

# 温州大学

## 2021年教职工疗休养活动方案

浙江浪漫国际旅游有限公司

### 疗养顾问

柳孟建 17757765268

张开华 18967770016

李志荣 13738736826



---

# 目录

一、浙江浪漫国旅简介.....	1
二、温州市域内疗休养参考方案.....	3
三、省内疗休养方案.....	7
1、台州疗休养 5 日（汽车） .....	7
2、杭州疗休养 5 日（动车） .....	11
四、周边邻省疗休养方案.....	14
1、江西婺源三清山疗休养 5 日（动车） .....	14
五、支援对口休养方案.....	17
1、青海海西州疗休养 6 日（飞机） .....	17
六、省内定制疗休养方案（标项五） .....	21
1、宁波+象山疗休养 5 日 .....	21
七、教职工疗休养安全及注意事项.....	26

---

## 一、浙江浪漫国旅简介



# 关于我们 About us



浙江浪漫旅游旅游公司全力致力于为广大客户服务，秉承以客户为基本，努力打造一个服务专业、线路新颖、信息超前的旅游平台。整合国内外旅游资源并发展优势旅游市场，与品质景点合作开发独家产品。同时浪漫拥有五大优势体现：

- 1、专业的操作团队技术。
- 2、强大的车队联盟支持。
- 3、年轻有活力的管理团队。
- 4、涵盖全国的旅游信息及同行基础。
- 5、优秀的产品系统结构，完善的服务体系。

浙江浪漫国际旅游有限公司成立于 2014 年 12 月 8 日，注册资金 1000 万元，前身为温州浪漫国际旅游有限公司。公司具备出境旅游、国内旅游、入境旅游、道路运输经营资质，并于 2018 年 1 月通过浙江省四星品质旅行社评定。拥有自营车队，是温州目前唯一一家有道路运输经营许可证的民营旅行社。浙江浪漫国旅是一家朝气蓬勃、富有活力的旅行社，是温州旅游行业的后起之秀。

公司依靠现有旅游车队资源优势，通过规章制度的进一步健全，公司进一步完善了决策机制，为公司治理的规范化运作提供了保障，组建了一支强大、年轻、浪漫的团队，秉承“专业的人做专业的事”的服务方式，对岗入座，专业精干，为公司提供持续的后备支持，目前已从传统旅行社转型成为新型电商旅行社，线上线下业务融洽结合。在温州市场上，公司品牌价值已达一线旅行公司标准。

浪漫，快乐，幸福，满足，浪漫存在于生活中的点点滴滴，秉承着分享旅行快乐和专业的协助旅行服务于客户为原则，让所有人享受一场浪漫的人生旅行。

## 公司资质



浙江省四星品质旅行社



2018年度浙江省百强旅行社



温州市信用管理示范企业



2019年度浙江省百强旅行社



交通运输企业安全生产标准化建设等级证明



A级 浙江省“守合同重信用”企业



## 二、温州市域内疗休养方案

### 1、市域周边 1 人成团

出团日期	7 月-11 月	出团天数	3 天+2 天
成人费用（元/人）	3000 元/1800 元/1200 元	出团人数	1 人起
报名截止时间	11 月 10 日前		
情况说明	以下套餐参考方案可根据不同需求微调，也可根据个人需求定制分时段 2+3 天分批次疗养；提前 1-2 周与我公司对接联系，提供方案备选，其他线路详细行程可询我们的疗养顾问，我们将竭诚为您服务！		

### 疗休养方案标准 3000 元备选套餐

方案	疗养基地（点）	套餐内容
1	温州威斯汀酒店 3 天 2 晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 2 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 自助晚餐 4 份 4. 塘河夜画成人船票 2 张 5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 法定节假日不适用
2	温州香格里拉大酒店 3 天 2 晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 2 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 自助晚餐 6 份 4. 瓯江夜游成人船票 2 张 5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 法定节假日不适用
3	温州喜来登大酒店 3 天 2 晚	1. 豪华房标间/大床房 2 晚 1 间 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 自助中餐 5 份 3. 自助晚餐 5 份 4. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 法定节假日不适用
4	温州阿外楼度假酒店 3 天 2 晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 2 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 自助晚餐 8 份 4. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 法定节假日不适用
5	温州华美达度假酒店 3 天 2 晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 2 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 温州基地海洋世界门票 2 张 4. 温州乐园门票 2 张 5. 云顶草上世界门票 2 张 6. 餐饮费用 900 元 7. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 法定节假日不适用



6	泰顺云岚牧场 3 天 2 晚	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 沐云山居随机房型 1 间 2 晚</li> <li>2. 入住期间每日双人早餐</li> <li>3. 餐饮抵扣金 1000 元</li> <li>3. 莲云谷温泉度假村温泉门票 2 张</li> <li>4. 首日房间欢迎牛奶 200ML*2 盒</li> <li>5. 一鸣奶伴手礼</li> <li>6. 有机农场蔬菜采摘 1 次 3 斤+移栽蓝莓苗 1 株</li> <li>7. 体验大安非遗米塑制作 1 个（需提前预约）</li> <li>8. 民宿夜间活动 1 次（手工香包、石头彩绘等）</li> <li>9. 云岚牧场门票 2 张（含体验项目：云岚牧场挤牛奶 1 次限 1 人、云岚牧场滑草票 1 张、奶牛小帮工 1 儿童、DIY 牛轧糖 1 次）</li> <li>10. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人</li> </ol> <p>周五/周六需补 400 元，法定节假日不适用</p>
7	温州马鞍岩森林康养酒店 3 天 2 晚	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 雅趣品居 1 间 2 晚（超五星床上用品、法国欧舒丹品牌的洗漱用品）</li> <li>2. 免费早餐（根据实际登记人数最多每天两位用餐）</li> <li>3. 餐券 1500 元（可在源栖谷餐厅签单并一次性消费）或含双人份 2 正餐（中餐或晚餐时间任选，提前预约）</li> <li>4. 免费健身房</li> <li>5. KTV 包厢免费欢唱 2 小时（需提前预订）</li> <li>6. 免费提供挖笋工具，挖出可自行带走</li> <li>7. 露天泳池（开放期间）</li> <li>8. 酒店温泉汤池四折优惠（开放期间）</li> <li>9. 入住赠精美欢迎水果 （健身房、泳池、KTV 等项目根据实际登记人数最多每天两位使用）</li> <li>10. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人</li> </ol> <p>不适用于周末和法定节假日</p>
8	温州和晟温德姆酒店 3 天 2 晚（苍南）	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 苍海客房 1 间 2 晚</li> <li>2. 两日双人自助早餐</li> <li>3. 单日双人渔寮景区门票</li> <li>4. 餐券 1200 元</li> <li>5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人</li> </ol> <p>预售时间：6 月 10 日-6 月 20 日，其他时间预定需另外咨询价格。 入住时间：7 月 1 日-9 月 30 日</p>

