**【嗨玩泸沽湖】云南丽江泸沽湖纯玩双飞5天| 丽江古城| 束河古镇| 玉龙雪山 冰川大索道 蓝月谷| 泸沽湖观景台| 环湖| 里务比岛| 篝火晚会| 摩梭风情家访（ 直飞丽江往返、升级丽江2晚四钻古城精品客栈 ）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | YH-20210310001A1 | **出发地** | 广州市 | **目的地** | 丽江市-丽江泸沽湖 |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | ● 直飞丽江，广东成团，丽江泸沽湖纯玩5日游● 雪山大索、环湖游、情人树情人滩、观景台打卡、游船体验、漫步古镇● 环湖网红打卡地标：云南情人沙滩--云南情人树--里格观景台--环湖美拍，180度环湖体验● 体验泸沽湖摩梭篝火晚会，最美夜里“扣手心”●【摩梭猪槽船】驾一支摩梭人的猪槽船去追碧水蓝天● 抵达当天：赠送鲜花接机+纳西民族纪念小饰品● 特别安排赠送一晚蜜月夫妻鲜花铺床    ●生日报名：赠送精美生日蛋糕一个（恰逢客人生日在出游团期，以身份证信息为准）●2晚精品酒店+升级丽江2晚四钻古城精品人文豪华民宿客栈 |

**行程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **天数** | **行程详情** | **用餐** | **住宿** |
| D1 | 广州-丽江（约3小时航程）-入住酒店-自由活动（机场至市区：车程约40KM，行驶约40分钟）广州白云机场集中，后乘飞机前往丽江，我社工作人员将在丽江三义机场二号出站口举接站牌迎接您， 您将乘坐我社的专用车前往酒店，办理入住手续，之后自由活动。【温馨提示】：1.丽江市区海拔2400米，初上高原，请注意不要剧烈运动和过量饮酒，入住酒店后注意休息，做好体力储备，养足精神，为接下来的旅程做好充分的准备，在房间内休息记得将门反锁，扣上安全栓。丽江早晚温差较大，请您注意添减衣物。2.自由活动时间无车、无导游，请客人注意财产和人身安全，以免带来不必要的损失和麻烦。3.报名时请留下你在旅行期间使用的手机号码并保持畅通，方便接机师傅与你联系并在机场出口第一时间接到你。 【特别提示】：1.往返参考航班起飞时间（06：00-23：55航班或直飞丽江或需经停）如有特殊要求，请报名前咨询前台工作人员并书面说明，如无特殊要求，我社按当天团队特惠机位安排，如无法安排，不另通知，以航空公司安排航班时间为准，不可更改；交通：飞机，旅游车景点：束河古镇到达城市：丽江市 | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  | 丽江静宁祉悠、盛铂、铂悦、格雅、子悦精品、侨鑫、龙耀祥、吉钰、凯斯酒店或不低于以上标准酒店 |
| D2 | 丽江- -泸沽湖（车程约200公里，行驶约4小时） 早餐后，出发前往香格里拉，途经【拉市海】（门票+骑马费用需自理，参考价格260元/人-298元/人，具体以景区实际产生为准；拉市海为私人场所，山上茶马古道仅针对参加自费的客人开放；不骑马的景区附近自由活动，望周知）它是一个以“湿地”命名的自然保护区，是美国候鸟基地，骑马行走在茶马古道上，当地淳朴的纳西民族马夫会为您牵马，体验马帮历史文化；享用中餐 后丽江至泸沽湖大约4个小时左右，途经十八湾，树底，到达宁蒗县成，享用午餐，湖畔人家，沿途小凉山风光村落、途径狗钻洞原始森林抵达泸沽湖。 抵达沿泸沽湖环湖公路游览湖边景点，到达【大洛水】开始环湖（游玩约1.5小时左右） 环湖网红打卡地标：云南情人沙滩--云南情人树--里格观景台--环湖美拍 晚上参加【摩梭篝火晚会】（90分钟）摩梭女子参加篝火晚会，在夜色中寻找自己意中人。