**旅游注意事项**

1. 请注意饮食（当地以酸辣口味为主，凉菜居多），不要随意食用路边摊，注意饮食卫生。
2. 入住酒店后要检查自己房间的物品是否损坏，是否齐全，如有损坏及时找服务员说明并调换。
3. 行程结束后回到酒店，如需外出，请携带好房间钥匙，关好门窗，贵重物品随身携带。
4. 记好导游的电话和旅游车的车牌号及自己入住酒店的名称。
5. 晚上如要自由活动，最好不要单独行动，尽量大家几个人一起出行，并记清自己所处的位置和区域，及所住宾馆的名称具体位置。
6. 团餐都是提前预定，不能随意更改，请按规定时间、地点就餐。
7. 游客请注意妥善保管好个人的贵重物品，照顾好随身物件，贵重物品不要放置房间内或旅游车内，请随身携带。
8. 旅游中请大家注意举止文明，禁止随地吐痰、乱扔杂物、大声喧哗；旅游车内、机场大厅以及一些特定的景点等严禁吸烟，违者罚款。
9. 云南是少数民族聚居区，请尊重当地少数民族的风俗习惯及宗教信仰。
10. 云南每天早晚温差较大（这段时间大概温度是12-25摄氏度），请注意着装，预防感冒。
11. 云南地处云贵高原，室外紫外线照射较强，注意防晒，带好防晒用品。

尽量穿一些宽松、休闲的服饰，女士尽量不要穿高跟鞋（穿轻便的便于行走的运动鞋）。

1. 请注意准一些个人用的常用药品，以备不时不需。
2. 酒店内提供毛巾为循环使用物品。可根据个人的卫生习惯自带其他用品。
3. 违禁品以千万不要放到托运行李里，上述物品如在托运过程中丢失，后果自负。
4. 请出团前注意当地天气预报，云南地处云贵高原，当地昼夜温差大，请带足保暖防寒衣物，云南日照强，紫外线强。长时间在户外活动,请戴上太阳帽、太阳镜，涂抹防晒霜,以保护皮肤。天气变化多端，请携带雨具；
5. 云南山高坡大，对限速有严格规定。行程地海拔较高，空气含氧量低，故上坡时旅游车速有时仅20－30迈，还望谅解！
6. 出行必备：雨衣或雨伞、运动鞋、感冒药、肠胃药、防虫膏药、防晒油、太阳帽、太阳镜等。（丽江早晚温差较大，请带稍厚衣服。建议带毛衣，长袖衫，轻便保暖外套，穿旅游鞋；

18、当地土特产：翡翠、黄龙玉、红木、普洱茶等；