

暑期文明出游——

这些安全出行温馨提示请收好

近期,出游高峰期来临。市旅游局发出温馨提示,提醒广大市民出游时做到文明旅游、理性消费、安全出行。

一是外出旅游,时刻牢记安全。游客要及时关注天气预报信息,避开灾害性天气影响时段。自驾游游客、自助游游客、户外运动爱好者等人群,应避免前往山地、峡谷、水边等危险区域游玩。特别是参加涉水、登山等户外运动时,应在专业人员指导下进行,避免单独行动。建议游客购买意外伤害险等旅游保险。

二是参团旅行,选择合法企业。参加暑期夏令营、跟团旅游等,不要轻信微信公众号、俱乐部、协会等网络上的旅游产品,应找正规旅行社,规范签订旅游合同,不要轻信口头承诺。对于明显低于正常价格的旅游产品,在签订合同前需慎重。付款后,要求企业出具正规票据。

三是出境旅游,提前了解情况。建议游客在出境前详细了解所在国当前国情,避免到安全风险高的国家或地区旅游,确保自身安全。遵守当地法律法规、民风民俗,遵守当地入境居留管理制度,保持警惕心,谨防受骗。遇到紧急危险事件第一时间找到当地中国使领馆请求帮助。

四是量力而行,谨慎选择产品。游客要根据自身身体健康状况,选择适宜的旅游项目,不要冒险挑战超过自身承受能力的高危项目。未成年人一定要在监护人的监护下参加游览项目,注意景区设立的安全警示标识;在水边游玩时,不要离开规定的安全区域,遵守景区有关安全管理要求。

五是文明旅游,争做文明游客。旅游途中要遵守旅游目的地法律法规和社会公共秩序,尊重当地的风俗习惯、文化传统和宗教信仰,尽量不影响当地人民的正常生活。到自然景区、名胜古迹游览,切勿随意采摘、践踏植物、破坏设施,切勿在建筑物上乱涂、乱画,自觉抵制各种不文明旅游行为,争做一名文明游客。

六是理性消费,依法合理维权。在旅游过程中,游客要保存好旅游合同、旅游发票、景点门票、医疗单据等。在旅游过程中发生旅游服务质量问题或纠纷时,应采取适当措施防止损失扩大。若在旅游目的地发生纠纷,游客可直接向当地旅游主管部门投诉。如旅行归来,可以向本地旅游主管部门或消费者协会投诉,也可以向人民法院提起诉讼等方式,依法合理维权。

(据信阳市旅游局网站)

暑假海边游玩热——

这些“防溺水”常识要牢记

一对双胞胎姐妹在青岛海边不幸溺亡事件近日引发广泛关注。正值暑期,海边成为不少家庭户外旅行的热门之选,究竟该如何保障孩子的水上安全?

今年夏天以来,各地儿童溺亡事件时有发生。网友表示,这些事件在一次次给民众提醒的同时表明,许多人并不是真正地了解溺水。

国家职业资格游泳救生员培训师、考评师孙谦介绍,一些研究发现,真正的溺水不是想象中的一直挣扎、大声呼救,而是无声无息的。溺水通常分为两种情况,一种是“喝饱水”的湿溺,即不会游泳的人溺水,人的状态是不停咕嘟咕嘟咽水,然后身体垂直、不停往下沉,直到水灌满肺部,呼吸系统的骤停导致脑死亡。

还有一种情况是人由于紧张,一口气没喘过来,导致头部痉挛,把气道锁住,气进不去也出不来。这种情况下,人一般是飘在水上的,实际就是“憋死的”,叫干溺。

近日,记者发现,除青岛外,厦门、大连、哈尔滨等地的海边游客爆满。常年在哈尔滨市松花江畔驻守的“义务救生员”郑志强表示,海边人多,孩子随着人流转移位置,一转眼就会被淹没在人群中,“想看也看不过来。”此外,没有充足热身、游泳时间过长、身

体过于疲劳和水温变化不适等原因,都会导致人体抽筋,也可能造成溺水。

郑志强建议,游泳一定要到规范的水域,最好在学会游泳之后再到开放水域,不要自己盲目尝试、私自下水。

孙谦认为,由于孩子年龄小,对自身安全和周边环境认知不足,家长应首先尽到监管责任,禁止孩子进入违禁区域,同时带孩子到海边时应给孩子戴好浮袖、浮漂等防护设备。

不少网友呼吁,家长和教育机构平时应给孩子们讲授一些自救常识,以备不时之需。专家指出,如遇溺水,呼救的可能性一般不大。如果有可能的话,就把头露出水面,大声呼喊,同时挥动双手,或者用手臂拍打水面,还可以将身上的书包、球类等密封起来抱住,会有一些的浮力,能保持半分钟到一分钟。

