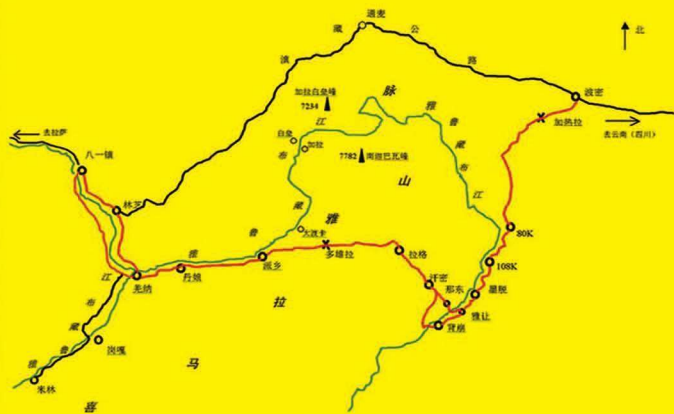




问不倒的活导游

背包中国

一本书走遍中国

要么读书，要么旅行，
身体和灵魂，
必须有一个在路上

一凡◎著

全国一千多处
最美的景点
一百多个城市的
旅游攻略



同心出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

背包中国 / 一凡著. — 北京 : 同心出版社, 2012.8

ISBN 978-7-5477-0593-3

I. ①背… II. ①一… III. ①旅游指南—中国 IV. ①K928.9

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第176112号

背包中国

出版发行: 同心出版社

地 址: 北京市东城区东单三条8-16号东方广场东配楼四层

邮 编: 100005

电 话: 发行部: (010) 65251756-8018

总编室: (010) 65252135-8043

印 刷: 北京文林印务有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2012年8月第1版

2012年8月第1次印刷

开 本: 710毫米×1000毫米 1/16

印 张: 33

字 数: 500千字

定 价: 48.00元

同心版图书, 版权所有, 侵权必究, 未经许可, 不得转载

目录

背包客栈

户外必备用品

户外急救常识

西南民族游

云南

昆明

滇池-石林-九乡-金殿公园-乃古石林-圆通寺-翠湖公园-云南民族村-轿子雪山

大理

洱海-蝴蝶泉-大理古城-苍山-崇圣寺三塔-喜洲-鸡足山

丽江

大研古城-虎跳峡-玉龙雪山-束河-泸沽湖-黑龙潭-神龙三叠水

西双版纳

热带植物园-野象谷-空中走廊-曼飞龙佛塔-橄榄坝-独树成林-曼听公园-茶马古道

香格里拉

普达措-纳帕海-松赞林寺-香格里拉大峡谷-白水台-白马雪山-雨崩-天生桥-达摩祖师洞

四川

成都

武侯祠-杜甫草堂-青羊宫-都江堰-青城山-四姑娘山-西岭雪山-广汉三星堆-锦里-文殊院

峨眉山

金顶-报国寺-接引殿-伏虎寺-万佛顶-灵岩叠翠-一线天-遇仙寺-九老洞-牛心寺-生态猴区-摩崖石刻

乐山

