**不管您是自助旅行或參加旅遊團體，希望您能夠遵守以下幾個重點：**

**心理的準備：**

旅遊絲路本來就比較艱辛，尤其是需要長時間的飛行，還有城市之間，路途都需要長途的跋涉才能抵達目的地，所以身體上除了要有健康的體力之外，心理上也要有刻苦耐勞的準備，不要把歐美旅遊的標準，拿來當作絲路旅遊比較與要求，如果無法有先前的心理準備的話，您就永遠無法體驗絲路旅遊的內涵。反之，相信您就能夠玩得開心，收穫也絕對是最多的一位。

**少數民族的禁忌：**

絲路沿途居住著眾多的少數民族，每一個少數民族都有他們固有的風土民情，與特有的風俗習慣，但他們的禁忌非常的多，大體來說請遵守男女授受不親的規矩、飲食上不吃大肉(豬肉)的禁忌、宗教信仰的內涵與限制，最重要的請尊敬他人的風俗習慣，還有請保持敬畏的心情，如此，相信您就能夠玩得安心，也不會侵犯到他人的尊嚴。

我們將在以下以簡要的方式，為大家作說明－絲路旅遊注意事項：

特別注意事項：

每一個人出果旅遊者，請務必要購買海外緊急醫療險，它絕對是你緊急時候的保障。(請告訴您的領隊或其他團員，有關您的保單資料，以利您在即時的時候獲得協助)。

**攜帶物品：**

衣　服：**最好穿著長袖、長褲**，全程白天溫度最高約為36度，夜間溫度最冷地方約為5~15度之間；我們將於前一天告知您，隔天 的溫度為何。一般與台灣夏天天氣類似，雖較高溫但較乾燥，惟白天日照很強。晚間在高原上過夜較涼爽，請攜帶禦寒衣物外套。

鞋　子：最好是休閒鞋或布鞋，女士請避免穿高跟鞋。

**行李箱：以硬殼、有鎖、帶輪子之行李箱外加捆帶為宜。**並請綁上明顯的布條或貼紙。另為方便攜帶隨身衣物、水壺，**建議每人攜帶一小行李袋**。

藥　物：胃腸藥、感冒藥、暈車藥、萬金油、綠油精、OK繃、維他命C綜合維他命、個人習慣藥物(眼藥水或隱型眼鏡清潔藥水、衛生 棉)。(領隊是不提供內服藥給客人使用的)。

**物　品：**絲路行程較為乾燥，請帶面霜、乳液保養品，另外請帶適量零食(或可在大陸當地沿途買零食)、盥洗衣物、個人藥品、金錢、望遠鏡、電池、膠捲底片、太陽眼鏡、帽子、遮陽遮雨用具、水壺、習慣香煙、手電筒、靠頭枕、錄音帶；如有水土不服經驗者，建議自帶台灣家裡開水一罐。(因個人需求不一樣，無法一一備載，另提供個人出國旅遊用品準備表一份，以利各位參考)。

飲　食：**此行程乳製品或許與台灣不一樣，請節制及衡量自己的腸胃**，以免鬧肚子影響行程，吃素人員請自備各種素食、食品、罐頭以利食用。且因本行程路途較遠，有幾天需準備便當、盒餐，所以請隨身攜帶零食，但以方便攜帶為主(罐頭可在當地買，隨時補充)。

電　壓：**大陸為220伏特電壓**，您可帶電湯匙，**並請自備萬向插頭**。台灣的行動電話可以再大陸漫遊，記得充電器要有220的變壓器。

海關進出規定：可攜帶香煙二條、酒一瓶及少量香水或禮物入關。攜帶金錢外幣部份如下述內容。

錢幣、免稅品額度：

1.大陸入境：相機或攝影機、隨身聽每人一部、金飾、外幣金額除以下的額度外，超過部份均須登記否則出境時將造成不便。

2.台灣出境：

a.台幣現金不超過＄40,000元.

b.美金現金不超過＄5,000元.(旅行支票、匯票不限）。

3.錢幣兌換： (以下均採浮動匯率，依當地、當日之兌換匯率為準)1元人民幣(RMB)約 =4.3元新台幣(NT) ，1元美金(USD)約 =8.1人民幣(RMB)

