

亲子自助 旅行指南

青春河边巢 著



中国旅游出版社

亲子自助 旅行指南

作者：陈鹤琴



亲子自助 旅行指南

青春河边巢 著



责任编辑：王颖 吴慧慧
责任印制：冯冬青
插画作者：郝悦
图片提供：青春河边巢 shutterstock
装帧设计：正美艺术设计中心

图书在版编目 (C I P) 数据

亲子自助旅行指南 / 青春河边巢著. -- 北京 :
中国旅游出版社, 2015.3
ISBN 978-7-5032-5296-9

I . ①亲… II . ①青… III . ①旅游指南—世界 IV .
① K919

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 035341 号

书 名：亲子自助旅行指南

著 作：青春河边巢

出版发行：中国旅游出版社

（北京建国门内大街甲 9 号 邮编：100005）

<http://www.cttp.net.cn> E-mail: cttp@cnta.gov.cn

发行部电话：010-85166503

排 版：正美艺术设计中心

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京金吉士印刷有限责任公司

版 次：2015 年 3 月第 1 版 2015 年 3 月第 1 次印刷

开 本：889 毫米 × 1194 毫米

印 张：7.25

字 数：120 千字

定 价：39.80 元

I S B N : 978-7-5032-5296-9

版权所有 翻版必究
如发现质量问题，请直接与发行部联系调换



目录 CONTENTS

何时才能带着孩子旅行呢?

014-025

020 亲子旅行没有固定的时间限制,

从出生开始,什么时候都可以启航!

021 正视亲子旅行,对可能造访的担心害怕说“不”!

024 亲子旅行,不要简单地用“有用”或“没用”去评价!

亲子旅行之行前准备

026-049

物品准备 / 032

032 NO.1 药品准备

035 NO.2 食物准备

039 NO.3 衣物准备

040 NO.4 日常用品的准备

旅行地信息收集 / 044

044 如何迅速了解出行地的实际情况



亲子旅行之火车票、机票

050-091

国内机票的预订 / 056

056 国内婴幼儿机票的预订

国外机票的预订 / 062

062 国际婴儿机票的预订

063 国际儿童机票的预订

064 廉价航空可有效节省花销

如何获得特价机票？有哪些途径？ / 066

066 预订特价机票的必做功课

抢购特价机票需要做哪些准备？ / 071

071 支付准备

074 资料准备

074 其他准备

080 重要的航空小知识：航变

081 实战讲解：抢购特价机票的操作方式

亲子旅行之如何搞定住宿？

092-107

在线预订国内、外酒店 / 096

096 国内、外常用酒店的在线服务商

亲子旅行如何选择酒店？ / 100

100 选择酒店的5点标准



目录 CONTENTS

亲子自助旅行, 机票 + 酒店如何一次搞定? / 106

106 航空公司的打包产品

106 旅行社尾单和甩位

107 在线服务商常规打包产品

亲子旅行的医疗保险

108-143

旅行险的种类 / 114

114 国内旅行保险

114 国外旅行保险

115 工作 / 留学旅行保险

旅行医疗保险 / 117

119 国内旅行医疗保险

123 国外旅行医疗保险

亲子旅行医疗保险推荐 / 132

132 中德安联保险公司的环球标准型保险产品

135 友邦保险公司的“四海旅行意外伤害保险”产品

137 平安保险公司的“国内旅游——自助游保险”

