



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： PWW231021
行程名稱： 美西 羚羊、大峽谷 環球影城 超級瑪莉歐 9 天
集合時間：
胸 牌：
領 隊：
送機人員： 沈昆毅先生 (0986242434)

*再次提醒護照自帶的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶您的護照或簽證等相關旅行文件..等，並請提早或準時抵達機場，以便協助您辦理Check-in手續。

■ 行程內容

美西 羚羊、大峽谷 環球影城 超級瑪莉歐 9 天

* 行程特色

1. 輕鬆遊美西二大城市\--洛杉磯、拉斯維加斯。
2. 人生必遊\--大峽谷國家公園，正統的南緣，親身體驗科羅拉多河切割出的峽谷震撼。
3. 大自然奇景 -羚羊峽谷，喜愛攝影的旅客，絕對不會遺憾。
4. 贈送拉斯維加斯夜遊，體會賭城夜晚迷人風情。
5. 暢遊環球影城，不可錯過神偷奶爸及玩命關頭、哈利波特等遊樂設施，一起加入小小兵的行列！

- 環球影城內的超級瑪莉歐樂園已於 2023 正式在環球影城內開幕，不可錯過。
- 來到美國決不可錯過的Outlet Shopping--前往洛杉磯附近最大的Desert Hill Premium Outlet，愉快的shopping。
- 搭乘星宇航空全新客機飛往洛杉磯
- 餐食有變化，包含美西著名 In & Out Burger、Tony Romas 肋排餐及阿甘蝦海鮮風味餐。


第01天

台北 - 洛杉磯 Los Angeles (搭乘星宇航空最新開航洛杉磯航班)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今天在桃園機場集合，由領隊幫忙大家辦理出境手續，準備搭乘星宇航空最新開航洛杉磯航班出征美西。抵達以後由專車接往飯店休息，調整時差，迎接精彩的行程。

星宇航空於 2023年 4月 26 日開航洛杉磯，以全新廣體客機 A350-900 執飛，全艙等共306個座位，包含頭等艙4個、商務艙26個、豪華經濟艙36個及240個經濟艙座位。飛機餐當然也同樣用心，連經濟艙都有受到好評的招牌胡同燒肉，搭機成為一種有家的感覺。

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

 **住宿** Hilton garden inn Graden Grove或同級

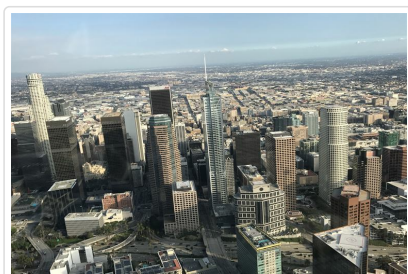
第02天

洛杉磯 市區觀光 -拉福林

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後，展開市區觀光。前往◎好萊塢大道:參觀◎中國戲院、◎杜比劇院，無數電影在這邊取景，是好萊塢巨星都會來的地方。每一年的奧斯卡都在杜比劇院頒獎。在中國戲院前面的地上，有許多巨星的手印，一起來找找自己喜歡的明星的手印，看看他(她)的手有多大! 之後，前往水上賭場拉福林。

餐食推薦:In-N-Out Burger美式漢堡，美國西岸的最具代表性的速食。簡單的菜單、新鮮的食材，沒有過多的調味。牛肉、蔬菜都吃得到新鮮!每到用餐時間每一家分店得來速車道總是大排長龍。這樣的當地美食，我們帶您一起來品嚐!(吃素食或是不吃牛肉的貴賓，可選用素食漢堡)



 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：IN-N-OUT Burger 晚餐：敬請自理

 **住宿** The Aquarius Laughlin或HARRAH LAUGHLIN CASINO AND HOTEL或同級

第03天

拉福林 - 正宗大峽谷國家公園 南緣 - 佩姬鎮

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日我們帶您前往◎大峽谷，大峽谷一輩子應該要去一次，親眼看到的震撼，決不是方寸大的平面所能傳達的，大峽谷的壯觀不須費力解釋，任何人都能看出是經過億萬年的吞吐蘊釀，才留下這片滄桑。出發前往發掘那被科羅拉多河幾千萬年來切割浸蝕的峽谷遺跡，陽光照射在峽谷岩壁上，而幻化出多彩多姿不同的情景直叫人感覺到人類在宇宙中的渺小，幾十年來有無數的作家想要用筆去將大峽谷的偉大寫出或畫出，但沒有一個人真正的成功，大峽谷是要用眼睛去看、用心去看、用您的心靈去觸摸的，或是回歸古老傳說 - 把它當做神明去禮讚，人類因為生命的短暫與形體的渺小，面對古老而深邃的景觀，總有益於言表的依依。也許潛意識裏希望能在這裏找到前世留下的足跡。午後，我們將入住佩姬鎮。

