

**【长白北望】东北超值双飞6天∣长白山天池∣小韩国延吉∣镜泊湖∣吊水楼瀑布∣延边朝鲜民俗村∣哈尔滨CityWalk∣5A太阳岛景区∣百年中央大街∣圣索菲亚大教堂∣横道河子油画村∣享长白温泉∣吉林行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GX-202503331K1 | **出发地** | 广州市 | **目的地** | 吉林省-延吉市-哈尔滨市-吉林长白山-黑龙江牡丹江镜泊湖景区 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 精选优质·参考航班:广州松原往返6天 逢周四/六出发广州-松原AQ1189/06:30-12:20 经停合肥，松原-广州AQ1190/13:05-16:40 经停合肥；备注：1、以上航班仅供参考，实际航班及航班时刻请以出票为准。2、不含往返机场建设费和燃油费,（具体请以实际为准）。3、九元航空特别说明：九元航空飞机上没有免费餐饮，航司规定随身携带的行李体积不超过20\*30\*40立方厘米，且行李箱必须托运；每人免费行李额（包括托运和随身携带的行李）不超过15公斤，随身携带一件物品不超过7公斤，逾重行李费率每公斤按经济舱全票价的1.5％计算。报名请仔细核对客人姓名和身份证号码，买断航班机位，一经确认名单不退不改！航班取消或延误超过3小时，可免费变更至九元航空后续航班（有空余座位的情况下）或按非自愿退票办理，不承诺提供其他任何形式补偿。4、以上为特价排期，所含景点、餐费、房差如自愿放弃不做退费，老人、小孩优惠均不退费，恕不另行通知！5、全程景点门票及区间车均不含，请客人按照实际年龄补交门票费用（具体请以当天景区公示为准），明细如下（需精确到生日当天）. | | | | |
| **产品亮点** | ★欧陆风情—尔滨故事：百年历史名城，漫步【中央大街】，感受浪漫东方小巴黎，打卡【圣•索菲亚教堂】；★十大名山—圣山长白山：避暑胜地，赏天池美景，是满族神山，也是松花江、鸭绿江、图们江的发源地；★邂逅小韩国—网红延吉：不出国门也能感受异国风情，感受浓郁朝鲜族文化，寻味朝鲜风味美食；★镜泊奇景—瀑布跳水：观中国最大高山堰塞湖【镜泊湖】，偶遇惊奇的瀑布跳水表演；★民俗风情—歌舞盛宴：探访朝鲜族民俗村，品味朝鲜族文化，上炕聊家常，观看【朝鲜族歌舞表演】；★百年小镇—横道河子：比哈尔滨历史还悠久，被称为“货车拉来的小俄罗斯”，参观【中东铁路机车库】、【俄罗斯老街】、【东正教堂】等；★豪华住宿：4晚三钻酒店（哈尔滨/牡丹江/敦化/吉林）+1晚二道白河镇四钻温泉酒店，享泡【长白矿物温泉】； ★东北美食：满族乌拉火锅、林区山珍宴、野生冷水鱼宴、朝鲜歌舞表演餐、东北饺子宴；★尊享服务：全程旅游车，一团一导，优质服务不间断； | | | | |

**行程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **天数** | **行程详情** | **用餐** | **住宿** |
| D1 | 广州（飞行约6小时）松原（行车约3.5小时）吉林搭乘参考航班前往素有“粮仓、林海、肉库、鱼乡”之美誉的松原，抵达后乘车前往北国江城吉林，晚餐品尝【乌拉满族火锅】是东北地区流传已久的传统美食，因兴盛于吉林乌拉城而得名。吉林乌拉是满语音译，据《吉林通志》记载：“吉林谓沿，乌拉谓江。”吉林乌拉意为沿江，清康熙二十四年（公元1685年）下令统称吉林。冬季来到美丽吉林省，有“一观一品”之说，“一观”即欣赏天下奇观雾凇美景，“一品”就是品尝美味的乌拉满族火锅。餐后入住休息。交通：飞机/大巴车 | 早餐：X 午餐：X 晚餐：满族乌拉火锅（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。） | 吉林赛菲尔商务、宜必思、紫气东来大酒店或同级（网评三钻） |