乐山大佛-巨型睡佛-凌云寺-九曲栈道-罗城古镇-黑竹沟

九寨沟-黄龙

五花海-五彩池-镜海-长海-树正群海-珍珠滩-神仙池-诺日朗瀑布-黄龙寺-火花海

重庆

大足石刻-巫山小三峡-金刀峡-丰都鬼城-武隆天坑三桥-缙云山-芙蓉洞-白帝城

贵州

贵阳

甲秀楼-花溪-红枫湖-青岩古镇-天河潭-黔灵山公园-香纸沟-南江大峡谷

安顺

黄果树瀑布-龙宫-文庙-天星桥-古屯堡村寨-陡坡塘瀑布-织金洞

青藏高原游

西藏

拉萨

布达拉宫-大昭寺-纳木错-哲蚌寺-八廓街-西藏博物馆-甘丹寺-色拉寺-药王山-拉萨河-罗布林卡

林芝

雅鲁藏布大峡谷-南迦巴瓦峰-巴松措-鲁朗林海-米堆冰川-墨脱-巨柏林-苯日神山

青海

西宁

青海湖-塔尔寺-日月山-东关清真大寺-瞿昙寺-老爷山-北禅寺

丝绸之路游

陕西

西安

兵马俑-大雁塔-华清池-秦始皇陵-西安古城墙-大唐芙蓉园-陕西历史博物馆-碑林-小雁塔-翠华山

咸阳

昭陵-汉阳陵-乾陵-茂陵-杨贵妃墓-三原城隍庙-大佛寺

华山

东峰-南峰-西峰-苍龙岭-自古华山一条路-鹞子翻身-长空栈道-西岳庙-华岳仙掌-玉泉院

甘肃

兰州

白塔山公园-水车博览园-五泉山公园-吐鲁沟-兴隆山-甘肃省博物馆-黄河母亲雕塑-鲁土司衙门-兰山公园

嘉峪关

嘉峪关关城-七一冰川-长城第一墩-魏晋砖壁画墓-悬壁长城-长城博物馆

敦煌

莫高窟-鸣沙山月牙泉-西千佛洞-阳关-玉门关-敦煌古城-雷音寺

天水

麦积山-伏羲庙-水帘洞-卦台山-玉泉观-兴国寺-姜维墓

宁夏

银川

西夏王陵-贺兰山-镇北堡西部影视城-承天寺-海宝塔-滚钟口-玉皇阁-中山公园

新疆

乌鲁木齐

天山天池-五彩湾-水磨沟-人民公园-定海神针-菊花台-红山公园

吐鲁番

火焰山-葡萄沟-交河故城-坎儿井-高昌故城-柏孜克里克千佛洞-阿斯塔那墓群

江南水乡游

江苏

南京

中山陵-总统府-夫子庙-明孝陵-南京大屠杀纪念馆-栖霞山-鸡鸣寺-雨花台
苏州

拙政园-狮子林-留园-寒山寺-虎丘-网师园-沧浪亭-沙家浜-周庄
扬州

瘦西湖-个园-大明寺-汉陵苑-史公祠-文昌阁-扬州八怪纪念馆-何园-隋炀帝墓

浙江

杭州

西湖-苏堤春晓--曲院风荷-云栖竹径-灵隐寺-西溪湿地-九溪十八涧-柳浪闻莺-虎跑梦
泉-千岛湖-六和塔-三潭印月-岳庙-宝石流霞-断桥残雪-宋城-孤山-西泠印社