结束行程入住泸沽湖酒店。【温馨提示】：1.丽江至泸沽湖路途较远，行车时间较长，途中山路弯多，晕车的朋友请准备好晕车药，提前一晚好好休息，保持体力。2.停车点及景区中会有售卖药材土特产的商贩，非本社行为，请谨慎购买。3.泸沽湖常年温度较低，早晚温差大，请注意带保暖的衣物，天气干燥，多带点补水的东西。4.泸沽湖少数民居众多，请贵宾尊重当地的风俗习性，避免引起冲突，带来不必要的麻烦。5.为让您更好的体验摩梭风情，我们安排民居特色客栈，因泸沽湖条件限制关系，发达程度远远不如一二线城市，安排的房间可能存在有潮气，隔音不好等问题，希望您能以体验心态多谅解。交通：旅游车景点：拉市海 泸沽湖环湖公路 摩梭篝火晚会到达城市：丽江泸沽湖 | 早餐：酒店早餐 午餐：团餐 晚餐：团餐  | 泸沽湖酒店： 馨悦居、泸沽庄园、花时间、锦尚居、摩梭园或不低于以上标准酒店 |
| D3 | 泸沽湖 -丽江（车程约200公里，行驶约4小时） 早上起床观看【泸沽湖日出】，美轮美奂，朝霞红印，红嘴鸥嘻戏，如此之美 前往码头乘坐【摩梭猪槽船】（温馨提示：船夫会推荐客人不上岛，游船环岛一圈，费用需自理，此为船夫私人行为与旅行社无关，望周知）登【里务比岛】参观【里务比寺】、【土司墓】，泸沽湖水清澈透眼，四周风景如诗如画，秀丽迷人，神奇的湖水随天空色彩变化而出现或金红、或蔚蓝、或灰白的变化，神秘莫测，欣赏高原珍稀植物波叶海菜花、感悟“摩梭三绝”。 参加女儿国【摩梭风情家访】了解摩梭母系氏族的宗教信仰和文化习俗等。 午餐后到达【泸沽湖观景台】泸沽湖美景尽收眼底。沿泸沽湖环湖公路游览湖边景点， 后泸沽湖乘车返回丽，晚餐自理，可欣赏大型歌舞《丽江千古情》（费用自理300元/人） 特别提醒：以上行程视天气情况而定，如遇寒冷天气，摩梭家访与乘猪槽船登里务比岛游览顺序调换，还请谅解！【温馨提示】：1.乘坐猪槽船的途中，湖面风较大，请听从船夫的安排，不要在船上做危险的动作，以免不慎落水。2.因泸沽湖地域限制，当地就餐环境有限，如不符合您的口味，还请多见谅。3.为让您更好的体验当地纳西民族风情，我们安排古镇内或周边民居特色客栈，房间可能存在有潮气，隔音不好等问题，希望您能以体验心态多谅解，酒店位于束河古镇里面，交通方便，位置优越；因政府规定，旅游大巴无法驶入古城内，需要各位游客步行5至10分钟，方能抵达住宿的酒店，给您带来的不便敬请谅解。交通：旅游车景点：泸沽湖日出 摩梭猪槽船 里务比岛 摩梭风情家访 泸沽湖观景台自费项：丽江千古情 自理300元/人到达城市：丽江市 | 早餐：酒店早餐 午餐：团餐 晚餐：X  | 丽江花筑奢.栖宿别院、花筑奢.隐庐弘院、丽江多弗、金府、璞缘精舍或不低于以上标准酒店 |
| D4 | 丽江-玉龙雪山-蓝月谷-丽江古城（车程约37公里，行驶约1小时） 早餐后乘车后前往以“险、奇、美、秀”著称的【玉龙雪山风景区】（路程时间约40分钟，整个景区游览约120分钟不含排队和上索道时间），乘索道（含进山费、含冰川大索道、含环保车）观雪山，沿途欣赏原始森林。 特别通知：所有要升级大索道或含大索道的团队，为确保安全运营，丽江政府要求雪山大索道不得超负荷运作。故大索道景区实行限票改革，高峰期间索道公司会使用人脸识别、摇号、抽签等极端方案安排大索道游览，均无法确保哪个团能上大索；如参团当天因大风天气等不可抗力原因、门票售罄（玉龙雪山冰川大索道每天限量销售门票）、大索道停运无法安排等情况；则默认为您安排云杉坪小索道，现退差价80元/人给贵宾并签订证明。望周知！！！ 之后游览【白水河、蓝月谷】（蓝月谷电瓶车自理60元/人）在晴天时，水的颜色是蓝色的，而且山谷呈月牙形，远看就像一轮蓝色的月亮镶嵌在玉龙雪山脚下，所以名叫蓝月谷。而白水河这个名字是因为湖底的泥巴是白色的，下雨时水会变成白色，所以又叫白水河。 