| D2 | 吉林（行车约4小时）延吉（行车约2小时）百花谷（行车约30分钟）二道白河镇早餐后，乘车前往“小韩国”延吉，参观【延边大学】（学校不对外开放，外观）坐落在延吉的卧龙山上，这里不仅文化气息厚重，就连建筑也具有独特的民族气息，是国家“211工程”的重点建设大学。延边大学的校园面积不算大，地势高差相对较大，校园建筑尽是朝鲜族风格，很有民族特色，学校周边美食云集。打卡网红【弹幕墙】校园外的“大学城”，因上面挂满了中韩文的各种招牌，所以便一跃成为了网红打卡地，还有了一个俏皮的名字“弹幕墙”午餐自理，可自行打卡东北小首尔美食，推荐如下（纯分享·非广告）：全州拌饭、顺姬冷面、张师傅参鸡汤、百铺乐核桃炭烤、白玉串城！后乘车赴【长白山百花谷朝鲜族养生部落】(游览约1.5小时）是一座集生态旅游、民俗体验、休闲养生、天然氧吧为一体的体验式古村落群，座落在明长公路旁一片丛林之中，交通便利，依山傍水，风景秀美，犹如青山绿水中的世外桃源，它是了解朝鲜族部落历史上的窗口，是朝鲜族文化的体验场，您可以在这里品朝鲜族美食，游览朝鲜族部落，欣赏朝鲜族民俗表演，住在朝鲜族民宿，体验朝鲜族养生之道！1. 感受天地大将军守护神；2. 参观朝鲜族古建筑非物质文化遗产博物馆，了解中国朝鲜族历史，体验朝鲜族民俗文化。3. 参观辣白菜、打糕博物馆，了解朝鲜族饮食文化。4. 体验既刺激又浪漫的朝鲜族体育项目：秋千、跳板。5. 听朝鲜族姑娘讲述长白山第一泉—“药水泉”的神秘故事。6. 互动体验朝鲜族石头爷爷的守护神文化。7. 品尝朝鲜族民俗特色饮食，欣赏朝鲜族歌舞演艺。8. 感受朝鲜族民风民俗，学习朝鲜族日常用语。9. 参观朝鲜族人家，了解朝鲜族生活起居文化，感受火热的朝鲜族大炕。后乘车赴长白山二道白河镇，抵达后入住长白山温泉酒店，浸泡正宗【长白山矿物温泉】，洗净一路的疲惫。【温馨提示】：1.【长白山温泉】是沐浴和疗养的理想场所，因具有较高的医疗价值故有“神水”之称，含有大量硫化氢和多种微量元素，对肠胃病、皮肤病、高血压、心脏病等有显著疗效。2.赠送温泉(具体开放时间及室内或室外请以酒店实际通知为准，请自备泳衣，1间房赠送2张温泉票，小孩1.2米以上超高需现场补差价)含1次进入，请游客务必留意温泉开放时间，以免错过。温泉为赠送项目，如自动放弃无费用退还。交通：旅游大巴 | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：朝鲜歌舞表演餐（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。） | 长白山二道白河镇御麓泉、观景、山水泉、宝石小镇、鑫达莱或同级（网评四钻） |
| D3 | 二道白河镇（行车约30分钟）长白山北坡（行车约2小时）敦化早餐后，乘车前往长白山北坡景区，抵达山门换乘（环线车35元/人+环保车85元/人，请自理）前往【长白山自然保护区】（游览约3小时）游览松花江、图们江、鸭绿江三江的发源地，观落差68米的【长白瀑布】，游览风光旖旎的银环湖——【小天池】《雪山飞狐》的外景拍摄地，观【药王庙】。观赏中国海拔最高、温度最高的温泉——【聚龙温泉群】，最热泉眼可达82℃，它含有各种矿物质及微量元素，具有较高的医疗价值。游览池水碧绿深窘的【绿渊潭】，绿渊潭瀑布飞流直下，最高落差达26米，瀑水落于巨石而四渐，而后流入深潭。每逢雾起，潭上水雾弥漫，与高山岳桦、旷古巨石浑然而一体，美不胜收，恰似人间仙境，有“小九寨”之称。俯瞰中国最深的高山火山口湖——【长白山天池】（倒站车费自理80元/人, 能否上天池，视当日倒站车运力、天气情况、景区天池是否开放等因素而定，以当天景区情况为准，无法人为控制）天池最深373米，它是中朝两国的交界湖,是中国最深最大的高山湖泊，感受火山爆发后壮丽美景，体验“一山有四季，十里不同天”的景观。后乘车前往古渤海国州府所在地——敦化入住休息。