



Tour Member Handbook  
**旅客手冊**



團 號： MSS100107  
行程名稱： 蘭卡威喜來登五天 ( 雙SPA)  
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

### 蘭卡威喜來登五天 ( 雙SPA)

#### \* 行程特色

1. 參觀老鷹廣場、焦米村、馬蘇里公主墓。
2. 【蘭卡威自然生態遊】餵老鷹、捕紅蟳、南部紅樹林、孕婦島。
3. 走訪富有歷史意義的檳城市區觀光 - 兩百年觀音廟祈福、緬佛寺、康華麗斯古堡、檳城文化遺產 . . . .
4. 檳城新天地體驗風味小吃加安排三輪車夜遊，並品嚐南洋風味冰品。
5. 【THE SPA】馬來式舒壓30分鐘。


6. 特別贈送：世界最大彎曲空中觀景吊橋★【天空步道】。
7. 【小魚親親足SPA】體驗過泡腳；體驗過SPA，但是您體驗過溫泉魚輕輕啄食您腳上的死皮是什麼的感覺嗎？來，鳳凰為您安排。
8. 【首相遊艇俱樂部：英式下午茶及DIY動手做餅乾】烘烤之後也可當場享用或帶回家當伴手好禮喔！
9. 餐食安排：由於本行程安排大多為當地風味餐，而檳城亦大為中式合菜，請各位貴賓入境隨俗，體驗不同的馬來風情。
10. 購物站：錫器、土產、巧克力。
11. 此行程十人方成行，並派有專業領隊隨團服務。
12. 團體如遇單男或單女時分房會與領隊或其它客人同房，若最後均不能成雙人房時，請補單人房差NTD8000起每人。
13. \*馬簽準備文件：出發日算起有效期半年之護照+基本資料(需告知身高)+白底彩色兩吋相片兩張\*。如您提供的馬簽資料被退件；簽證費用是不退的，需再付馬簽NTD250。

## 第01天

台北Taipei檳城Penang - 市區觀光(臥佛寺+緬佛寺+康華麗斯古堡) - 三輪車遊古城(贈摩摩啞啞)

符號表示：★表含門票◎表下車參觀未標示者表行車經過

帶著輕鬆愉快的渡假心情，集合於桃園國際機場，搭乘豪華噴射客機飛往馬來西亞素有亞洲熱帶花園之稱的～【檳城】。抵達後首先帶您來個宗教巡禮，前往參觀世界第三大的◎【泰式臥佛】及緬甸佛寺東方花園◎【緬佛寺】。爾後往◎【康華麗斯古堡】，參觀英國人為抵禦泰國海盜入侵所建之古炮臺，安放在這城堡迄今已有兩百年歷史。今晚是您感受不同馬來風情的第一晚，特別安排您大啖檳城當地風味小吃料理◎【新天地】體驗馬來傳統小吃美食的文化，更能深入馬國民情風俗。餐後安排搭乘人力★【三輪車遊古城】，並品嚐當地風味小吃椰奶★【摩摩啞啞】體會當地居民的夜生活。爾後返回飯店休息。

 **餐食** 早餐：X 午餐：機上套餐 晚餐：新天地食閣自由逛街-享用各式風味小吃

 **住宿** TRADERS或EVERGREEN LAUREL或EQUATORIAL或同級

## 第02天

檳城 - 蘭卡威Langkawi - 市區觀光(贈送天空步道) - 碼頭遊艇餅乾點心教學+英式下午茶 - 喜來登渡假村

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；前往亞羅士打海港碼頭，轉搭快艇前往【蘭卡威】。抵達後來到蘭卡威州政府因發展蘭卡威觀光事業成功而耗資千萬所設立之◎【飛鷹廣場】。爾後前往◎【市區觀光】，參觀有美麗傳說的◎【瑪蘇麗公主墓】，相傳公主為了自身的清白曾許下毒誓，因此這段歷史故事更增加些許的浪漫與感性。續往十七世紀為抵抗泰人入侵，行焦土戰爭遺蹟的◎【焦米村】。爾後帶您前往世界最大彎曲空中觀景吊橋★【天空步道】大約十分鐘路程，由於路面多是不平的山路階梯，還是要穿著平底鞋小心行走。這座世界最大的觀景吊橋，同時承載兩千人，足見它的巨大及壯觀，但卻僅由兩山間的一個主要支撐架撐住，彎曲的橋身採用堅固的頂級鋼材，彎曲弧形的橋面人行道則用木板拼接而成，走在上面有一點搖搖晃晃。要先克服懼高產生的頭重腳輕感覺，也十分驚嘆建築師功力高超！觀景橋的頭尾兩端，各有一座三角形的瞭望平台，提供賞景空間可以遠瞰到泰國的本土；景象充滿震撼力！（此行程如遇天候狀況不佳將以其它行程替代（果園）由於為贈送行程；恕無退費。）