联系疗养专员获取更多方案

## 疗休养方案标准 1800 元备选套餐

方案	疗养基地(点)	套餐内容
1	温州威斯汀酒店 3天2晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 2 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 自助晚餐 1 份 4. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>法定节假日不适用</b>
2	温州喜来登大酒店 3天2晚	1. 豪华房型房 1 间 2 晚 (含双早) 2. 自助晚餐 2 份 3. 自助午餐 2 份 4. 喜来登特色伴手礼 温暖的包子一组或者提货券 5. 双人主题下午茶 1 份 6. 年代美术馆门票 2 张 7. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>法定节假日不适用</b>
3	洞头金海岸开元大酒店 3天2晚	1. 海港标间 1 间 2 夜。(若升级海景房, 前台补差价) 2. 双人早餐 (根据实际登记人数最多每天两位用餐) 3. 陶艺体验券一张 4. 骑行券 2 张 5. 露天泳池, 健身房 6. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 (健身房、泳池、KTV 包厢等项目根据实际登记人数最多每天两位使用) <b>备注: 有效期 2021 年 6 月 30 日前, 法定节假日及周末不适用, 套餐不可拆分使用, 下单后不可取消和修改。 周末需补 800 元</b>
4	雁荡山燕语时光 2天1晚	1. 闺蜜私语套房或者山景闻莺套房 1 晚 (套房里有 3 间房间) 2. 提供民宿早餐 3. 棋牌室使用 1 场 4. 提供烧烤服务 (含场地、工具、清洗、买菜服务, 菜费用自理) 5. 茶室自助使用 (含红茶 1 套) 6. KTV 限时使用 (夜间 9 点前结束) 7. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>周五/周六+200 元, 法定节假日不适用</b>
5	楠溪江遇见·云岚特色名宿 3天2晚	1. 亲子趣味房或榻榻米或书香房 1 套 2 晚 (套房最多可以入住 4 人) 2. 入住期间每日早餐 (每个套房最多可以提供 4 位早餐) 3. 下午茶套餐 1 份 4. 楠溪江自然景区门票 2 张 (崖下库、石门台、十二峰、野鸽公园, 任意四选一) 5. 楠溪江人文景区门票 2 张 (丽水街、苍坡古村、芙蓉古村、陶公洞, 任意四选一) 6. 楠溪江舴艋漂流船票 2 张 7. 提供汉服道具 1 套供拍照使用 8. 随船赠送小茶点、水果, 电子语音导游词介绍 9. 瓯江夜游成人船票 2 张 10. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>法定节假日不适用</b>
5	苍南和晟温德姆酒店 3天2晚	1. 园景客房 2 晚 1 间 2. 每日双人自助早餐 3. 单日双人渔寮景区门票 4. 餐券 200 元 5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>预售时间: 6 月 10 日-6 月 20 日, 其他时间预定需另外咨询价格。                      入住时间: 7 月 1 日-9 月 30 日</b>
6	苍南渔寮度假村酒店 3天2晚	1. 渔寮景区度假山庄指定豪华山景或亲子海景房间 1 间*2 晚 2. 每日自助早餐 2 份 3. 渔寮景区成人门票 2 张 (只提供一次门票) 4. 100 元度假山庄内部消费券 5 张 (共计 500 元) 5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>不适用于周末和法定节假日</b>

联系疗养专员获取更多方案

## 疗休养方案标准 1200 元备选套餐

方案	疗养基地（点）	套餐内容
1	温州威斯汀酒店 2天1晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 1 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 35 楼大堂吧-应季下午茶双人套餐 1 份 4. 35 楼知味全日餐厅-午市风味三鲜套餐 2 份 5. 房间红酒 1 瓶 6. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>法定节假日不适用</b>
2	温州香格里拉大酒店 2天1晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 1 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 自助晚餐 2 份 4. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>法定节假日不适用</b>
3	苍南和晟温德姆酒店 2天1晚	1. 园景客房 1 晚 1 间 2. 双人自助早餐 3. 单日双人渔寮景区门票 4. 餐券 350 元 5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>预售时间：6 月 10 日-6 月 20 日，其他时间预定需另外咨询价格。</b>
4	洞头金海岸开元大酒店 2天1晚	1. 豪华岛景标间 1 间夜 2. 双人早餐（根据实际登记人数最多每天两位用餐） 3. 在店期间可挂账餐费 100 元（可在酒店任意餐厅消费） 4. 陶艺体验券 1 张 5. 大堂吧冰激凌券 1 张 6. 露天泳池、健身房（健身房、泳池等项目根据实际登记人数最多每天两位使用） 7. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>备注：套餐不可拆分使用，下单后不可取消和修改。</b> <b>周末需补 400 元</b>
5	洞头君庭澜上 2天1晚	1. 洞头君庭澜上标间/大床 1 间 1 晚 2. 民宿精美早餐 2 份 3. 晚餐 1 份套餐 A/B/C/D 四选一 4. 下午茶 1 份 5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>周末需补 200 元</b>
6	洞头岩海山居酒店 2天1晚	1. 酒店标间/大床房 1 间 1 晚 2. 入住期间每日双人自助早餐 3. 餐饮抵扣金 300 元（需提前预约） 4. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>不适用于周末和法定节假日</b>
7	文成天鹅堡开元曼居度假酒店 2天1晚	1. 天鹅堡大床/标间 1 间 1 夜 2. 酒店自助早餐 2 份 3. 天鹅堡滑雪成人票 2 张 4. 酒店 200 元消费券 5. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>配套免费项目：酒店室外无边际常温泳池、别墅露天常温泳池、儿童乐园、小型健身房、小型电影院等项目需在运营正常开放时间内可使用。</b> <b>周六、周日需补 200 元</b>
8	楠溪江遇见·云岚特色名宿 2天1晚	1. 亲子趣味房或榻榻米或书香房 1 套 1 晚（套房最多可以入住 4 人） 2. 入住期间每日早餐（每个套房最多可以提供 4 位早餐） 3. 下午茶套餐 1 份 4. 永嘉书院门票 2 张 5. 楠溪江舴艋漂流船票 2 张 6. 提供汉服道具 1 套供拍照使用 7. 随船赠送小茶点、水果，电子语音导游词介绍 8. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>法定节假日不适用</b>
9	永嘉四海山山庄 2天1晚	1. 小木屋 1 栋 1 晚（1 栋两个房间，最多可以入住 4 人） 2. 入住期间早餐（最多可以提供 4 位早餐） 3. 四海山门票 4 张 4. 疗休养专用旅游意外保险保额 100 万元*1 人 <b>法定节假日不适用</b>