备注：①【长白山景区】购票系统升级实行提前线上限量放票抢票政策，旅行社无额外购票渠道，如遇长白山大门票购票失败，则安排替换景点前往【老里克湖】游览，现退门票差价，敬请知晓！②长白山景区较大且团友们游览景点的顺序和时间不一致，所以随团导游不陪同长白山景区内游览，团友们根据自己的节奏自行游览，恕不另行通知。交通：旅游大巴 | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：林区山珍宴（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。） | 敦化同悦居黄金商务、悦豪·假日、金矿宾馆、敦百国际商务、金色东方商务或同级（网评三钻） |
| D4 | 敦化（行车约2小时）镜泊湖（行车约1.5小时）牡丹江/镜泊湖早餐后，乘车前往中国最大高山堰塞湖【镜泊湖景区】(游览约1.5小时，电瓶车30元/人请自理)，观【刘少奇小木屋】；观因火山熔岩堵塞牡丹江上游的古河道而形成的镜泊湖风光，中国四大瀑布之一的【吊水楼瀑布】（视天气情况可能是冰瀑），还可观看到惊险刺激的【瀑布跳水表演】（可能因景区安排或天气等原因无法表演）。观一万年前喷发的古老火山口—终年不冻的【黑石潭】，赏邓小平苍劲雄浑的题词，邓小平题词前拍照留念。后赴牡丹江/镜泊湖入住休息。交通：旅游大巴 | 早餐：√ 午餐：野生冷水鱼宴（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。） 晚餐：X | 牡丹江如果商旅、 金鼎国际、维也纳智好或镜泊湖瑞景豪格假日、七号公馆或同级（网评三钻） |
| D5 | 牡丹江（行车约1小时）横道河子油画村（行车约3.5小时）哈尔滨早餐后，车赴充满俄式浪漫的【横道河子镇】（游览约1小时）一个被称为“货车拉来的小俄罗斯”，始建于1897年，历史比哈尔滨还要悠久，历经一百多年的风霜洗练，依然保留着俄式风情原有的自然古朴。打卡电影《悬崖之上》和电视剧《智取威虎山》的取景地——【中东铁路机车库】 15 个车库门并列组成，每一个库门为一个单位，车库门为拱圆形，造型美观，砖墙铁瓦，建筑风格独特，是世界上唯一保存较为完整的扇形蒸汽机车库 ；参观【圣母进堂教堂】始建于1901年，教堂完全使用木材卡、嵌、镶、雕建成。曾一度成为西起石头砬子、亚布力乃至哈尔滨，东到海林、铁岭河一带东正教的活动中心。游览【俄罗斯老街】一排排俄式木屋，用当地优质木材建造的俄式房屋，雕刻工艺精美，冬暖夏凉。 后车赴冰城哈尔滨，前往【机场路游客服务中心】（游览约1小时）专门接待世界各地的外宾和全国各地的团体游客，汇聚了来自俄罗斯、波兰、立陶宛、墨西哥等地区正宗的时尚天然琥珀、蜜蜡、珠宝首饰饰品及黑龙江地方特产、俄罗斯名优进出口商品。抵达后游览【松花江畔】（游览约30分钟）漫步中国人民好朋友斯大林命名的沿江带状公园—【斯大林公园】，参观英雄城市的象征【防洪纪念塔】，网红桥【中东铁路公园】原滨州线松花江铁路大桥改造为步行桥，在桥面铺装时设置了3处长24米、宽3米的钢化玻璃透空展示区，透过玻璃可直接俯瞰下面的铁轨、枕木、钢梁等原桥风貌及江面，成为了中东铁路公园一道亮丽的风景线。前往外观【圣·索菲亚大教堂】始建于1907年，墙体采用清水红砖建造，搭配绿色的洋葱头式大穹顶，十分引人注目，是远东最大的东正教教堂，观赏俄罗斯传统的有着“帐篷顶、洋葱头”造型的是拜占庭造的一座罗马纪念馆，气势恢弘，精美绝伦。漫步【中央大街】（游览约1小时）坐落着众多文艺复兴、巴洛克等各种风格的欧式建筑，充满了浪漫色彩。知名的华梅西餐厅、波特曼西餐厅等俄式西餐厅，以及美味的马迭尔冰棍是众多游客慕名而来的理由，另外这里还有俄罗斯工艺品商店、秋林食品等专卖店。参观【俄罗斯巧克力瀑布】（游览约30分钟），了解巧克力制作工艺，赠送品尝【手工巧克力】（不用不退）；交通：旅游大巴 | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：东北饺子宴（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。） | 哈尔滨如枫、隆逸、柏拉图、喜楹和美、元汇智选或同级（网评三钻） |