绍兴

鲁迅故里-沈园-兰亭-东湖-印山王陵-会稽山大禹陵-羊川石佛-青藤书屋

普陀山

千步沙-普济寺-法雨寺-慧济寺-南海观音立佛-洛迦山-南天门

乌镇

西栅-东栅

安徽

黄山

西海大峡谷-天都峰-莲花峰-光明顶-飞来石-翡翠谷-排云亭-石门峡-九龙瀑-程氏三宅

宏村

九华山

肉身宝殿-天台峰-百岁宫-甘露寺-凤凰古松-小花台-闵园

上海

东方明珠-世博园-外滩-豫园-新天地-崇明岛

华中山水游

河南

洛阳

龙门石窟-白马寺-白云山-鸡冠洞-王城公园-关林-白园

开封

清明上河园-开封府-大相国寺-天波杨府-包公祠-铁塔-龙亭-繁塔-朱仙镇岳飞庙

嵩山

少林寺-三皇寨-法王寺-卢崖瀑布-塔林-老母洞-达摩洞-嵩阳书院

湖南

长沙

岳麓山-天心阁-马王堆汉墓-橘子洲-开福寺-月亮岛

岳阳

岳阳楼-洞庭湖-君山-汨罗江-南湖-慈氏塔-杜甫墓

张家界

金鞭溪-黄石寨-黄龙洞-天门山-天波府-袁家界-九天洞-百丈峡

衡山

水帘洞-南岳庙-藏经殿-南岳忠烈祠-祝融峰-南天门-回雁峰-福严寺-祝圣寺-方广寺-麻姑仙境

湘西

凤凰古城-芙蓉镇-猛洞河-德夯-虹桥-南方长城-奇梁洞-吊脚楼

湖北

武汉

黄鹤楼-归元寺-东湖-木兰山-古德寺-赤壁古战场-古琴台-长春观

武当山

金顶-紫霄宫-玉虚宫-龙头香-遇真宫-南岩宫-磨针井-武当山门-太子坡-黄龙洞-飞升崖

神农架

神农顶-神农架自然博物馆-燕子垭-板壁岩-香溪源-风景垭

江西

南昌

滕王阁-梅岭-鄱阳湖-八一南昌起义纪念馆-明月山-八大山人故居-绳金塔

庐山

三叠泉-五老峰-锦绣谷-秀峰-石门涧-美庐-庐山会议旧址-白鹿洞书院

婺源

婺源古城-理坑-江湾-上下晓起-月亮湾-江岭-李坑-彩虹桥

中原古都游

北京

天安门广场-故宫-八达岭长城-颐和园-天坛-十三陵-龙庆峡-圆明园-香山-恭王府-欢乐谷-鸟巢-水立方-十渡

天津

盘山-独乐寺-古文化街-五大道-八仙山-黄崖关长城-石家大院-大悲禅院-天后宫

河北

承德

避暑山庄-木兰围场-外八庙-金山岭长城-雾灵山-磬锤峰-蛤蟆石

邯郸

武灵丛台-黄粱梦吕仙祠-娲皇宫-广府古城-古武当山-京娘湖-学步桥

秦皇岛

北戴河-南戴河-山海关-黄金海岸-翡翠岛-老龙头-祖山-角山-碣石山

山西

大同

云冈石窟-悬空寺-恒山-善化寺-华严寺-龙山-九龙壁

平遥

平遥古城墙-双林寺-日升昌票号-古县衙-镇国寺-城隍庙-华北第一镖局-乔家大院

五台山

显通寺-塔院寺-南山寺-南禅寺-龙泉寺-般若泉-菩萨顶-灵鹫峰-碧山寺-明月池

山东

济南

趵突泉-千佛山-大明湖-红叶谷-灵岩寺-五峰山-五龙潭-黑虎泉

泰山

十八盘-玉皇顶-岱庙-秦泰山刻石-大观峰-黑龙潭-玉泉寺-云步桥

曲阜

孔庙-孔府-孔林-孟庙-微山湖

烟台

蓬莱阁-八仙过海-昆嵛山-养马岛-牟氏庄园-九丈崖-蓬莱水城

草原风情游

内蒙古

呼和浩特

昭君墓-大召寺-乌素图召-希拉穆仁草原-哈素海-五塔寺-席力图召

呼伦贝尔

呼伦贝尔大草原-海拉尔国家森林公园-凤凰山庄-呼伦湖-嘎仙洞-秀水山庄

北国风光游

黑龙江

哈尔滨

冰雪大世界-索菲亚教堂-太阳岛-中央大街-哈尔滨极地馆-龙塔-东北虎林园-松花江

牡丹江

镜泊湖-地下森林-吊水楼瀑布-唐代渤海国上京龙泉府遗址-威虎山-八女投江群雕

吉林

长春

伪满皇宫博物馆-长影世纪城-长春世界雕塑公园-净月潭-南湖公园-农安古塔-吊水壶-双阳湖

长白山

天池-长白山迷宫-长白瀑布-温泉群-谷底林海-美人松-黑风口

辽宁

沈阳