【務實的安排】：自從天空步道開幕以來，市場上都以西峽谷天空步道代替了真正的大峽谷國家公園，其實西峽谷已是大峽谷最西邊，峽谷壯闊的氣勢均不如大峽谷國家公園，鳳凰旅遊堅持安排最真實的大峽谷國家公園，就是要讓各位貴賓能親眼目睹這無法用言語所表



🍴 餐食 早餐：旅館早餐 午餐：敬請自理 晚餐：中式自助餐

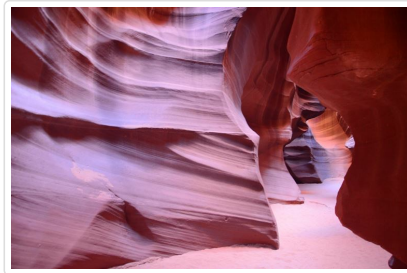
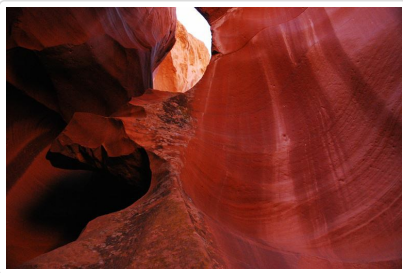
🏠 住宿 Hampton Inn & Suites Page - Lake Powell或Best Western Lake Powell或同級

第04天

佩姬鎮 - 四輪傳動車 - 羚羊峽谷 - 拉斯維加斯

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

我們今日將搭乘★四輪傳動吉普車前往世界上著名的羚羊峽谷，也是知名的攝影景點。這裡屬於納瓦荷族保護區。羚羊峽谷發現的記錄已不可考。據納瓦荷族的歷史傳述，該地過去是叉角羚羊棲息處，峽谷裡也常有羚羊漫步，這也是此峽谷名為羚羊峽谷的由來。老一輩的納瓦荷族曾將此地視為靜思與大靈溝通的棲息地。羚羊峽谷如同其他狹縫型峽谷般，是柔軟的砂岩經過百萬年的各種侵蝕力所形成。我們將由當地的導遊人員帶領進入峽谷內，經驗豐富的導遊不僅可詳細的介紹峽谷形成的主因，更可讓告知何處是拍照的最佳景點，來到這裡就像是進入了一個夢幻世界般。午後，我們將前往最具旅遊代表性的百變之城，拉斯維加斯，此處是美國人最喜歡的旅遊地點之一，這也是一個不折不扣的不夜賭城。一夜致富的夢想也時有所聞，在這個多元化的城市裡，除了賭之外，這個城市也提供非常豪華的渡假旅館、世界有名的娛樂節目、各式各樣的秀場、世界級的高爾夫球場。各位看過「征服情海」這部電影吧？是否還記得湯姆克魯斯與男配角古巴谷丁兩人在電話裡大喊 "Show Me the Money" 然後又叫又跳的那一幕？沒錯這就是拉斯維加斯，是上帝遺落沙漠中的一顆鑽石，在月光下閃爍著璀璨的光芒



🍴 餐食 早餐：旅館早餐 午餐：西式套餐 晚餐：敬請自理

🏠 住宿 Resort World Las Vegas或The Flamingo Hotel或同級

第05天


拉斯維加斯 - Desert Hill Premium Outlet - 洛杉磯

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今天我們依依不捨的離開拉斯維加斯，返回西岸最大都市-洛杉磯。並前往美西 Desert Hills Premium Outlet 的血拼勝地 - 暢貨中心，而 Outlet 這種地方，來美國自然是不可錯過，Outlet 聚集了許多名牌過季商品，以低於當季價格許多的方式出售，而且商品的品質仍相當不錯，堪稱物美價廉，只要精挑細選仍可撿到不少便宜。這裡的品牌專賣店真的相當多，如 Ferragamo、Tommy Hilfiger、TAG Heuer、Guess、Nike、Gap、Versace、Gucci、Escada、Burberry、Donna Karan、Coach、A/X、D & G、MAX MARA等也相當受到消費者青睞，應有盡有，根本不需到法國去逛街啦。之後，返回洛杉磯。



