



趁着春光明媚 来场错峰游吧

□本报记者 刘 丹

温暖阳光，满眼绿色，正是出游的好时节。可是，春节假期已过，清明节未至，是不是没有充足的时间出游？但是这个月，却又是节后出游价格跳水的阶段，机票、酒店价格大幅下降，精明爱玩如你，是不是可以合理利用时间，既可以得到实惠价格又可以奢享景区的“寂寥”。

当前正值春节长假游后的旅游淡季，那些在春节期间让很多人觉得高不可攀的热门线路游价，纷纷上演“跳水秀”，普遍降价一半。错峰出游，确实可以享受不一样的清静之美。

错峰出游价格更实惠

春节假期结束，旅游价格也开始大幅下降。近日，记者走访我市多家旅行社发现：春节后至3月底，出境游、国内游价格普遍下降，此一时段的错峰出游更划算。

我市泰山路北段一旅行社工作人员告诉记者：“春节后，韩国、日本、泰国、澳大利亚等都是出境游热门国家，而且价格也都比春节期间便宜1000元以上。国内游方面，这个季节推荐去张家界、九寨沟、

桂林等地。而海南、九寨沟等热点旅游目的地降价幅度也在1000元至2000元以上。

据介绍，春节后出游比较划算，主要是机票、住宿等成本下降了。这个时段，上班族进入工作状态，学生们也陆续开学，机票、住宿的费用比较低。3月、4月价格处于一年中的“低洼地”，4月下旬价格会随着出游人群的增加而逐渐回升，暑假达到“峰值”。

不少选择错峰出游的市民也趁机来个“抄底游”，不仅避开了客流高峰，还为荷包省下不少。另外，银发族也是这段旅游淡季的出游主力人群。正在一家旅行社报名海南游的王先生告诉记者：“自己和老伴退休了，过年出游不仅人多，价格高，而且也无法细细地欣赏景色。年后等休假人群都上班了，这个时间报团，价格相对低些，不到2600元都可以了，而且交通顺畅，人稀景美，导游服务也更用心。”

此时虽然是旅游淡季，价格相对较低，但是值此“3·15”到来之际，本报生活部温馨提醒广大市民，年后出游要谨防不合法的“低价游”。出游前要选择有资质的旅行社，报名要签订旅游合同，并且要保存好收据。如果在旅行过程中遇到“憋屈事”，可拨打旅游咨询投诉

电话18103956868进行维权。

错峰旅游可享清静之美

不少市民做出“错峰游”的选择，除了考虑价格实惠的因素之外，主要是冲着景区的清静而去。

在我市一家银行工作的小林告诉记者，去年春节她约了几个朋友带着家人去普吉岛旅游，结果在异乡遇到的还是人头攒动的“老乡”。几个著名的景点内人满为患，根本无法让人从空地欣赏美丽风光。留影常常要排半个多钟头的长队，费钱又费时，这样的游程实在没意思。所以，今年的她吸取教训，准备在这旅游淡季，提前休年假，从容悠闲地感受一番旅行的乐趣，同时省下来的优惠资费，还可以放放手脚买买。

“我发现每到节假日，旅游景点都是人满为患，所以我现在外出旅行都会刻意避开这样的高峰期，既能好好欣赏美景，又节约时间，还省钱，一举多得。”经营一家茶店的王先生采访中直言，旅行就是将自己平时疲于奔命的脚步放慢，慵懒、悠闲地品味另一个陌生之地的美食、风景，让身体每个感官都能感受到的，只有纯粹的快乐。

沙澧春天生态园 AAA 景区醉宾朋

□本报记者 张腾飞

3月5日，第二届草莓文化节暨国家AAA级旅游景区授牌庆典在沙澧春天生态园景区隆重举行。当天，有漯河本地与周边地市的近万名游客慕名来到景区，或采摘有机草莓，或户外烧烤，或丛林寻宝，体验了极具特色的乡村旅游。

