

老年人群 旅游的新讲究



许多身体健朗的老年人旅游不“随团”,喜欢“散客游”,自由自在,无拘无束,既可饱览名山胜景,又可品尝美味佳肴,优哉游哉,其乐融融。

散客游是指老夫老妻成双成对,老朋友三五成群结伴而行。无论哪种形式,都难免因一时疏忽掉进“陷阱”造成财物损失,或因麻痹大意出现“纰漏”带来尴尬和烦恼。故途中一定要留个心眼,做个事前“诸葛亮”。

未雨绸缪节省开支

如今各地景区门票价高得离谱、惊人。稍有点名气的景点动辄几十元、上百元。旅游一趟下来,景点费要比车船费高得多。而对离退休

老同志,许多地方凭老年证有全免或半免的规定,许多老年人不知有此政策而忘带老年证,白白多花了冤枉钱。另外,有些景点过去曾游

过,参加地方团时,不必交“全程费”。如果你不想旧地重游,可在门外买些喜欢的土特产,打发时间,节省开支。

“定点”用膳有讲究

据笔者体验,“定点”餐馆一般是小、贵、脏、乱,虽可以点菜,但是也不划算。现如今私营餐馆多如牛

毛,竞争激烈,多半都非常注意饭菜质量、价格和服务。

对于出游的老年人,可以在附

近餐馆吃点清淡可口的,一人花费十几块钱就足够,又不会耽误赶路。

四个问题要注意

老年人出游应注意:1.心脏病、高血压、糖尿病患者应随身携带药品。有时旅行社为了多拉客人,利用游人进园出园这段时间,旅游车到别的点拉客。一个车上两帮人,难免拿

错东西。虽没财物损失,但药品被拿走,临时买都来不及,身体健康会受到影响。2.俗话说:“有钱难买回头看”。离开住宿房间时,一定要仔细察看,有没有东西放在卫生间、抽屉里、

枕头底下。3.照相时不要把包放在地上,有可能人多时,回头一看,东西就不翼而飞了。4.出门最好带有轮子的旅行包,方便旅行,不要托不可信的人或假冒的服务员“代劳”。(时英)

市民今后出游需使用二代身份证

□记者 侯国防

本报讯 记者昨日从有关部门获悉,根据新修订的《中华人民共和国居民身份证法》的有关规定,从明年1月1日起,居民身份证一代证将正式停止使用,其中包括老年人手中持有的长期有效的一代证。如果明年你还持一代身份证出游,恐怕很多旅游机构和交通部门要对你说“不”了。

据了解,市民如未及时更换二代身份证,将对未来办理出游业务造成较大的困难,不仅无法顺利进行火车

票、机票的预订以及护照的办理,甚至无法进行航空保险的赔付,也就是说,明年起仍持一代身份证的游客可能将“寸步难行”。而目前,我市仍有持一代身份证的游客在境内外旅游观光,根据旅行社的信息反馈,多国领事馆对仍持一代身份证的游客的检查已经变严格了。

市区一家旅行社的老总给记者说,尤其要提醒那些年底持一代身份证出国,年后仍逗留国外的游客,万一护照遗失,将因身份核实困难,导致无法补办护照而滞留境外。

冬季出游六招巧御寒

保暖:凡到寒冷地区旅行的人,都要事先做好保暖防冻的准备,了解一些实用的防冻知识,准备一些必要的冻伤药;出发前加强耐寒训练,并根据要去的目的地寒冷程度,带足防寒服、鞋、帽等。

服装:最外层的衣服应具有防风性,可选呢绒、毛皮或皮革质地的衣服;羽绒服内可形成相对不流动的空气层,保暖性很好,是冬季出游的首选服装。

户外:在冰天雪地中徒步旅行时,脸部及耳鼻与手要搽防冻膏,鞋袜不要太紧,不要在雪地上久站不动,勤摩擦脸部和五官,要勤换鞋袜,晚上休息用温水泡脚。

冻疮:冬季旅行时如发生冻疮,可用手掌体温对其加热,并按揉手掌,渐渐稳定加压,再涂冻疮药,切勿要按摩、揉搓。对冻疮出现的水泡,不能弄破,若自行溃破,应及时消毒,并涂上冻疮膏。

