**【水韵江南双飞6日游】（ 杭州进出）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | HDWS1711511270PR | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 杭州市 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | ● 贴心承诺：一价全含0自费、违约赔付2000元/人● 超值赠送：宋城千古情演出、 登金茂大厦88层+豪华游船观黄浦江二岸风光、 船游苏州古运河● 大牌景区：拈花湾+禅行演出、尚湖风景区+竹筏水上奇景、留园、乌镇东栅、水乡南浔、漫步西湖、中山陵、夫子庙、外滩、南京路● 当地美食：5早6正餐、自助早餐、正餐25元/餐（10菜1汤）● 精选酒店：全程当地品质酒店（未挂牌）● 品质保障：优秀地接导游服务、地接指定GPS安全监控系统空调旅游巴士● 接待诚诺：贴心为您定制，全程透明行程，公示时间，游览更轻松......● 双重保障：1.兰州机场接送机服务 2. 全陪导游贴心细致管家式服务。 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州乘机一杭州**  兰州乘飞机前往杭州！接机后入住酒店。（温馨提示：报名时请仔细核对身份证信息，机票为团队特价票不能退改签。如遇天气原因、航空公司原因、航空管制等不可抗力因素导致航班晚点或者取消，产生所有食宿费用由客人自行承担，如因此退团或者取消行程，按合同规定由游客承担损失或以航空公司给出的解决结果为准） |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 入住杭州 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **杭州一南京一无锡**  早餐后游览原汁原味的江南水乡【乌镇•东栅】（游览时间不低于 60 分钟）：古风犹存的东、西、南、北四条老街呈“十”字交叉，构成双棋盘式河街平行、水陆相邻的古镇格局。这里的民居宅屋傍河而筑，街道两旁保存有大量明清建筑，辅以河上石桥，体现了小桥、流水、古宅的江南古镇风韵。游览集南京六朝文化和民俗市肆文化于一身的【秦淮河风光带-夫子庙商业街】(游览约60分钟)，游文德桥，乌衣巷，神州第一大照壁，感受“十里秦淮千年流淌，六朝胜地今更辉煌”。游览国家级重点风景区【中山陵】(游览时间约90分钟)，缅怀中国革命先行者孙中山先生，参观博爱坊、墓道、陵门、碑亭、祭堂、墓室等。（如遇周一中山陵闭馆，则游览中山陵开放区域）。赴无锡，游览【禅意小镇拈花湾】（游玩时间约120分钟）：拈花湾小镇建有世界佛教论坛核心会址“禅心谷” 、禅意主题商业区“香月花街”、禅意民宿客栈群“鹿鸣谷” 、太湖湾生态湿地“悠游渔港”等精品项目，通过禅意山水、建筑、景观、活动、业态，提供独特的禅意文化体验，打造东方传统文化的生活禅乐园。观看拈花湾《禅行演出》，使人仿佛穿越千年，在无垢无净的禅境山水中，用全新的当代心灵度假方式，让你体验最美的禅意生活方式，让疲惫的心灵有枝可栖，心生自在和欢喜。自步入拈花湾大门的一刹那，一条不断变幻着花容的莲花禅径以及手提禅灯的禅服少年，便以“花开吉祥”的美好寓意引领着您开启一段禅行之旅。经由一条空灵静谧的禅径，您将欣赏到”佛手拈花“的3D水幕灯光秀，感受”拈花微笑“的唯美禅意。入住酒店休息。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 入住无锡 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **无锡一苏州**  早餐后乘车赴常熟，游览国家AAAAA级景区、江南亚马逊【尚湖风景区+水上森林+竹筏游船】（游览时间约90分钟、含单程电瓶车）：乘着竹筏畅游在水上森林，放眼望去，青山绿水，白鹭齐飞，让您沐浴在大自然的天然氧吧中。