沈阳故宫-昭陵-福陵-张氏帅府-怪坡-“九·一八”历史博物馆-棋盘山-长安寺

丹东

凤凰山-鸭绿江-青山沟-五龙山-天桥沟-天华山-大孤山

南部侨乡游

福建

福州

三坊七巷-鼓山-西禅寺-金山寺-石竹山-十八重溪-林则徐纪念馆-西湖公园

泉州

开元寺-清源山-崇武古城-牛姆林-凤山-洛阳桥-九日山-清净寺

龙岩

冠豸山-永定土楼-龙崆洞-长汀-古田会议旧址-江山睡美人

武夷山

大红袍-天游峰-九曲溪-青龙大瀑布-翡翠谷-金湖-武夷宫

广东

广州

白云山-长隆欢乐世界-六榕寺-宝墨园-陈家祠-黄埔军校旧址-莲花山-黄花岗七十二烈士陵园-石室圣心大教堂

珠海

圆明新园-外伶仃岛-珠海渔女-东澳岛-荷包岛-海泉湾-白莲洞-梦幻水城-四大佛山

佛山

西樵山-荷花世界-南海影视城-佛山祖庙-清晖园-森林公园-庆云洞

广西

南宁

南湖公园-青秀山-德天瀑布-扬美古镇-药用植物园-大明山-花山壁画-九龙瀑布-人民公

园-左文羊岩

桂林

漓江-象鼻山-芦笛岩-靖江王城-龙脊梯田-七星公园-叠彩山-银子岩-日月双塔

阳朔

遇龙河-九马画山-印象刘三姐-月亮山-兴坪古镇-西街-世外桃源-十里画廊-蝴蝶泉-图腾古道-杨堤

海南

海口

假日海滩-热带野生动植物园-热带海洋世界-五公祠-海瑞墓-万绿园-琼台书院-秀英古炮台

三亚

亚龙湾-天涯海角-大小洞天-蜈支洲岛-三亚湾-鹿回头-南山寺-呀诺达-猴岛-落笔洞

香港

迪士尼乐园-海洋公园-铜锣湾-维多利亚港-尖沙咀-太平山顶-南丫岛-星光大道-浅水湾

澳门

妈阁庙-大三巴牌坊-威尼斯人度假村-澳门葡京娱乐场-大炮台-黑沙海滩-玫瑰圣母堂-普济禅院-谭公庙

台湾

日月潭-台北故宫-阿里山-野柳-延平郡王祠-阳明山公园-莲池潭-中正纪念堂-行天宫-101大楼

背包客栈

近年，越来越多的人开始户外穿越活动，被称为背包客。背包走四方不仅可以强身健体、开阔眼界、亲近大自然，还能获得丰富的户外常识与野外生存经验，但其过程也充满危险，随时可能面临饥饿、寒冷、受伤、迷路等状况发生。因此，在你准备背起行囊之前，不妨多了解一些基本知识，让整个行程安全、健康、放松。

户外必备用品

【背包】

背包客的第一装备是背包，否则何来背包客的说法。背包的大小视路程远近而定，一般在25升左右即可，负重能力一定要强。购买背包时一定要试好，要向店员请教背包的正确用法，否则上路时可能不能起到减轻负重、均匀负担的作用。

【帐篷】

帐篷是野外活动时的房屋，不管晴雨风霜，都是我们栖身之所，所以防水指数要好。不登高山的话，从实用角度来看，防风性能可不用着重考虑。注意重量，3kg以上不予以考虑，现在都是玻璃纤维撑杆的，一般在2.5kg左右。

【睡袋、防潮垫】

有帐篷就当然需要睡袋和防潮垫了。如果经常去较寒冷地方的话，适用温度应在零摄氏度以下。

【头灯或手电】

我们不能总是精确地计算自己的行程，当延误行程时就用得上了，因为大多数没有野外经验的人，一旦失去光就会很危险。

【刀具】

锋利的多功能军刀应该是你的首选，它的锯子和刀有可能是你在户外使用频率最高的。

【指南针】

在野外活动必备，具体作用就不必说了吧，但前提是你必须知道怎么使用它。

【手机】

电池一定要充满电，备用电池最好也带上，并放在防水的小袋里以防露水。

【鞋子】

鞋子的重要性其实应该大于背包，因为它最直接关系到你的人身安全。一定要穿

防滑鞋或登山鞋，普通运动鞋不考虑。登山鞋最好还是要高帮儿的，可以保护踝骨，人在长时间徒步时踝骨很容易受伤。一双好的鞋会在野外给你的双脚提供多年可靠舒适的服务，如果你常去野外，花在选择如意鞋子的时间、精力和费用是非常值得的。