隨後前往★【首相遊艇俱樂部】享用【英式下午茶】，品嚐美味茶點之外，您也可以大展身手【DIY動手做餅乾】，烘烤之後也可當場享用或帶回家當伴手好禮喔！

【參考車程及船程】檳城-(30MINS)碼頭-(90MINS)蘭卡威(視海上狀況而訂)

 **餐食** 早餐：飯店內早餐 午餐：SUN DAY精緻餐點 晚餐：海鮮風味餐啤酒飲料無限暢飲

 **住宿** 蘭卡威喜來登海濱渡假村

## 第03天

蘭卡威『自然生態之旅』- 孕婦島 - THE SPA舒壓30分鐘 - SHERATON CHIME BAR(贈每人飲料一杯)

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，隨即搭乘快艇展開一系列的★【自然生態之旅】，首先安排前往【紅樹林奇特生態之旅】，穿梭於奇形怪狀的島林間，目睹小桂林的嶙峋山水，然後進入紅樹林保護區，您可更加了解紅樹林的奇特生態環境，彷彿置身於小亞馬遜河，在此您不但可以看見老鷹遨翔於天際，更可以在本公司安排下與老鷹近距離接觸、【餵食老鷹】。接著您可以放置誘【捕紅蟻】的魚網，讓您親自嚐嚐捕紅蟻的滋味、大呼過癮。爾後前往充滿神秘傳說及熱帶雨林氣氛的★【孕婦島】，其中孕婦湖寧靜的氣氛洗滌塵囂，在孕婦湖游泳令人難忘。午餐在【白沙島】享用午餐(B.B.Q.)，下午返回蘭卡威市區舒壓一下★【THE SPA】30分鐘。回到飯店特別安排各位貴賓在飯店內知名的★【CHIME BAR】贈送每人一杯飲料(SOFT DRINK或果汁或啤酒)消除今天出海的暑氣。晚上飯店內享用晚餐，伴您渡過一個異國浪漫的夜晚，別錯過大廳酒吧各國人士歡暢小酌；笑語晏晏；訴

 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：BBQ海鮮餐+飲料 晚餐：飯店內精緻餐食

 **住宿** 蘭卡威喜來登海濱渡假村


## 第04天

蘭卡威 (自由活動或自費行程) - 檳城文化遺產巡禮 (小印度+觀音廟+龍山堂+姓氏橋) - 小魚親親SPA - 巧克力專賣店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日享受一個沒有MORNING CALL的早上，早餐後，盡情享受飯店內的各項設施，或自費(USD80)參加巴椰島海洋國家公園一日遊行程，豐富的熱帶魚與珊瑚礁生態，聞名於世。絢爛美麗的海底景觀絕無僅有，在此浮潛就可讓你一窺海底世界的奧妙；浮台還有海底隧道可供觀賞；或可搭乘觀景船欣賞海底奇觀；亦可餵食成群的熱帶魚。午餐安排在浮台上享用西式自助餐。午後更可隨工作人員前往欣賞餵鯊魚的精彩活動。在此不論是浮潛、日光浴、或自費參加潛水活動，種種的活動都讓你盡興一整日，體會大自然的洗禮！