| D6 | 哈尔滨（行车约3.5小时）松原（飞行约6小时）广州早餐后，乘车前往松原机场，搭乘参考航班返回广州，结束愉快行程！交通：旅游大巴/飞机 | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 交通：广州出发，含往返机票，不含往返机场建设费和燃油费（具体请以实际为准）；用车：当地空调旅游车，按人数定车型，保证一人一座；如因天气原因导致高速封路改成火车出行所产生的费用有客人自理；住宿：4晚网评三钻酒店（哈尔滨/牡丹江或镜泊湖/敦化/吉林）+升级1晚长白山二道白河镇四钻温泉酒店（请自备泳衣）；报价含每成人每天一张床位，报名时如出现单人，酒店又不能加床或无三人间时，请补齐单房差；大东北老工业地区住宿条件不能与发达南方城市相比，敬请理解；用餐：含5早5正（餐标30元/正\*5正），如人数不足十人，将根据实际人数酌情安排用餐）；早餐为酒店房费含，早餐不用无费用退还；旅游定点餐厅，口味以东北菜为主；正餐十人一桌，八菜一汤不含酒水，不足十人菜量种类相对减少，但标准不变；团队低于6成人，则正餐餐费视情况在当地现退给客人，用餐由客人自理。导游：当地优秀导游服务；团队人数低于6人均不派导游，安排司兼旅行管家（代买门票/协助入住）；广州机场安排送机导游；购物：安排1个购物店（哈尔滨机场服务中心），景区内各种小商店不算旅游行程中的购物店；特别说明：赠送项目因任何原因不参加，费用一律不退，也不换等价项目；注意：全程景点门票及区间车均不含，请客人按照实际年龄补交门票费用（具体请以当天景区公示为准），明细如下（需精确到生日当天） | | |
| **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、不含航空公司机场建设税和燃油附加费。4、未含个人投保的旅游保险费、航空保险费，建议游客视个人情况，选择合适的旅游个人意外险。5、不含广州市区到广州白云机场接送，机场集中，机场散团。6、娱乐项目（景区特殊娱乐项目如：景区游船，骑马，歌舞晚宴，特色餐，歌舞表演以及个人消费项目等除外）不算自费景点。7、全程不含门票和景区小交通，产生自理。 | | |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 哈尔滨机场服务中心 |  | 60 分钟 |  |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 哈尔滨室内冰灯 |  |  | ¥(人民币) 200.00 |
| 镜泊峡谷风景区 |  |  | ¥(人民币) 220.00 |
| 镜泊湖游船全湖 |  |  | ¥(人民币) 280.00 |
| 长白山森林梦幻或大戏台河夜景 |  |  | ¥(人民币) 188.00 |
| 大关东挖参+马拉车+满族婚礼 |  |  | ¥(人民币) 280.00 |
| 漂流 |  |  | ¥(人民币) 198.00 |
| 行程门票不含：60岁以下 | 长白山大门票105+长白山环保车85+倒站车80+环线车35+镜泊湖100+镜泊湖区间车30=435元/人 |  | ¥(人民币) 435.00 |
| 行程门票不含：60-64岁 | 长白山大门票55+长白山环保车85+倒站车80+环线车35+镜泊湖50+镜泊湖区间车30=335元/人 |  | ¥(人民币) 335.00 |
