

盛夏出游 8类药随身带

外出旅游,为确保旅途中的健康、安全,应带什么药品好呢。下面小编就为您整理了以下几种必带药品,让您在旅途中多了一份保障。

晕动片:含有苯巴比妥、东莨菪碱及阿托品,是防治晕车、晕船、晕飞机的常用药品。成人每次宜服1片,不宜多服。如长途旅行,每天的药量不能超过4片。本品应在乘车船前1小时服下。如乘坐飞机,则以

舟车宁、旅行口香胶咀嚼片更为适合。

清凉油:能祛暑、醒脑提神、消炎退肿、止痛止痒。可用于闷热不适、中暑、伤风感冒、头痛头昏以及蚊虫叮咬,皮肤瘙痒等。用时可涂抹太阳穴、头颈部或患处。

人丹:能祛暑、生津、健胃。可用于中暑、消化不良、恶心、呕吐、腹痛、腹泻及用来预防晕车、晕船、晕机。

藿香正气丸:能祛暑化湿、解表和中。可用于夏令外感、中暑头痛、发热、吐泻、腹胀等。

外伤药:如正红花油,可用于扭伤淤肿、跌打刀伤、蚊叮虫咬等。麝香跌打膏可消肿止痛。创可贴可以处理一些小伤口。

润喉药:气候干燥易使人干舌燥,甚至咽喉肿痛。有慢性咽炎的患者应带点润喉片等可以缓解咽喉干痛。

黄连素片:对痢疾杆菌、大肠杆菌等有较好的抑制作用。故可用于“旅游泻”、肠道感染等。除此之外,也可用于治疗游泳引起的红眼病及中耳炎等。

复方阿司匹林片或去痛片、扑热息痛片:主要作用是解热镇痛。可用于发烧、头痛、牙痛、神经痛及肌肉痛等。但有胃病史者及孕妇慎用。(宗合)

极地七周年 百余儿童共绘蓝色海洋长卷

7月21日,在青岛海昌极地海洋世界广场上,一场以“关爱海洋、你我童行”为主题的儿童节环保公益活动正式拉开序幕。来自江苏、安徽、山东等省份的极地宝贝优秀选手齐聚岛城,与青岛林蔚极地科普教育实践基地小学的同学们一起现场挥毫泼墨,为青岛海昌极地海洋世界7周年生日献礼。

百米长卷绘极地,畅享蓝色海洋环保梦。在长达百余米的白色画卷上,同学们聚精会神的用彩笔等简单的绘画工具精心创作着自己的作品:憨态可掬的企鹅、威风凛凛的北极熊、活泼好动的白鲸、聪明伶俐的海豚,还有各种各样的深海鱼类。

据了解,此次百米长画卷

极地活动也是第七届青岛极地宝贝总动员“关爱海洋,你我童行”主题夏令营的一部分。

“今年是国家旅游局确定的中国海洋旅游年,我们作为旅游景区将海洋年关爱海洋的公益理念融入到极地宝贝活动中来。从今年7月份开始,我们前往江苏、安徽、山东等省份,从百余报名者中选拔出18名优秀的极地宝贝选手,并邀请他们来到青岛参加我们的夏令营活动。通过举办以上环保公益活动,希望为同学们提供一个展示‘绘画才能’表达‘环保梦想’的平台,让更多人关注我们共同生存的家园。”青岛海昌极地海洋世界副总经理张善斌告诉笔者。

科普大讲堂与极地动物零

距离接触,极地馆专家绘声绘

色讲科普。“北极熊的皮肤是什么颜色的呢?白鲸作为鲸类王国中最优秀的口技专家,它们是靠哪里发出声音的呢?南极主人企鹅彬彬有礼,大家猜一猜世界上共有多少种企鹅呢?”青岛海昌极地海洋世界的专家们带领同学们来到北极熊、白鲸等饲养区为大家讲解极地动物习性及趣闻。

据悉,每年青岛海昌极地海洋世界都会选择不同地点,以不同形式举行极地科普讲堂活动,去年还特别邀请了国家海洋局极地考察办公室专家走进岛城各大学校,为同学们宣传极地海洋科普知识,让大家近距离了解极地现状,树立关爱海洋,保护动物的环保意识。