游览中国四大名园之一【留园】（游览时间约1.5小时），以独创一格、收放自然的精湛建筑艺术而享有盛名. 观赏留园三绝：冠云峰、楠木殿、鱼化石,园内建筑的数量在苏州诸园中居冠，厅堂、走廊、粉墙、洞门等建筑与假山、水池、花木等组合成数十个大小不等的庭园小品。 赠送：【船游古运河】穿梭东方威尼斯水城、体验姑苏古文化、听评弹、吴侬软语、江南小调； |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 入住苏州 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **苏州一上海**  早餐后，参观【苏和盛珍珠博物馆】（约 60 分钟）苏州百年老字号、由苏州旅游局授牌的“苏州工业旅游示范点——苏和盛珍珠博物馆：光绪年间，江南知名珍珠铺“苏和盛堂”名噪一时，因所育太湖淡水珍珠，形状圆润，光洁无瑕。后车赴上海游览【外滩】（游玩时间约60分钟）：位于上海市黄浦区的黄浦江畔，外滩矗立着52幢风格迥异的古典复兴大楼，素有外滩万国建筑博览群之称，是中国近现代重要史迹及代表性建筑，上海重要的地标之一。游览【南京路】（自由活动约120分钟）：位于上海市黄浦区，西起西藏中路，东至河南中路，步行街的东西两端均有一块暗红色大理石屏。国庆50周年时落成的这条步行街，使“百年南京路”焕然一新，成为上海又一处靓丽的城市新景观。逛市百一店、上海时装公司和食品商店。游览【城隍庙】（自由活动约60分钟）主要参观豫园商业旅游区东西走向的一条景观通道。历史上曾以庙前大街为名，汇集了一批上海早年的钱庄、金店、银楼、酒肆、茶馆、戏楼、商行，一直是连接十六浦和城隍庙、豫园地区的人流走廊。曾是中国民间360行聚集的“上海老街”，再现几经失传的传统行业：钱币庄、红木摆设店、典当行、老式茶楼、旧时酒铺、绣庄等。自费品尝当地特色小吃；赠送：【上海夜景】夜游东方夜巴黎美景，登上海【金茂大厦88层】（游览时间约60分钟）大上海的景观尽收眼底。乘豪华游船【观黄浦江】两岸灯火辉煌，繁华城市的古典与现代建筑风格，尽显江岸美景，重温最淳朴的旧上海风情。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 入住上海 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **上海一杭州**  早餐后参观杭州文化局授牌的杭州第一家以丝绸文化为主题私人博物馆——【丝绸博物馆】（约 60 分钟）游览历史文化名镇【一品水乡-南浔】（游览时间约2小时）：体验不一样的一品水乡情，在南浔古镇的水乡柔情中留下一段刻骨铭心的纪念日。欣赏江浙巨富刘镛的私家花园-小莲庄、近代著名的私家藏书楼-嘉业藏书楼、江南名宅-张石旧居、走南浔三桥（广惠桥、通津桥、洪济桥）游览【漫步西湖】(游览时间不少于 40分钟) 国家首批5A景区， 2011年6月24被列入“世界文化遗产的名录，使得西湖更加美名远播！漫步苏堤，游览花港观鱼，远眺雷峰塔、三潭印月等。西子湖是座落杭州西城的一颗光彩夺目的明珠，亲身体会苏东坡笔下“浓妆淡抹总相宜”的西湖景色。西湖风景秀逸兼具山水之胜、园林之美，景致秀美使人陶醉不已。温馨提醒：涉及黄金周节假日，周末，西湖风景区所有大巴车禁止进入，客人需要换乘景区公交车参考价格：单趟2元/人，往返4元/人，包车20元/往返（费用自理）具体当天以景区安排为准，敬请谅解! 品尝龙井御茶宴。赠送：观看大型歌舞是一生必看的演出，被誉为"世界三大名秀"之一【宋城千古情演出】（约120分钟） 游览人气最旺的【杭州宋城主题公园】欣赏迷人夜景，感受主题公园的特色魅力，拍照，摄影，年游客逾600万人次。