联系疗养专员获取更多方案



### 三、省内疗休养方案

#### 1、台州疗休养 5 日（汽车）

出团日期		7 月 12 日, 8 月16 日		出团天数	5 天	
成人费用（元/人）		3000 元/人		出团人数	30 人	
报名截止时间		发班日期前 5 天				
天数	行程安排			用 餐	住 宿	
D1	旅游车	温州-台州			*中晚	天台
	上午 08：00 温州指定点集合，出发前往台州天台； （08:30—11:30）全程 200KM, 约 3 小时车程； （11:30—12:30）安排用中餐； （13:00—17:30）中餐后赴【天台瓦窑爱国主义教育基地】（县城到瓦窑车程 20 分钟左右，游览时间不少于 1 小时），2008 年列入省红色旅游网，2012 年获得市级爱国主义教育基地称号。后游览【琼台仙谷景区】（游览时间不少于 2 小时）是天台山百景之首，一处比较典型的花岗岩地质地貌景观。后前往酒店内 （18:00—19:00）安排用晚餐。					
	琼台仙谷景区		瓦窑爱国主义教育基地			
						
D2	旅游车	天台大瀑布-赤城山			早中晚	天台
	（07:00—08:00）酒店用早餐； （08:00—11:00）游览中华第一高瀑——【天台大瀑布】（游览时间不少于 2 小时）又称桐柏瀑布，也称三井瀑布。主体大瀑布总落差 325 米，最大宽度 90 米。 （11:30-13:00）安排用中餐； （13:00—16:00）午餐后后赴【赤城山】（游览不少于 1.5 小时），又称烧山，是水成岩剥蚀残余的一座孤山，“不与众山同一色，敢于平地拔千仞”。 （17:00—18:30）安排用晚餐。					
	天台大瀑布		赤城山			
						



旅游车

国清寺-仙居

(08:00--09:00) 早上睡到自然醒酒店用早餐；  
(09:30--11:30) 步行前往游览【国清寺】(游览时间不少于 1.5 小时) 佛教天台宗祖庭、隋朝古刹。是我国创立的第一个佛教宗派天台宗的发源地，是我国著名古刹之一，被中、日两国佛教奉为发祥地。  
(11:30--13:00) 安排用中餐，后前往仙居；  
(13:00--14:30) 前往仙居办理入住(车程约 1.5 小时) 酒店内休息自由活动  
(16:00--17:30) 游览【仙居绿道】(约 1 小时)，赏仙居新城，体验骑行的乐趣，置身田园郊野，移步换景，每一步都有绿意相伴，每一节都会有风景相伴，大大降低了城市热岛的效应。  
(18:00--19:00) 安排用晚餐。

早中晚

仙居

国清寺



D4

旅游车

大神仙居景区

早中晚

仙居



(08:00--09:00) 酒店用早餐；  
(09:00--14:30) 游览国家 5A 级景区—【**大神仙居景区**】（游览时间不少于 4 小时）：“新”神仙居以原神仙居景区为起点，通过索道，索桥，悬空栈道，丛林步道等与官坑（蝌蚪崖）景区有效整合，形成规模范围更大，品位档次更高，景观特色更丰富的大景区。如意桥于 2020 年国庆期间亮相，刚柔并济的造型与神仙居的自然风光完美地融为一体，宛如一柄空中的玉如意，又似仙女的披帛。体验【**飞拉达攀岩**】  
游览结束后返回酒店内休息，自由活动。  
(18:00--19:00) 安排用晚餐；

神仙居



如意桥



旅游车

仙居-温州

(08:00--09:00) 早上睡到自然醒，酒店用早餐；  
(08:00--09:00) 游览中国历史文化名镇——【**皤滩古镇**】（游览时间不少于 1 小时）“龙”型古街、民宅古居，了解中国非物质文化遗产“中华第一灯”——针刺无骨花灯。  
(11:30--13:00) 安排用中餐；  
(14:00--16:00) 中餐后适时返回温州出发地，结束疗养！

早中\*

/

D5

皤滩古镇



仙居绿道



服务标准

住宿酒店

网评五钻标准酒店双标间；天台温泉山庄或同级酒店，仙居宇杰君澜大饭店或同级酒店

交 通	空调旅游车
餐 饮	4 早 9 正餐
景点门票	行程所列大门票，全程无自费
导游	持证导游
保险	100 万/人疗休养意外险
其他服务	1、每人配备包； 2、每人配备帽； 3、每人每天配备一瓶矿泉水； 4、出团过程中如有教职工生日（参考身份证），安排赠送生日蛋糕，集体祝福生日； 5、每团制作横幅一条，用于集体照，增加团队文化建设内容； 6、每团赠送一张 8 寸团队集体合影照留念。
特别说明	1、每人每天赠送口罩 2、全程配备防疫物资（消毒水、口罩、体温测量仪、免洗手消毒液） 3、做好汽车定时清洁消毒工作，用车尽量安排大车，不满员运载，车辆保持通风； 4、带团导游对疗休养教职工做好安全健康登记。

## 2、杭州疗休养 5 日（动车）

出团日期		7 月 12 日，8 月 2、23 日		出团天数		5 天	
成人费用（元/人）		3000 元/人		出团人数		30 人	
报名截止时间		发班日期前 5 天					
天数		行程安排				用餐	住宿
D1		动车/旅游车	温州-杭州（动车）			* 中晚	杭州
		早上指定时间在温州南站集合后乘高铁（动车）乘车前往杭州东站，参考车次 G1894（08:20-11:05）。					
		抵达后赴酒店办理入住，稍事休息。					
		（11:30--13:00）安排用中餐。 （14:00—17:30）参观【杭州宋城景区】AAAA 级景区+大型歌舞【宋城千古情】（游览时间 2 小时）：杭州宋城景区，是中国非物质文化遗产集聚地，大型歌舞《宋城千古情》是宋城一绝。置身宋城，恍如隔世。 （18:00—19:00）安排用晚餐。					
		宋城					
							
D2		旅游车	杭州			早 中晚	杭州
		（07:30--08:30）早起酒店用早餐。 （09:00--11:00）前往【西湖景区】AAAAA 景区，游览苏堤，赏“花港观鱼”，赏西湖美景（游览时间 2 小时），远眺三潭印月岛，西湖中最大的岛屿，风景秀丽、景色清幽。 （11:30--13:00）安排用中餐。					
		（14:00--17:00）下午游览【梅家坞】（游览时间 1 小时），是龙井茶主要的生产地之一。村子青山环绕，放眼望去，尽是郁郁葱葱的茶树，茶叶的清香沁人心脾。在这儿散散步，呼吸清新的空气，感觉非常棒。 接着游览【云栖竹径】（游览时间 1 小时），这是一座山坞里的公园，拥有美丽的竹海，宁静清幽，伴着溪流叮咚、走着翠竹成荫的石径，是避世静心的所在。 （17:30—19:00）安排用晚餐。					
		西湖		云栖竹径			