后前往游览世界文化遗产【丽江古城、四方街 含丽江古城维护费】打卡网红地标：丽江之眼、网红油纸伞，解锁网红玩法玩出不一样的丽江。让“小桥流水人家”的画意，完全映入您的眼中，感受丽江慢时光，一杯茶，一米阳光，一个故事......享用晚餐入住酒店。【温馨提示】：1.为确保安全运营，丽江政府要求雪山大索道不得超负荷运作。故大索道景区实行限票改革，高峰期间索道公司会使用人脸识别、摇号、抽签等极端方案安排大索道游览，均无法确保哪个团能上大索；如参团当天因大风天气等不可抗力原因、门票售罄（玉龙雪山冰川大索道每天限量销售门票）、大索道停运无法安排等情况；则默认为您安排云杉坪小索道，现退差价80元/人给贵宾并签订证明。望周知！！！2.索道为实名制提前制卡，若至景区因个人原因放弃游览，因索道停运等原因，无法退还费用，还请各位参团贵宾谅解。3.景区旅游旺季和节假日人很多，为了广大游客的安全及游览次序，排队乘索道需要一些时间，请勿拥挤，遵守秩序，文明出游。4.上雪山需要一定体力，在上山之前，建议带上适量红牛、巧克力之类的高热量食品，以补充能量。5.玉龙雪山温度较低、海拔较高，根据自身身体情况，若需要防寒服及氧气，可以在景区租用，费用自理。6.古城古镇人流量较大，游玩期间注意个人安全，注意周边及脚下情况，保管好自身财务，以免带来不必要的损失和麻烦。交通：旅游车景点：玉龙雪山、蓝月谷、云杉坪索道、丽江古城自费项：蓝月谷电瓶车60/人到达城市：丽江市 | 早餐：酒店早餐 午餐：团餐 晚餐：团餐  | 丽江花筑奢.栖宿别院、花筑奢.隐庐弘院、丽江多弗、金府、璞缘精舍或不低于以上标准酒店 |
| D5 | 丽江-广州（航程约3小时）早餐后，根据航班时间自由活动，安排送机，把心中的留恋藏在心底，结束美妙的旅程（备注：回程晚班机免费赠送束河古镇小马车+非遗体验-围炉煮茶） 赠送【束河古镇】(赠送小马车）束河古镇是一座历史悠久、景点众多的古镇。古镇建于明代万历年间，又被人们称作龙泉村，这个古老的村落坐东朝西，古镇的后山则是巍峨壮丽的玉龙雪山的余脉，这里山峦青秀缠绵，林木苍翠，前来旅游的游客无不被这里的美景所折服、震撼。 赠送【非遗体验-围炉煮茶】仪式感拉满，古香古色的院子，营造出“结庐在人境，而无车马喧”的闲适；从快节奏的生活工作中“偷得浮生半日闲”体验【围炉煮茶】中式的装修、火红的炭炉、古朴的茶具、精致的茶点，三五好友围坐闲聊…从烟熏火燎的取暖方式，到走红网络的休闲方式，围炉煮茶的重新出圈，得益于煮茶带来的仪式感。不同于传统的品茶，体验围炉煮茶的消费者，更多是奔着这种独特的体验，古香古色的院子，营造出“结庐在人境，而无车马喧”的闲适，自己动手煮茶，茶盏空了又满，一杯杯茶水入口，“浇出胸中不语尘”……【温馨提示】：1.退房、返程前请仔细整理好自己的行李物品，请不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦。2.针对我们的精心安排和导游服务工作中的不足，请留下您的宝贵意见。感谢各位贵宾对我们工作的支持和理解，我们希望有机会再次为您服务，如果您对这次云南之行感到满意，请不要吝啬介绍给您的亲朋好友，谢谢！3.如当天返程航班时间较晚，有延迟退房需求的，请于该酒店规定的退房时间前至总台办理延迟手续，产生费用自理（现付总台）。交通：汽车，飞机到达城市：广州市 | 早餐：酒店早餐 午餐：X 晚餐：X  | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：往返程飞机经济舱特惠机票，航班时间等以航司出票为准；2、住宿：入住当地酒店双人标间（不挂星）；每成人每晚（12周岁以上）一床位，出现单男或男女请报名时自补房差。在遇到政府征用或旺季房满的情况下，旅行社将不得不选用同等级但未在行程内列明的其他酒店时不另行通知，敬请谅解。