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 入住杭州 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **杭州一兰州飞机**  根据航班时间送机，结束愉快的旅程 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、大交通:兰州-杭州往返飞机2、当地交通:旅游期间当地空调旅游车，确保每人一座（提示说明： 26座以下车型均无行李箱）3、酒店住宿:全程当地准四品质酒店（未挂牌）房差400元/人4、景点门票:行程内所列景点首道大门票5、旅游用餐:含5早6正,早餐-自助早，正餐25元/人/餐 八菜一汤提示：早餐不用不退哦！如因自身原因放弃用餐，则餐费不退。6、导游服务:当地优秀导游服务7、1.2米以下儿童只含往返机票车位半餐 | | |
| **费用不包含** | 1、不提供自然单间，产生单房差或加床费用自理。非免费餐饮费、电话、饮料、烟酒、付费电视、行李搬运等费用。2、自由活动期间交通费、餐费、等私人费用。3、行程中未提到的其它费用：如特殊门票、游船（轮）、景区内二道门票、观光车、电瓶车、缆车、索道、动车票等费用。4、按照儿童报名“旅游费用包含”内容以外的所有费用需自理。例如产生超高餐费、门票等需客人另付。5、因交通延误、取消等意外事件或不可抗力原因导致的额外费用，及个人所产生的费用等。6、航空保险、旅游意外保险；因旅游者违约、自身过错、自身疾病，导致的人身财产损失而额外支付的费用 | | |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 丝绸博物馆 | 早餐后参观杭州文化局授牌的杭州第一家以丝绸文化为主题私人博物馆——【丝绸博物馆】（约 60 分钟） | 60 分钟 |  |
| 苏和盛珍珠博物馆 | 早餐后，参观【苏和盛珍珠博物馆】（约 60 分钟）苏州百年老字号、由苏州旅游局授牌的“苏州工业旅游示范点——苏和盛珍珠博物馆：光绪年间，江南知名珍珠铺“苏和盛堂”名噪一时，因所育太湖淡水珍珠，形状圆润，光洁无瑕。 | 60 分钟 |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 、地接质量以当团大多数客人意见单为凭证，请您认真填写，如在当地填写意见单时未注明投诉意见，返程后我社不再接受投诉。2、因自身原因，中途退团、项目未参加，费用不退还，赠送项目不退费用，离团期间安全问题由客人自理，并在离团前签订离团证明，如有问题，我社将协助解决，但不承担责任。费用不包含客人自行产生的费用，以及不可抗拒的因素产生的费用。3、以上城市之间行程及景点时间有可能互调，但不减少景点；因不可抗因素造成无法游览，只负责退还本社的优惠门票，不承担由此造成的损失和责任；行程中景点之间的选择权均在公司，不根据游客个人意见安排景点4、本线路价格为团队行程综合旅游报价，持有任何优惠证件的游客均不再享受景区门票的优惠政策5、客人报名人数系单数，我社尽量安排拼住或三人间。如无法协调，需由客人承担产生的单房差6、请在导游约定的时间到达上车地点集合，切勿迟到，以免耽误您和其他游客行程。若因迟到导致无法随车游览，请您自行前往下一集合地点，敬请谅解7、出行期间请随身携带本人的有效身份证原件，未满16周岁者请携带户口本原件；超过16周岁的游客若没有办理身份证，请在户口所在地开出相关身份证明，以免影响登机或酒店入住。出行前请务必检查自己证件的有效期8、为确保未成年人出行安全，建议未成年出行由监护人陪同或同行者持监护人委托证明9、餐厅有销售茶叶的行程，此行为与旅行社无关。 |