						
D3	旅游车	杭州		早中晚	杭州	
	<p>（08:00—09:00）酒店用早餐。</p> <p>（09:00—11:30）游览【西溪湿地】AAAAA 景区（游览时间 2 小时），忆江南，最忆是杭州。《非诚勿扰》拍摄基地杭州西溪湿地公园，生态资源丰富、自然景观质朴、文化积淀深厚，曾与西湖、西泠并称杭州“三西”。这里环境清幽、水道纵横，是城市中少有的天然湿地，有“杭州之肾”之称。坐船漫游芦苇荡、寻迹《非诚勿扰》取景处，或是探访隐于林中的秋雪庵、梅竹山庄等古迹，都是非常享受的体验。</p> <p>（11:00—13:00）用中餐。</p> <p>（13:30—17:00）游览【河坊街】（游览时间 2 小时），是清河坊的一部分，属于杭州历史文化街区，旧时，与中山中路相交得“清河坊四拐角”，自民国以来，分别为孔凤春香粉店、宓大昌旱烟、万隆火腿店、张允升帽庄四家各踞一角，成为当时远近闻名得区片。河坊街为杭州历史文化街区，街上最具影响的有胡雪岩故居和朱炳仁铜雕艺术博物馆，成为此街的一大亮点。</p> <p>（17:30-19:00）安排用晚餐，后返回酒店休息。</p>					
	西溪湿地		河坊街			
						
D4	旅游车	杭州		早中晚	杭州	
	<p>（08:00—09:00）酒店用早餐。</p> <p>（09:00—11:30）游览【杭州东方文化园】AAAA 级景区，（游览时间 2 小时），位于钱塘江、富春江、浦阳江三江汇合处的萧山义桥杨岐山南麓。景区占地 2700 亩，总投资 5 亿元，是杭州市的重点旅游项目。园内以周易八卦布局，儒、释、道三家同构建筑，2728 米彩绘艺术长廊贯穿全园八大景区（世纪广场、佛家区、道家区、儒家区、东方度假区、千亩大草原、山瑞览胜景区、世界珍奇瓜果园），充分展示了东方传统文化的丰富内涵和深厚底蕴。</p> <p>（11:00—13:00）用中餐。</p> <p>（13:30—17:00）游览【湘湖】AAAAA 级景区，（游览时间 2 小时），以风景秀丽而被誉为西湖的“姐妹湖”。是一个位于中国浙江省杭州市萧山区的湖泊，湘</p>					

湖还是华夏文明的发源地之一。			
东方文化园		湘湖	
			
D5	<p>旅游车/动车</p> <p>杭州-温州（动车）</p> <p>（08:30—09:00）酒店用早餐。</p> <p>（09:30—11:30）参观【杭州国际博览中心（G20主会场）】，（游览时间1.5小时），是二十国集团领导人第十一次峰会的主场馆，其作为浙江省重点项目规划建筑面积84万平方米，设有展览中心、会议中心、综合物业、屋顶花园（城市客厅）、地下商业及车库等五大功能区。展览中心设计国际标准展位7500个（其中1000个为室外展位）；会议中心能满足举办APEC、达沃斯等高规格的国际会议；规模6万平方的屋顶花园结合城市客厅既能满足高规格接见、高标准宴会、高档次精品展的需要，城市客厅与钱塘江对岸的“城市阳台”遥相呼应，形成一个新的城市亮点。</p> <p>（12:00—13:30）安排用中餐。</p> <p>适时乘高铁返回温州，结束疗养！参考车次：G7539次（14:58/17:52）</p>	早中*	/
服务标准			
住宿酒店	杭州 PAGODA 君亭设计酒店或同级，携程5钻。		
交通	往返动车二等座，当地空调旅游车。		
餐饮	4早9正餐		
景点门票	行程所列大门票，全程无自费		
导游	持证导游		
保险	100万/人疗休养意外险		
其他服务	1、每人配备包； 2、每人配备帽； 3、每人每天配备一瓶矿泉水； 4、出团过程中如有教职工生日（参考身份证），安排赠送生日蛋糕，集体祝福生日； 5、每团制作横幅一条，用于集体照，增加团队文化建设内容； 6、每团赠送一张8寸团队集体合影照留念。		
特别说明	1、每人每天赠送口罩 2、全程配备防疫物资（消毒水、口罩、体温测量仪、免洗手消毒液） 3、做好汽车定时清洁消毒工作，用车尽量安排大车，不满员运载，车辆保持通风； 4、带团导游对疗休养教职工做好安全健康登记。		



## 四、周边邻省疗休养方案

### 1、江西婺源三清山疗休养 5 日（动车）

出团日期		7 月 19 日，8 月16 日		出团天数		5 天	
成人费用（元/人）		3000 元/人		出团人数		30 人	
报名截止时间		发班日期前 5 天					
天数		行程安排				用 餐	住 宿
D1	旅游车/动车	温州-上饶（动车）				* 中 晚	婺源
	早上指定时间在温州南站集合后乘高铁乘车前往婺源站，参考车次 G868（09:20-13:22），动车上用简餐（便当盒饭） 抵达后赴酒店办理入住，稍事休息。 （15:00—17:30）游览儒商第一村【思溪/延村】（游览时间不少于 1.5 小时），村落背山面水，嵌于锦峰绣岭、清溪碧河的自然风光之中，房屋群落与自然环境巧妙结合，山水互为点缀，如诗如画，意境神美 （18:00—19:00）安排用晚餐。						
	思溪/延村						
	<div></div> <div></div>						
D2	旅游车	婺源				早 中 晚	婺源
	（07:30—08:30）早上睡到自然醒酒店用早餐。 （09:30—11:00）游览伟人故里---【江湾】（时间约 1.5 小时），村中至今还较完好地保存着三省堂、敦崇堂、培心堂等古老的徽派建筑，还有东和门、水坝井等公共建筑物，极具历史价值和观赏价 （11:30—13:00）安排用中餐。 （14:00—17:00）游览小桥流水人家---【李坑】（游览时间不少于 1.5 小时），村中明清古建遍布、民居宅院沿溪而建，依山而立，粉墙黛瓦、参差错落；村内街巷溪水贯通、九曲十弯；青石板道纵横交错，石、木、砖各种溪桥数十座沟通两岸，构筑了一幅小桥、流水、人家的美丽画卷 （17:30—19:00）安排用晚餐 晚上观看【梦里老家·夜景·演出】（游览不少于 1.5 小时）依托婺源自然山水，采用最先进的声、光、电科技手段，演绎了徽商创富的艰辛历程、坚贞不渝的爱情绝唱、科举辉煌的兴盛和睦、淡泊归隐的人生境界，是深入挖掘徽州文化精髓的不朽文化盛宴。						
	江湾		李坑				