按約定集合時間準備前往碼頭，搭乘快艇返回【檳城市】抵達後一定要帶各位見識這活的世界遺產，◎【檳城文化遺產巡禮】。爾後帶您逛逛當地知名★【小印度】，區位於喬治市的東北方，這裡周圍環繞著濃厚的印度香料味道，地道印度音樂，還有各式各樣印度當地土產及傳統服飾販賣，令您感覺猶如置身印度境內，自由小逛之後在這裡我們也貼心的為您安排享用一份地道的拉茶拉餅。隨後前往【觀音廟】於1800年左右建廟至今已有多200多年的歷史，是檳城最古老的廟宇，來此參拜的善信絡繹不絕香火鼎盛，有興趣的您也可以入境隨俗的參拜祈福喔！接著前往◎【龍山堂】話說檳城福建五大姓邱、謝、楊、林和陳氏的族人安居下來之後，紛紛建立了各別的公司聚落和宗祠，但若屬保留最完整、瑕疵最少的非龍山堂邱公司莫屬。龍山堂邱公司擁有120年左右歷史背景堪稱檳城珍貴古跡之一，之後前往◎【姓氏橋巡根】的由來，百年來姓氏橋已歷經滄桑屹立在喬治市港岸，橋民以勞力血汗換取生活，見證了檳城港口的興盛哀榮。可是現今的發展也開始延伸至姓氏橋來，威脅到橋民的生活形態。為了保留這塊珍貴的文化遺產，當局已策劃把僅存的姓氏橋列入喬治市的文化古蹟遺產地的重點區，並見證了檳島沿海一帶的歷史進程。它也擁有幾乎與湄南河沿岸一模一樣的鄉土味。不只是橋上的木屋保留面貌，象徵著連繫居民關係的木橋，也和湄南河水上人家的木橋非常相似。而且，以姓氏為聚居概念的水上人家在全球是獨一無二。今天累了吧！特地為大家安排個可愛★【小魚親親足浴SPA】魚吻足浴樂SPA腳底按摩，讓你體驗一下溫泉魚輕輕啄食您腳上的死皮是什麼的感覺吧！（大人與小朋友皆可來體驗ㄟ）這些可愛的小魚兒只啄去死皮，因而展露您光滑健康肌膚。隨後前往◎【巧克力專賣店】您可選購給您的親朋好友。今日晚餐特別安排旋轉餐廳享用豐富的自助餐，爾後返回飯店休息。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：方便玩興敬請自理 晚餐：旋轉餐廳自助餐

 **住宿** TRADERS或EVERGREEN LAUREL或EQUATORIAL或同級


## 第05天

檳城 - 熱帶雨林植物園 - 錫器中心 - 土產/台北

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，隨即展開一連串扣人心弦的檳城市區觀光，首先前往在東方花園城市中參觀熱帶雨林◎【植物公園】（俗稱：瀑布池猴子山，讓您融入大自然氣息中）。爾後參觀大馬著名的◎【錫器中心】及【土產】店，作工之精細令您愛不釋手，其來源解說您更是不能錯過！隨後帶著您豐富的回憶，揮別這風華獨具之東方花園，結束此次馬來西亞之旅。

【行程景點及餐廳，會因天候、交通，影響而變動順序，本公司保有調整之權利】

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：吳潮記私房魯水鴨風味餐 晚餐：機上套餐

 **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。

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。

\*出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站[www.tsa.gov](http://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！

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。

#### 八、小費

1. 自2003年開始，鳳凰創先實施「領隊滿意服務百分百！旅遊當地司機、導遊及領隊的小費全包」制度(鳳凰逍遙系列, 或特殊團體, 不含小費等團體不適用)，導入ISO流程控管，由各位貴賓負責評鑑，希望能有效減少各位貴賓的一些困擾，讓領隊更努力的做好每一項服務，打造出悠遊自在、安心滿意的海外旅程。

「小費全包」也讓領隊更有尊嚴，「評分制度」讓客戶權益更具保障，是良性的互動循環，更能落實賞罰的效果。例如：

平均分數	退費標準
4分以上	全數交給領隊(5歐元/每天)
4分以下至3.5分	退還領隊小費之20%
3.5分以下至3分	退還領隊小費之40%
3分以下至2.5分	退還領隊小費之50%



1.由當地打電話回台灣：該國國際冠碼+886+區域碼(去0)+電話號碼

2.由台灣打電話到當地：002+該國國碼+區域碼(去0)+電話號碼

3.各國國際冠碼/國碼

泰國001/66、馬來西亞00/60、印尼001/62、新加坡001/65、

越南 00/84、菲律賓 00/63、汶萊 01/673、柬埔寨001/855

#### 五、氣候：

東南亞地區的國家多屬亞熱帶氣候、少部分為熱帶性雨林，全年平均溫度約在25-35度左右。

請參考[中央氣象局](#)提供之最新氣象

#### 六、其他：

1.任何食物、不宜過量，以免腸胃不適應，並不吃保育類野生動物之食品。

2.請準備防曬用品：防曬乳、太陽眼鏡、帽子、摺疊傘、保濕乳液等。

3.請自行準備個人藥品（如：暈車藥、感冒藥、胃腸藥、個人特殊用藥）

## ■ 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	
<b>衣物用品</b>		
<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	
<b>個人用品</b>		
<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
<b>其他</b>		
<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

*Have a nice trip* 旅途愉快