 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自理 晚餐：TONY ROMA'S 肋排餐

 **住宿** Hilton garden inn Graden Grove或同級

第06天

洛杉磯 全日自由活動 (探親、訪友、SHOPPING、迪士尼)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

全日自由活動。您可以藉此機會去探訪您居住在洛杉磯的親朋好友，或是前往美國最著名的 SHOPPING MALL 來趟 SHOPPING DAY，或您想去迪士尼園，位於洛杉磯的迪士尼可是正宗全世界第一家的迪士尼，是由華德、迪士尼先生親自監工完成的。全區有六大主題樂園，可說是最完善的。今日可是由您自己規劃的最佳時間喔

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：敬請自理 晚餐：敬請自理

 **住宿** Hilton garden inn Graden Grove或同級

第07天

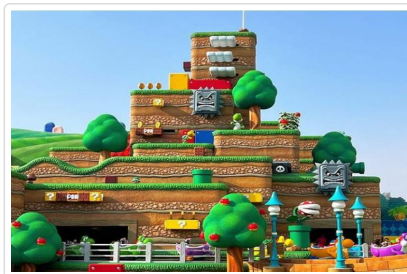
好萊塢環球影城+ 2023 全新超級瑪莉歐 全日遊

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★好萊塢每天都會發生不可能的事，瑪麗蓮夢露、卓別林、史蒂芬史匹伯，這些巨星級大導演們都懷著同樣的夢想，想進入多采多姿的電影世界，美國電影因娛樂性相當高，因此，在戰後深深的吸引當時美國人，希望藉由電影來撫平戰後的傷痛，從紐約一路發展到西岸洛杉磯，造就了好萊塢同時擁有許多製片廠，也因此吸引了無數抱著明星夢的人前來築夢，有的人躍上枝頭成鳳凰，有的人沒沒無聞一輩子，但有誰又能知道明天會有什麼奇蹟出現呢？於是好萊塢永遠活在每個人的心中。我們在★好萊塢環球製片廠中，乘坐遊園列車親身體驗各項拍片之佈景特技，及其內幕種種，從西部城鎮走入紐約市看那大金剛把整個城市翻了一圈，接著車子駛入舊金山的地鐵站讓您親身體驗 1906 年 8.2 級的大地震，摩西過紅海，大白鯊，古墓奇兵、侏羅紀公園等，都等著給您一個驚喜。全新打造的“3D 變形金剛主題樂園 (Transformers The Ride-3D)” 在好萊塢環球影城華麗登場，這次高科技刺激之旅會讓遊客沉浸在高清世界裡，變形金剛豐富有趣的 3D 世界讓遊客沿著 2 千英尺的軌道身歷其境。

2023 年 2 月開幕的超級任天堂世界與日本相當類似，同樣有碧姬公主城堡、AR Mario Kart 機動遊戲的庫巴城堡，還有互動元素的問號方塊和巨型食人花。好萊塢環球影城超級任天堂世界有專屬的蘑菇咖啡店，還有 1-Up 工廠紀念品商店，讓粉絲完全沉浸在超級瑪利歐兄弟的世界。

晚餐後，準備搭機返回台灣。



 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自理 晚餐：阿甘蝦海鮮風味餐

 **住宿** 機上

第08天

機上

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今天睡在飛機上，可以開心的看看電影，或是拿出照片來回味。這次的美西真開心！

