



慵懒的丽江、纯净的泸沽湖、古朴的西安、浪漫的厦门鼓浪屿……它们是去过的人嘴里的传说,是在那里的人不愿清醒的美丽梦境,是未曾去过的人心里的理想国度。毕业了,你还等什么? 去吧,挑一个让你心驰神往的目的地,给自己一个长途旅行,去倾听内心,去寻找你的人生方向。

厦门 理想之城

对于经历了紧张高考之后的学子而言,当过去的一切都已尘埃落定,告别上一个人生阶段的你会因

为一切都染上了未来的颜色而觉得山也格外的明,水也格外的净。在这个时候,前往充满着浪漫小资的厦

门会真正打开你们的视野,相信这段旅程将会让你们对自己的人生目标有新的定位。

暑期游景点推介:鼓浪屿、厦门大学、南普陀寺、菽庄花园、石植物园等。

丽江 寻世外桃源

如果说有一个地方适合用来发呆想心事,那么十有八九你会想到丽江。丽江地区风景

秀丽,物产丰饶,有丰富的土地、森林、旅游、矿藏等资源,具有极大的开发价值。优美的自

然风光,独特的民族风情,古老的民族文化,构成了得天独厚的旅游资源。

暑期游景点推介:丽江古城、泸沽湖、玉龙雪山、白沙古镇等。

北京 寻访古都

考试过后,对莘莘学子来说,一场刺激又缤纷的精彩旅程绝对是最好的放松剂。北京是一座有三千余

年历史、八百五十余年建都史的文化名城,历史上共有五个皇朝曾在此定都,北京是世界历史文化名城

和中国四大古都之一。荟萃了近代的中华文化,拥有诸多名胜古迹和人文景观。

暑期游景点推介:故宫、长城、清华大学、北京大学、北京奥林匹克水上公园、湖景水上乐园、鹰山真人CS基地等。

大连 浪漫之地

大连神秘的魅力虽然与海有关,然而却又觉不是只依赖于海。海,只是大连的底色,在这蔚蓝的底色上,还温柔地铺陈着沧桑的战争、

异国情调、奔放的想象、灿烂的微笑和纯净的爱情。吸引我们不断前往又不断想念的,其实是大连这座城市藏在骨子里又飘散在空气中的

那些浪漫感觉,不用刻意寻找,因为无处不在。大连的浪漫是一种晴朗天空般的明澈,没有丝毫暧昧,好像情窦初开少年的爱情,纯粹而坦率。

暑期游景点推介:星海广场、金石滩、发现王国、老虎滩公园等。

黄山 尽览神奇美景

位于安徽省黄山市,为三山五岳中三山之一。黄山风景区自然景观秀丽,奇松、怪石、云海、温泉、

冬雪素称黄山“五绝”,令海内外游人叹为观止。黄山82峰,或崔嵬雄浑,或峻峭秀丽,布局错落有致,天

然巧成,并以天都峰、莲花峰、光明顶三大主峰为中心向三周铺展,跌落为深壑幽谷,隆起成峰峦峭壁。

暑期游景点推介:温泉景区、玉屏景区、云谷景区、飞来石、金鸡叫天门、梦笔生花等。

西安 品味沧桑巨变

西安是有名的历史文化古城,博物馆众多,文化、历史氛围浓郁,

同时西安也是有名的小吃美食之都,去西安走一趟,增长学识之余,

也能一饱口福,的确是暑期、毕业旅行的好地方。

暑期游景点推介:大雁塔、小雁塔、钟楼、鼓楼、西安城墙、西安碑林、历史博物馆、清真寺、汉阳陵等。

拉萨 神秘而又遥远

无论你的脚步是否踏上过拉萨,这都不是一个去一次就足够的地方。拉萨不再像过去的拉

萨,虽然今天的它依然神秘。喧闹的青稞小酒馆、悠闲的奶茶店、丰富的夜生活其实就藏在这

座城市中间。除了圣洁、纯净之类的形容词,潮流与时尚同样属于拉萨。

暑期游景点推介:布达拉宫、大昭寺、八角街、青稞酒馆、甜茶馆等。

宁德 白水洋的水中狂欢

宁德位于福建省东北部,俗称闽东,地貌类型复杂多样,溪流纵横交

错,形成众多秀丽景观。宁德还是著名的革命老区,有福安柏柱洋闽

东苏维埃政府驻地、闽东革命纪念馆等重要革命史迹。

暑期游景点推介:太姥山、鸳鸯溪、白水洋、古田翠屏湖、柘荣东狮山、蕉城支提山、南祭山等。

本报记者 吴娟

暑期来临,同学们终于可以暂时放下课本,一改“宅”在家中的生活方式,制定暑期出行计划,暑期旅游市场进入“火热期”。记者近日从市内多家旅行社了解到,各旅行社根据考生的特点,推出了“亲子游”、“高校游”、“减压游”等主题的旅游产品,颇受考生和家长喜爱。