庆典上，沙澧春天生态园景区总经理苏博代表园区首先进行欢迎致辞。随后，漯河市旅游局局长晁伟和西城区管委会副主任史志伟分别进行讲话，并由晁伟代表市旅游局为园区授予AAA级景区匾牌。授予仪式结束后，漯河市人民政府副市长栗社臣宣布第二届草莓文化节开幕。伴随着庆典仪式的锣鼓声与鞭炮声，在沙澧春天生态园景区在打造豫中南最具影响力的休闲农业与乡村旅游景区的愿景中迈出了新的一步。

据介绍，漯河沙澧春天生态园是由漯河沙澧春天现代农业科技发展有限公司创办的集旅游、观光、休闲、采摘、拓展、餐饮于一体的生态园区，也是目前豫南最大的生态观光示范园区。园区创办以来，公司致力于打造功能齐全、设施完备、环境优美、绿色健康的生态休



游客在采摘草莓。 本报记者 范子恒 摄

闲示范园，先后被命名为“全国休闲农业与乡村旅游示范点”、“中国乡村旅游金牌农家乐”、“中国乡村旅游模范户”、“河南省乡村旅游休闲示范农庄”、“全国青少年农业科普示范基地”等荣誉称号，并顺利通过了省市旅游局对国家AAA级旅游景区的考核验收。

“沙澧春天生态园创建国家AAA级旅游景区和休闲农业与乡村旅游示范点，得到了国家和省、市旅游

局的高度关注和充分认可。不仅仅是沙澧春天生态园的一项殊荣，更是漯河旅游行业的一件大喜事、大好事，为我们漯河的旅游业和整体形象增了光、添了彩。”晁伟表示，生态园昔日的骄人业绩和今天的快速发展，是沙澧春天人努力拼搏、忘我奋斗的结果，而此次庆典活动的成功举办，也标志着生态园必将在未来的发展道路上越走越扎实，越走越宽阔。

“先旅游、后付费” 靠口碑做旅游

□本报记者 张晨阳

进入3月，春暖花开，窝了一冬的人们纷纷走出家门，踏青出游。然而旅途中有时会遭遇一些不顺心，有时还会一不小心掉进小陷阱，这时“整个人都不好了”。

在旅游中我们会经常遇到景区的线路与描述的不相符；旅游中导游对顾客冷嘲热讽，服务态度很不好；本来是看风景，却成了购物

游；是一次轻松的旅行，却变成了日夜赶行程……旅游原本是一件让人的身体和心理放松的事情，但是在旅行中却因为一些其他的因素让人身心疲惫。因此诚信旅游在旅游中也显得格外的重要。

为了倡导诚信旅游，引导旅游企业形成以质量、标准、品牌、服务、信用为核心的质量旅游，打造旅游“信用品牌”，引导旅游消费者理性消费，推动行业信用文化建

设，增强旅游行业的信用意识。本报“天下行读者俱乐部”举行了诚信旅游的踏青活动，诚邀大家参与报名“先旅游，有付费”的诚信旅游活动。那么“先旅游、后付费”到底是什么意思呢？游客只需要出发前缴纳部分定金，并在回程后缴纳余款即可。旅客可以根据自己的满意度来决定给多少。如果游客对旅行社的服务不满意，可以少缴纳甚至不缴纳余款。

春季旅行必备小妙招

□本报记者 张晨阳

随着春天的到来，喜欢旅游的小伙伴也开始准备行囊开始旅行了。但是在旅途中总会发生小意外让旅行的整个心情都变得很扫兴，相信大家都有过以下的遭遇：晒黑晒伤、走得久了脚上会磨出水泡、乘飞机的时候耳朵不适等等，遇到这些情况，你都能及时处理好吗？小心不要把“人在旅途”变成“人在囧途”，要让旅行更加轻松！

防晒技巧

春季外出旅游踏青，紫外线也比较强烈，皮肤经过一个冬季的养护，皮肤正是最娇嫩的时候，春季格外要注意保养。建议最好使用PA指数高的防晒霜，以对抗持续存在的UVA伤害，就算是阴雨天也不能忽视。