＃以美金現金較為方便；但美金支票較為經濟(匯率較高)＃

**於大陸其間需注意及禁止事項：**

1.禁止嫖妓，不得攜帶古董、金子或金飾、報紙出境(購買古董、金子或金飾物品時，記得向定點商店索取收據，以利出境)。

2.因國情政策不同，切記注意言行舉止、尤其政治問題。

3.出門在外護照，台胞證即為身份證明，請隨身攜帶及妥善保管。

4.請勿與黑市兌換人民幣，外幣或金飾物品，以免上當受騙。

5.大陸地方環淨衛生條件較差，尤其是絲路地區的條件，不要在路邊隨意吃路邊攤。

6.內陸民航常有不可預期之狀況，航空公司及火車服務人員均較不負責任。

7.生鮮水果、農產、海鮮禁止帶入大陸及帶回台灣。大陸藥品、特產、如無需要請勿大量採購，刀子禁止上(托運)飛機。

8.給予小費及購買物品時，切勿過份大方。

9.少數民族(回族)餐廳禁食大肉(豬肉)，切記請尊重他們的習性，於沿途上也不要講『豬肉』這個字眼。

10.禁止接受不認識人員委託攜帶物品，以免觸犯法令(即使是一封信)。

11.少數民族的宗教信仰均有其內含，希望能遵重他們的習俗，尤其忌諱讓人家摸頭，因此，請不要看到小孩時，就習慣性的摸他的頭。

12.少數民族的婦女較為保守，如要對其照相的話，請先尊重其意見。

13.在各地均有風味餐食，但是“請勿食用瀕臨絕種的保護動物”風味，那是要坐牢的。

14.大陸內路航班行李戴重，部分航線為15公斤/每人。

15.大陸的斤兩為一斤十兩，而不是台灣的一斤十六兩，請確記，但交易時，請注意所稱的斤兩是否足夠。

16.在農貿市場逛市集的時候，請小心自己攜帶的物品、金錢、證件。

17.在行程中如要騎馬、騎駱駝請小心為宜，最好由飼主帶您騎乘，否則易生意外。

18.在草原上有些草場，是遊牧民族自己承包的草場，一般都沒有標示出來，他們不願意人員下去踩踏的，請注意這些範圍，否則將帶給自己賠錢的困擾。

19.七.八月份旅遊絲路，沿途有許多時令的水果，處處可買，一般只要兩~三天就會熟透，請不要一下子買太多。

20.一般在寺廟內，是不允許拍照佛像的，請遵守規定否則將被罰款。

21.前往路旁的少數民族家訪，記得要客氣，如果有答應要寄相片給人家時，請遵守諾言為要。

22.沿途在馬路旁停車方便或休息，橫過馬路時請注意來往車輛，這裡的車速都很快。

23.背著背包體積就會加大，所以習慣背著背包的人，在進入商店或在面積狹小的觀景台上，在你迴轉的時候，請小心背後的商品或人員，不要在您迴轉的時候，被您的背包給擠掉。

24.您可準備一些衛生筷子與免洗碗，有些地方用餐時你將會很方便。

25.請攜帶濕紙巾及口罩以利你上廁所時使用。

26.新疆是一個大山大水的地方，這裡有寬闊的高地地形，也有許多的大草原，但身處這些地方最怕的是下雨打雷，所以當您位處高地或平原時，如果有打雷的時候，請記得要遠離高地與平原。

27.“有錢難買回頭望”，離開房間、餐廳、旅遊景點、照相的時候，請習慣性的回頭看看有沒有遺留下東西，尤其是證照物品、像機、大哥大的充電器…，因為本行程大多是不走回頭路，所以不要遺忘東西在飯店內。

28.在車上如果要吹冷氣，出風口請不要對著頭與身體吹，以免感冒，如果要開窗戶，風口也請不要對著自己吹，尤其是睡著的時候。

※大陸與台灣均嚴禁攜帶、販賣、食用、藏匿毒品，如犯案者難逃死罪※

※返臺時，請不要攜帶農畜產品(水果、種子)，以免被海關查扣沒收。

**備註：**

1.由台灣打電話到大陸，例如打到烏魯木齊銀都大廈，請撥002-86-991-453-6688，002為台灣國際台，86為大陸的國碼，991係烏魯木齊市的區域號碼(0991的0不要撥只要撥991就可)；453-6688為銀都大廈的電話號碼，其它地方類推。

2.從大陸打回台灣的台北市為 ×-00-886-2-~~~~~~~；×號係每一家飯店設定國際台號碼，在此難能告知，餘與由台灣打電話到大陸的要領相同。台灣大哥大漫遊大陸撥號要領同上，直接撥00-886-2~~~~~~。