旅游车

篁岭-三清山

(08:00--09:00) 早上睡到自然醒, 酒店用早餐。  
(09:30--15:30) 后游览梯云人家、梦幻田园—悬崖村落、鲜花小镇——【**篁岭**】(游览时间不少于3小时)。游览【**天街**】民居围绕水口呈扇形梯状错落排布, U形村落带您体验南方的“布达拉宫”。篁岭四季皆可游, 除了说它的民居古建, 四季轮番种植不同花卉的观光园, 也别有风味。浓缩版的婺源, 集古村古树、民俗晒秋为一体的最美乡村景致; 【**天街故事**】民居围绕水口呈扇形梯状错落排布, U形村落带您体验南方的“布达拉宫”。徽式商铺林立, 前店后坊, 一幅流动的缩写版“清明上河图”融百家之风味。【**卧云桥往事**】索桥似玉带将两岸的花海串接。【**百花忘情峡**】独特的二十四节气游步道带您体验徽州乡土气息, 数百株千年红豆杉林释放独特的负氧离子。您可以体验公司专场民俗活动—(切辣椒, 晒辣椒, 滚铁环等)一幅流动的缩写版“清明上河图”。  
前往三清山办理入住(车程约2.5小时), 酒店内休息自由活动  
(18:30--19:30分) 安排用晚餐。

早中晚

三清山

篁岭



旅游车

三清山一日游

(08:00--09:00) 酒店用早餐; 今天游览三清山  
乘车前往【**三清山**】游览, 乘缆车(门票120元, 索道125元)上山, 游观自然景观的精华景区**南清园**: 神龙戏松、一线天、玉女开怀、司春女神巨蟒出山、狸猫待鼠、仙苑秀峰; 中餐后**阳光海岸景区**: 高山玻璃栈道、观世界珍稀濒危植物—珍珠黄杨林、渡仙桥, **西海岸景区**: 猴王献宝、妈祖导航、三清列座、观音送子、西霞港湾等缆车下山。

早中晚

三清山

三清山





D5	旅游车/动车	婺源-上饶-温州（动车）	早中*	/
	<p>（07:30--08:30）酒店用早餐；后集合出发乘车赴上饶；</p> <p>上午参观【<b>上饶集中营</b>】被评为国家AAAA级风景名胜区，同时也是全国十大红色旅游基地之一。震惊中外的“皖南事变”的产物。</p> <p>（12:30--13:30）安排用中餐。</p> <p>适时乘高铁返回温州，结束疗养！参考车次：G1994次（14：32/17:20）</p>			

**服务标准**

住宿酒店	婺源瑞怡·宝婺度假酒店或同级酒店；三清山开元度假村或者同级酒店，挂牌五星或携程5钻。
交通	往返动车二等座，当地空调旅游车。
餐饮	4早9正餐
景点门票	行程所列大门票，全程无自费
导游	持证导游
保险	100万/人疗休养意外险
其他服务	1、每人配备包； 2、每人配备帽； 3、每人每天配备一瓶矿泉水； 4、出团过程中如有教职工生日（参考身份证），安排赠送生日蛋糕，集体祝福生日； 5、每团制作横幅一条，用于集体照，增加团队文化建设内容； 6、每团赠送一张8寸团队集体合影留念。
特别说明	1、每人每天赠送口罩 2、全程配备防疫物资（消毒水、口罩、体温测量仪、免洗手消毒液） 3、做好汽车定时清洁消毒工作，用车尽量安排大车，不满员运载，车辆保持通风； 4、带团导游对疗休养教职工做好安全健康登记。



## 五、支援对口休养方案

### 1、青海海西州疗休养 6 日（飞机）

出团日期		7 月 15 日, 8 月 19 日		出团天数	6 天
成人费用（元/人）		6200 元/人		出团人数	24 人
报名截止时间		发班日期前 15 天			
天数	行程安排			用餐	住宿
D1	飞机/旅游车	温州-格尔木（飞机经停西宁）		** 飞机餐	格 尔 木 凯 邦 瑞 斯 丽 大 酒 店 或 同 级 酒 店
	下午，指定时间在温州龙湾国际机场 T2 航站楼国内出发厅集合，乘坐飞机前往格尔木。【参考航班：TV6022 15:55-21:45】具体航班以实际出票为准。 抵达格尔木，专车接机赴酒店，办理入住手续。 欢迎来到美丽的海西州，房间为您准备了欢迎水果，晚上好好休息，明天开始我们的美妙旅程吧！ 【温馨提示】由于格尔木身处高原地带，海拔较高，部分教职工可能会出现高原反应，典型症状会出现血压升高，心率加快，建议做好预防，保持放松，不要心理负担过重，经 3~10 天的习服后症状逐渐消失。有器质性疾病、严重神经衰弱或呼吸道感染患者，不宜进入高原地区。				
D2	旅游车	格尔木-可可西里-格尔木		早中晚	格 尔 木 凯 邦 瑞 斯 丽 大 酒 店 或 同 级 酒 店
	上午，酒店早餐后车前往参观【将军楼遗址公园】（AAAA 景区）（游览时间不少于 1 小时），是“青藏公路”之父慕生忠将军居住、办公的地方，是格尔木的一个标志性建筑。 车赴【昆仑神泉】（格尔木昆仑旅游区，包含可可西里地区，属于 AAAA 景区）（游览时间不少于 40 分钟）昆仑神泉水相传是天宫玉酿琼浆洒落人间幻化而来，有"人间圣水""冰山甘露"之美誉。 后参观我国海拔最高的道观--【无极龙凤宫】（游览时间不少于 40 分钟），是供奉三圣母的昆仑山道观。因中华民族是龙的传人、凤的后代，无极龙凤宫因此而得名。后经可可西里万山之祖昆仑山口（海拔 4768 米）、不冻泉保护站。 下午，午餐后前往【索南达杰保护站】（游览时间不少于 40 分钟）。索南达杰自然保护站的命名，是为了纪念与偷猎者斗争牺牲的索南达杰而建立的。 返回格尔木，晚餐享用格尔木名门家宴温州海鲜，晚餐后返回酒店。 【温馨提示】这天行程时间非常长，我们会在 2-3 个服务区进行休息，减轻旅途的疲惫。				
		将军楼遗址公园	无极龙凤宫	索南达杰保护站	

			
D3	<b>旅游车</b> <b>格尔木---水上雅丹--东台吉乃尔湖--大柴旦</b> 上午，酒店早餐后前往大柴旦打卡世界上唯一的水上雅丹地貌群【水上雅丹】（游览不少于2小时），水上雅丹从朝霞满天到日暮垂落都如梦似幻，魔幻而神秘，有着绝无伦比的惊艳美景！ 下午，接下来前往“青海版马尔代夫”【东台吉乃尔湖】（游览不少于1小时），湖面如同“蒂芙尼蓝”一般的色调。一路迎着风，经U型网红公路。 抵达大柴旦，晚餐后入住当地最好的四星酒店之一。 <b>【温馨提示】</b> 1、格尔木---水上雅丹全程280公里，约3.5小时，水上雅丹--东台吉乃尔湖--大柴旦约240公里，约3小时； 2、今日要经过无人区公路，需要各位备点零食，以便在车上欣赏美景的同时，可以补充一些能量。 3、东台吉乃尔湖由于尚未进行旅游开发，保持矿区的原始状态，务必注意安全，不要随意下水，以免发生意外。	早中晚 海西大柴旦守信龙之梦大酒店或同级酒店	
	<b>水上雅丹</b> 	<b>东台吉乃尔湖</b> 	
	<b>旅游车</b> <b>大柴旦-翡翠湖-茶卡盐湖--青海湖</b> 上午，酒店早餐后前往易烱千玺去过的神仙湖景地大柴旦【翡翠湖】（游览不少于1小时）。后前往茶卡镇。 下午，抵达后中餐，参观【茶卡盐湖】（AAAA景区）（游览不少于2.5小时）这里风光旖旎，景色优美，是中国的“天空之境”。被国家旅游地理杂志评为	早中晚 茶卡天空壹号柏威酒店或同级酒店	

