

<<老爸老妈快乐游>>

图书基本信息

书名：<<老爸老妈快乐游>>

13位ISBN编号：9787501191093

10位ISBN编号：7501191093

出版时间：2010-1

出版时间：新华出版社

作者：东敬 编

页数：201

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<老爸老妈快乐游>>

内容概要

旅游，已经成为一种新的生活时尚，正是这种生活时尚，让参加各种旅游活动在中老年人当中风靡成行。

为了帮助老爸老妈安排最合适的旅游景点，保证旅游中的健康安全，制定出最经济实惠的旅游预算，我们特别编写了这本书。

本书图文并茂、科学生动，根据中老年人的生理特点，针对性地介绍了旅游前的各种准备工作、适合老爸老妈旅游的各种项目，并详细列举了在旅游时应注意的各种宜忌，还为老爸老妈推荐了一些贴心的旅游路线，一书在手，百事无忧。

让老爸老妈尽情享受旅游的乐趣，成为出众的旅游高手！

<<老爸老妈快乐游>>

书籍目录

第一章 老爸老妈：您准备好了吗 精心选择旅游路线，晒晒我们的足迹 旅行社，让我们找回集体的感觉 旅游行装，简约而不简单 检查身体，放心旅游 小药箱，大用途 预订酒店，预订休息的港湾 旅行交通工具：千里之行，始于足下 第二章 衣食住行全攻略： 旅游必备小常识 备好食品，快乐出发 “饮水思源” 旅行穿衣有讲究 旅游住宿三部曲 警惕陷阱——防人之心不可无 好身体好出行 第三章 急救措施小知识 晕机、晕船、晕车了怎么办 治疗腹泻小窍门 避免高温中暑的方法 运动性伤害的急救方法 被叮咬或蜇伤的急救方法 远离“旅游性腿脚肿” 巧借按摩恢复能量 健康游，有健康 温泉攻略“泉”在这里 登高赏枫秋节里 第四章 将快乐进行到底 我的旅游我做主 快乐心情家人共享 用眼看世界用心去旅行 制订新的旅游计划，将快乐进行到底

<<老爸老妈快乐游>>

章节摘录

插图：第一章 老爸老妈：您准备好了吗旅游，作为一种全新的生活时尚方式，正走进普通人家。越来越多的人把旅游作为一种放松身心、开阔视野的生活方式。

旅游，正在悄悄地改变普通人的生活。

如果说上世纪80年代，大学生旅游是当时的一种社会时尚，那么，90年代以后，中老年人旅游便逐渐成为了一种新的社会时尚。

而这一社会时尚的形成，自然与人们逐渐提升的生活水平有关，但也与当代中老年人对精神生活的热切追求相契合。

作为一种休闲娱乐和健身方式，老爸老妈旅游自有其优势，他们有的是休闲的时空条件，又有着用一生劳作换来的经济积累——这无疑是旅游必备的物质条件。

对于那些参与旅游的老爸老妈而言，要跨过三道门槛：一是，从过于节俭的消费观的束缚中挣脱出来，在力所能及的范围内，信奉“以钱代步，以车代劳”的信条，以免在旅游中受劳累之苦；二是，从老式家族观念的羁绊中挣脱出来，宁可相信“儿孙自有儿孙福”，多鼓励后辈早日走上自立、自强、自重的人生道路；三是，把自己从其他不甚合理的休闲方式(如长时间围坐麻将桌、沉湎打牌赌博等)中摆脱出来，回到崇尚科学健康的休闲方式(如亲近自然、适当运动等)中去。

<<老爸老妈快乐游>>

编辑推荐

《老爸老妈快乐游:中老年旅游指南》是子女献给父母最恰当不过的礼物。

<<老爸老妈快乐游>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>