创意
我有我旅行
错时游,时间到!

详见 B08

老年人出行注意事项

老年人有很多时间享受生活乐趣,是错时出游的主力军。但是老年人外出旅游身体容易疲劳,在旅途中更应量力而行。

■旅途中饮食宜清淡,多吃蔬菜、水果;不食用不卫生的食品和饮料,不喝泉水、池水和河水;在吃饭方面不要委屈自己,新鲜最重要。

■秋季出行,要防雨防冻,这段时间天气变化大,忽冷忽热;到南方一带旅游最好带上雨具,雨说来就来。

■每天保持6至8小时睡眠,住宿条件不求豪华,但要舒适安静;与人同住一个房间,相互之间可有个照应;每晚睡前用热水泡脚,睡时将小腿和脚稍垫高,以防下肢水肿。

■老年人长途旅行最好坐卧铺或飞机,日程安排宜松不宜紧,活动量不宜过大;游览时,行步宜缓,循序渐进,量力而行,以免劳累过度;若出现头昏、气喘或心跳异常时,应马上就地休息或就医。

■老年人多半患有一些慢性疾病,需带足平时服用之药,另还应备些感冒、腹泻、晕车等药品;如有心脏病、哮喘还得备急救药,以备急需;身上要有一张记有自己身体状况和亲人联系方式的卡片,如遇意外,他人可及时提供帮助。

(王思思)

《今日泰山·旅游休闲周刊》

广告优惠招商

《今日泰山·旅游休闲周刊》由《齐鲁晚报·今日泰山》与《中华泰山旅游网》联手打造,现面向社会招商。

《旅游休闲周刊》每周三出版,整体推出泰安市及周边地区各旅行社的旅游线路、景点介绍、旅游特产、旅游美食、宾馆酒店、休闲娱乐、出行票务等资讯,最大限度地贴近消费者的需求。

《今日泰山·旅游休闲周刊》是泰安传媒界第一家互动式媒体平台,所刊登的广告,都可以在《中华泰山旅游网》(www.taishanly.com)和《泰安消费网》(www.xiaofei315.com)出现,实现了媒体之间的互动,真正实现了平面媒体、互联网媒体的完美结合,使商家的广告宣传更精确,消费者获得的实惠更直接。

为配合泰安市旅游发展的需要,近期将对旅游、景点、特产、旅游美食、宾馆酒店休闲娱乐、出行票务等行业的广告予以大幅度优惠,有合作意向者请电话垂询。

电话:0538-6291818
6291788 8218798

工作QQ:1134715018
邮箱:1134715018@qq.com
taishan88@126.com

招聘

《旅游休闲周刊》诚聘20—40岁,男女不限;2、性格外向,有吃苦耐劳精神;3、从事过报纸广告、平面广告、网络广告、市场营销的优先,工资待遇面议。

1、中专以上学历,品行兼优,事业心强,年龄

编辑出版: 旅游休闲工作室
联系方式: 8291788 8218798
网络支持: 中华泰山旅游网
网址: www.taishanly.com

全程策划: 泰山富尔传媒

泰山金辉旅行社

九年零投诉 许可证号: L-SD-C200116

重阳节献礼:

| | |
|-------|-----------------|
| 泰山一日游 | 35元/人 (10月13日) |
| 泰山二日游 | 65元/人 (10月13日) |
| 泰山三日游 | 95元/人 (10月13日) |
| 泰山四日游 | 125元/人 (10月13日) |
| 泰山五日游 | 155元/人 (10月13日) |
| 泰山六日游 | 185元/人 (10月13日) |
| 泰山七日游 | 215元/人 (10月13日) |
| 泰山八日游 | 245元/人 (10月13日) |
| 泰山九日游 | 275元/人 (10月13日) |
| 泰山十日游 | 305元/人 (10月13日) |

“晶晶”伴您游世博

| | |
|-----------------------------|-------------------|
| 苏州 杭州 双水乡 上海世博 (一次入园) 大巴四日游 | 920元/人 (每周四发团) |
| 查世博 (二次入园) 潜水乡 体验潜水 游轮大巴四日游 | 1050元/人 (每周四发团) |
| 上海世博 (二次入园) 双卧四日游 | 1430元/人 (每周二、五发团) |

