

夏季出游,四招教您预防中暑

穿浅色衣服、戴隔热草帽、中午注意休息、带足防暑药物

夏季出游易中暑。轻者头晕眼花,恶心呕吐;重者突然晕倒,四肢痉挛,甚至虚脱而死亡。那么在夏季外出旅游时应怎样预防中暑呢?

穿浅色衣服。因为白色、浅色衣服吸热慢,散热快,穿着凉爽;而黑色或蓝色衣服吸热快,散热慢,穿着闷热,容易

中暑。戴隔热草帽。编织草帽的原料多为空心,里面储存有一定数量的空气,而空气是热的不良导体。另外草帽对阳光辐射还有一定的遮挡作用。

中午要休息。早晨天气凉爽,出发时间应该早些。到了中午就休息,下午三四点钟以后

再活动。多喝淡盐开水。带防暑药物。夏季外出旅游时应带些人丹、风油精、十滴水等药物。一旦发生中暑,应将病人抬到阴凉通风处躺下,并让病人服用些人丹或十滴水。如果病人昏倒,可用手指掐压病人的人中穴,当病人好转时再送往附近医院治疗。

夏日出游多带点儿盐

夏季外出旅游,不妨带点盐,好处多多。夏季旅游在大量出汗后饮杯浓度为0.5%的盐水,可补充人体所失去的盐分、预防中暑。出游携带盐,还有一项用处,当夏日出汗多,身边所备的毛巾会变得粘乎乎时,不妨用食盐搓洗,再用清水洗净晾干,使用时毛巾柔软、清洁如新,有提神醒脑的功效。

另外,游览结束后回到住宿处后,在温热的洗澡水中加入少量食盐洗浴,洗后精神振作,皮肤也会变得光滑舒爽。

连云港旅游直通车—海上云台山

春花秋叶,夏海冬雪四季各异;“云台铺海、云台雾松、海上日出”赏海天一色;华东最大的原生态森林花海“万寿谷”,竹海仙境“悟道庵”,佛从海上来,淮海第一丛林“法起寺”,东方鸟国少昊之国图腾“云台神鹰”。海波与山色相映,水汽于松涛中缭绕。

地址:连云港市连云区宿城乡 热线电话:0518-82200889
联系电话:18761337776 淄博各大旅行社均可报名



港中旅 国际(山东)旅行社

★全国百强国际旅行社
★山东省赴台组团旅行社
★山东省5A级旅行社

魅力台湾

台湾直飞超值环岛八日游 6月7、10、14、17、24、27、30日 3780元
淄博起止,港中旅独立成团,阿里山、日月潭、太鲁阁、台湾故宫等知名景点,赠送2晚5花酒店住宿及一晚温泉酒店、观光火车体验(全程不走苏花公路)、全程绝无自费推荐。

台湾直飞精致环岛八日游 6月7、14、21、30日 6080元
港中旅成团,港中旅专职台湾领队,精心安排向山游客中心,佛光山、马太鞍湿地、七星潭、全程精选五花酒店,全程特色风味餐点、观光火车体验(全程不走苏花公路)、台北安排一日自由行,全程无自费项目推荐。

皇家加勒比游轮—台湾9日游 7月23日 6799元(内舱) 8199元(海景房)
为了保障您的权益,旅游主管部门提醒广大游客赴台旅游,请选择有赴台资质的旅行社报名!

专业办理各国签证

泰国:600元,新加坡:600元,马来西亚:500元,韩国:600元(单次)1200元(多次往返,无需出境押金),英国:2000元,澳大利亚:2000元,美国:3000元 更多特惠国家签证,敬请来电咨询。

暑期亲子游

香港亲子4日游 7月8、15、22日,8月5、12日 4580元起
身临香港理工大、体验太空馆、科学馆,畅游海洋公园+迪士尼乐园+马湾诺亚方舟,让你的暑假不再枯燥。

韩国韩文化体验亲子5日游 7月12、19、26日 3680元
淄博起止,港中旅独立成团,港中旅领队,特别安排首尔漫画博物馆、韩国未来城市博物馆、韩国著名大学、爱宝乐园、泡菜学校、参观姜信哲南昌道场—学习正宗韩国跆拳道。

德法意瑞4国12天 7月2、9、16、30日 8月6、13日 15900元/16500元
青岛起止 赠金色山口快车+新天鹅堡+欧洲主题公园+滴滴湖+迈林根+瀑布+布里恩茨+哈德昆古典餐厅用餐+卢浮宫专业讲解。

英国牛津、剑桥名校8日体验之旅 8月5日 17800元/人
淄博独立成团专职领队 全程直飞 聚焦名校:牛津和剑桥,参观两个英格兰最古老、最著名的大学。

黄石国家公园+美国西部国家公园深度游13日 6月27日 7月11日 8月1、15日 31999元/人起
全程到访美国中西部四州:包含[大提顿国家公园],[拱门国家公园],[峡谷地国家公园],[布莱斯峡谷国家公园],大峡谷国家公园特别安排在黄石国家公园区域内住宿,您将有最充裕的时间畅游黄石公园。

美国常春藤名校亲子14日游 7月24日/25日/31日/8月6日 28800元
访世界名校—哈佛大学、斯坦福大学等,感受迪士尼的欢乐,环球影城的震撼,自由女神的壮观。畅游美国东西海岸,感受美国的本土文化。

畅游世界

韩国首尔济州四飞6日游 5月31日 6月7、14、21、28日 2680元

韩国超值双船5日游 6月5、12、19、26日 1450元

日本全景豪华6日游 6月7、14、21、28日 4880元

360泰享受泰国一地6日游 6月2/7/12/17日 4380元
全程0自费!曼谷段升级当地五星酒店!芭提雅度假酒店!金沙岛+道遥岛 双岛组合!独家赠送每人价值人民币600元选择观光券!再赠送每人800元自费大礼包!

