



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： DIY090704
行程名稱： 山水話瑞士鐵道10日
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

山水話瑞士鐵道10日

* 行程特色

「TRAFALGAR 美麗新世界」

遊訪世界、與來自世界各地的人相遇，進而結交更多新朋友，為已進入中段的人生注入新活力，生活變的更精彩美麗，也指出這是以往沒有過的新旅行方式。

瑞士的湖泊

用「湖光山色」來形容瑞士是大家一致公認的詞句；清澈的湖泊中往往都有一座有白雪覆蓋的山頭倒影其中，完美顯示瑞士的純淨之美。

瑞士的鄉村景緻

城鎮之外的地方盡是群山萬壑，綠意盎然，路邊的牛都如同天天洗澡似的黑白分明；只要你到了瑞士，應該就能理解這樣的說法，潔淨輕柔的鄉村自然之美，就是瑞士最常見的景色

瑞士的群山

每座山都有它不一樣的美感與魅力，旅遊看心情，賞山看氣候，在雲霧晴雨之間，每一座山都可以有不同的容顏，千萬別以為只有大海才難以捉摸，看似堅毅的山，其實亦然。

瑞士的鐵道

瑞士人建鐵路的技術舉世聞名，全世界最高的火車站、坡度最陡的鐵道都是出現在瑞士。所有沿途的景觀，每經過一個轉彎總會出現一幅不同的風景，都具有被框裱起來收藏的價值，如果搭乘的是路線特殊的景觀火車路線，那麼一路上的景緻，真的只有美不勝收足以形容。

1. 全程使用火車串聯整個行程，輕鬆愉快，省卻拉車行程。
2. 搭乘**冰河景觀列車(Glacier Express Train)**從聖摩里茲到策馬特，沿途風光秀麗，每一個轉彎就像一幅畫。
3. 從日內瓦搭乘**黃金列車(Golden Pass Line Train)**經茵特拉根，抵達盧森，這又是另一段瑞士經典風景路線。
4. 暢遊蘇黎士、聖摩里茲、策馬特、日內瓦、茵特拉根及盧森六大都市。
5. 旅遊期間有專業英文導遊為您做詳盡的介紹，絕對讓您的旅程豐富又愉快。
6. 全程住宿包含 7 晚住宿。餐食包含 7 早餐、4 晚餐。
7. 行程包含 Trafalgar **私房景點 (Hidden Treasures)**，更增添行程中與眾不同之處。
8. **【餐食自由選】**：各式各樣的餐食都可在大城小鎮裡找到，我們在此讓大家可自由的選擇自己喜歡的餐食，享受一下真正屬於自己喜愛的餐食安排，領隊也會詳盡的為各位貴賓介紹。

第01天

台北 / 轉機點 / 蘇黎士

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

綿延的綠色丘陵、潔白的冰原、粉藍色冰河，編織這彷彿仙境的歐陸之心 - 瑞士。遊臥自然的大觀園，在開闊的山水間；品嚐奶香味濃的起士火鍋、巧克力，旅遊瑞士，就是一趟氣質不凡的感官筵席... 今日搭乘豪華客機京轉機點飛往瑞士蘇黎士，為這個不會出聲的瑞士配上精采故事。

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：機上

 **住宿** 機上


第02天

蘇黎士

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

飛機平穩的降落在蘇黎世機場，和藹友善的海關人員向每位到訪的遊客道聲早安，歡迎大家來到她們的國家參觀，這是她們的驕傲與自信。蘇黎世是瑞士最大的城市，它常被譽為湖邊的花園城。漫步於這個美麗的城市，隨處可以見到證實此一美譽的景物。蘇黎世市內花園遍佈，都經過精心打理，花卉一直保持鮮艷。傍晚時分，將與此團的其他朋友及領隊一起來個 Welcome Drink，彼此認識，好好的享受未來的愉快時光。

人生的領域 心靈的領域 夢想的領域 朋友總是能為我們打開新的一頁！

 **餐食** 早餐：X 午餐：自由選 晚餐：自由選

 **住宿** Moevenpick Hotel ZurichAirport或同級

第03天

蘇黎士 - 庫爾 - 聖模里茲

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

瑞士的早晨是使人神清氣爽，就希望能把所有的養分吸進身體深處，蘇黎士是瑞士最重要的商業及財經城市，亦是全歐洲最富裕的城市之一，蘇黎世的現代建築物，通過像迷宮般的小徑，與蘇黎世的舊城建築聯結了起來，蘇黎士湖旁的小店、或經典建築在在的顯示出此