更多推荐线路:

| | |
|------------------|---------|
| 海南三亚四日游 双卧五日游 | 260元/人起 |
| 昆明 大理 丽江 双卧六日游 | 280元/人起 |
| 厦门 鼓浪屿 武夷山 双卧五日游 | 250元/人起 |
| 桂林 漓江 阳朔 双卧五日游 | 260元/人起 |
| 长沙 韶山 张家界 双卧五日游 | 120元/人起 |
| 北京 拉萨 青藏线 双卧五日游 | 400元/人起 |

网上查询: www.taishanly.com 或泰安信息地点泰山旅游网 总经理: 杨雨 联系人: 赵文华 13953699762 李后芳 13953699562 吴雪梅 13953699937
联系电话: 6989988 8239538 8239838 6580076 地址: 东岳大街40号 (泰山区人民医院西邻) 航空机票票务中心: 6888007 (市区免费送票)

泰安中国旅行社有限责任公司

山东全省旅游经营诚信单位 山东省旅游行业示范单位 泰安市十佳旅行社

中秋十月 黄金周游线:

| | |
|-----------------------------------|------------------|
| 上海世博园、苏州、杭州 双水乡 西塘4日游 | 320元 (周四) |
| 上海世博园、苏州古运河、杭州 双水乡 西塘4日游 | 930元 (10月16、28号) |
| 上海世博园(二次入园)、苏州 双水乡 西塘4日游 | 1320元 (周三) |
| 秋季旅游首选 九寨沟 1日游 | 146元 (三人以上天天发) |
| 青岛 崂山 海洋世界 2日游 | 338元 (周六) |
| 云台山 2日游 | 458元 (周六) |
| 北京 故宫、八达岭长城、颐和园、天坛、香山 军博 奥运场馆 2日游 | 550元 (周四) |
| 泰山、千佛山、植物园 2日游 | 139元 (周四) |

火车、飞机、快捷游线:

| | |
|------------------------|---------------|
| 西安兵马俑、华清池、秦始皇宫、古城双卧3日游 | 980元 |
| 长沙、韶山、张家界、天子山双卧3日游 | 1320元 |
| 桂林、漓江、阳朔、世外桃源、冠岩双卧6日游 | 1420元 (周三/周六) |
| 庐山、婺源、景德镇双卧5日游 | 1190元 (周五) |
| 南京、无锡、苏州、杭州、上海双卧5日游 | 1190元 |
| 昆明、石林、大理、丽江双卧6日游 | 2320元 |
| 海南双卧5日游 | 2080元起 |
| 厦门、鼓浪屿、武夷山九曲溪、福州双卧5日游 | 2480元 |

由于近期火车票、飞机票价变化较大,具体价格请来电咨询

散客中心: 6262222 组团中心: 8278616 8227636
网址: www.sdtaishan-cts.com 地址: 泰安市泰山路150号云海饭店四楼401室 许可证号: L-SD-GJ00023 国际旅行社

泰安市诚之旅国际旅行社

★山东省首推AAA级旅行社 ★泰安市十强旅行社
★山东旅游优质服务示范企业 ★泰安市旅游行业党员示范岗

重阳 爱在重阳节 情暖夕阳红

重阳礼包: 年满60岁老人报名者加长线, 均赠价值70元的水晶相框一本。

| | |
|-------|------------------|
| 泰山一日游 | 148元/人 (10月13日) |
| 泰山二日游 | 248元/人 (10月13日) |
| 泰山三日游 | 348元/人 (10月13日) |
| 泰山四日游 | 448元/人 (10月13日) |
| 泰山五日游 | 548元/人 (10月13日) |
| 泰山六日游 | 648元/人 (10月13日) |
| 泰山七日游 | 748元/人 (10月13日) |
| 泰山八日游 | 848元/人 (10月13日) |
| 泰山九日游 | 948元/人 (10月13日) |
| 泰山十日游 | 1048元/人 (10月13日) |

更多精彩, 敬请点击 www.taiczi.com

散客游 8888001 包团游 8888002 特色游 8888017 公务考察 8888019 机票酒店 8888015
地址: 泰安市红门路25号1-2层 (岱宗坊北行50米泰山小学斜对面) 联系人: 高洪林 张旭 孙晓霞 总经理: 陈洪 电话: 6989988