

夏季旅游小常识

夏天又来啦,面对城市强烈的阳光照射,不少人选择泡在水里或者登上山顶来祛暑避温。但是大家在出行游玩前一定要注意了解相关的安全知识、旅游常识,尽兴重要,安全更重要!

1.海边游泳要在限定区域

到海滨地区参加游泳活动时,除在与旅行社约定的区域内或景区限定的区域内游泳,最好结伴而行,有较强的自我保护意识,携带必要的保护救生用品,不私自下水,以防溺水事故发生。

2.山区旅游要防跌防迷失

到山区或地形复杂的地方旅游,要防滑、防跌、防迷失。要牢记景区规定的行走路线,跟随导游行进,不要去无防护设施的危险地段。最好结伴游览,防止走错路而迷路。

3.要防“空调病”

夏季旅游要防“空调病”。室内和车内外的气温差不要太大,否则容易发生感冒或肠胃不适等症状。在高温高湿天气易发生中暑,心脑血管病人及老幼体弱者更应注意采取必要的预防措施。

4.做好防晒,不怕阳光

在海滩要避免猛烈的太阳照射,注意防晒,擦好防晒护肤品,如果长时间在海边,最好自带帐篷或者租用太阳伞等。阳光强烈时最好不要在露天游泳,建议选用耐水、耐汗、能持久保持防晒功效的防晒护肤品。

5.特别状况,轻松应变

到海边游泳的话,如果本身已有肌肉、关节方面疾病的民众,在游泳姿势上要有所选择。在游泳时以不同的泳式交替,较不容易造成某些部位过度劳动的运动伤害。若不幸发生意外,避免不必要的移动,尽快送医,

如需移动,要有适当的工具或多人同时移动法,以免造成更严重的后遗症。

海鲜美食,尽情畅享吃海鲜时,可适量喝点白酒和米醋,以起到杀菌消毒的作用。吃海鲜后,一小时内不要食用冷饮西瓜等食品,不要马上去游泳,游泳后也不宜食用冷饮、西瓜、海鲜等食品。为减少吃海鲜引发的食物中毒,尽量选购活物。海鲜生吃时,先冷冻再浇点淡盐水。吃海鲜时不要喝冰镇啤酒。过敏者慎食海鲜,关节炎患者少吃海鲜。



菏泽鲲鹏旅行社 您身边的旅游顾问

菏泽鲲鹏旅行社

鲲鹏相伴
旅途精彩

隆重推出“爱家乡、游菏泽”活动

菏泽一日游 北线: 鄄城孙膑旅游城亿城寺、郓城水浒好汉城;

南线: 定陶仿山旅游区、单县浮龙湖景区) 每周日牡丹广场发团 特惠价100元/人
(含景区门票、午餐、交通费、意外伤害险)

暑期新线
★秦皇岛、北戴河、山海关、南戴河、天津精彩四日游 (每周六早发团) 880元/人
★北京亲子夏令营五日游 (每周一四五早发团) 780元/人
★宜昌三峡人家、三游洞、世外桃源四日游 (每周五晚发车) 850元/人
★承德避暑山庄、坝上草原消暑五日游 (每周六早发团) 1380元/人
★西峡五道幢、龙河漂流两日游 (每周六早发团) 460元/人
★长沙、韶山、张家界、天子山五日游 (每周五晚发团) 990元/人
★桂林、漓江、阳朔汽车卧铺五日游 (每周四/五发团) 880元/人
★内蒙古草原、沙漠、呼和浩特汽车卧铺五日游 (每周五发团) 1180元/人

更多精彩线路请来电咨询! 公司电话: 5700688 5700699 5701919 13805308005 13365402626 公司地址: 中华路1056号 (市政府对过)
定陶办事处电话: 15965878796 15506616572 2193282 定陶办事处地址: 定陶县御丰大酒店楼下

精彩热线

(行程
备索,
欢迎
致电)

★北京常规四日游

(每周二、五晚发车) 550元/人

★青岛海底世界两日游

(每周四/六早发团) 430元/人

★王屋山漂流、神农山二日游

(每周六早发团) 398元/人

★日照休闲两日游

(每周四/六早发团) 320元/人

★青岛日照海滨休闲三日游 (含海底世界)

(每周三/五晚发团) 430元/人

★老君洞、太清谷、野人谷、灌河军事漂流

(每周四/六早发团) 460元/人

★华东五市乌镇精彩五日游

(全白天行程, 每周发团) 830元/人

★蓬莱、烟台、威海四日游

(每周五晚发团) 580元/人

★云台山休闲两日游

(每周四/六早发团) 420元/人

★苏州、上海、杭州、乌镇四日游

(每周五晚发团) 550元/人

许可证号: L-SD-GJ00101

康辉国际旅行社菏泽分公司

山东省十强旅行社、山东省旅行社协会副会长单位

菏泽康辉旅游

免费咨询电话

4008113690

出境散客旅游线路(各关口起止,小费自理)

★8月18日香港、澳门、广州全景6日游 3980元/人
★8月7、24日、日本本州超值双飞6日游 5280元/人
★8月全月韩国首尔、济州四飞五日游 4080元/人
★8月全月韩国首尔双船五日游 1500元/人
★8月全月泰国普吉岛直飞包机6日游 5280元/人

出境旅游报名电话: 6166600

重点推荐旅游线路

1. 北京周末四日游 550元/人
2. 天津秦皇岛北戴河四日游 (周一早) 850元/人
3. 威海、烟台、蓬莱周末游 498元/人
4. 天界山 (回龙) 两日游 (含小交通) 330元/人
5. 天界山、王莽岭两日游 (含小交通) 398元/人
6. 神农山、黄河三峡两日游 (含乘船) 460元/人
7. 沂水地下大峡谷、日照两日游 (住标间) 340元/人
8. 东平湖一日游 (含乘木船) 200元/人

重点推荐线路报名电话: 6268888、18953020082

常规旅游线路

★爱家乡·游菏泽线路

1. 单县一日游 100元/人 2. 鄄城郓城一日游 100元/人

★散客旅游线路:

1. 云台山两日游 428元/人
2. 峰林峡、青龙峡两日游 (含乘船) 398元/人
3. 华东精品五日游 830元/人
4. 华东夏令营五日游 (周四早发团) 家长980元/人、学生890元/人
5. 北京经典四日游 650元/人

6. 日照、沂水地下大峡谷两日游 (住宾馆标间) 398元/人
7. 青岛极地+石老人两日游 480元/人
8. 青岛海底+石老人三日游 438元/人
9. 大连、旅顺、金石滩双气双船四日游 (周五) 998元/人
10. 郑州方特一日游 290元/人

常规旅游报名电话: 6268888 18953020082

定陶康辉分公司 电话: 2139666 15305302121

地址: 定陶县范蠡宾馆大厅

单县康辉营业部 电话: 4595666 18953000188

地址: 单县健康路富丽华大酒店大厅

巨野康辉营业部 电话: 8012266 13395400069

地址: 花冠路丽天大酒店大厅

鄄城康辉营业部 电话: 2404668 18953020085

地址: 鄄城县人民政府对过

东明康辉营业部 电话: 7266886 13395400028

地址: 曙光路东明国际大酒店大厅

曹县报名电电话: 18953020080 成武报名电电话: 13395400010

郓城报名电电话: 18953020081

祝贺和平路火车票售票处开通, 康辉机票, 特价两折起! 电话: 6260000