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：機上

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今天班機抵達桃園機場，回家囉~

 **餐食** 早餐：機上套餐 午餐：X 晚餐：X

 **住宿** 甜蜜的家

■ 旅遊注意事項

親愛的鳳凰貴賓，您好！

感謝您與鳳凰旅遊一起共享旅行世界的樂趣！為了旅途順暢及維護您的權益，我們竭誠建議您詳閱下列注意事，以便利您充分享受一趟快樂之旅。

一、 出入境

1. 請依約定的集合時間、地點，於**班機起飛前二小時**攜帶行李及相關證件至指定航空公司團體櫃檯，向領隊或送機人員辦理報到，完成搭機（check in）及出境手續（提醒您，部分航空公司與旺季期間則須於班機起飛前三小時集合）。
2. 托運行李請備堅固耐用者為佳，需備鎖，以每人交運一件（限重20公斤以內或依各家航空公司規定），以及一件輕便隨身行李自帶為原則（隨身行李不可超過：長56x寬36x高23公分）。
3. 目前大部分航空公司均規定行李托運須自行辦理check in手續，亦請旅客自行保留行李收據。
4. 貨幣：超過等值美金1萬元現金者，應報明海關登記；人民幣限額為兩萬元；新台幣以6萬元為限，如所帶之新台幣超過限額時，應在出境前事先向中央銀行申請核准，持憑查驗放行，超額部份未經核准，不准攜出。

如結匯是購買美金旅行支票，請務必結匯後立刻在支票左上角簽名欄簽名，下面的簽名欄則待支付款項時再簽名。建議您可另外用一張紙記下每張支票號碼，每用掉一張則劃掉一個號碼，並保留購買旅行支票時的存根，以便萬一遺失時可迅速辦理掛失補發。

（如有最新公告，依財政部關稅局公告為主）

二、海關

1. 旅客返國可免稅攜帶香煙一條、酒一瓶，及少量自用香水或禮物。
2. 禁止攜帶各種肉類、植物、蔬菜及不良刊物入、出境。
3. 毒品、槍械、彈藥，未經主管機關許可，禁止攜帶入、出境。
4. 銼刀、指甲剪、水果刀請置於大行李箱內托運（否則過關時將會沒收）。
5. 保育類野生動物及其產製品，如未取得許可文件就帶回國或郵寄，依法將以走私論罪，敬請旅客留意。
6. 購買非保育類野生動植物產製品時，亦應向廠商索取海關許可證明，因各國管制辦法不同，攜帶此類物品常會造成入、出境的麻煩。
7. 不接受他人托帶物品，以免在海關檢查時遭無妄之災。
8. 任何團員若有私帶私貨之嫌，領隊有權拒絕隨團報關，以免影響其他團員通關手續(權益)。
9. 出入境不能攜帶超過報關金額（可參考一.出入境第4點）。
10. 海關查驗行李時應予配合，超額物品應誠實申報。
11. 出發前應檢查自己的證件是否過期，證件包括護照及當地簽證等。

◎ 特別注意！民航局安檢規定：

1. 旅客隨身攜帶之液體、膠狀及噴霧類物品容器，其體積不得超過100毫升。
2. 所有液體、膠狀及噴霧類物品容器均應裝於不超過1公升且可重複密封之透明塑膠袋內，所有容器裝於塑膠袋內時，塑膠袋應可完全密封，並且每名旅客限制攜帶1個，於通過安檢線時由檢查人員目視檢查。
3. 旅客攜帶旅行中所必要，但未符合前述限量規定之嬰兒奶粉(牛奶)、嬰兒食品、藥物、糖尿病或其他醫療所需之液體、膠狀及噴霧類物品，經向安全檢查人員申報並獲得同意後即可攜帶。
4. 出境或過境(轉機)旅客在機場管制區或前段航程於機艙內購買、或取得前述物品可隨身攜帶上機，但需包裝於經籤封防止調包及顯示有效購買證明之塑膠袋內。
5. 為使安檢線之X光檢查儀有效檢查，前述塑膠袋應與其它手提行李、外套或手提電腦分開通過X光檢查。

- 第一航廈 (03) 398-2143~4
 - 第二航廈 (03) 398-3274、(03) 398-3294
- 臺灣桃園國際機場

◎美加地區特別注意事項

自2008年5月5日起，美加境內托運行李之規定將有變動，凡購買經濟艙機票及兌換里程獎勵之經濟艙機票，**可免費托運一件行李**，第二件托運行李則須酌收美金25元。