| **温馨提示** | 1米2以下儿童只含往返机票车位半餐 |
| **退改规则** | 团体机票，航空公司不予退票、签转、更名及改期，出票之后客人退团所产生费用由游客承担。 |
| **报名材料** | 请携带本人有效身份证原件、未满16周岁者请携带户口本原件 |
| **保险信息** | 旅行社责任险 |
| **保险信息** | 甘肃丝绸之路国际旅行社安全告知书为了确保此次旅行安全顺利的进行，旅行社就旅行中应注意的问题与安全事项，在您参加本次旅行团之前，特别向您进行提示与告知：尊敬的客人：感谢您选择甘肃丝绸之路国际旅行社的服务！为了确保此次旅行安全顺利的进行，旅行社就旅行中应注意的问题与安全事项，在您参加本次旅行团之前，特别向您进行提示与告知，请您在参团前仔细阅读。一、参团前准备事项：1．根据当地气候准备应时衣物用品⑴不同的景点气候多变，老年人易受凉感冒，所以衣服要带够，以便随时增减。穿旅游鞋，请酌情带防晒霜、太阳帽、晴雨伞、墨镜、雨鞋等；上年纪的人带上手杖；山区不宜打伞,请自备雨衣。安排好所需的行李，行李包中如果有易碎的东西请妥善保管；⑵某些娱乐项目只有穿长裤才适合，因此女游客不要仅带裙子，长袖衣裤都必不可少；⑶到野生动物保护区游览，应穿中性颜色的衣服，如棕色、米色和土黄色；白色和其他鲜艳的颜色会令动物不安。同时，尽量穿长袖衣裤，以防被丛林中的蚊虫叮咬；⑷因乘坐火车时需经常上下铺，尤其老年人会经常起夜，因此长时间乘坐火车时应准备一双拖鞋；⑸参加火车团或用不习惯酒店备的一次性洗漱用品者请自备好洗漱用品。2．提前检查身体，自备药品⑴在临行前的体检必不可少，参加旅行前要征得医生同意。如有体质较弱或者曾患病的游客必须坚持治疗，防止旧病复发。平时需要用药治疗者，出游时切不可遗忘服药；⑵为防止水土不服，还要带些急救用品及常用药品，如绷带、创可贴、伤湿止痛膏、感冒药、晕车药、止泻药、消炎药、黄连素、风油精、健胃药、抗过敏药等。有晕车史的要在乘车、乘船前半小时服药；⑶参加高原、野外、长途旅游，旅行社不建议年龄较大或有高血压、心脏病、糖尿病、身体残疾等不适宜旅游的客人参团旅游，如执意参加必须提前征得医生同意，备好药品，并征得家属子女同意，如因自身原因发生意外，责任自负。3．安排好家中相应事宜⑴如果出游时家中没有留人，请安排好您家的物品投送（如牛奶、报纸、邮件等）；将家中贵重的东西放入保险箱或其他安全的地方；关上自来水龙头、煤气开关，拔下家用电器的电源插头；如有宠物、托付他人代为照看；检查所有门窗的锁，拜托可靠的朋友或邻居不定时察看，自己一定要随身带好家门钥匙；⑵把旅行路线留给自己的家人或与你联系的人。检查是否带好了与家庭、单位和亲朋好友联系用的电话号码。4．出团时请带好证件，如老年证、身份证、军官证、学生证、残疾证、户口本等，提前向导游出示证件以便导游购买优惠门票，如购买门票后再向导游出示，则证件无效。二、出团注意事项：1．认真阅读出团通知并随身携带备用，记好旅行社通知的集合时间、地点、集合标志、联系人电话，要在规定的时间内到达指定的地点集合。带好自己的证件、车票、机票、船票。安排好从家中到车站、机场、码头的路线和交通工具；参飞机团请务必带好身份证原件，儿童带好户口本原件；如因自身原因造成无法办理出境手续或误机一切损失由客人自行承担，旅行社不承担责任。2．证件机票安全⑴护照是我们在国外唯一有效的身份证明，丢失护照将有很大麻烦。护照须由自己保管（到某些国家是由领队保管）。如客人自身原因丢失护照，由此产生的一切费用和造成的损失费用由客人承担。旅行社导游协助补办护照手续，但所发生费用和机票变更费用需由游客承担；⑵机票一旦丢失需自费补票。请注意在每次使用机票换登机牌时，查验清楚只撕了当次飞行段的机票联，如多撕或错撕，机票将无法在下一飞行段使用；⑶证件和贵重物品，如护照、身份证、机票、现金、支票、邀请函原件和复印件等，请务必随身携带，一定不要放在托运的行李中。