

保护旅游安全不放松

市旅游局召开全市旅游系统扫黑除恶专项斗争推进会

信阳消息(记者 王娟) 8月16日下午,市旅游局召开了全市旅游系统扫黑除恶专项斗争推进会,部分局领导和各科室、局属二级机构负责人以及浉河区旅游局、平桥区旅游局、鸡公山旅游文化局、南湖湖文化旅游局、市直星级饭店、市直旅行社等相关负责人参加了会议。

会上首先传达了市委政法委2018年上半年宣传工作会议精神和省委第15督导组对我市扫黑除恶专项斗争情况的反馈意见,并宣读了市扫黑办对全市旅游管理部门的工作职责定位和省旅游局划定的重点整治的10类“黑、恶、乱”现象;随后带领大家系统学习了全市旅游系统扫黑除恶专项斗争应知应会的28个知识点,进一步提高了大家对扫黑除恶专项斗争的理解和重视程度。

会议最后安排了下一阶段全市旅游系统扫黑除恶专项斗争重点任务:一是全市

各A级景区、各星级酒店、各旅行社要在服务大厅或醒目位置设置扫黑除恶专项斗争宣传标语、资料,张贴通告;二是各县区旅游局要根据属地管理原则,明确责任人,切实做好扫黑除恶专项斗争宣传工作的落实和检查工作;三是在市旅游局官方网站和政务微信、微博开设扫黑除恶专项斗争专栏,重点宣传报道一些开展工作较好的旅游企事业单位的经验与做法;四是全市各旅游企事业单位要切实执行黑恶线索旬报和月上报工作制度,扎实开展黑恶线索排查工作,并将扫黑除恶专项斗争开展情况同平安行业创建考核指标当中,对凡是开展工作滞后,成效差的单位进行通报批评并取消年底评优资格。

会议还印发了《信阳市旅游局关于进一步做好扫黑除恶专项斗争专项斗争宣传工作的通知》。

旅游小贴士

6类旅游 糖友不宜参加

很多朋友都有出门旅游的爱好,相信近期也有不少朋友计划外出游玩,但有6种旅游,糖友最好不要参加。

持续久坐的旅游

长时间乘坐飞机、火车或汽车都不适合糖友,因为久坐可能造成下肢血液回流不畅,出现下肢水肿,形成血栓等,尤其合并心血管疾病者可能加重病情。另外,长途旅游干扰饮食和作息,容易出现疲劳,影响血糖控制。

到高海拔地区旅游

高原旅游对糖友的危害主要有组织缺氧、血液黏稠度增大,还会形成微血栓,加重糖尿病视网膜病变和糖尿病肾病。高原环境下血糖水平略低于低海拔地区,如果药物调整不及时,可能会出

现低血糖。气压影响会导致胰岛素注射剂量不精确。糖友在高原地区出现酮症酸中毒时与脑水肿鉴别难度大,增大救治的困难。

行程安排过紧的旅游

行程安排过紧,乘坐交通工具时间过长和持续久坐的旅游都有相同的影响,同时还可能因为运动量过大,诱发酮症酸中毒,增加心血管负担,加重视网膜病变和糖尿病肾病。

气候反差大的旅游

夏季避暑、冬季避寒已成为时尚,殊不知气候对血糖也有影响。寒冷刺激可导致糖友血糖升高;高温天气出汗多,如果水分补充不足,可引起血液浓缩血糖升高。

有冒险性质的旅游

探险类旅游容易出现突

发事件,导致血糖升高、诱发急性心血管病;交通和通讯不畅,容易延误救治时间,即使发生小的创面感染也很难愈合。

以泡温泉为主的旅游

温泉水温较高,而糖友中有周围神经病变的患者对温度感觉不敏感,容易出现烫伤。泡温泉还会引起血管扩张、出汗、脱水,导致血容量不足,出现晕厥、外伤。注射胰岛素的糖友泡温泉,胰岛素吸收更快,易出现低血糖反应。糖友长时间泡温泉更容易引起“温泉性皮炎”。

因此,糖友应尽量参加近距离、以有氧运动为主的旅游,并要携带好药物,及时检查有无足部皮肤外伤、水疱、感染等。

(据《齐鲁晚报》)

8月最佳旅行地推荐!

避暑躲雨赏花看景,总有一处适合你!

本周河南省惠民旅游卡又来给大家推荐清凉又避暑的度假胜地啦!龙湾温泉、尧山、鹤河漂流、南海禅寺等景区统统免门票!提醒各位会员南海禅寺的活动时间仅为8月25日单日,想去游玩的朋友不要错过预约时间哦!