3、用餐：全程含4早5正，正餐餐标40元/人/正，（酒店含早餐，不占床不含早餐）备注：餐饮风味、用餐条件与广东有一定的差异，大家应有心理准备。 4、用车：当地5-55 座空调旅游车，按实际人数用车，保证一人一正座。云南因山路较多且地理环境较特殊，高原行车，汽车容易出故障，途中可能会安排检修，敬请谅解； 5、导游：低于6人司机兼职向导，不派导游；6成人起派当地普通话导游服务，费用已含导游服务费，不派全陪。 6、门票：成人含景点第一道大门票（自费景点门票除外, 本线路已经按云南免大门票政策核算，所有的门票优惠减免无费用可退），不含景点小门票，个人消费及行程上自理的项目。赠送项目如因特殊原因不能成行，不做退款。特别提示：由于云南旅游景点多为提前制卡制度，一旦制卡，费用不便退出；另：享有免票的特殊人群（如：老人、残疾人、军官、学生、记者、儿童等可能发生优惠的证件者）因我社门票为旅行社团体采购，已超出个人优惠值，均不再享受任何优惠政策 7、小童（2-11岁）：只含半正餐餐费、车位、机票；不占床位、不含门票、不含早餐（早餐费用按入住酒店前台收费规定，由家长现付），小孩也不享受赠送景点，全程超高门票自理。。 8、购物点：纯玩。 行程中途经的休息站、加油站、公共卫生间等地停留仅供休息和方便之用，公园、博物馆、展览馆、体验馆、制作工场附设商品销售为景区设施，仅供了解当地特色文化之用，游客购物为个人自主行为，以上均不属于我社指定购物店，游客因购物产生的纠纷与本社无关，敬请注意。 |
| **费用不包含** | 1、合同未约定由组团社支付的费用（包括行程以外非合同约定活动项目所需的费用、 游览过程中缆车索道游船费、自由活动期间发生的费用等）。 2、行程中发生的客人个人费用（包括交通工具上的非免费餐饮费、行李超重费、住 宿期间的洗衣、电话、酒水饮料费、个人伤病医疗费等）。 3、不含广州市区到广州白云机场接送，机场集中，机场散团。 4、 不包含个人旅游意外保险费、航空保险费，强烈建议出行游客购买个人旅游意外保险，具体保险险种请在报名时向销售人员咨询并购买。 |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 拉市海骑马 | 骑马体验 | 60 分钟 | ¥(人民币) 260.00 |
| 丽江千古情 | 大型演出 | 60 分钟 | ¥(人民币) 310.00 |
| 蓝月谷电瓶车 | 景区小交通 |  | ¥(人民币) 60.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1、 本产品供应商为：广州永和旅行社有限公司 ，许可证号：L-GD01310 质监电话15013239696，020-86345801。此团 2人成团，为保证游客如期出发，我社将与其他旅行社共同委托广州永和旅行社有限公司组织出发（全国拼团），如客人不接受拼团出发，请报名时以书面形式注明。此团由广州永和旅行社有限公司委托旅游目的地具有相应资质的地接社承接本旅行团在当地的接待业务，地接社的相关信息、委派的导游姓名和电话，以及具体车次时间、最终行程（游览顺序）及入住酒店的具体名称等信息，一并在出团前派发的出团通知书行程表中告知，客人对此表示同意。 2、 我司在不影响原行程游玩标准及景点游览的前提下，会根据航空公司机票或火车票出票的首末站城市最终确定具体的行程顺序，最终行程（游览顺序）在出团前派发的出团通知书行程表中告知。 旅行社可以根据实际情况，在保证行程景点游览不变且经与客人协商一致的前提下，对景点的游览顺序作合理的调整，客人对此表示理解。 3、由于航班机位等存在不确定因素，我社在确保不影响游客在当地行程游玩标准的情况下，同一团种出发的游客可能采用不同时间段的航班往返（同一游玩团体可能选用 2 个或以上的航班班次）。