	<p>“人一生必去的 55 个地方之一”。</p> <p>晚餐后入住茶卡镇当地最好的四星酒店。</p> <p>【温馨提示】</p> <p>1、大柴旦--茶卡盐湖约 400 公里，全程约 5 小时。</p> <p>2、茶卡盐湖，如果天气好的话，建议准备一双凉鞋，以便下水拍照，爱美的女生还可选择色彩艳丽的长裙和红丝巾。</p>			
	翡翠湖	茶卡盐湖		
				
D5	旅游车	青海湖--塔尔寺--西宁		
	<p>上午，酒店早餐后翻越橡皮山，参观蓝色地平线【青海湖】（AAAAA 景区）（游览不少于 2.5 小时），青海湖是中国最大的内陆咸水湖，如同一盏巨大的翡翠玉盘嵌在高山、草原之间，构成了一幅山、湖、草原相映的美丽画卷。</p> <p>下午，中餐后返回西宁，抵达后参观藏传佛教格鲁派六大寺院之一的【塔尔寺】（AAAAA 景区）（游览时间不少于 3 小时）。寺院内有举世文明的艺术三绝（壁画、堆绣、酥油花），该寺为佛教信教群众心中的朝拜圣地。</p> <p>前往西宁圣地藏阁餐厅，享用特色餐，晚餐后入住酒店。</p> <p>【温馨提示】</p> <p>1、茶卡--青海湖全程约 160 公里，大约行驶 2.5 小时，青海湖--西宁全程约 150 公里，大约行驶 2.5 小时；</p> <p>2、青海湖平均海拔 3200 米，大多数人不会有高原反应，禁剧烈运动。青海湖空旷、紫外线非常强，请准备好帽子、墨镜、防晒霜、雨伞等。青海湖边有围栏的地方代表着那是私人承包的范围，不能擅自进入。湖边有些地方是、沼泽地，不要为了接近湖边轻易涉险。另外，一定注意环保，不要随地扔垃圾等。</p>		早中晚	西宁 蓝海 御华 大饭店或 同级 酒店
	青海湖	塔尔寺		

					
D6	旅游车/飞机	西宁-温州		早**	/
	上午，酒店早餐后根据航班时间送机，搭乘航班返回温州，结束愉快的青海疗休养之旅。 【参考航班：TV6021 11:25-14:55】具体航班以实际出票为准。				
服务标准					
住宿酒店	全程当地四-五星（网评 4-5 钻）标准酒店（其中格尔木、西宁为网评 5 钻酒店，大柴旦镇、茶卡盐湖当地酒店最好为网评 4 钻酒店）				
交 通	大交通：温州/格尔木，西宁/温州，两程飞机经济舱 当地交通：当地空调旅游车				
餐 饮	5 早 8 正餐				
景点门票	行程所列大门票，全程无自费。				
导游	持证导游				
保险保障	100 万/人疗休养意外险				
其他服务	1、每人配备包； 2、每人配备帽； 3、每人每天配备一瓶矿泉水； 4、出团过程中如有教职工生日（参考身份证），安排赠送生日蛋糕，集体祝福生日； 5、每团制作横幅一条，用于集体照，增加团队文化建设内容； 6、每团赠送一张 8 寸团队集体合影留念。				
特别说明	1、每人每天赠送口罩 2、全程配备防疫物资（消毒水、口罩、体温测量仪、免洗手消毒液） 3、做好汽车定时清洁消毒工作，用车尽量安排大车，不满员运载，车辆保持通风； 4、带团导游对疗休养教职工做好安全健康登记。				



## 六、省内定制疗休养方案（标项五）

### 1、宁波+象山疗休养 5 日

出团日期		8月9日		出团天数		5天	
成人费用（元/人）		3000元/人		出团人数		30人	
报名截止时间		发班日期前5天					
天数		行程安排				用餐	住宿
D1	动车/旅游车	温州-宁波（动车）				*中晚	宁波
	指定时间在温州南动车站出发厅集合，乘动车赴宁波； 【参考车次 G56（10:02-11:53）】具体车次以实际出票为准。 （10:02-11:53）G56 全程约 1 小时 51 分钟，抵达后大巴车前往用中餐。 （12:00-13:30）安排用中餐； （13:30-15:00）中餐后游览【天一阁景区】AAAAA 景区（游览时间不少于 1.5 小时）它是江南历史最悠久的私家藏书楼，“到宁波不到天一阁，等于没有到过宁波”。素有“南国书城”的天一阁坐落在月湖之西，为明代兵部右侍郎范钦的藏书楼，取《易经》中“天一生水”的说法，把藏书楼定名为“天一阁”。游览西大门、东明草堂、天一阁、东园、书画馆、南园等景点。 （15:30-16:30）后游览【宁波老外滩】AAAA 景区（游览时间不少于 1 小时）宁波老外滩开埠于 1844 年，位于甬江、奉化江和余姚江三江汇流之地，唐宋以来就是最繁华的港口之一。它曾是“五口通商”中最早的对外开埠区，比上海外滩还早 20 年。沿着江边，外国领事馆、天主教堂、银行、轮船码头一字排开，几乎记录了宁波开埠的整段历史。 （16:30-17:30）驱车前往酒店，办理入住手续，房间为您准备了欢迎水果。 （17:30-19:00）酒店享用晚餐。餐后酒店区域自由活动时间：健身房、乒乓球，桌球、游泳池。						
	天一阁		老外滩				
							
D2	旅游车	小普陀（含游船）-皮划艇体验				早中晚	宁波
	（08:00-09:00）酒店用早餐（聚元轩餐厅）； （09:00-11:30）出发【小普陀】（车程约 15 分钟，游览时间不少于 4 小时） （12:00-13:00）农家乐用餐； （13:00-15:00）湖滨游船； 浙江宁波的小普陀，又名霞屿，位于烟波浩淼的东钱湖中心，是东钱湖旅游度假						



区的主要景区之一，具有深厚的文化底蕴。南宋时岛上已建有霞屿禅寺和观音洞（补陀洞天）等胜迹。据《浙江通志》和《鄞县通志》记载：史浩之母叶氏笃信佛教，信奉观音，久有去南海普陀山朝山进香的愿望，因年老失明，跨洋过海十分不便。史浩便召集地方上名匠在此凿洞，建立观音道场。洞成，迎其母亲上船，帆船在东钱湖中漂泊，听涛声风啸，恰似在海中航行。三日后登霞屿，又谎报到了“南海佛国”普陀山，了却了老母亲一大心愿，从此也就有了“小普陀”之说。