美國聯邦運輸安全署 (TSA) 發布以下航空旅遊注意事項：

1. 各類的液態或凝膠狀物品(包括飲料、洗髮精、防曬油、乳液、牙膏和髮膠等等)禁止攜帶上機，必需放置在托運行李中。但嬰幼兒食品及有醫生處方之必備藥物不在此限。
2. 儘量減少隨身攜帶的行李。
3. 至少在飛機起飛前三個小時到達機場。
4. 安檢後在候機處所購買的飲料，必需在登機前喝完，安檢人員會在登機門進行抽檢。
5. 與TSA安檢人員及航空公司人員充分配合，提高警覺，若有看到行徑可疑之人或事，向有關單位報告。

*出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站www.tsa.gov，得知最新相關規定。

三、食

1. 早餐一般以自助餐為主，可任意取用，但以適量為宜。
2. 午餐及晚餐以中、西餐以及風味特色餐搭配 (不含飲料)，盡量安排多樣化。
3. 於餐廳用餐時，請勿飲用自己所攜帶的酒類及飲料。
4. 若安排在中國餐廳用餐，因各大城市之中國餐廳，受限於材料來源及烹調方式，實在無法與國內相比較，若無法盡善盡美，敬請見諒！
5. 飲食有特殊需要者，如吃素或不吃牛肉，請在旅遊行前說明會時告知，以便事先預訂 (因機上無法臨時準備)。

四、衣

1. 衣著及鞋子以輕便舒適為原則。
2. 冬天服裝以保暖又便於穿脫為原則，同時請備厚毛襪、圍巾、手套等禦寒裝備。
3. 如遇下雪或極地地區，因雪地反光甚強，請備墨鏡護眼，並攜帶面霜、護脣膏等，以防凍傷。

五、住

1. 團體旅遊住宿，一般以二人一室為原則，如欲住單人房則須增繳單人房價差。
2. 一般飯店內不提供牙膏、牙刷、毛巾等私人用品，且基於衛生理由，敬請自行攜帶。
3. 房內如有煮具與茶包、咖啡包，多為免費供應，但冰箱內之任何東西則需付費。
4. 在浴缸內淋浴時，請務必拉起浴簾並將其放於浴缸內，以防濺濕地板。
5. 貴重物品請放置飯店保險箱內，如隨身攜帶，切勿離手。
6. 住宿飯店請隨時加扣安全鎖，並勿將衣物披在燈上或在床上抽煙，聽到警報器時，請由緊急出口迅速離開。
7. 提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。
8. 游泳池未開放時間，請勿擅自入池，並切記勿單獨入池。
9. 夜間或自由活動時間自行外出，請告知領隊或團友。

六、交通及行程

1. 搭乘飛機時，請隨時扣緊安全帶，以免亂流影響安全。
2. 搭車時請勿任意更換座位，頭、手勿伸出窗外，上下車請注意來車。
3. 搭乘纜車時，請依序上下，聽從工作人員指揮。
4. 出國旅遊期間，下車或於旅館外出時，貴重物品 (護照、金錢、相機、攝影機、沿途新購物品)。請勿置於車上及房間內。
5. 出國旅遊期間，請勿將護照交給他人保管(包括領隊或當地導遊)。要求統一保管時，亦請您回絕。
6. 隨團體參觀時請緊隨團體行動，不單獨行動。
7. 出門在外特別注意安全，切記財不露白，平時財物分開放置，購物時也不應當眾掏出大把鈔票點數。
8. 遵守領隊所宣布的觀光區、餐廳、飯店、遊樂設施等各種場所的注意事項。
9. 旅遊活動安全等級以品保協會評定之危險標準為依據，品保協會未評定者，則由本公司自行評定；身體狀況不佳、孕婦、幼兒及患有心臟病、高血壓、氣管疾病等貴賓，請自行斟酌個人身體狀況，請勿勉強參加。
10. 本公司未提供的自費活動項目，建議您不要參加。若因自行參加而導致意外發生時，本公司恕不負責。
11. 正常旅遊時間外所有客人要求領隊帶領之額外活動，若發生任何意外時，本公司及領隊恕不負責。
12. 搭乘船隻請務必穿著救生衣，搭乘快艇請扶緊坐穩，勿任意移動。
13. 行走雪地及陡峭之路，請小心謹慎。
14. 團體行進中一切以團隊精神為主，暫時需要犧牲一些個人自由、凡事以團體為優先並相互合作、幫助、發揮團隊精神，若有服務不周之處，敬請不吝賜教，並求改進，謝謝！