3．在交通工具上注意事项⑴按照国际惯例，团队办理登机手续，是按客人姓氏的英文字母顺序发给登机牌。因此，如需调整座位，应在飞机起飞且平稳后商量调换，切不可挡住通道，影响其他客人行走；⑵飞机上用餐时应将座椅靠背调直，以免影响他人。飞机上用餐每人一份，饮料免费，可按需要索取。如有回民或吃素等特殊用餐要求请提前向乘务员声明。若需服务可按呼叫按钮，不可大呼小叫。飞机上应轻声交谈，以免影响他人休息；⑶出外旅游携带的行李要求轻便，旅行箱、包要坚固耐用，应尽量避免携带贵重物品，行李如需托运，切勿将现金及贵重物品放在托运行李中。大件行李在办理登机手续时交航空公司托运，托运的行李一定要包装结实并上锁；⑷请将随身行李放置在本人座位上方的行李舱内，放不下的请安置在自己前排座位下面；⑸搭乘飞机时扣好安全带，不要在飞机上使用手提移动电话等相关电子品,不要在飞机上随意走动。机舱内全面禁烟；⑹在车厢内行走，随时扶好把手，不要将手扶在门框上，以免行车时或突发紧急制动造成伤害；在火车上打水不宜过满，3/4处为宜，以免烫伤；不要在车厢内吸烟，行李要保管好，夜间防止被盗；睡觉时车窗要关闭，以免受凉；⑺在交通工具上禁止携带易燃易爆、管制刀具等危险物品。乘机、坐车、上船要注意扶梯，在台阶处站稳，乘车时注意颠簸路段及司机急刹车以免扭伤或摔伤身体，途中严禁追跑打闹。勿在车辆行驶过程中任意更换座位，头、脚勿伸出窗外，上下车时请注意来车方向以免发生危险；⑻乘车晕车者请提前跟导游打招呼，请将前方座位主动留给老、幼、晕车客人乘坐；⑼班机（火车）抵达目的地后，请您不要急于下飞机（火车）而遗忘物品，注意检查随身行李和物品；⑽旅行社接团人员会到机场、车站迎接各位，注意看管好自己的手提行李，请尽量和团队在一起，避免走失。4．酒店注意事项⑴入住酒店时请保管好房卡，检查房间内设施（卫浴设备、遥控器、烟缸、毛巾浴巾等）是否有损坏并及时告知酒店，以免退房时发生不必要的麻烦。染发的客人请自备一条毛巾、枕巾或是等发干了再入睡，以免染到酒店枕头上；⑵在使用房间内物品时，看清是否免费使用，如使用非免费物品请看清标价；⑶出入酒店房间请随手关门并把门窗锁好，不要随便开门或让陌生人进入房间以免上当受骗；⑷勿将洗完的湿衣物披在灯上烤干或在床上抽烟。相应证件、护照、现金等应寄存在酒店保险箱内或随身携带，切勿放在酒店房间内、寄存行李处或旅行车内；⑸沐浴时地面、浴缸容易打滑，一定要先把防滑垫放好以防滑倒摔伤；⑹自由活动期间最好结伴而行，去什么地方最好事先与领队和导游打招呼，并带上酒店名片以免迷路。如在自由活动期间发生意外，请首先与全陪和导游联系寻求帮助，旅行社不承担责任和由此产生的费用；⑺每次退房前，请检查您所携带的行李物品，特别注意您的证件和贵重物品。房间内配备的浴巾、毛巾、水杯、烟缸等物品不是免费赠送物品，均不可带出酒店。5．景区注意事项⑴抵达景区游览前，紧记导游交代的集中地点、时间、所乘游览车号，万一走失请于集中地点等候导游返回寻找；⑵团体旅行时不可擅自脱队，单独离队，如果要脱离团队请征得全陪、导游同意，并随身携带当地所住饭店地址、全陪电话及导游电话，以免发生意外。参加团队旅游，要听从领队或导游的指挥安排，不随意活动，以免发生离群、掉队、迷路等事件。要随时注意团队的去向，以免掉队。旅行期间，团友应互敬互谅，配合领队和导游工作，如有违法或者违规行为，领队和导游有权制止或采取相应措施；⑶行程中或自由活动时尽量不参加危险活动项目，如攀岩、高速摩托艇、水上飞机、高速游轮等项目。如执意要参加，要听从该处工作人员的安排，落实各项安全措施，切忌麻痹大意。携带儿童的游客，参加此类活动时应照顾好自己的孩子，不要让他们独自活动。身体状况不佳者请勿参加。患有心脏病、肺病、哮喘病、高血压、恐高症者切忌从事水上、高空活动。