

<<平安快乐游北京>>

图书基本信息

书名：<<平安快乐游北京>>

13位ISBN编号：9787801947000

10位ISBN编号：7801947002

出版时间：2005-7

出版时间：人民军医出版社

作者：池根成

页数：325

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>

<<平安快乐游北京>>

内容概要

随着现代人生活节奏的加快，人际竞争压力的增大，70%的人群处在亚健康状态。旅游既是饱览湖光山色，获取外界新知的捷径，又是减除精神压力，调节身心疲惫的坦途。同时也是一种返璞归真的真实体验。

本书作者收集了大量的北京旅游资料，归纳整理，以优美流畅的文字简述了北京特有的名山秀水，神宫秘宇，古老的胡同，幽静的四合院；整洁安全的住宿条件，灵活快捷的出行交通，风味独特的美味佳肴，舒适便利的购物场所，京味浓浓的文化娱乐场院。

本书给予旅游者在行、住、购及保健就医等方面的特别关爱、友情提示和应变指南，让旅游者享受愉快、安全和健康的旅程，达到快乐出行、安全返回的目的。

本书内容丰富翔实，文字流畅；既有知识性、又有趣味性，是一本北京旅游的指南，又是一本旅游知识通俗读物。

适合于广大旅游爱好者阅读。

<<平安快乐游北京>>

书籍目录

旅游：现代人的全新生活健康提醒：防“非典”的“九项注意”保健锦囊：防晒应变指南：1?旅途患病的应急处理2?旅行药品旅游常用药物表平安快乐游北京——魅力北京特别推荐：四季北京友情提示：北京行——随团游还是自助游特别关照：藏钱窍门应变指南：如何识别扒手特别提醒：识破扒招种种保健锦囊：健康旅游的八颗金豆1?旅游饮水六诀2?旅游“四宝”3?旅行护脚常识4?春季旅游的保健5?秋季“登高”备要6?老年人旅游保健要点7?儿童旅游怎样才能平安和快乐（1）注意儿童“旅游病”（2）小贴士：注意儿童参团旅游怎样收费8?高温时节出行五点警示9?旅行归来体能恢复要诀小贴士：平安快乐游北京亲情贴士1?美女出游小心走光2?旅游中的美容方法3?旅游与艳遇4?小朋友畅游大自然5?儿童旅游中吃什么好6?自驾车旅游应注意啥7?旅游七忌8?自助旅游怎样制定旅游计划9?旅游节省开支七招术10?女性单人旅游安全防范指南11?遇到有人纠缠时如何应对平安快乐游北京——住在北京友情提示：北京城内最实惠住处特别关爱：便宜的住所哪里找健康提醒：1?住宿空调房对健康的影响2?公共场所谨防污染应变指南：火场逃生秘笈保健锦囊：“旅馆病”不可不防1?“旅馆病”不可不防2?住宿怎样预防性病小贴士：平安快乐游北京亲情贴士1?找旅馆的学问2?旅途中如何应付失眠3?野外宿营要点4?谨防旅途陷阱5?被困电梯应对措施6?识别火灾征兆7?火灾遇险心理分析8?地下建筑火灾逃生对策9?高层建筑火灾逃生指南10?高楼火灾中的三个怎么办11?宾馆突遇火灾的自救办法平安快乐游北京——行在北京“南来北往的交通枢纽，灵活快捷的出行选择”，最能表达北京的交通情况。

航空.部分售票地点一览.北京民航班车乘车点.乘机出行规矩知多少 特别提醒：旅游误机怎么办.铁路1?怎样购买靠窗座位车票2?乘火车应注意些什么.公路.北京长途汽车站问询电话.假日旅游列车.地铁.公交旅游专线.旅游景点专线.一日旅游专线.特线双层车.公交车旅游线路（9字头）.水上旅游线路特别关爱：在北京要学会乘车友情提示：1 街头遭遇抢劫怎么办2 车祸猛于虎保健锦囊：人在旅途自我保护应变指南1：在地铁里遇险怎么办应变指南2：遇到地铁停电怎么办特别提醒：地铁停电八项注意应变指南3：遇到地铁着火怎么办3?预防车祸发生的对策和措施4?对车祸伤员的判断和急救教你一招：如何预测天气小贴士：平安快乐游北京亲情贴士1?乘飞机别忘了防盗2?乘飞机怎样保健3?乘火车防盗诀窍4?乘汽车防扒小经验5?乘车怎样保健.旅行应变策略之一：汽车相撞.旅行应变策略之二：汽车落水.旅行应变策略之三：乘船遇险平安快乐游北京——食在北京（一）北京风味（二）地方风味（一）民族风味（一）异国风味友情提示：来北京旅游你一定要品尝风味小吃特别关爱：野外烧烤秘笈健康提醒：1?怎样在旅游时选食水果2?怎样预防食物中毒3?旅游者容易发生腹泻保健锦囊：1?旅游营养食品的补充2?注意饮食卫生，防止急性胃肠炎3?食物中毒后怎么办小贴士：平安快乐游北京亲情贴士.菜系介绍.谭家菜—北京餐饮经典.闲话京菜平安快乐游北京——游在北京友情提示：一、北京经典旅游热点二、如何参加京城一日游特别关爱：徒步秘笈应变指南：在游乐场遇到意外怎么办教你一招：野外如何识别方向旅游时如何观测气象保健锦囊：怎样预防旅游“上火”全家旅游怎样才能平安和快乐亮点主题：来京旅游一定要去的四条主线博物馆之旅长城之旅古刹名寺之旅民俗之旅小贴士：平安快乐游北京亲情贴士1?游程设计2?游览寺庙四忌3?北京的山景特点4?遇到山洪怎样办5?在北京山林旅游防蛇小窍门6?毒蛇咬伤后怎么办7?京郊旅游要防野蜂等毒虫蜇伤8?对溺水者如何紧急处理9?游泳安全注意事项10?如何劝解自杀者？

11?到森林公园旅游安全要点12?游北京防雷击13?触电或被雷击伤后如何急救14?高温中暑后怎么办平安快乐游北京——购在北京特别关爱：一定要逛的北京特色街道友情提示：京城购物小建议历史商业街：东四、西单、鼓楼前应变指南：逛商场突遇火灾怎么办友情提示：平安快乐游北京亲情贴士1?京城购物指南2?北京的鬼市和夜市3?旅游怎么购物4?旅游购物四忌如何省钱平安快乐游北京——玩在北京友情提示：京城酒吧何处寻小资情调：北京女人爱泡的八个酒吧应变指南：娱乐场所着火怎么办友情提示：平安快乐游北京亲情贴士1?京城茶馆2?京城话剧3?京城国粹——京剧4?滚石娱乐中心5?北京之夜文化城6?攀岩地点指南7?到北京别忘了看赛马8?北京野外观鸟9?春日风筝放飞悠然好心情10?去蒲洼狩猎场是狩猎的好去处健康提醒：如何使长途旅行轻松愉快

<<平安快乐游北京>>

编辑推荐

想知道到北京该怎么玩？
怎么样能玩的更high吗？

本书将给你最完整的答案，全书以优美流畅的文字简述了北京特有的名山秀水，神宫秘宇，古老的胡同，幽静的四合院；整洁安全的住宿条件，灵活快捷的出行交通，风味独特的美味佳肴，舒适便利的购物场所，京味浓浓的文化娱乐场院。

全书寓特别关爱、友情提示和应变指南于一身，内容丰富翔实，文字流畅，让旅游者享受愉快、安全和健康的旅程。

<<平安快乐游北京>>

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>