城市的過去與未來。我們緊接著就要登上瑞士最負盛名的鐵道，開始我們此行的旅遊。沿途經過山中小鎮、如畫中的湖泊及白雪覆蓋的山脈，最後抵達瑞士的度假勝地-聖摩里茲。這個倚著阿爾卑斯山少見的高山湖泊的山城；湖泊的一側是深邃茂密的森林、另一側就是沿著山坡層層往上建起的聖模里茲。請特別記得聖模里茲的氣息，那是一種清新的、含著青草森林香的特殊味道，深深的吸上一口氣，吸這位在海拔1856公尺山裡面的味道。

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自由選 晚餐：西式餐

第04天

聖摩里茲 - 冰河景觀列車 - 策馬特

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

瑞士人除了富有，建鐵路的技術一樣舉世聞名，全世界最高的火車站、坡度最陡的鐵道都是出現在瑞士。我們今日便要搭上舉世聞名的 - 冰河景觀列車 Glacier Express，在這8小時的旅程，列車行經阿爾卑斯山之際，也就是這趟火車之旅中，最令人目眩神迷的部分，只見在一片皚皚白雪中，列車緩緩而行，彷彿是卡通故事的情節重現，冰河列車的全部旅途中，會經過大約291座橋樑，以及91個隧道，可見當時建造工程的困難，這段鐵路行駛在奇岩遍佈的阿爾卑斯山區，最高與最低點的落差達1,429公尺，沿途景觀多變，溪流、山谷、飛瀑、村莊、田野各類風景美不勝收，冰河列車的車廂特別設計成鮮紅色，在田野山間奔馳，顯得格外醒目美麗！終點站—策馬特是個無污染的城市，因為位居造型俊偉之世界名峰 - 馬特洪峰(Matterhorn)山腳，使得策馬特一樣也成為舉世聞名的阿爾卑斯山渡假山城。策馬特除了是欣賞與攀登馬特洪峰的最佳基地之外，還因該城採取車輛禁行的Car Free政策，而使得整個山城卻因而多了一股熱鬧集中的歡愉氣氛。

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自由選 晚餐：西式餐

第05天

策馬特 輕鬆自在的一天

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

在這 Car Free 的山中小鎮，輕鬆的在街上隨意逛逛是種享受，空氣清新、沒有車輛的汙染及聲音，像是家中的花園般，今日導遊還要帶我們去發掘那【**私房景點 Hidden Treasure**】或是可以乘坐登山火車至海拔 3,131 公尺的葛納葛特觀景台。登臨此台，遠眺之下，前面寬廣的冰川，馬特洪峰以及瑞士最高的杜福爾、斯比切峰 Dufourspitze 盡收眼底。而沿途欣賞山谷下蜿蜒的冰河、蒼翠的針葉林及山居人家的小木屋，您將有意想不到的收穫。馬特洪峰以特殊的三角錐造型聞名，幾乎瑞士所有的風景明信片都可看見它的雄姿，馬特洪峰標高4478公尺，從葛納葛特遠遠地欣賞馬特洪峰，這也是馬特洪峰最得意的角度，特殊的三角錐造形，使馬特洪峰得以揚名世界。

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自由選 晚餐：西式餐

第06天

策馬特 - 日內瓦

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

我們今日要搭乘火車前往作為聯合國許多國際組織的總部所在地而自豪的日內瓦。日內瓦湖通常又被稱著蕾曼湖，這個稱呼來自它的法文名字Lac L'eman，法文名字又源自拉丁文的名字Lacus Lemannus。傳說這是為了紀念希臘英雄勒曼努斯(Lacus Lemannus)，他市誘拐了美女海倫，而引發特洛伊戰爭的特洛伊王子帕里斯的兒子。形如一彎新月，是瑞士境內最大的湖泊，同時也是歐洲最大的淡水儲水池，為歐洲的用水作了最有效的調節。日內瓦的舊市區就位於Bastions綠地的東面和南面，從宗教改革紀念碑和大學之間的步道朝南走出廣闊的Bastions綠地後，左轉沿St. Leger路朝東北方走不久，即會碰到略有一點坡度的彎曲街道；爬上這條道路即達可愛的Bougr deFour廣場，此處在古時候曾是日內瓦往法國南部、法國東部、義大利等道路的重要十字路口，更早還曾是羅馬大會堂和城堡的所在地，舊市區其他重要建築還有俄羅斯風格的東方正教教堂(Eglise Orthodoxe Russe)、建於16世紀的市政廳(Hotel de Ville)、法院(Palais de Justice)、Poche劇院、St.Germain教堂.....等。