极地七周年,海洋动物版

“非诚勿扰”爆笑上演。为迎接周年庆,青岛海昌极地海洋世界欢乐剧场表演再升级,全新推出了《欢乐课堂》、《婚礼殿堂》两场海洋动物爆笑幽默情景喜剧。聪明灵巧的海狮同学、有点懒惰还爱搞怪的海象同学……性格迥异的海洋动物学生与才高八斗、无所不能的全才老师,组成超级“欢乐课堂”,在暑期全新上演。而《婚礼殿堂》则将非诚勿扰搬上欢乐剧场的舞台,头戴红花的海象阿土摇身变成非诚勿扰性感奔放的女嘉宾,要在气质型男南美海狮三胖先生和阳光帅哥加州海狮卢卡先生当中选择一位心动男生与之牵手。最终哪位能抱得美人归呢?大家看完欢乐剧场的演出便能知晓答案了。(李海波)

赏太行山水 展林州魅力

“山水太行,清风送爽”。久居喧嚣都市的人,整日奔波于钢筋水泥的丛林,忙碌于琐碎繁杂的人事,宁静淳朴的自然风光已成为都市人心中遥远的梦。由林州市太行大峡谷旅游开发有限公司主办的“清凉16°·嬉水第五季”活动于7月20日在太行大峡谷旅游风景区桃花谷景区盛大开幕。活动为期40天,旨在为游客提供一个更丰富的假日旅游体验,实现您追逐宁静淳朴的梦想。

此次活动特推出七大主题活动,内容丰富多彩:泼水派对PK,让大家通过嬉水亲身感受一个清凉暑期;桃花嫂子面馆广场民俗风情表演,向您展示百年花棍舞这一当地传统节庆演出;大峡谷摄影作品展,让游客更全面的了解太行大峡谷秀美景色;寻找16°大赛,让游客拿着温度计去寻找峡谷16°C的清爽;烤全羊大会,啤酒免费喝,在石板岩广场,游客凭门票可免费领取两瓶啤酒,与大家一起吃烤全羊、看风情演出,一起狂欢,释放内心激情;野外露营体验,让游客体会真正的回归自然,感受太行大峡谷的静谧夜晚;微博大赛,鼓励游客针对此次活动通过微博进行文章创作、转发、评论、图片发布、投票,林州太行大峡谷旅游开发有限公司将评出微博达人20名,赠送太行大峡谷门票,优秀获奖作品将在网站、报纸等刊登、发表。(浮明涛)

旅游百事通
TRAVELING BESTONE
全国连锁 517best

精彩山东

青岛极地海洋世界两日游	310 元起
日照海滨两日游	130 元起
连云港、花果山浪漫海滨二日游	320 元起
泰安天乐城水世界一日游	145 元起
威海大乳山西霞口海驴岛华夏城三日游	520 元起
仙境蓬莱、魅力长岛两日游	380 元起

倾情首推一一
九如山瀑布群

魅力中国

“奢华云南”五星奢华双飞六日游 **4580 元起**

昆明大理丽江经典双飞六日游(山东成团) **3280 元起**

桂林漓江阳朔双卧七日游(品质纯玩) **1650 元起**

大美新疆 旅游列车北疆环线双卧十日品质游(济南起止) **4780 元起**

厦门鼓浪屿双飞四日(厦进厦出) **2390 元起**

承德(坝上)乌兰布统草原金山岭双动纯玩5日游 **1830 元起**

**张家界+凤凰古城+宝峰湖+溪布风情街
双飞6日游(自由行) 2880 元起**

**旅游百事通—济宁百事通旅行社有限公司 地址:济宁市建设路100号
经营许可证:L-SD-08016 出境产品受深圳市建南国际旅行社有限公司委托 许可证号:L-GD-CJ00061
24小时服务热线:400-0537-057 网址:www.jnhts.com 更多路线店内咨询**

东门营业部 2980040 环城西路 2212301	矿区游泳馆部 5297537	兖州市 新世纪部 3914567
济宁公交公司部 3162730 咨询中心 2260040	文化广场部 5190068	曲阜市 老汽车站部 4444333
新体育馆部 2604321 半截阁部 2349901	燕京部 5288800	汶上县 宝相寺部 7218336
微山县 东风路部 8558266	梁山县 人民北路部 7306777	泗水县 三发部 3145677 空白地区招商中……

缤纷出境

环球探险单“挑”世界

韩国双船5日游(石岛起止) **1100 元起**

港澳双飞6日品质游 **1680 元起**

非凡泰一地六日(卓越升级版) **2999 元起**

法意瑞三国十日游 **12300 元起**

鲁豫有约相约南太行走进八里沟

最美八里沟 清凉水世界

北方水世界 太行山水魂

八里沟

桃花谷游览区 红石河 羊池地景区 快乐漂流

★6月15日至8月15日,所有持中、高考准考证的考生进景区全部免票(按准考证确定)

观天河瀑布 享激情漂流 **350元/人**

景区地址:河南省新乡市辉县 景区咨询电话:13839083620 景区网址:www.baligou.org