如有意外发生，我社不承担责任；⑷因无法预测海啸、台风，避免受到海蜇、鲨鱼袭击，防止溺水等意外发生，旅行社不组织游客参加游泳、潜水等水上或下水项目，如游客执意下水也需根据自身情况仔细斟酌后再下水，不熟悉水性者，切勿独自下水，儿童一定要有家长陪同一起游玩。如有意外发生，我社不承担责任；⑸搭乘快艇，漂流木筏，参加水上活动，请按规定穿着救生衣，并遵照工作人员的指导。如有晕水、晕船者请勿游玩水上项目；⑹游客在乘坐缆车或其它高空项目时，一定要注意安全，系好安全带；⑺游客在旅游行程中如出现乏力、多汗、头晕、眼花、心悸等症状时，应及时休息，不可勉强坚持。患有心血管病的老年人，更要加强自我监护。老人易疲劳且不易恢复，旅游中要有充足的休息和睡眠。若感到体力不支，可休息几天或中止旅行。在长时间步行游览时应随时坐下小憩并且随时与全陪、导游联系以便在第一时间得到救护；⑻在走山路时靠内侧行走，要注意脚下，切记“走路不看景，看景不走路”，紧跟导游避开危险路线，照相时不要拥挤，以免发生意外；⑼不同的景点气候多变，要随时增减衣服，携带上雨具。行走出汗时不要马上脱衣敞怀。昼夜温差大的地区，睡前要盖好被毯；⑽出游时，老人最好有亲朋好友陪伴，以免生病或发生意外时无人照顾。为防止老年人跌跤发生伤害，最好佐以手杖；在乘车时，最好选择中间位置及舒适座位，以防晕车引起恶心、呕吐等。自觉维护景区内卫生，不乱扔废物，不在禁烟区抽烟，不要投食喂动物，不往河道湖泊里扔垃圾。⑾到少数民族地区请注意民族禁忌，尊重当地民俗。⑿我社郑重提醒旅游者谨慎参加赛车、骑马、攀岩、滑翔、探险、漂流、潜水、游泳、滑雪、滑冰、滑板、跳伞、热气球、蹦极、冲浪等高风险自选活动，若由此造成的人身伤亡或财产损失，我社不承担责任，不负责赔偿；⒀在自由行过程中您自愿参加的一切活动项目，请充分了解活动的内容并严格遵守活动项目的安全规定。建议您主动购买相关保险。我社对您在此过程中发生的意外不承担任何责任；⒁参加西藏等高原类旅行，请你在出发前将自己的身体健康状况如实告知，严重心脏病、高血压、肺和血液系统疾病患者不宜进藏或上雪山。我社建议您前往高原前最好去正规医院进行体检，对自己的身体健康状况负责，如隐瞒身体情况发生的问题我社不承担任何责任。请旅游者带上必要的应急药品和其它物品，不宜剧烈运动，不宜饮酒，多食蔬菜、水果，以防发生高原反应；⒂参加海边旅游，请您不要在非游泳区游泳、不要在水中过分嬉戏，防止呛水。水性一般的人最好不要往深水区走，海和游泳池不同，海有涨落潮之分，一旦涨潮，你离海边距离变远，体力消耗过大极其危险。忌剧烈运动后游泳，忌长时间曝晒游泳、忌游泳后马上进食、忌游泳时间过久、忌高血压患者游泳、忌心脏病患者游泳、忌中耳炎患者游泳、忌急性眼结膜炎患者游泳。6．饮食注意事项⑴旅游中不光顾路边无牌照摊档，不吃不洁和生冷食品，防止病毒性肝炎、痢疾、伤寒等肠道传染病经口进入。在外面私自食用不洁食品和海鲜引起的肠胃病旅行社不承担责任；⑵重视饮食卫生，严防“病从口入”。对各地的风味小吃、土特产食品应以品尝为主，一次不宜吃得太多，更不能暴饮暴食，以免引起消化不良等；⑶多吃些新鲜蔬菜和水果，少食油腻和辛辣生冷食物，最好少饮或不饮酒；⑷饮食有特殊要求的提前跟导游打招呼，以便导游更好的给您安排饮食；⑸海边吃海鲜应选择新鲜的海鲜，吃海鲜不宜饮啤酒、不宜与某些水果同吃，且吃海鲜后不要马上去游泳。如果旅游者自行购买海鲜发生问题（非旅行社安排的用餐），我社不承担任何责任。7．购物注意事项⑴切勿在公共场所露财，购物时勿当众清数钞票。⑵购买商品时请向商店索取完整的发票和购买证明。⑶在小摊位购买物品时，看好后再与商贩讨价，如无意购买切勿与商贩多做讨价，以免发生争吵。以上内容请仔细阅读后签字确认，谢谢您的合作，在此代表旅行社祝您身体健康，旅途愉快！（本附件一式两份，双方各持一份）本人已阅读上述旅游安全须知及风险提示，并对自己的人身及财物安全负责。客人（签字)：日期： 年 月 日 |