享悦榕泰新马10/12日游 5月28、31日/6月4、11、18日(含小费) 5190元/5490元
保证尊享1晚曼谷【悦榕庄】酒店,一晚曼谷国际五星,日式海鲜铁板烧自助餐、沙美岛上海鲜提蓝大餐、东芭乐园韩式BBQ烧烤,行程内容精彩、轻松、自由!赠送每位游客一件精美香薰。

德+法瑞意4国12日(青岛起止) 6月11、18、25日 14200元/人起

北欧四国+峡湾9天 6月16、21、30日/7月4、10、19日 15300元/人起

美国东西海岸夏威夷大瀑布加拿大经典16日 07月11日/8月5、18、22日 26800元

肯尼亚10日狂野震撼之旅 7月28日、8月03日 19200元

南非太阳城尊享8日游 6月29日/7月27日/8月10日 11800元

动感港澳

香港澳门直飞纯玩五日游 5月31日/6月4、11、14日 3580元/3480元
济南往返直飞香港,香港迪士尼乐园+海洋公园,赠送夜游维港,全程无强迫购物,24小时全天自由活动,欢乐无限畅玩。香港澳门自由行 各种优惠酒店、门票、机票等您选 3000元起/人

坐着游轮去旅行

皇家加勒比游轮—

韩国仁川5日游 7月13日 3499元(内舱) 4799元(海景房) 5650元

韩国仁川济州6日游 8月5日 4399元(内舱) 5999元(海景房) 1880元

5星级豪华游轮,舒适温馨的客舱,每日5餐餐餐盛宴,超大的剧院,豪华的娱乐城,五个年龄段为小朋友精心制定的活动,为孩子们带来更多欢乐。

浓情蜜月

醉美长滩岛4晚5天(青岛直飞) 7月16、30日 4500元
纯玩无购物,4晚当地3A度假村住宿,星期五沙滩海景餐厅自助欢迎午餐)

至臻普吉岛6/7日 5月27、28日/6月4、9、14、20、24日 6490元/6190元
全程无自费,甲米四岛,大PP岛,小PP岛+浮潜+面包喂鱼,,赠送皇家油压指按SPA、亲亲小鱼SPA。

至臻曼巴普10日游 5月29、30日/6月4、10、14、20、23日 6690元
泰国全攻略:曼谷+芭提雅+甲米+普吉,泰国海岛全攻略:沙美岛+甲米四岛+大PP岛+小PP岛。

马尔代夫六日游 各种岛屿及房型任您选 天天发团 10000元起

我的假期我做主,玩转假期

美食休闲之旅—厦门、永定土楼、翠丰温泉双飞五日 天天发团 3760元
三晚五星悦华酒店住宿,一晚鼓浪屿住宿,赠送价值319元佛跳墙特色餐

随心所欲·蓝调梦之旅—三亚往返双飞五日 天天发团 3660元
住宿安排分界洲海景鸟巢独栋别墅一晚+亚龙湾环球城酒店两晚+市区最繁华酒店鸿州埃德瑞一晚,赠送大型原创音乐制作秀《海棠·秀》+分界洲岛音乐吧沙滩海鲜BBQ自助烧烤晚宴

“漫步云端,恋在丽江”双飞双卧自由行六日游 天天发团 2330元起

异域风情

“山东成团”西宁青海湖拉萨纳木措湖林芝雅鲁藏布大峡谷卧去飞回10日游 5650元

“山东成团”银川、影视城、水洞沟、沙坡头、沙漠双卧五日 1880元

“山东成团”天池、吐鲁番、喀纳斯、可可托海双飞七日 4980元

真情回馈、特价产品

6月特价:武汉、宜昌、长江三峡、重庆双飞五日 天天发团 2980元
4晚涉外豪华五星美国维多利亚游轮住宿,含三峡大坝、小三峡或神农溪、丰都鬼城,自助早餐

5月特价:桂林漓江阳朔冠岩银子岩古东瀑布双飞五日 天天发团 2560元
5月特价:成都、九寨沟、黄龙、峨眉山(全山)、乐山双飞八日游 2800元
纯玩无购物,全程无必须消费,赠送3大特色餐、便携套装、藏式浴足、欢乐彝家。

港中旅淄博业务代办电话: 0533-2303998 2185888 2070006
地址: 淄博市共青团西路95号钻石商务大厦1楼
港中旅山东总部: 0532-80897865 80897866 80897863
地址: 青岛市南区漳州二路中环广场大厦