4、机票浮动幅度较大，且部分客人已享受我司报名优惠政策，故导致不同日期报名，且同团出发的客人，团费有较大差异，无价格退还，敬请旅客注意！5、团队均提前 15天或以上订购机票、酒店、车辆、门票等，如客人报名后退团（含改期，改线，更改登机姓名或证件号码等），根据合同的扣款标准，我社将扣除实际损失费用（机票、火车票、门票、酒店、车费分摊等，我社不提供机票报销单据，客人可自行前往航空公司办理），特此说明。6、在保证行程景点游览的前提下，我社将根据旅游目的地实际情况对此参考旅游行程的景点游览的先后顺序作合理的调整。如遇不可抗力因素（如塌方、大雪、塞车、天气、航班延误、地质灾害、政府行为等原因），造成行程延误或不能完成游览或缩短游览时间，不视旅行社违约，未能完成游览的景点我社将按旅行社协议门票价格退还。7、若因客人自身原因（含感冒等原因，导致身体不适合继续行程）中途离团或放弃游览景点（含赠送项目）的，我社视客人自动放弃行程，我社不退返任何费用；客人擅自、强行离团或不参加行程内的某项团队活动时（含酒店、用餐、景点等），请游客注意人身及财产安全，发生此类情况一切后果请客人自行承担，客人离团期间的一切行为责任游客自负。8、免费景点及赠送项目如发生优惠、免票、自愿放弃或因航班时间、天气、政策性原因关闭或预约问题等原因导致不能赠送参观的，敬请谅解，我社不退任何费用。旅游者参加属于高风险性游乐项目的，敬请旅游者务必在参加前充分了解项目的安全须知并确保身体状况能适应此类活动；如旅游者不具备较好的身体条件及技能，可能会造成身体伤害。在参加此类活动时应当购买相应的个人意外保险。如非旅行社责任造成的旅游者意外伤害，旅行社不承担相应的赔偿责任。9、云南地区是当地旅游度假城市，硬件及软件服务均与沿海发达的广州存在一定差距， 请团友谅解。如遇旺季酒店房满或政府征收等情形，旅行社会另外安排至不低于所列 酒店标准的同类型酒店。10、购物：云南地区旅游发展较为成熟，包括部分景区，公园，博物馆，纪念馆，展 览馆，民俗展现场所均配备购物场所，行程中途经的休息站，加油站，公共卫生间等地停留仅供休息和方便之用，游客购物为个人自主行为，游客因购物产生的纠纷与本社无关，敬请注意。11、行程服务项目特别约定及说明：A).为了确保旅游顺利出行，防止旅途中发生人身意外伤害事故，请旅游者在出行前做一次必要的身体检查，如存在下列情况，因服务能力所限无法接待：（1）传染性疾病患者，如传染性肝炎、活动期肺结核、伤寒等传染病人；（2）心血管疾病患者，如严重高血压、心功能不全、心肌缺氧、心肌梗塞等病人；（3）脑血管疾病患者，如脑栓塞、脑出血、脑肿瘤等病人；（4）呼吸系统疾病患者，如肺气肿、肺心病等病人；（5）精神病患者，如癫痫及各种精神病人；（6）严重贫血病患者，如血红蛋白量水平在50克/升以下的病人；（7）大中型手术的恢复期病患者；（8）孕妇及行动不便者。B)老年人参团，考虑到线路的特点:1. 60周岁以上老年人预订出游，须与我司签订《长者参团同意书》并有家属或朋友（因服务能力所限无法接待及限制接待的人除外）陪同方可出游。C)因服务能力所限，无法接待70周岁以上的旅游者报名出游，敬请谅解。D）为保障客人安全，22岁以下学生和70岁以上长者，必须有25-60岁间亲属陪同方可接待。12、 根据最高人民法院的相关文件，“失信被执行人名单”、“被限制消费人员”会被限制乘坐火车、飞机、出入境等。请游客报团前一定要自行查询本人或同行人是否为“失信被执行人名单”或“被限制消费人员”（查询网站如下：http://zxgk.court.gov.cn/ 。因游客被列为“失信被执行人名单”或“被限制消费人员”所产生的包括但不限于机票、房费、车费、导服费用等实际损失，由游客自行承担。13、我社解决投诉依据客人在当地所签“意见单”为准，有任何投诉请于当时提出， 否则无法给予处理。14、请游客（报名人及报名人代表之参团的全体同行人）请游客报名时认真阅读此行 程每一点，一经报名，双方签字或盖章之日起，即表明合同及行程签订人及同行人已认真阅读此行程并同意相关约定条款，同意其作为《广东省国内旅游组团合同》、《报名表及补充约定》之附件 |