本周具体活动为:8月22日、23日、24日,龙湾温泉、九女仙湖、相府庄园·农业嘉年华;8月25日、26日,尧山、莲花温泉、鹤河漂流、南海禅寺(8月25日单日)、陕州地坑院、九女仙湖、相府庄园·农业嘉年华、梦幻海洋水世界、濮上园天鹅湖滑雪场。



九女仙湖

九女仙湖:晴波潋滟,碧水万顷

九女仙湖位于山西晋城阳城县北留镇头南村,太行山沁河峡谷中,东距晋城市区30公里,地理位置优越,交通便利。是一处占地面积约13平方公里,以水上游乐为主的自然风光旅游景区,拥有晋城市境内最大的水域面积,并以湖中耸立的巨石奇观——九女仙台及九仙女的传说而得名。

相府庄园·农业嘉年华:农耕文化,全民狂欢

相府庄园是皇城相府名胜风景区主要景点之一,位于山西省晋城市阳城县北留镇。庄园景区面积1072亩,现已形成融生态观光旅游、休闲娱乐度假、高新成果展示、现代农业示范为一体的多功能景区。九景七园五奇观,三山两壑一庄园。景区天蓝水绿山青,四季花香果甜、景色绚丽多彩,有“天然氧吧”“世外桃源”“避暑山庄”之美誉。

龙湾温泉:温泉沐浴,养生度假

南阳龙湾温泉旅游度假区位于南阳市长江路中段南1000米,景区占地300余亩,是宛城区目前唯一一家国家3A级旅游景区。景区内大量的名贵树木,环境优美,风水极佳。景区周边无

任何其他工业企业,是一家集温泉沐浴、养生美食、休闲保健、会议住宿、生态旅游、主题婚礼为一体的综合水景休闲园林。

尧山:峰奇石怪,森林茂密

尧山风景名胜,国家5A级旅游景区、国家规范化旅游服务示范区、国家级旅游度假区,位于平顶山市鲁山县尧山镇,总面积68平方公里。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。因尧孙刘累为祭祖立尧祠而得名,为天下刘姓发源地、古代伟大思想家墨子故里。

莲花温泉:养生理疗,休闲娱乐

南阳莲花温泉旅游集团是由河南万家园控股集团投资的省重点旅游企业,下辖景区有:莲花温泉、猿人山峡谷漂流、猿人山滑雪场、高山滑草滑沙、丹霞寺禅谷等。产品覆盖温泉、漂流、滑雪、滑草滑沙、宗教、自然山水、原始森林、养生养老等项目,是目前中原地区春夏秋冬四季产品搭配最为成熟的企业之一。

鹤河漂流:风光秀丽,最美漂流

鹤河漂流位于南阳伏牛山地质公园核心腹地西峡县军马河乡,国家4A级景区。鹤河漂流位于老鹤河中段,是南水北调中线工程上游重要水源涵养区。漂流段落差480多米,是中原地带开发最早、距离最长、规模最大的漂流项目,被人们称为“中原第一漂”。

南海禅寺:位置优越,香火旺盛

南海禅寺位于汝南县城东南隅,北临南海大道,东、南、西三方由汝水环绕。南海禅寺始建于东汉末年,兴于唐宋,经明清至今,已有1800多年历史。南海禅寺自开建以来吸引了周边地区的河南、

安徽、湖北、山东、江苏等地信众和群众,海外和港澳台的名僧、信徒常来此挂单云游,带动不少境外华人同胞前来进香谒拜。

陕州地坑院:地平线下古村落,民居史上活化石

陕州地坑院位于三门峡市陕州区张汴乡北营村。作为一种古老而神奇的民居样式,地坑院蕴藏着丰富的文化,是我国特有的四大古民居建筑之一,被誉为“地平线下古村落,民居史上活化石”。地坑院具有坚固耐用、冬暖夏凉、挡风隔音、防震抗震的特点,人们称它是“天然空调,恒温住宅”。

梦幻海洋水世界:水上乐园,音乐喷泉

舞阳梦幻海洋水世界位于漯河市舞阳县辛安镇中心社区,交通便利,环境优美,项目占地26000平方米,园区内有3000平方米大型海洋池,3500平方米儿童水上乐园,360米海浪漂流河,300平方米音乐互动喷泉。今夏盛大开业,新增梦幻灯光秀,夜市烧烤等,舞阳梦幻海洋水世界自开业之后深受消费者喜爱,超高的性价比和良好的游玩体验,使其成为该地区亲子旅游的最佳去处。

濮阳天鹅湖滑雪场:人工草地,趣味横生

濮阳天鹅湖滑雪场是濮阳市首家综合型滑雪场,位于濮阳市濮阳市黄河路西段。滑雪场拥有国际先进滑雪魔毯,架有S弯道、U型弯道、斜坡速滑以及多种草地娱乐项目。安全性和趣味性统统都有。

这么多景区都在等你来,还等什么,快来加入我们惠民卡的大家庭,享受更多福利吧! (摄影)

景区推荐

夏末时节,惠民卡为大家推荐两个最适合夏末秋初出游的好去处——内乡宝天曼和开封鼓楼。

内乡宝天曼:森浓叶绿,物种丰富



内乡宝天曼

宝天曼生态旅游区位于南阳市内乡县北部,国家4A级景区。区内原始森林遮天蔽日,苍山翠岭雄奇险秀,幽谷奇峡泉壑争流。生物资源丰富多样,为同纬度生态结构保存最为完整的地区和中国十大生物多样性的分布区之一。

开封鼓楼:位置优越,历史悠久



开封鼓楼

开封鼓楼是古城开封的文化地标,她的位置处于鼓楼街、寺后街、马道街和书店街四条特色商业街所形成的“十”字型鼓楼特色商业街区正中心。它是开封历史文化资源要素最集中、最具代表性的区域,这一区域围绕着鼓楼形成一个“田字块”商业历史风貌区中心地带,对开封商业的发展将起到极大推动作用。

快来加入我们惠民卡的大家庭吧,更多福利等着您!具体活动时间和景区活动资料,请登录惠民卡官方平台进行查询。感兴趣的会员朋友们,不要忘记提前预约景区哦!