不建议穿新鞋。

【帽子】

宽檐帽比较好，不仅仅是为了遮阳，有时在山间行走时，也是为了挡住齐人高的乱草，下雨时也很管用；在高寒地带，帽子还能够减少你头部的散热；人体的热量有相当大的比例都是从头部散发掉的，气温低的时候尤其如此。

【防晒霜、唇膏】

户外日光强、风大，可少量携带，以防烈日与口唇干燥。

【雨衣】

不管长短线，我们途中碰上下雨的可能性较大，所以有一件雨衣会让我们免去淋雨之苦。当然，一次性白色塑料雨披也行(聚餐时可做桌布铺在地上)。

【药品】

藿香正气水、红花油、清凉油 / 风油精、云南白药、息斯敏、酒精、红霉素软膏、绷带+纱布、碘酒、创可贴、蛇药、感冒药、板蓝根。

户外急救常识

一、野外险情的预防和处置

【如何避免雷击】

野外活动中存在遭受雷击的危险性。但是通过采取科学有效的措施可以显著地降低这种危险性：

1. 预知打雷和雷击。先看到乱积云变大，不久即变成雷云，赶紧到安全地方躲一躲。收音机中有刺耳的杂音、忽下大粒雨滴也是打雷的预兆。
2. 跑向低地。
3. 远离高树或密叶树林。
4. 远离铁塔，去除身上的金属物，装入塑料袋中。
5. 如在水域活动，要赶紧上岸。
6. 不要聚集在一起，应分散开。
7. 小屋内、汽车内、岩背阴处或凹处也是很好的躲避之处，但注意不要靠墙。

【应对落石、雪崩】

由高处掉落的一块小石头有时也会严重伤人，甚至致人死亡。因此在山间行走时，一定要注意是否有落石标志，要仔细观察，分辨浮石。一般讲，在多石头的地方，浮石的颜色比周围石头新；通过易发生落石区域时，应戴好安全帽或用厚衣服蒙住头，快速通过；尽量提早发现落石，及时避让，避免意外伤害；行走中不小心踏落石头时，要立刻喊出声，通知下面的同伴。

雪崩的威胁非常大。因此，进行野外生存生活训练时，首先要向当地住户打听哪些地方有潜在危险，以避开经常发生雪崩的地区。由地貌特征也能判断雪崩常发地区，如山坡上有雪崩大槽，山坡上方有悬浮的冰川，山脊上有雪檐等。雪崩前，有雪块、冰片落下，这时要确认冰落的方向，然后再决定逃离方向。一旦来不及逃脱而卷入雪崩，手脚要快速地像游泳一样运动，尽量使头部浮在雪上，同时抛出身上携带的一些物品作为标识物，以便别人知道你被雪埋的具体位置，及时营救。

【溺水时】

在江河湖海中遇到复杂水情而无法驾驭时，千万不要慌张着急，想办法让自己浮在水面上，保持浮姿，任水冲流，并注意水波流向，再一点一点由水平方向往岸边移动。在拯救溺水者时，首先考虑用竹竿、树枝、绳索拖拉，或者用大木头、塑料桶等能很好地浮于水面的物体作为浮具实施间接救护，实在无法解决问题了再入水施行直接救护。如果被救上岸的溺水者神志不清，就要采取急救措施，施行心肺复苏术。