景区主要景观有：

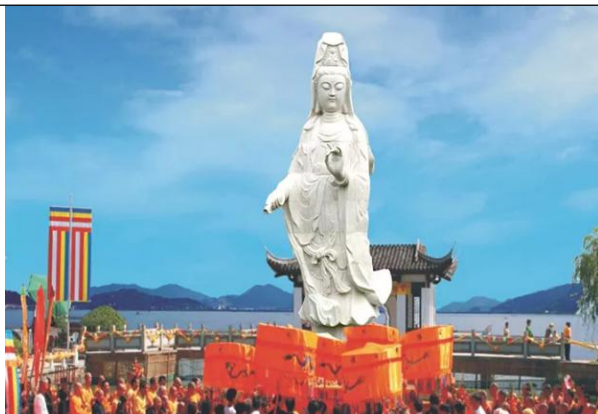
补陀洞天：又名观音洞，为南宋石窟，已有八百余年的历史。洞长 40 余米，高宽约 3 米。洞内精雕石刻观音坐像和佛龕，圆润丰满，纹路流畅，显示了古代巧匠的高超手艺。

钱堤烟波：取湖面长堤水雾缭绕、似烟如雾之意，位于景区入口，西与陶公岛隔河相望，东与湖心堤融为一体。中心巨石镌刻着郭沫若的题词“西子风韵，太湖气魄”。

（15:30-16:30）【皮划艇】体验活动（水上游玩时间不少于 30 分钟）。所有人员进行两两分配，原则上必须是男女一组一只皮划艇，进行对抗玩耍。

（17:30-19:00）酒店享用晚餐。餐后酒店户外区域散步。

小普陀



皮划艇体验



旅游车

天官庄园-团建活动-冷餐会-篝火晚会

（08:00-09:00）酒店用早餐（聚元轩餐厅）；

（09:30-11:30）游览【天官庄园】AAAA 景区（游览时间不少于 2 小时）

天官庄园休闲旅游区是全国农业旅游示范点，是宁波著名的都市里的村庄。天官庄园旅游开发的最大特色是“都市里的村庄”，其主要体现在，一二三次产业联动发展，绿旧新乐协调开发。天官庄园是一个寓红酒文化、蚕桑文化和宁波乡村民俗文化，集休闲娱乐、乡村生活体验和四季田园观光为一体的都市型休闲旅游区。

（11:30-12:30）酒店内中餐；

（13:00-13:30）酒店客房休息。

（14:00-17:00）【男女青年联谊活动】（活动时间约 2 小时 40 分钟）

时间	活动内容	活动名称
14:00~14:20	破冰、相互认识（自我介绍）	成语大填空
14:25~15:00	男女生各一排，女生主动挨个与男生握手	第一次亲密接触
15:05~15:25	抓手指的游戏水杯传水，男女岔开相互配合	阿水的故事
15:35~16:00	男生 1 块钱，女生 5 毛钱，根据口令组成相应钱数	杯水速递

早中晚

宁波

D4	<p>16:15~16:35 用肢体语言表现出成语或词语，不能说话交流几块钱 驿站传书 16:40 活动结束</p> <p>(18:00-19:30) 酒店享用晚餐。今晚为大家特别安排【<b>室外冷餐会</b>】，大家可以穿上漂亮的服装，一起举杯畅饮，共祝美好明天！</p> <p>(19:30-20:30) 餐后在酒店的草坪上组织一场别开生面的【<b>篝火晚会</b>】（活动时间约1小时），在主持人的带领下，大家一起围着篝火跳兔子舞，一起互动节拍！</p>			
	<p><b>天官庄园</b></p>		<p><b>联谊活动</b></p>	
				
	<p><b>冷餐会</b></p>		<p><b>篝火晚会</b></p>	
				
	<p><b>旅游车</b></p>	<p><b>宁波帮博物馆-象山-出海休闲捕鱼</b></p>		
	<p>(08:00-09:00) 酒店用早餐(聚元轩餐厅)；</p> <p>(09:30-11:30) 驱车前往游览【<b>宁波帮博物馆</b>】<b>AAAA 景区</b>（游览时间不少于1.5小时）以中国近代经济史上重要的商帮——宁波帮为展陈对象，年代为脉络、史实为线索、人物为亮点，以优秀的商道财智、桑梓情怀为展陈内容，以传承、弘扬宁波帮精神为展陈宗旨，系统展示了明末至今宁波帮艰苦奋斗、玉汝于成的发展史诗，藉以营造“情感地标、精神家园”，倡导寻根谒祖、慎终追远的人文主题。</p> <p>(11:30-12:30) 安排中餐；</p> <p>(12:30-13:30) 驱车前往象山，车程约1小时</p> <p>(13:30-16:30) 出海【<b>休闲捕鱼</b>】，乘坐豪华舒适的高档休闲渔船（每艘船限坐20人，游览时间不少于2.5小时），开辟了石浦至半洋礁、三岳山、檀头山、油菜花屿等周围海域的海洋休闲渔业捕捞（钓）体验活动。上船后可品茶、赏海景、吹海风。船上有免费的棋牌、卡拉OK。行驶一小时左右后撒网，大家可自己参与拉网拣鱼。然后我们可以把今天的战利品，晚上拿到餐厅去加工，一尝胜利的果实！</p> <p>(16:30-17:30) 入住酒店，稍事休息。</p> <p>(18:00-19:30) 安排晚餐。</p>		<p>早中晚</p>	<p>象山</p>
	<p><b>宁波帮博物馆</b></p>		<p><b>出海休闲捕鱼</b></p>	





旅游车

象山影视城-象山-温州

(08:00-09:00) 酒店用早餐；  
(09:30-12:00) 驱车前往【象山影视城】AAAA 景区（游览时间不少于 2.5 小时），地处浙江中部沿海的象山影视城，座落于风景秀丽的新桥镇大塘港生态旅游区，由神雕侠侣城、春秋战国城、西游记乐园组成。金庸巨著《神雕侠侣》央视版最大的拍摄基地，游览榕树林、绝情谷、活死人墓、水帘洞、襄阳城等景点。  
(12:00-13:00) 安排午餐；  
(13:30-17:00) 餐后乘车返回温州，全程 268KM，约 3.5 小时车程，结束愉快的疗养之旅。

早中\*

/

D5

象山影视城



服务标准

住宿酒店	3 晚宁波东钱湖恒元酒店或同级酒店（携程五钻），1 晚象山戴维钻石酒店或同级酒店（携程五钻）
交通	温州/宁波动车二等座，空调旅游车。
餐饮	4 早 9 正餐
景点门票	行程所列大门票，全程无自费。
导游	持证导游
保险保障	100 万/人疗休养意外险
其他服务	1、每人配备包； 2、每人配备帽； 3、每人每天配备一瓶矿泉水； 4、出团过程中如有教职工生日（参考身份证），安排赠送生日蛋糕，集体祝福生日； 5、每团制作横幅一条，用于集体照，增加团队文化建设内容； 6、每团赠送一张 8 寸团队集体合影照留念。