此外,法律专家表示,保障未成年子女安全,有必要加强监护人的责任意识。

业内人士建议,相关部门应加大宣传力度,普及防溺水知识;通过购买服务等方式增派救生力量,包括发动社会团体和志愿者,增配相关人员进行管理和疏导。

(据新华网)

旅游小贴士

这个七夕,最浪漫的约会地推荐



神农山

转眼间又要到一年一度的七夕节了,惠民卡特地为大家推荐几处既清凉又浪漫的景区,希望会员朋友们可以度过一个浪漫的七夕节。

8月18日、19日的活动景区有:神农山、关山国家地质公园、九莲山、尧山、南阳府衙、仙堂山、青龙峡、许慎文化园、中原福塔、濮上园天鹅湖滑草场。

中原福塔:中原地标,休闲观光

中原福塔,国家4A级景区,位于郑州市航海东路与机场高速交汇处。该塔高388米,是世界最高的全钢结构发射塔,是一座集广播电视信号发射、旅游观光、会议展览服务、文化娱乐、餐饮休闲、汽车影院等多功能的商业艺术文化中心。

关山:神秘莫测,蔚为壮观

关山位于太行山南麓辉县市上八里镇境内,是一座以石柱林、红石峡、一线天为代表,飞瀑流泉、清溪幽潭、云海飞渡为特色的地质地貌型国家地质公园。景区崖台环抱,飞瀑流泉和清溪幽潭相互辉映,景色优美、令人叹为观止。

尧山:峰奇石怪,森林茂密

尧山风景区国家5A级旅游景区,位于平顶山市鲁山县尧山镇。尧山峰奇石怪,森林茂密,云雾无常,历史厚重,集雄、险、秀、奇、幽于一体。石人、将军峰、凤凰台、合峰、报晓峰、猴子拜观音、象鼻峰等象形山石遍布景区。

神农山:四季分明,祈福胜地

神农山是国家5A级风景旅游区,位于沁阳市紫陵镇赵寨村。在这里,您可以游世界地质奇观龙脊长城,拜中华人文始祖炎帝神农,赏千年龙鳞松,戏太行美人猴,是观光游览、休闲度假、祈福祈运的好去处。

九莲山:九峰相连,巍峨挺拔

九莲山位于辉县市上八里镇松树坪村,属太行山最美的一段——南太行。太行九莲山景区是国家4A级景区、国家地质公园、自然猕猴保护区等。因有九峰相连,酷似莲花而得名,由两条峡谷和一条红岩绝壁组成。

南阳府衙:保存完整,规模宏大

南阳府衙位于南阳市区民主街西部北侧,现存明清建筑100余间,整个建筑群布局严谨,规模宏大,气势雄伟,是封建社会留下的一个完整的郡级实物标本,具有较高的历史、艺术、科学等研究价值。

仙堂山:层峦叠嶂,群峰竞秀

仙堂山位于山西省长治市襄垣县境内,是一个融自然风光、人文景观、佛教文化、历史文物、避暑休养为一体的旅游胜地。

仙堂山层峦叠嶂,群峰竞秀,自然风光四季如画。

青龙峡:山清水秀,休闲养生

青龙峡风景名胜区位于焦作市修武县境内,属于云台山西区,是一处以峡谷型山水风光为主,以养生休闲度假为中心的综合性风景名胜区。是国家5A级旅游景区、国家森林公园、国家级猕猴自然保护区。

许慎文化园:文物保护,文化传承

许慎文化园位于漯河市,是集文物保护、名人凭吊、经典教育、汉字文化观光于一体的国家4A级文化旅游景区。园区地势由南向北依次抬升,共分三大功能区,即广场服务区、中心展示区、墓家保护区。

濮上园天鹅湖滑草场:人工草地,趣味横生

濮上园天鹅湖滑草场位于濮阳市黄河路西侧4A级景区濮上园景区内,占地面积两万多平米。滑草场拥有国际先进滑草魔毯,架有S弯道、U型弯道、斜坡速滑以及多种草地娱乐项目,安全性和趣味性均有。

提醒各位会员,一定要看好景区的活动时间,并提前登陆惠民卡官方平台进行预约! (聂品)

景区推荐

燕子山:雄奇壮丽,古木参天

河南燕子山原始生态旅游风景区是国家森林公园和自然保护区,位于灵宝市区,集生态观光、休闲度假、森林人家、激情漂流、森林穿越、拓展训练于一体。燕子山景区产品资源得天独厚,旅游交通十分发达,区位优势非常独特。



中国翰园

中国翰园:名家书法,巍峨壮观

中国翰园位于七朝古都开封市区西北部,是国家4A级景区。它是一座集古今中外诗词、书画、碑刻艺术之大成的文化园林,园区占地120亩,展出书画碑刻3800余块,长达六华里的碑廊以朝代有序,镶嵌了历代书法名家的代表碑帖。



燕子山

想去游玩的会员朋友们不要忘记提前预约,关于景区的具体活动安排,请登陆惠民卡官方平台查询。