| 行程门票不含：65岁以上 | 长白山大门票0+长白山环保车85+倒站车80+环线车35+镜泊湖0+镜泊湖区间车30=230元/人 |  | ¥(人民币) 230.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 报名参团须知，请认真阅读，并无异议后于指定位置签名确认：1、此团10人成团，为保证游客可如期出发，我社将与其他旅行社共同组团（拼团出发），如客人不接受拼团出发，请报名时以书面形式注明。如报名人数不足10成人时无法成团，或遇特殊情况（如：团队特惠机位取消或游客临时退团造成不成团等）致使团队无法按期出行，我社提前 7天通知游客，游客可根据自身情况改线或改期，如不能更改出游计划，我社将全额退还已交团费。【接待社：广州雪之旅国际旅行社有限公司，许可证号：L-GD-100641，质监电话：020-83371233 】2、我司在不影响原行程游玩标准及游览景点的前提下，根据航空公司机票或火车票出票时间调整出入港口及行程游玩顺序。具体的行程游览顺序将根据航班安排的首末站城市最终确定。客人对航班及出入港口有特别要求的，请于报名时向我社前台同事说明，并将要求写在报名表上，否则我社视客人已清楚旅行社以上安排，同意并接受旅行社安排。行程游览顺序或用餐安排将根据游玩期间实际情况最终确认，如有调整由当地导游与游客签名确认。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7 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、东北、内蒙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：东北内蒙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.未满 18 周岁及老年旅游者预订提示：1）未满 18 周岁的旅游者请由家属陪同参团，因服务能力所限，无法接待 18 周岁以下旅游者单独报名出游，敬请谅解。2）70-75 周岁人群需提交三甲医院的体检报告且有 70 岁以下家属陪同，需签署免责并购买对应的旅游意外保险方可出游。12、失信人特别通知及提示：失信人意为“失信被执行人”，由国家最高人民法院发布。失信人不得乘坐飞机、火车卧铺、高铁及动车。请游客报团前一定要自行查询好是否为失信人！如游客属于失信人而报团时没有向旅行社提前说明，报名后旅行社为保留客人机票位置向航空公司支付了机票定金（或全款），失信人的机票费用将全额损失，只能退税，产生的所有损失由客人自行承担！国家最高人民法院失信人查询网站如下：http://shixin.court.gov.cn/，客人报团前可到该网站进行查询！因客人失信人身份产生的实际损失（机票、房费、车费、导服费用等等）需要由客人承担。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** | 一、衣装方面1、衣服以宽松、休闲装为佳尽量穿浅色服装，旅游时应穿白色、浅色或素色衣服；最好有长袖衣服.2、外出时最好戴一顶遮阳帽或使用防晒伞；3、鞋最好不要穿过硬的皮鞋，特别是新鞋，以防磨上血泡影响行程。4、秋季早晚温差大，需要带长衣长裤，或线裤。二、保健常识1、防晒：阳光中含有大量的紫外线，野外活动要涂防晒油，带戴上太阳帽和墨镜。 2、饮水：夏季户外运动出汗多，必须及时补充水分，需带些清凉饮料、矿泉水。3、中暑：症状有头痛、头昏、耳鸣、恶心、呕吐、烦躁不安，严重者出现痉挛，呼吸及心脏功能障碍。在预防上，应尽量避免在烈日下活动，带上遮阳帽和墨镜。一旦发生中暑，应将病人抬到阴凉通风处躺下休息，给病人解开衣扣，用冷毛巾敷在病人的头部和颈部，让病人服些仁丹或十滴水，如病人昏倒，可用手指掐压病人的人中穴或针刺双手十指指尖的十萱穴位，然后送往附近的医院治疗。4、过敏症：夏天各种植物生长茂盛，人们穿衣较少，旅游中发生皮肤过敏，应随身携带一些口服扑尔敏或息斯敏等药品。5、预防感冒：春季，东北地区早晚温差较大，因此外出时要穿件外套、以免感冒。