特别说明

- 1、每人每天赠送口罩
- 2、全程配备防疫物资（消毒水、口罩、体温测量仪、免洗手消毒液）
- 3、做好汽车定时清洁消毒工作，用车尽量安排大车，不满员运载，车辆保持通风；
- 4、带团导游对疗休养教职工做好安全健康登记。

## 七、教职工疗休养安全及注意事项

感谢您参加浙江浪漫国际旅游有限公司组织的疗休养活动,请认真阅读以下告知事项并严格履行。我公司已为您的疗休养计划做了充分的准备,为了增强教职工安全意识,普及出行安全基本常识,使教职工参加疗休养活动的计划能圆满、愉快、顺利完成,安全工作仍需您的积极配合。我们提倡“文明出行,安全第一”,再次感谢您的积极配合和支持。

1、请务必带上身份证等有效证件、个人旅行用品,带好身份证等有效证件原件,并检查是否过期,以备旅行中实名制乘坐交通查验与入住酒店时登记使用。

2、请准时到达约定的集合地点,并提前与团队导游(或领队,下同)取得联系,如有变化应及时通知导游。

3、请遵守活动纪律,有团队意识,按时集散,服从领队或导游的安排:原则上不得脱团自由活动,有事应征得领队或导游的同意。教职工应服从导游的安排,记住集中的时间和地点,认清自己所乘坐的车型、车牌号及颜色,因跟团疗休养,必须遵守集合时间,请勿迟到(因迟到无法跟团出行的后果自负):旅途中,教职正如无故自行离团,我们将无法保障您的安全问题,需要您自己负责。

4、团队出发前,本公司会提供疗休养详细《行程单》,其中有具体的行程安排、地接旅行社名称、导游联系方式及旅途酒店信息等。旅行活动中,有航空公司、汽车公司、酒店、餐饮等单位介入整个服务工作,难免在实际行程和安排上和《(行程单》发生冲突,希望教职



工对于行程安排的调整予以配合和理解。

**5、交通安全事项：**乘坐交通工具时，应系好安全带，在交通工具停稳后方可行动，不要与司机交谈和催促司机开快车，以防意外发生。离开汽车，不留贵重物品在车内，以免遗失，并注意车内卫生，保持良好的环境。乘坐公共交通，请遵守公共交通安全事项，安全出行，做文明乘客。

**6、住宿安全事项：**入住酒店后，应了解酒店安全须知，熟悉酒店的安全出口、安全楼梯的位置及安全转移的路线。及时了解房间内设备情况，如房门插销、浴室水龙头开关、设备损坏、污染、缺失等，如有异常请及时向客房服务员反映。不要将酒店、房号随便告诉陌生人，不要让陌生人进入客房，晚上休息保险锁要锁上

**7、饮食安全事项：**教职工应注意饮食健康，在疗休养目的地购买食物需注意商品质量，切勿吃生食、生海鲜、未知的食品，不在环境差的饮食店用餐，忌暴饮暴食，饮酒当适量。

**8、游览安全事项：**①在疗休养行程中或者自由活动期间，教职工应当选择自己能够控制风险的活动项目。除特殊团队外，公司不安排赛车、赛马、攀岩、无动力滑翔、探险性漂流、潜水、高山滑雪、滑板、跳伞、热气球、蹦极、冲浪等高风险活动，也敬请尽量不要去参加此类活动，如教职工坚持参加，请自行承担风险。

②行程必须按照行程单规定的景区范围内，应服从景区工作人员安排，团队集体出行，不得擅自超越行程范围行动。谨记导游提醒的各种注意事项以及景区的各种公告和警示牌：在拍摄照片时，教职工不

要专注于眼前的美景,而忽略了身边或者脚下的危险。

③时刻注意景区安全警示、天气预报,涉水出行、泡温泉登山应充分考虑自身的条件是否可行,不要强求和存侥幸心理,应注意适当休息,避免过度激烈运动,同时做好防护工作。

9、自由活动期间,应注意人生安全,出行要结伴,不要单独行动,应向领队和导游报备外出时间和目的地,并注意安全自负,如领队和导游认为不适合前往的,应听从劝阻,禁止前往违规违法的场所活动。

10、教职工在疗休养途中各种情况,请及时和导游沟通,请勿和当地人员直接冲突,导游及团队领队将协助妥善解决问题,避免事态激化。

11、教职工若未能按照合同约定,未能及时搭乘交通工具的,视为自愿放弃。教职工在出团前临时退团,不履行疗休养合同的,应付相应的损失和违约金,具体参照签订的疗休养合同。

12、教职工应自备一些常用药品(如感冒药、止泻药、晕车药等),切勿随意服用他人提供的药品。如有身体不适及时向导游或领队报告,及时就医治疗。如情况严重或3人以上发生同类情况需要急诊治疗的,需报告各单位负责人。另外疫情防控期间需要佩戴口罩、备好健康码待查。

13、教职工间应当提倡互相照应、帮助、礼让,展示良好的教职工形象。应注意特别自身文明出行形象和目的的各类安全警示,以免损坏组织单位的整体形象和在社会上造成负面影响。

14、参加疗体养的教职工应了解本次疗休养的行程内容,确认本人身体状况适合参加疗休养活动,并且不影响其他疗休养教职工的健康和安全:传染性疾病、心血管疾病、脑血管疾病、呼吸系统疾病、精神病、严重贫血病、各类手术的恢复期病患者、行动不便者、孕妇等其他不适合出行者请勿报名,如隐瞒参团,由此发生的事故或无法接待,责任自负!存在其他特殊健康问题的也请如实告知,以便旅行社采取必要的保护措施。

15、教职工家属随团出行的,应由该教职工提前征得单位许可,并和旅行社办理好相关手续、支付费用、投保意外险并传达相关安全注意事项。遵守团队纪律,不能影响团队的整体安排。如有其他人员要求参团须经出行单位和旅行社共同确认同意。

16、如遇自然灾害、战争、恐怖活动、动乱、骚乱、罢工、突发公共卫生事件、政府行为等不可抗力因素引起的突发事件,致使行程及活动有安全顾虑的,本公司有权限根据实际情况变更行程及活动内容、时间,请您务必配合;因滞留期间发生的膳宿费等增加的疗养费用,应当由教职工负担。

17、如遇航班的延误,请在候机厅耐心等待,密切注意航班的信息,以免误机。同时,航空公司因运力等因素有可能临时调整航班,如有此情况发生,本公司将对疗休养行程作出相应调整,届时敬请游客配合与谅解。

浙江浪漫国际旅游有限公司