| **温馨提示** | 1.云南地区由于海拔较高、空气稀薄、气压偏低，含氧量明显降低，最初几天尽可能避免剧烈运动，饮食要有节制，以免增加胃肠道负担，吃饭不宜太饱，饮水不要太多，饮茶不要太浓，最好不要抽烟，饮酒，要具备良好的心理准备，保持乐观的情绪。这才是防治高原反应的最佳”良药”。 云南为海拔较高地区，车速、空调、同级酒店将不如广东。2.气候：云南省气候年温差小，日温差大；降水充沛，干湿季分明，每年5-10月份是雨季，其他季节为干季；昆明、大理年平均气温14.8℃，丽江、香格里拉12.6℃。3.高原地区昼夜温差较大，需准备长袖衣裤、羊毛衫、夹克衫、羽绒等，需要随时增添衣物，注意身体。请备舒适的旅游鞋、太阳帽、雨具等。3.高原海拔高，日照强烈、紫外线高，对眼睛有一定的伤害，请准备有效隔绝紫外线的太阳镜，更应准备充足有效的抗水性防晒用品（阴天也要涂抹）、润唇膏，同时配备清热、解渴、滋润的药物或冲剂，如夏桑菊冲剂、板兰根等，以免一时难以承受过于干燥低温气候。4.由于云南属于高原地区，海拔较高容易出现高原反应，提醒女性游客在怀孕期间与60岁以上老人家及体弱者，慢性病患者，为避免出现意外，建议在医院做体检、谨慎出行！5.云南环保原因、大部分酒店规定摄氏28度以上才开空调，不当地带中央空调的酒店空调均定时开放，还请见谅请谅解；6.云南因山路较多且地理环境较特殊，只适用底盘较高国产旅游车，故座位间隔可能未如理想；高原行车，汽车容易出故障，途中可能会安排检修，为免影响游客行程，司机在山路或高海拔路段行驶时将不开空调，建议可打开车窗，敬请谅解！因云南当地旅游车条件有限，整个旅游市场上旅游车车龄都较长。为了行车安全，导致车速有所限制，可能会延长行车时间，敬请注意。7.云南是少数民族聚居地，请尊重当地少数名族的生活和信仰，避免与当地居民发生冲突；8.本旅游线路含有高原地区的游览项目，在此提醒，70岁以上者、患有高血压、冠心病、糖尿病、慢性支气管炎、肺心病、哮喘、贫血、感冒患者、孕妇、精神疾病患者等不适宜去高原地区旅游，请切勿盲目冒险进入高原。【安全注意事项】： 1、“安全第一”，在旅行过程中，大家必须十分重视安全问题，出团前带好相关证件，保存好与亲人朋友、导游的联系方式。 2、参加团队旅游，必须听从领队或导游的指挥安排，不可随意活动，禁止擅自脱队。行程中特别是在山地、天雨路滑时，请大家做到走路不看景，看景不走路。 3、入住酒店后，应了解酒店安全须知，保管好房卡，在酒店大堂、餐厅、卫生间时，注意不要滑倒。入住后不要单独外出行走。 4、请大家注意食品及餐具的卫生，不应吃不洁和生冷食品。在旅行社安排的餐饮之外自行购买或食用食物引起的疾病，旅行社不承担任何责任。 5、注意财物安全，旅行中携带物要少而精，必要的物品要带齐，现金与贵重物品须贴身携放保管（特别是手机与钱包）。 6、旅游者在旅游活动中应当遵守社会公共秩序和社会公德，应当注意的旅游目的地相关法律、法规及宗教禁忌，遵守当地的风俗习惯、文化传统和宗教信仰。同时旅游者应当明确，如涉及的活动为中国法律所禁止的，无论旅游目的国家、地区是否合法或允许，旅游者都不应参加活动，包括： （一）含有损害国家利益和民族尊严内容的。 （二）含有民族、种族、宗教歧视内容的。 （三）含有淫秽、赌博、涉毒内容的。 （四）其他含有违反法律、法规规定内容的。 如旅游者未能遵守中国法律实施上述行为而导致旅游者需要承担相关行政或刑事责任的，与旅行社无关，由旅游自行者承担。 |