放飞心情“毕业游”

十八九岁的心里,多少都藏着些出门远行的梦想,它们往往会在高考过后“放飞”。“通常高考成绩公布后的几天,毕业游的线路就会热起来,加速了暑期旅游旺季的步伐。”某旅行社的负责人说,考生及家长、教师等掀起了6月、7月的旅游高潮。

记者在采访中了解到,不少考生已经敲定“毕业游”,在即将成行的“毕业游”大军中,“准大学生”们占了六成。此外即将迎来中考的“准高中生”们也是“毕业游”的主力。“我们打算去厦门海边走走,虽然高考压力挺大,但是一想到马上就要出游,心情立刻会轻松许多。”准大学生程缓告诉记者,很久以前父母就与她约定好高考结束就带她出去旅游,她希望能够带着“金榜题名”的喜悦和家人一起庆祝,在暑假旅游高峰到来之前出去走走。

同窗结伴“减压游”

“终于可以暂时放下啃了十多年的教科书,现在特别想与同学结伴去轻松一下。”考生张庆生告诉记者,他与4个同班同学一起来报团,选择去海南玩7天。“明年就要上高二了,所以想趁这个暑假放松一下,和几个同学说好了,我们准备去北海,经济实惠。”中考结束后,王强已经和同学做好了暑期出行计划。

安顺学院旅游系教师林琳分析说,同窗结伴游大多数以学生自主游居多,在预算上更为经济,大多数学生自行旅游预算控制在800元以内。出游的交通多以火车和汽车为主,在住宿的选择上也以经济实惠的旅社、旅馆居多。

全家放松“亲子游”

随着大中专院校及中小学暑假的临近,以家庭出游为特点的暑期游正在不断升温。带孩子来报名参加北京夏令营的张女士说道,“现在孩子学习压力太大,难得暑假,我们准备带她去北京看看,一家人一起放松呢。”

贵州职工旅行社汪涛告诉记者,“暑期游线路中,各种形式的‘亲子游’度假产品最受市民青睐,目前报名情况十分火爆。与往年相似,今年暑期‘亲子游’市场最受欢迎的线路,仍然是孩子们最感兴趣的课本中经常出现的景点:如北京的故宫、长城、内蒙古大草原等。在出境游市场方面,香港线、韩国线、新马线、泰国线等以往较热门的相关‘亲子游’线路,今年依然十分走俏。”

小编语录

暑期旅游如何预防疾病?

暑假来了,家长会带孩子出外旅游度假。据专家介绍,夏季旅游易发生的疾病主要有以下几种:

——日光性皮炎。这是一种皮肤急性炎症,在强烈的日光照射后,有些人的皮肤会出现红斑、水肿、局部灼热,严重时甚至会产生水泡,症状轻者一两天渐愈,重者可伴有发热、恶心、全身不适等,经一周左右才恢复。

专家提醒:不要在强光下活动太久,尤其是在中午前后,可采取遮阳措施,如打伞或穿长袖长裤,在身体暴露部位,如面、颈、前臂、小腿等处涂防晒霜。

中暑。中暑是盛夏季节旅游中最容易发生的疾病,其症状是突然头晕、恶心、昏迷、无汗或湿冷、瞳孔放大、脸色苍白,发高烧,重者还会晕倒。发病前,曾感到口渴头晕,浑身无力,眼前阵阵发黑。

专家献策:避免在高温下长期活动,多利用早晨、黄昏的时段游玩,补充些淡盐水。外出前最好带上清凉油、人丹、十滴水等防暑药物。如有人中暑,应立即将其抬到阴凉通风处躺平,解开衣服,如昏迷不醒,可掐人中、合谷等穴位。