三、安全常识1、坐船或在海、江、河、湖、溪边旅游，要听从工作人员指挥，不要擅自下水游泳。2、外出旅游时，特别是去山川和江、河、湖、溪边旅游，注意不要穿凉鞋登山和在草丛中行走；要随身携带含有驱虫成分的药品，如风油精、万金油等。3、小心保管好现金以及贵重物品，游览时最好不要带在身上大量的钱物，更不要配戴贵重的首饰，以免遗失。4、不要随陌生人或单独外出去酒店以外的娱乐场所消遣。5、护照、现金、信用卡等贵重物品不可放在外套口袋里，要放在腰包或夹克衣袋里随身携带。四、饮食：因南北饮食差异大、东北地区因地域关系、多喜吃顿菜为主、口味偏中、但是我们可根据客人情况尽量调整适合客人口味的菜品、客人可自备些榨菜、小食品等。五、东北特产俄罗斯产品：紫金手饰、望远镜、木套娃、琥珀制品、水晶制品、孔雀石、俄罗斯军表、瑞士手表、法国水、 意大利皮具以及鱼子酱、巧克力、伏特加酒等。 东北特产：人参、鹿茸、熊胆粉、雪蛤油、木耳、蘑菇、猴头、红肠、酒糖。六、请各位参团朋友带好有效证件；结合自己身体情况带好随身必备药品；七、东北地区因条件有限、乘火车次数较多，请自备一些小零食以及娱乐用品扑克。 |
| **保险信息** | 自费旅游项目补充协议书（团号：  ）为丰富旅游者的娱乐活动，旅行社在不影响正常旅程行程安排的前提下，提供自费景点（娱乐）项目供旅游者自行选择参加与否。根据《旅游法》第35条规定“旅行社安排另行付费旅游项目需是应旅游者要求或经双协商一致且不影响其他旅行社的行程安排”，在本次旅行过程中，旅行社应旅游者要求并经双方协商一致，由旅行社安排旅游者自愿参加自费旅游项目，双方确认签署本协议，具体约定如下：1.以下推荐的自费项目都是当地的精华所在。您可以在自由活动期间，根据自己的喜好，自愿选择自费项目，相信自费活动会带给您不同的体验；2.所有自费项目绝不强迫，在旅游者自愿选择自费项目的情况下，如达到自费项目对应的成行人数，且在时间、天气等因素允许的前提下，旅行社予以安排。如因行程安排、天气、景区临时关闭等原因导致无法安排，请您理解；3.自费项目参加与否，由旅游者根据自身需要和个人意志，自愿、自主决定，旅行社全程绝不强制参加自费项目。如旅游者不参加自费项目，将根据行程安排的内容进行活动。旅行社不会售卖此自费项目表以外的任何其他项目；4.自费项目简要内容参见本补充协议的自费项目介绍，如您同意参加，须在自费项目表[实际操作时请注意签订此书面文件]上签字确认。一旦发生纠纷，您签字确认的将作为处理依据，以保证您的权益；5.请您在选择自费项目之前慎重考虑，一旦确认参加并付费后，导游将会进行预订，预订成功后[原文为：费用产生后。请酌]旅游者取消的，将无法退还您费用。行程上的自费旅游项目仅供参考，请游客根据团队情况和行程安排自愿选择参加备注：此行程以及《自费旅游项目补充协议书》为旅游合同不可分割之部分，旅行社将严格按照行程执行。在不减少任何景点的前提下，导游可根据实际情况做顺序之调整，该调整不视为违约。当发生不可抗力、危及旅游者人身、财产安全，或者非旅行社责任造成的意外情形导致的景点、交通、住宿地点的临时变动、修改或更换，以及旅行社不得不调整或者变更旅游合同其他约定时，本公司会在事前向旅游者作出说明；确因客观情况无法在事前说明的，亦会在事后作出说明。因不可抗拒的客观原因（如天灾、战争、罢工等）和旅行社人为不可控因素（如航空公司航班延误或取消、铁路车次取消延误等）导致的一切超出费用（如在外食、宿及交通费、国家航空运价调整等）我公司有权追加差价。我已阅读并充分理解以上所有内容，并愿意在友好、平等、自愿的情况下确认：　　旅行社已就上述行程中自由活动期间可以推荐的自费项目及相关内容、价格和风险对我进行了全面的告知、提醒。我经慎重考虑后，自愿参加上述自费项目，旅行社并无强迫。　　客人声明：本人及本人代表以上所列参团的全体同行人，对以上条款内容已完全了解和认同，现予以签字确认。游客签字:  旅行社签字：日期：  日期： |