使用防晒指数（SPF）为15+以上的广谱防晒霜，在出门前15分钟~20分钟涂抹。如果防晒霜不防水而你容易出汗，最好能2小时~3小时补涂一次。聪明地使用遮挡物，尽量在遮阳处行走，例如树、遮阳棚、高楼的身影等。如果真的晒伤了，要赶紧冷敷，把局部温度降下来，但不能用冰。温度降下来之后再使用晒后修复产品，推荐有抗炎功效的。接下来的几天以基础护理为主，不要用有刺激性的功效性化妆品，比如水杨酸、果酸等。不要急于回复肤色，等过上几天皮肤状态稳定了，再用美白面膜之类的东西。

如何处理脚上的水泡

这个季节正是一个踏青的好季节，上山也自然成了首选。不过上山有时路程太远或者鞋子不合适，脚上会磨出水泡，有时水泡里还会掺杂有血

液。经常外出的王先生介绍，最好的处理方式是刺破水泡把其中的水液挤出来。如果条件允许，先用热水泡脚5分钟~10分钟再擦干，然后用碘酒或酒精给水泡进行局部消毒，拿消过毒的针刺破水泡，挤出里面的液体，再贴上创可贴保护伤口。处理水泡时千万不要剪去泡皮，否则不但更痛，影响走路，还会增加感染的风险。处理之后要注意保持清洁和消毒，过段时间伤口干了，外面一层皮会自然脱落。

容易晕车怎么办

出门坐车很多人比较烦恼，尤其是走在盘上公路上，晕车困扰着出门旅游的人。我市一家旅行社的导游王女士告诉记者，如果在旅游中有晕车的感觉，可以先闭上眼睛，切断视觉信号，这样可以稍微减轻一点晕车感，如果能睡着就更好了。如果大脑处于忙碌状态，压抑了前庭的感觉，也有助于防止晕车，比如聊天、听歌等。如果效果不好，情况比较严重的可以适当服用一些晕车药。

乘飞机时如何减轻耳痛

“乘飞机出门旅游，飞机起飞降落时总是耳朵不舒服怎么办？”导游王女士也有妙招，在飞机降落时要保持清醒，不要睡觉，这样才能实施缓解耳痛的方法。进行吞咽、咀嚼、打呵欠、用嘴呼吸等动作都有助于减轻耳朵的疼痛。

如果不想吃零食也不想假装吞咽和打呵欠，可以尝试咽鼓管充气法：先吸气，然后捏住鼻子，闭上嘴巴，缓缓呼气。你能感觉到鼓膜涨起来了，还能听到闷闷的一声“噗”，因为气体被推进了中耳。如果鼻塞了，就会听到一个尖锐的声音。

旅游聊天室

提起旅游，在人们的心目中似乎立刻就会浮现出碧海蓝天、青山秀水以及异国风情的画面。然而，旅途并非总是如你所愿。网友“一片初心”告诉记者，他和某旅行社签订了赴某地的旅游合同。出团前一天，他突然生病，希望旅行社取消旅游行程，全额退还交纳的旅游团款。旅行社表示，机票已经购买了，如果临时取消行程必须承担机票损失，并承担相应的违约责任。经测算，他将损失80%的旅游团款。

记者就此事采访了我市泰山路一家旅行社负责人王先生。王先生告诉分析说，由于旅行社购买的机票为团体机票，虽能获得较为优惠的折扣，但团体机票不得退票，也不得转签。所以，当旅行社购

买了团体机票而旅游者又临时取消行程，机票损失不可避免地产生。违约责任由旅行社与李先生双方事先在合同中约定。旅行社可以向这位网友收取实际损失的费用和违约金。

王先生还特别提醒，旅游合同签订后，双方当事人应当严格遵守约定，任何一方需要解除合同，都必须和对方协商并达成一致，否则就必须承担违约责任。

张晨阳
在本版“旅游聊天室”栏目，大家可以尽情地分享旅游中的乐趣，以及旅游中遇到的问题。每期“旅游聊天室”将邀请旅游企业、旅游专业人士或资深驴友等，分享您的快乐，回答您的问题。

QQ群：119534994
QQ号：630911441