

出门旅游你知道 要做好哪些防备吗?



虽然眼下正是出游好时节,但严峻的气候环境和空气质量,总是会给咱们出门游玩带来不利。为此,本期《旅游大家谈》栏目给大家准备一些出游必须做好的防备攻略,为出行提供帮助。

**“乍暖还寒”
小心感冒**

眼下天气变化无常,时风时雨,时冷时热。因此,最好提前取得旅游目的地的气候资料,出行时的穿着以轻便暖和为宜,随身要带保暖外套、一把折叠伞或雨衣。爬坡登山,赏景休闲,体力、热量消耗不同,要随时注意衣服的增减。鞋子的话以防水轻便的旅游鞋最佳!

必备:保暖外套、雨伞或雨衣、旅游鞋

**气候温热
小心感染**

春季的时候特别容易滋生细菌,出游要尽量避免喝生水和吃不卫生的食物。在人群中最好佩戴防护口罩,避免细菌空气传播。在外面吃饭时,饭前最好吃几瓣没有发芽的生大蒜,杀菌特别有效。

必备:消炎药、止泻药,比如泻立停、皮炎平都要随身携带。

**“百花怒放”
小心过敏**

如果你有过敏史,就要尽量回避有鲜花的地方,出游时事先吃点抗过敏药物,预防花粉过敏等各种过敏。

必备:抗过敏药、慢性病急救药,视个人情况而定,比如降压药。

**“阳光明媚”
小心晒伤**

阳光虽好,却可伤人。春夏季的阳光紫外线辐射很强,紫外线长期照射皮肤会加速衰老甚至灼伤,眼睛过量接触紫外线容易得白内障。出游前要涂防晒霜,戴太阳眼镜,避免受伤。

必备:防晒霜、防紫外线眼镜。防晒霜要注意SPF系数,SPF15~SPF20适合室内防护,户外必须在SPF20以上;戴近视眼镜的朋友也要注意啦,夏季出门戴上一副变色、有色的眼镜还是很有必要的,可以防强光、挡紫外线。

韩国东海岸四地来肥“吆喝” 安徽人赴韩旅游将更实惠

星报讯(记者 董艳芬) 一大波韩国新兴旅游景观(区)正在向安徽游客“招手”。市场星报、安徽财经网记者从安徽省旅游局了解到,日前,韩国东海岸圈观光振兴协会来到我省合肥推介,并和省旅游局签下旅游合作协议,把东海岸的江源、庆北、蔚山、釜山四地美景绘制成景点线路,推荐给合肥游客。

“在釜山,登上郁郁葱葱的荒岭山,俯瞰整个釜山,海云台、广安里、洛东江、西面一带的美丽夜景尽收眼底。附近的南怡岛,是电视剧《冬季恋歌》外景地,也是韩剧粉丝们必到景点。在千年古都庆州,可以感受到佛国寺和石窟岩的造型美,良洞村的民俗文化等。”韩国东海岸圈观光振兴协会负责人金日焕说,针对安徽旅行社,东海岸自治团体将给出真金白银的优惠政策,“釜山对于团体游客,1次10人以上,2晚以上,给2万韩元优惠;蔚山对于团游客,住宿费1人1晚有2万韩元优惠,最多可以支持3晚。这样一来,可以降低安徽游客团游费用。”

浪漫帐篷节“乐”会巨石山

“度假巨石山,享受漫生活”。5月16、17日,让我们“乐”会吧,2015巨石山第二届草地音乐帐篷节盛大举办。本次巨石山音乐帐篷节由安徽小黄山生态旅游发展有限公司主办,安徽旅游在线、安徽旅游论坛承办。本次活动吸引了来自安徽、江西、湖北、江苏等地自驾游俱乐部、旅行社、户外俱乐部、高校学生、户外爱好者、旅游摄影爱好者等近千人相约巨石山,见证一场音乐帐篷节带来的视听盛宴。

据悉,巨石山位于安徽省安庆市宜秀区长江北岸的菜子湖畔,是国家AAAA级旅游景区。它是集原生态休闲观光、科学文化体验、户外拓展、特色餐饮于一体的综合旅游名胜区,有世界“第九大地质奇观”之称的巨石地质景观。 邹传科

申美国旅 情动红五月·感恩母亲节

<p>俄罗斯 海参崴山海关北戴河哈尔滨镜泊湖沈阳跨国空调包列10日 6月1日发班 2980元起 会员特惠: 报名立减100元【出境组团社: 黑龙江天马国旅】</p>	<p>呼伦贝尔长白山满洲里北戴河哈尔滨海拉尔沈阳专列10日 5月25日发班 2480元起 会员特惠: 报名立减100元</p>
<p>新疆专列 “游遍大西北” 新疆 宁夏 甘肃 青海丝路空调专列15日 主要游览: 新疆 吐鲁番 天山天池 伊犁赛里木湖 薰衣草庄园 霍尔果斯口岸 宁夏沙坡头 内蒙古通湖草原 甘肃敦煌莫高窟 鸣沙山 青海西宁青海湖 塔尔寺…… 价格: 硬卧3780元起 6月1日盛大发班</p>	<p>经典夕阳红 山西全景 走遍山西空调包列双卧8日 5月20日 会员钜惠1480元起 原价1880元 游览: 西柏坡 五台山 云冈石窟 应县木塔 悬空寺 壶口瀑布 平遥 乔家大院 晋祠 关帝庙 普救寺 鹳雀楼……</p>
<p>出境 朝鲜精华4日游(平壤、开城三八线、妙香山、龙岳山) 3980元 周四发班 俄罗斯 莫斯科圣彼得堡红色经典7日游 5月、6月 8280元起</p>	<p>山西·陕西 山西+陕西西安全景夕阳红 空调包列11日 5月28日发团 价格: 硬卧2180元起 会员: 报名立减100元</p>
<p>申美国旅总部 双岗(阜阳路与北一环交口)西南角国金大厦906室</p>	<p>云南贵州 昆明大理丽江西版纳+贵州西江千户苗寨黄果树空调12日 5月26日发团 价格: 2880元/人 会员: 报名立减100元</p>

TEL: 0551-62658788、62658782 本广告出境线路组团出境社: 南京中北国旅 受委托社: 合肥申美国际旅行社



自驾车

——祁门历溪风景区、原始大峡谷
您露营、登山、体验、品茶的最佳去处

合肥—历溪自驾游路线
合肥金寨路高速入口——安庆(合安高速)——东至(安景高速)——江西浮梁经公桥下高速——祁门大北埠左拐——历溪风景区(全程用时四小时左右)

以上出境线路均为南京海外代理

咨询电话: 62837961
景区电话: 0559-4572908 网址: <http://www.gnjlx.cn>

氧吧里的千年古村——祁门历溪
华东最长原始峡谷——牯牛降通顶大峡谷