七、保險

再次感謝您的支持，參加本公司所承辦的團體旅遊。自2023年5月1日起，為參團旅客投保【責任保險】金額提高至新台幣500萬元，【意外醫療實支實付】為新台幣20萬元（均已超過旅行業管理規則第五十三條規定的200萬元，意外醫療亦已超過交通部觀光局規定的實支實付新台幣10萬元）。唯15歲以下、70歲以上之旅客，與《以台灣為母港出發的郵輪航程》的部分，保險公司只接受最高保額為兩百萬，敬請知悉與理解。以及綜合旅行社的八千萬履約責任險。另外，觀光局在「國外定型化旅遊契約書」第九條第五款中規定，旅行社有告知旅客自行投保旅行平安保險之義務。因此，為了您的權益，特別提醒每一位參加團體的貴賓，不要忘了自行投保旅遊平安險，或洽詢您的服務人員相關問題。

八、其他注意事項

● 美加地區特別注意事項

- 一、自2008年5月5日起，美加境內托運行李之規定將有變動，凡購買經濟艙機票及兌換里程獎勵之經濟艙機票，可免費托運一件行李，第二件托運行李則須酌收美金50元或依各家航空公司規定。
- 二、美國聯邦運輸安全署 (TSA) 發布以下航空旅遊注意事項：
 1. 各類的液態或凝膠狀物品(包括飲料、洗髮精、防曬油、乳液、牙膏和髮膠等等)禁止攜帶上機，必需放置在托運行李中。但嬰幼兒食品及有醫生處方之必備藥物不在此限。
 2. 儘量減少隨身攜帶的行李。
 3. 至少在飛機起飛前三個小時到達機場。
 4. 安檢後在候機處所購買的飲料，必需在登機前喝完，安檢人員會在登機門進行抽檢。
 5. 與TSA安檢人員及航空公司人員充分配合，提高警覺，若有看到行徑可疑之人或事，向有關單位報告
出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站www.tsa.gov，得知最新相關規定。

■ 旅遊實用資訊

一、幣值與兌換

1. 美元 (USD) 31.5台幣=約1美元 (隨匯率變動)
加拿大幣 (CAD) 24台幣=約1加幣 (隨匯率變動)
匯率查詢網址：<http://rate.bot.com.tw/Pages/Static/UIP003.zh-TW.htm>
2. 外幣可事先在台灣的銀行兌換
3. 大都市的商店大部份可接受信用卡付費

二、時差和電壓

地區	與台灣時差	電壓	插座
美國(東部時區)	-13	120 V	兩腳扁型 / 兩腳扁+圓型接地腳
阿拉斯加	-17	120 V	兩腳扁型 / 兩腳扁+圓型接地腳
加拿大(東部時區)	-13	110 V	兩腳扁型 / 兩腳扁+圓型接地腳

三、如何打電話

	國際冠碼	國碼	電話號碼
美國打電話回台灣	011	886	區域碼或手機的0省略+電話號碼
加拿大打電話回台灣	011	886	
台灣打電話到美國	002	1	區域碼或手機的0省略+電話號碼
台灣打電話到加拿大	002	1	

使用手機撥打可按<>可省略撥國際冠碼

■ 住宿飯店資訊

* 提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。

本團飯店尚在確認中,我們將隨時為您提供最新資訊,謝謝!!

■ 航班資訊

再次提醒護照自帶的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶您的護照或簽證等相關旅行文件..等，並請提早或準時抵達機場集合，以便協助您辦理Check-in手續。

■ 鳳凰再次叮嚀貴賓~旅遊安全的注意事項

出國旅遊已經是台灣旅客從事休閒的主要活動之一，鳳凰旅遊非常榮幸能在此趟行程為貴賓提供服務，但是，基於維護貴賓的旅遊安全，希望您能耐心與仔細閱讀我們以下的叮嚀，任何疑問也請隨時洽詢隨團服務的領隊或導遊，謝謝！

