

厦门包机特价游1380元起

另有10月21日昆明、大理等专列13日游和11月5日三亚、桂林等专列10日游,名额有限,欲报从速



厦门现在温暖湿润,旅游正当时。自10月9日推出包机特价游以来,报名异常火爆,洛阳欢乐假期旅行社共设计5条线路,游客可以自由选择。目前仅剩部分航班位置,请抓紧时间报名。

A: 厦门半自助游,1380元,包含往返飞机票、厦门当地两晚住宿、鼓浪屿、南普陀、集美等景点,含餐、双保险、当地旅游车、全程导游陪同、赠送包帽等。此线路的特点是不受时间限制,想玩儿多久就玩儿多久! 发团时间:每周二、周四、周六。

B: 厦门岛、鼓浪屿、永定土楼、集美包机双飞品质4日游,1580元。
发团时间:10月20日、25日、27日。

C: 厦门岛、武夷山、鼓浪屿、集美包机双飞精品5日游,2180元。
发团时间:10月23日。

D: 厦门岛、鼓浪屿、永定土楼、集美包机双飞休闲5日游,1680元。
发团时间:10月23日。

E: 厦门岛、武夷山、鼓浪屿、土楼、集美双飞6日游,2380元。
发团时间:10月20日、25日。

以上团队是高标准特价旅游团,全程入住三星标准酒店,用餐也是高餐标,还有全程导游陪同,属于超值旅游。

另有10月21日昆明、大理、丽江、西双版纳、贵阳黄果树、重庆武隆专列13日游,2580元起。

11月5日,海口、三亚、桂林、漓江、长沙、韶山专列10日游,1880元起。

欲了解详情请咨询洛阳欢乐假期旅行社。
电话:64387108 64387118
18003791868
QQ: 164713625
地址:南昌路创展国际贵都2-1409室(西苑公园对面)



温馨提醒

旅途中如何注意饮食卫生

旅途中保持身体健康的首要问题就是时刻注意饮食卫生,防止“病从口入”。旅行中的饮食卫生,要注意以下几个方面:

注意饮水卫生。一般来说,生水是不能饮用的,旅途饮水以开水和消毒净化过的自来水为最理想,其次是山泉和深井水,江、河、塘、湖水千万不能生饮。无合格水可饮时,可用瓜果代替水。

瓜果一定要洗净或去皮吃。瓜果除了受农药污染外,在采摘与销售过程中也会受到病菌或寄生虫的污染。

慎重对待每一餐,饥不择食千万要不得。高中档的饮食店一般可以放心去吃,大排档可有选择性地吃,摊位或沿街摆卖(推车卖)的不要去吃。旅行中虽然饥肠辘辘的情况不少,但小摊小贩的食物不能去碰。如果饥不择食,则是拿生命开玩笑。

学会鉴别饮食店卫生是否合格。合格的一般标准应是:有卫生许可证,有清洁的水源,有消毒设备,食品原料新鲜,无蚊蝇,有防尘设备,环境干净,收款人员不接触食品且钱与食品保持相当距离。

在车船或飞机上要节制饮食。乘行时,由于没有运动条件,食物的消化过程延长、速度减慢,如果不节制饮食,必然增加胃肠的负担,引起肠胃不适。

(李悦)

预防旅游病 出门前该准备啥

假日外出旅游,已成为时尚的生活方式。现代社会竞争激烈,人们易身心疲劳。在旅游中,面对良辰美景,心旷神怡,对健康十分有益。但是旅游中也会出现一些“小插曲”,如果不提前作好准备,不仅达不到健康旅游的目标,还有可能对身体造成不良影响。

准备少量应急药品

中国人讲究未雨绸缪,旅行前更是如此。老人和年轻人选择的旅行路线肯定有区别,老人应选择旅途不那么奔波,时间表不太紧的行程,以缓和、休闲的活动项目为主,最好有人陪伴。尽管大家都希望能平平安安、开开心心地游完全程,但也不事先作好应对各种小意外的准备,比如准备少量应急药品,如云南白药、创可贴、感冒药、胃肠系统方面的药物等。

途中注意健康细节

旅行途中由于条件受限,许多人在一些



健康细节上不太注意。比如手的卫生,应尽量并经常用肥皂和水洗手。吃也要格外注意,毕竟病从口入,应遵循“烧、煮、蒸、去皮”的原则,选择卫生条件良好的餐馆进餐。此外,容易晕船、晕车、晕机的人出发前不要吃得太饱,并可在出发前半小时内服一片乘晕宁。如果在旅行途中身体不适,且无法自行处理,应尽快去当地医院就诊。