二、野外伤病的急救

在野外生存生活实践中，常会遇到一些意外受伤和突发疾病，掌握一些常用的伤病急救方法是必不可少的。

【被昆虫叮咬或蜇伤】

一般情况下，被蚊子、跳蚤、臭虫等叮咬，野蜂、毛毛虫等蜇伤，蜈蚣、蚂蟥等咬伤，涂上风油精、万金油，或口水、肥皂，即能起到消炎、止痒作用；被野蜂蜇伤后，会产生剧痛、眼花恶心等症状，如果发现蜂尾部的毒腺及螫针还留在伤口上，应该用小镊子或小钳子拔除，不要用手掐。随后用醋酸涂擦伤口，消肿止痛，也可用野菊花叶、夏枯草捣烂敷伤口；遭到蚂蟥叮咬时，不要使劲往外拉，以免拉断而将蚂蟥的吸盘留在伤口内，引起伤口发炎、溃烂。正确的处理方法是，用手掌在旁边拍击，蚂蟥受到惊吓会自动跳下来，也可用风油精、食盐洒在蚂蟥身上，或用烟头烫；人的皮肤受到毛毛虫身上毒毛的侵害，会感到辣、痒、痛，并伴有红肿症状。这时应小心地将毛毛虫从身上清除，再用胶布粘在皮肤上，揭下时可以将毒毛去除。还可以采些马齿苋、蒲公英、野菊花等清热解毒的草药捣烂后涂擦或外敷。如果全身出现皮疹，

可服用扑尔敏等抗过敏药；由于毒蝎子、毒蜈蚣等的毒性比较大，遭到袭击后应采用对付蛇伤的方法处理。

【被蛇咬伤】

1.如何判断是否被毒蛇咬伤。从外表看，无毒蛇的头部呈椭圆形，尾部细长，体表花纹多不明显，如火赤链蛇、乌风蛇等。毒蛇的头部呈三角形，一般头大颈细，尾短而突然变细，表皮花纹比较鲜艳，如五步蛇、蝮蛇、竹叶青、眼镜蛇、金环蛇、银环蛇等；从伤口看，由于毒蛇都有毒牙，伤口上会留有两颗毒牙的大牙印，而无毒蛇留下的伤口是一排整齐的牙印；从时间看，如果咬伤后15分钟内出现红肿并疼痛，则有可能是被毒蛇咬了。

2.被毒蛇咬伤后的急救。咬伤后不要剧烈奔跑，以减慢人体对蛇毒的吸收和蛇毒在人体内的传播速度，减轻全身反应；记住伤口的形态，详细告知急救的医务人员，如果把蛇打死，则带上死蛇，以便医务人员及时、正确地给以治疗；被毒蛇咬伤后，应立即用柔软的绳或带结扎在伤口上方，以阻断静脉血和淋巴液的回流，减少毒液吸收，防止毒素扩散。应急排毒，立即用冷茶、冷开水或泉水冲洗伤口，有条件的话可用生理盐水、肥皂水、双氧水、千分之一的过锰酸钾溶液、四千分之一的呋喃西林溶液冲洗。施行刀刺排毒，用清洁的小苗刀、痧刀、三棱针或其他干净的利器挑破伤口，不要太深，以划破两个毒牙痕间的皮肤为原则，或在伤口周围的皮肤上，用小苗刀挑数孔，刀口如米粒大小，这样就可防止伤口闭塞，使毒液外流，刀刺后应马上清洗伤口，从上而下向伤口不断挤压15分钟左右，挤出毒液。如果伤口里的毒液不能畅通外流，可用吸吮排毒法，采用拔火罐、针筒前端套一条橡皮管来抽吸毒液，无工具时可直接用嘴吸吮，但必须注意安全，边吸边吐，每次都用清水漱口。内服、外敷药物，具体用什么蛇药，应根据当时当地能立即采到为原则，灵活运用。

3.避免被蛇咬，在山野中行走时，不要随便将手插入树洞或岩石空隙等蛇在白天的休息之处，手中持一小棍或树枝，行走时“打草惊蛇”也是一个行之有效的避免被蛇咬的方法。

【损伤出血的急救法】

在野外，有时因意外而造成身体某部位损伤出血，小的出血无需特殊处理可以自行愈合，而严重出血常会危及生命，须采用紧急的止血措施。如果是一点伤口，用手指或清洁布块直接压在伤口上面即可止血，血渗透布块应反复替换，直到出血减弱，这时再用消毒纱布盖好，绷带固定。如果是切伤或砍伤，血流不止，这是动脉出血，危险性很大，必须用止血带止血，但注意止血带扎紧后应有间隔的松开再扎紧，以免被捆扎处以下的肢体血液循环完全中断而导致肢体坏死。另外还可用清洁的纱布或止血棉等止血剂填塞在伤口内，再用加压绷带固定。