根據旅遊醫學專業醫師的建議：

1. 懷孕婦女、年長者、行動不便、慢性病患者如心臟病血管疾病、肺及呼吸疾病、腎臟病及尿毒症、痛風及高尿酸血症、糖尿病及高血壓病患者，及癌症患者或健康狀況不佳者，參團出國旅遊時，一定要有親友隨行照料（尤其是行動不便者）；並在行程出發前主動告知旅行社，以便旅行社能在行程中、儘量協助安排相關事宜。
2. 慢性疾病患者請記得在行程出發前做好個人用藥的準備，例如：攜帶足夠的藥物量，以及英文處方箋（含：藥物名稱、劑量及用法）；尤其是長途飛行的旅程中，貴賓一定要將相關藥品及醫師處方箋放在隨身行李，請勿只放在大行李箱內。
3. 基於旅遊安全考量，請貴賓自行酌量身體狀況，是否能夠參加具刺激性或危險性的活動，並請務必提醒領隊或導遊個人的病史，（刺激性活動如：高原、高山旅遊、浮潛、潛水、衝浪及相關水上活動、泛舟、滑雪、高空彈跳...等）。
4. 相當受到喜愛的泡湯活動，並不是人人都合適喔！尤其是泡湯時，因為溫度急遽的變化容易引起身體不適，請貴賓斟酌。想泡湯的貴賓，提醒您泡湯前先作暖身運動，下池時速度放緩、由手、腳尖、腿、腰、身體至全身，每次泡湯以10~15分鐘為宜，最多不要超過2次，泡湯後需補充水分。

鳳凰再次叮嚀：

提醒貴賓隨時留意自身的健康外，若有任何身體不適，請務必在第一時間通知隨團服務的領隊或導遊；參加各項活動前，也請務必仔細聆聽領隊或導遊的安全須知宣導及規定，並請遵守。

*基於旅遊安全考量，貴賓有義務告知您的身體狀況，若因貴賓未告知或隱瞞，則表示旅客願意自行承擔一切責任。

■ 出國旅遊攜帶物品核對表

旅遊文件資料		
<input type="checkbox"/> 護照 (出國日起六個月以上效期)	<input type="checkbox"/> 簽證	<input type="checkbox"/> 出境證
<input type="checkbox"/> 機票	<input type="checkbox"/> 旅遊行程手冊	<input type="checkbox"/> 各地旅遊參考資料
<input type="checkbox"/> 外幣零用金	<input type="checkbox"/> 信用卡	<input type="checkbox"/> 記事本
<input type="checkbox"/> 名片 (旅客自行斟酌)	<input type="checkbox"/> 親友聯絡地址、電話	
衣物用品		
<input type="checkbox"/> 西裝、洋裝、領帶	<input type="checkbox"/> 襯衫、休閒服、夾克	<input type="checkbox"/> 毛衣、風衣、長褲
<input type="checkbox"/> 襪子、手帕、內衣褲	<input type="checkbox"/> 便鞋、平底鞋、拖鞋	<input type="checkbox"/> 睡衣褲
<input type="checkbox"/> 防寒衣物 (帽子、手套、圍巾)	<input type="checkbox"/> 游具 (泳衣、泳帽、蛙鏡)	<input type="checkbox"/> 摺傘或輕便雨衣
<input type="checkbox"/> 太陽眼鏡、防曬乳液	<input type="checkbox"/> 遮陽帽	
個人用品		
<input type="checkbox"/> 梳子、髮油	<input type="checkbox"/> 刮鬍刀、刮鬍膏 (請放入托運行李箱)	<input type="checkbox"/> 化妝品、面紙、面霜、面膜
<input type="checkbox"/> 牙刷、牙膏、洗面乳、沐浴乳、洗髮精	<input type="checkbox"/> 水壺	<input type="checkbox"/> 吹風機
<input type="checkbox"/> 針線、備用釦	<input type="checkbox"/> 指甲刀、水果刀 (請放入托運行李箱)	<input type="checkbox"/> 轉換插頭、變壓器
其他		
<input type="checkbox"/> 個人自用應急藥品 (慢性病英文處方箋)	<input type="checkbox"/> 零食	<input type="checkbox"/> 紀念品
<input type="checkbox"/> 親友請託購物品清單	<input type="checkbox"/> 休閒雜誌	<input type="checkbox"/> 筆