旅途中体力消耗大,容易产生强烈的疲劳感,这个时候可以通过吃来缓解,比如喝几杯热茶,摄取一些高蛋白食物或碱性食物,也可以补充些维生素。此外,洗澡也可以使毛细血管扩张,有效消除疲劳。也可用手压或拳头轻轻敲打小腿、大腿、手臂、双肩,使肌肉得到放松。

旅游中常见疾病的预防

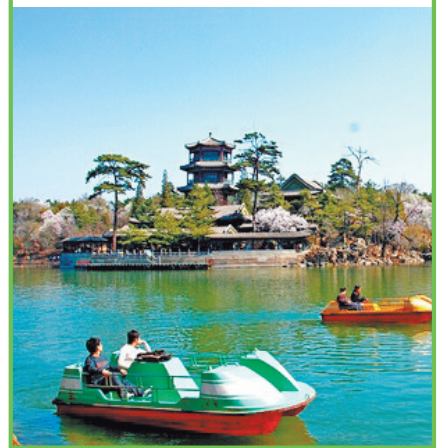
感冒:一般感冒应该多休息、多喝水、饮食清淡、对症处理。如出现发热、咳嗽、多痰等症状,就要去医院就诊;

腹泻:可能与旅游时不注意饮食卫生和受凉等有关,注意多补充液体、清淡饮食,情况严重者,及时去医院就诊;

高山反应:急性缺氧时应注意休息、吸氧、必要时及时去医院就诊;

创伤:如不慎受伤,可根据情况去医院就诊。

(刘乐)



全国连锁 517best.com

洛阳百事通旅游有限公司
许可证号: L-HEH03094

打造旅游标准化旅行社
让旅游回归美好!

本页出境产品受重庆海外旅业(旅行社)集团有限公司委托代理 许可证号: L-CQ-GJ00001 因酒店机票等不确定性因素,以下报价仅供参考,详细行程及报价请以店内咨询为准!

旅游百事通携手洛阳万达百货打造金秋摄影大赛

“走,拍照去”摄影大赛

“走,拍照去”摄影比赛,带领VIP会员秋游,用镜头记录秋天的美好瞬间,表现出对幸福生活及对大自然的赞美之情。

摄影活动奖项

- 一等奖: 2名 奖励: 厦门/鼓浪屿/永定土楼双飞五日游
- 二等奖: 3名 奖励: 六福钻石吊坠一枚
- 三等奖: 5名 奖励: 六福首饰盒一个
- 纪念奖: 50名 凡参与摄影大赛者奖同仁堂蜂蜜一罐

另有50个免费名额,登陆www.517best.com 旅游百事通官网在线抢购,活动结束后凭当天摄影作品参加评奖,参与大奖!

活动地点: 开封万岁山大宋武侠城(菊展会场)
活动时间: 10月23日(重阳节)

错峰出游

旅游百事通全线产品放价 现场签售会

重磅回馈客户 时间: 10月19日--10月23日 地点: 洛阳万达百货入口

首都北京常规5日 原价 ¥890 现价 ¥650	桂林四星纯玩5日 原价 ¥1180 现价 ¥990	北京钻石精品纯玩5日 原价 ¥960 现价 ¥790
厦门/鼓浪屿/永定土楼双飞4日 原价 ¥1880 现价 ¥1520	海口唯美之旅双飞6日 原价 ¥2300 现价 ¥2090 (限15位)	华东五市纯玩双卧7日 原价 ¥1680 现价 ¥1390 (限6位)
华东五市/同里/甬直双飞6日 原价 ¥1380 现价 ¥1090 (限6位)	普吉四星超值6日 原价 ¥4380 现价 ¥3999	香港/泰国两地四飞9日 原价 ¥5180 现价 ¥4999

菊花展

万岁山菊展直通车

万岁山大宋武侠城是开封唯一的地载菊花展览会,栽种菊花近10万株。中原地区最大的儿童乐园“森林迪斯尼乐园”,近200组各种免费儿童游乐设施;拥有跨越挑战区、逍遥岛、月亮湖等休闲娱乐设施,古城墙防空基地、大宋酒文化博物馆、万岁寺等历史文化景观。

¥98/人

10月20日首发团
(每周三、六发团)

惊爆价 ¥59/人

重阳节
10月23日仅此一天

金门	6439 2285	6862 5071	6329 0669
枫叶国际	6061 6806	西工区	62303118
6509 3222	6487 6660	唐宫西路	6488 6268
涧西区	6485 9099	老城/瀍河区	6488 6268
牡丹广场	6211 1826	南大街	6395 3886
景华路	6518 0855	铁路分局(新店开业)	6223 5588
		宝龙城市广场	6982 8891
		中和酒店	6587 7811
		宜阳	6271 2287
		孟津	6270 1058
		嵩县	6632 5688
		伊川	6836 2289

旅游百事通加盟说明会
预约电话: **63277005 18638818806**