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自由選 晚餐：自由選

 **住宿** CORNAVIN或同級

第07天

日內瓦 - 黃金列車 Golden Pass Line - 茵特拉根 - 黃金列車 - 盧森

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

瑞士另一個著名的景觀列車莫過於【黃金列車】，我們將於日內瓦登上火車經茵特拉根前往盧森，列車兩旁的風景從草地、闊葉林漸漸地變成冬夏常青的針葉林，小木屋也漸漸由大變小。列車時而跨過鴻溝上的高架橋，穿過山洞隧道，時而又向下迴旋，在險峻的山脈中前行。窗外風景透過火車的窗戶往外看就同一幅幅美麗的油畫，那樣的生動。列車抵達阿爾卑斯山小鎮--茵特拉根。茵特拉肯整個區域深受19世紀義大利人旅遊風潮之影響，從茵特拉根市中心一直到湖畔邊，都滿是熱鬧愉悅的渡假氣氛，天氣晴朗時並可從這裡看到 Top of the World 的少女峰，在此我們將再度登上火車前往瑞士的中心都市 - 盧森。我們將此住宿2晚，好好的深入探訪此城的風光。

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自由選 晚餐：自由選

 **住宿** SCHILLER或同級


第08天

盧森 湖光山色的一天

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

在盧森，好像所有的景點都圍繞著湖邊，只要在湖邊慢慢的逛一圈，您就可發現這古都之美，古老的遮篷橋~卡貝爾木橋，不僅是琉森市的象徵，還為這整個城市帶了無限浪漫的氣氛。琉森城建立於1178年，此地是1332年以原始3個州獨立後、第4個加入瑞士誓約同盟的美麗的中世都市，近郊地區有與瑞士建國、威廉泰爾等的傳說，獅子紀念碑上垂死的獅子紀念著法國革命時、因保護路易16而戰死的勇敢瑞士勇兵們。或是您要搭上船隻，在那優美的盧森湖上欣賞周邊美景，悠閒的度過下午時光，此地也有著許多瑞士著名鐘錶的製造商店，您如果還缺一隻瑞士手錶的話，千萬不可錯過此次的機會。今晚是我們此次旅遊最後一晚的相聚，當然免不了一定要安排惜別晚宴。

與外國朋友天南地北、把酒言歡，陌生的城市，此刻的相聚，我們都會記得

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自由選 晚餐：惜別晚宴

 **住宿** SCHILLER或同級


第09天

盧森 - 蘇黎世 / 台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

時間永遠是不夠的，雖然瑞士面積不大，但短短的十天旅程，似乎尚未將瑞士好好的看夠，沒關係，下次再來，跟著三五好友一同再次的來個隨興之旅。我們將搭乘一小段火車前往蘇黎世機場，抵達後，揮別這幾天來自世界各地的好友，相約下次的旅程，辦理登機手續，準備搭機返台。

如您有後續行程的安排，請於出發通知服務人員，我們將可為您辦理機位及訂房的安排。

 **餐食** 早餐：旅館早餐 午餐：自由選 晚餐：機上


 **住宿** 機上

第10天

台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日飛機經轉機點飛返台北，結束此次愉快難忘的山水話瑞士鐵道之旅。

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

 **住宿** 甜蜜的家

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項，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。

航空站出境服務台24小時聯絡電話

- 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。

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. 貴重要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、凡事以團隊為優先並相互合作、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！

外交部緊急聯絡中心設有「旅外國人急難救助全球免付費專線」800-0885-0885目前可適用歐、美、日、韓、澳洲等22個國家或地區，並印製有「旅外國人急難救助卡」，可至機場服務台自由取用或至外交部網站下載

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。

■ 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

針線、備用釦

指甲刀、水果刀(請放入托運行李箱)

轉換插頭、變壓器

其他

個人自用應急藥品 (慢性病英文處方箋)

零食

紀念品

親友請託購物品清單

休閒雜誌

筆

Have a nice trip

旅途愉快