【骨折及扭伤】

野外生存生活实践中,滑倒或身体失去平衡而摔倒很容易发生骨折、脱臼或扭伤。发生骨折或扭伤时,首先应保持安静休息,不要勉强走动,使伤口恶化。接着可用河水、冰、雪等冷却患部,千万不要按摩。然后用木板或代替物夹住患部,用绷带加压固定。抬高患部,超过心脏。最后送往医院,搬运时应小心谨慎,一般可采用两人做手椅、单人背负、两人搀扶、担架搬运的方法。对于脊椎受伤的患者,一定要放在平坦而坚固的担架上固定后送往医院,身体不能弯曲,否则可能会造成脊髓损伤而导致瘫痪。

三、求救信号的发放与识别

遇困时获救的首要前提是与外界取得联系,使他人知道你的处境。S.O.S是国际通用的求救信号,可以在地上写出或通过无线电发报,也可用旗语通讯方式打出或者通过其他方式发出代码。另外,几乎任何重复三次的行动都象征着寻求援助。如点燃三堆火,制造三股浓烟,发出三声响亮的口哨、枪响或三次火光闪耀。如果使用声音或灯光信号,在每组发送三次信号后,间隔1分钟时间,然后再重复。

【烟、火信号】

燃放三堆烟、火是国际通行的求救信号。将火堆摆成三角形,间隔相同最为理想,可方便点燃。在白天,烟雾是良好的定位器,所以火堆要添加塑料、青树叶等易散发烟雾的材料,浓烟升空后与周围环境形成强烈对比,易受人注意。在夜间或深绿色的丛林中亮色浓烟十分醒目。添加绿草、树叶、苔藓和蕨类植物都会产生浓烟。黑色烟雾在雪地或沙漠中最醒目,橡胶和汽油可产生黑烟。

信号火种不可能整天燃烧,但应随时准备妥当,使燃料保持干燥、易于燃烧,一旦有任何飞机路过,就尽快点燃救助。白桦树皮是十分理想的燃料。为了尽快点火,可以利用汽油,但不可直接倾倒在燃料上。要用一些布料做灯芯带,在汽油中浸泡,然后放在燃料堆上,将汽油罐移至安全地点后才能点燃。切记在周围准备一些青绿的树皮、油料或橡胶,以放出浓烟。

【地对空信号】

寻找一大片开阔地,设置易被空中救援人员观察发现的信号,信号的规格以每个长10米,宽3米,各信号之间间隔3米为宜。“I”——有伤势严重的病人需立即转移或需要医生;“F”——需要食物和饮用水;“II”——需要药品;“LL”——一切都好;“X”——不能行动;“→”——按这一路线运动。

【其他信号】

1.光信号。利用阳光和一个反射镜或玻璃、金属铂片等任何明亮的材料即可反射出信号光。持续的反射将产生长线和圆点,这是莫尔斯电码的一种。

2.旗语信号。左右挥动表示需救援,要求先向左长划,再向右短划。

西南民族游

云南

不知道是否还有比这更为多彩的土地
比昆明更多春天的城市，比西双版纳更多秀丽的村寨
比虎跳峡更险峻的河谷，比香格里拉更神奇的海子
女神手里的宝镜打碎四散在这片土地上
连呼吸都充斥着浪漫的味道

昆明

春城昆明是一座有着花一样浪漫情怀的城市。“天气常如二三月，花开不断四时春”，那里天总是蓝的，傍晚的云是五彩的，城内满眼是绿草鲜花。石林有美丽动人的“阿诗玛”，大观楼上奔来眼底的是五百里滇池；还有西山的龙门，金殿的山茶花，翠湖的红嘴鸥……无一不成为昆明美丽的风景线。

地理文化

【环境】

昆明是“春城”，属于温带高原型湿润季风气候，日照时间较长，四季如春，全年气候温和，夏无酷热，冬无严寒。

昆明四季旅游都很合适，但最好的旅游时间在3—10月，这是景色最美的时间，云南少数民族节日最多的时候，也是水果、鲜花最多的季节，此时去昆明旅游兴味更足，收获也会不小。初春3月还可以看到雪山。

【文化】