饮食:冬季旅游饮食中,瘦肉类、蛋类、鲜鱼、豆制品、动物肝脏对补充

人体热量很有好处,可适当多食用。另外,喝酒取暖是误区。

病患:患有冠心病、动脉硬化、高血压、慢性支气管炎的人,从健康因素考虑,一般不宜到太寒冷的地区旅游。遇到大风、大雾、大雪等恶劣天气,体弱者更不应外出旅游。

(汪寒)



出境游如何合理购物

随着经济条件的提升,近年来,出境游的比例越来越高,那么,在境外如何合理购物呢?一些小技巧也许会为你节省不少钱。

多次兑换损失大

出发前,先了解出境地货币使用情况,事先兑换好当地货币,兑换时应尽量选择合适的比率,而在境外消费时,则可根据汇率、消费多少及当时环境决定使用何种货币。当人民币对出境地汇率明显上升时,若可以选择人民币消费,应首选人民币。同时,在一些小国家,尽量选择手中已有货币,也可少量兑换。

业内人士认为,对于目前比较热门的澳洲游,建议市民出门前先换好当地货币。以澳洲游为例,在澳大利亚的当地商场、大型超市一般只澳元结算。当然,也可随身携带美元和人民币前往,在免税店和特色店铺通常也收取此类货币,兑换价格以每天的官方报价为准。由于兑换比率的不同,为避免多次兑换产生损失,建议外出时尽量使用当地货币。

现金购物选准币种

很多市民出境时不考虑出游地使用的币种,而是将所有的外汇额度全部换成美元。“其实这种做法很不理性。”市民现在出境旅游前可兑换到相应的外币,可供选择的币种主要有美元、欧元或者是港币等。兑换美元出行,还是兑换成出游地的货币,主要依据外汇市场走势情况来决定,这样可以避免汇率转换带来的损失。

巧用借记卡招数多

有没有省钱的刷卡“路线”呢?事实上,在能刷银联卡的韩、泰及中国港、澳等出游地,使用银联卡刷卡消

费,即采用银联网络,中间只需经过一次货币兑换过程,汇率折算最精准,因此也最省钱。

目前,信用卡几乎各家银行均可办理,主要以美元双币卡为主,也有港币、欧元银行卡。根据出游地不同,可选择不同币种的一卡双币银行卡。在欧洲大部分城市的商场、超市均可刷卡,市民带欧元双币卡最方便,也最合算。

出国前咨询自己的发卡银行在境外取现的费率,到收费最少的银行办理一张借记卡,并存入人民币。出国时带一张借记卡和一张双币种信用卡,需要现金时,用借记卡在境外合作银行的ATM机上取现;消费时使用信用卡,并告诉收银员使用银联网络进行支付。“当进行大额消费时,建议使用借记卡进行消费,因为你存多少进去,你就可以消费多少了。”目前在境外消费,是不会收取任何费用的。回国后,你的账单会显示该还多少人民币。因为银联当你在境外期间已帮你购汇,没有信用卡的额度限制,并且不收取任何手续费,还免去了前往银行购汇还款的烦琐手续。

小贴士:

1.据悉,现在在中国银行柜面可以兑换的境外货币,有美元、英镑、欧元、港币、日元等13种。在回来时,要尽可能地 will 硬币换成纸币,目前国内银行尚不兑换硬币。

2.在澳新游中,除了新西兰机场需交人均25纽币机场建设费外,新西兰许多商店都可以用澳元结算。若大量兑换新西兰纽币,回国兑换比较麻烦,因为目前在国内各大银行基本没有人民币和纽币的结算。

(方群青)

热烈庆祝台儿庄古城荣膺国家5A级旅游景区

台儿庄古城过大年 冬季精品线路推荐

1·台儿庄古城+古城冰雪乐园滑雪二日游

2·台儿庄古城+休闲养生温泉二日游

12月26-31日:将举办首届中国春节旅游产品博览会

首届中华百家百年老字号展览会

第二届春节文化论坛

从圣诞到元宵节:台儿庄古城室外大型滑雪场,盛大开幕

千年古城大庙会:春节民俗活动踩街巡游大荟萃

天下第一庄

河南四海国际旅行社周口分公司

报名电话:8222190 8289985

地址:七一路中段(市水利局院内)

www.jc33.com