——胃肠道疾病。急性细菌性痢疾、急性胃炎、细菌性食物中毒等胃肠道疾病,普遍起病较急,有恶心、呕吐、腹痛、腹泻等症状。

专家提示:应注意饮食卫生,不吃生冷、不洁、腐烂变质食物,切勿嘴馋贪吃、暴饮暴食。旅途中不要过度疲劳,多吃一些豆浆、西红柿、梨、大枣、香蕉等,不吃或少吃辛辣

食品,以增加抗病能力。

——急性血吸虫病。6—10月是急性血吸虫病易感季节,人们到被血吸虫污染的水域嬉戏、活动,就有可能被感染。

专家提醒:游客如到水里活动,一定要查看周围是否有血吸虫警示牌,也可向当地居民打听,确认安全后方可下水,下水前最好涂擦血吸虫病防护霜。旅游回来后,如有发热、腹痛、腹泻、肝脾肿大且对症用药迟迟不见好转时,就应到疾控中心求诊了。

此外,炎热的夏天,外出旅游的人们看到清凉见底的山溪水时,会情不自禁地洗脸、游泳甚至饮用。专家提醒,因使用山溪水的的人群较多,加之山溪水是未经检验的自然水,可能会引起血吸虫、红眼病等疾病的传播。出游时,一定要提前带足饮用水,严格控制饮食山溪水。

——毒蛇咬伤。夏季在南方旅游,进入草丛处可能会被毒蛇咬伤。人被咬伤后,蛇毒会很快通过淋巴循环或血液扩散到全身而引起中毒,若不及时治疗,可能导致死亡。

专家认为:游人在行走时可用一根木棒在前面开路,抽打两边的草丛,使蛇离开;在草丛中旅游时,最好穿长衣长裤,戴好手套,过树木低矮的地方还应戴上草帽,以防有蛇缠在树上,从上面咬伤人的头部或脖颈。外出时,身边要备有蛇药,以防万一。被咬后,应立即在伤口的上方以绳子结扎,挤压伤口使毒液排出,并用水冲洗,迅速施以蛇药或送往医院。

多彩安顺

天星桥

天星桥景区在黄果树瀑布下游6公里处,分为天然盆景区、天星洞和水上石林三大区。景区集山、水、林、洞为一体,美不胜收,被誉为“千古绝画”、“万顷盆景”。

天星洞

天星洞景区在天星桥景区中段。是典型的喀斯特地貌溶洞。洞内自然形成若干大厅和侧厅。在五光十色、变幻无穷的奇峰异石之中,4根大石柱直抵洞顶,每根石柱高都在20米以上,柱上石花丛生,如雕龙刻凤,色泽艳丽。溶洞内主要景观以人工为主,造型奇特,显得玲珑剔透,富丽堂皇。

天星盆景区

位于三岔河的伏流表面和河道的两侧。这里有大大小小的天然山石、水石盆景。弯弯曲曲的石板小道,穿行于石壁、石壕、石缝之中,逶迤于盆景边石之上。

水上石林

水上石林是天星桥景区的一个组成部分。相对于云南石林,天星桥的水上石林以“水”见长,“石上流水,水上有石,石上长树”,是水上石林的真实写照。景区内的水位固定不变,石林内的石块天然形成,经过加工后铺成道路,露出水面供游人行走。水上石林景区主要景观有银练坠潭瀑布、星峡飞瀑等。这里河床成扇形,上宽下窄,上高下低,落差20余米。

暑期旅游如何选择旅行社

外出旅游一个比较省心的方式就是跟团走。那么在选择旅行社的时候应该注意哪些事项呢?

1、注意旅行社的资质。旅行社应具备旅游部门颁发的《旅行社经营业务许可证》和工商部门核发的《营业执照》。确认旅行

社的经营范围,国内旅行社只能经营国内旅游业务,只有具备经营出境游资格的旅行社才能办理出境旅游业务。这些细节千万不可忽视,否则你的权益将无法得到保障。

2、不要盲目追求低价。不可轻信小广告,不要只盯住“低

价”旅游线路,旅游价格只能在实际价值的基础上浮动,太低的价格会出现降低食宿交通等级等现象,使你愉快的旅行变成苦行。

3、签订旅游合同。旅游者要和旅行社签订详细有效的旅游合同,签合同时一定要谨慎,

应逐条逐项看仔细、问清楚,特别是吃、住、行、游、购、娱等服务内容,对交通工具、食宿安排、景点游览、购物次数、保险等要详细说明,并监督旅行社不得使用“相当于”、“准星级”等模糊字眼,一旦日后发生纠纷,旅游合同就是你的“维权法宝”。