以及“境外旅游保险——全球”产品

出国旅游保险的保险期限 / 140

旅行医疗保险的保费是越高越好吗? / 141

142 常见的健康状况处理方法

亲子旅行目的地推荐

144-205

亲子海岛游 / 150

- 150 海岛游玩的育儿理念
- 152 带孩子海岛游玩的注意事项
- 156 持中国护照的十大免签(落地签)海岛
- 157 亲子海岛游旅行地推荐

亲子古镇游 / 159

- 159 古镇独有的硬件环境
- 161 亲子古镇游的模式
- 163 带孩子古镇游玩的注意事项
- 167 亲子古镇游旅行地推荐

亲子城市游 / 168

- 168 选择旅行目的城市原则
- 169 带孩子城市游玩的注意事项
- 171 亲子城市游旅行地推荐





目录 CONTENTS

亲子主题公园游 / 173

- 173 亲子主题公园游的形式
- 175 亲子主题公园游攻略
- 177 亲子主题公园游的注意事项
- 181 亲子主题公园游旅行地推荐

亲子博物馆游 / 182

- 182 如何更好地参观博物馆?
- 184 带孩子参观博物馆的注意事项
- 189 博物馆游旅行地推荐

亲子邮轮游 / 191

- 191 选择亲子邮轮旅行的原因
- 194 亲子邮轮游攻略
- 197 亲子邮轮游的注意事项
- 199 亲子邮轮游航线推荐



亲子酒店游 / 200

- 200 亲子酒店游特有的“私人定制”
- 200 亲子酒店游的优势
- 203 亲子酒店游旅行地推荐
- 204 带孩子亲子酒店游玩的注意事项

如何避免亲子旅行中意外情况的发生? / 205

亲子旅行带来的收获

206-229

- 212 跟孩子一起，看不一样的世界
- 214 孩子变得勇敢和坚强
- 215 孩子学会了分享
- 217 旅行让孩子变得更加开朗、主动
- 217 孩子的管理能力初现端倪，
利用亲子旅行的机会，让孩子尽情发挥
- 219 善于发现亲子旅行中孩子的
各种兴趣爱好和表现，并加以引导
- 221 更好地培养孩子的自理能力
- 222 让孩子慢慢学会什么是责任和担当
- 223 让孩子“小马过河”式地感受我们的叮嘱和照顾
- 226 旅行中，教会孩子配合整体行动，实现同一目标

亲子自助旅行指南

青春河边巢 著







序 评

亲子游的出行理念一经推出，就受到了许多家庭的关注，在出游孩童日趋低龄化的当下，本书的出版很好地填补了亲子游、特别是婴幼儿亲子类型攻略方面的空白，推动了婴幼儿亲子旅行的发展。对于正在苦恼孩子的年龄是否太小、担心孩子年幼会在旅途中受到伤害的父母来说，诚如作者所言，我们不应折了孩子的翅膀，而是带着他一同飞翔。

——携程董事局主席兼 CEO 梁建章

亲子旅行从婴儿开启，书中从最初的行前准备，到机票、酒店的预订，以及如何抢购特价机票，直至在旅行中遇到的突发情况等，无微不至地描写了各个环节的解决方法和应对措施。这是一本指南性质的亲子旅行书，不仅仅涵盖了适合孩子游玩的地方，同时更是论述了如何设计行程以及注意事项，正如作者所说，真正实现了来一场说走就走的旅行！

——驴妈妈创始人兼董事长 洪清华

亲子旅行——带你的孩子从襁褓之时开始见识世界。

——环球旅讯 CEO 李超

我的两个孩子都是还没学会走路就已经开始旅行。作为父亲，再没有比抱着女儿、牵着儿子一起旅行更让我开心的事情了。相信亲子游不仅是我的需求，也是很多人的需求。我愿以此为事业，让亲子游成为单纯快乐而不是自找麻烦的玩法。这本书的价值也在于此，父母们可以从中了解到关于亲子出行的大量信息和技能。愿大家都能乐享亲子旅行时光。

——麦田亲子游创始人 谢震

作为一个旅游从业者，作为一个旅游爱好者，游历过很多地方，也想过带着一岁多的宝宝去旅行；但是每次想到带着宝宝出行的各种麻烦，可能的哭闹，和各种不可预测的未知与潜在风险，就放弃了这个念头。今天看了作者的这本亲子游，不禁眼前一亮，可能大人的各种担心都是多余的，小孩并没有想象的那么脆弱；加上作者书中的各种亲子游攻略，一定能完成一次难忘的旅行。这种亲子旅行的经历，是错过之后就不会再来的。带着你的小孩，马上出发吧！这本书不仅仅是亲子旅行攻略，也可以说是出境自助旅行攻略，里边非常多适用于初次出境自由行的资讯和攻略。

——番茄假期 CEO 余汉勇

旅行可以给孩子提供一片自由撒欢的天空，提升心智发展的水平。想要知道80后的家长是怎么带孩子出去玩的吗？看看此书便知道了。

——欧美嘉旅游集团（英国）COO 包屹

亲子旅行近年来一直是非常热的一种家庭休闲方式，想要知道如何才能带着孩子更好地旅行，不妨读读这本书！书中从亲子旅行的方方面面告诉大家，怎么设计行程，怎样省钱，怎样更好地在旅行中享受育儿时光。对于和作者一样希望带着孩子环游世界的朋友来讲，这是一本非常实用的指南书。

——中青旅副总裁兼商旅公司董事长 郭晓冬

带孩子进行一次远行，胜过上一百个培训班。亲子旅行已经成为年轻爸爸妈妈们最智慧的教育方式。让孩子快乐地接受知识比什么都好。但是很多家长担心带孩子出门会面临一堆棘手的问题，该书作者陆春（网名：青春河边巢）是远方网知名的亲子旅行达人，不但参加过大量远方网组织的亲子活动，还为网友现身说法提供了大量带婴幼儿旅行的攻略和经验之谈，受到网友广泛的好评。本书利用网络优势汇总了作者多年的旅行体验和交流感受，同时又突破了网络信息的繁杂，系统全面地介绍了如何带着孩子走出亲子旅行的第一步，值得列为行囊里的必备工具。

——远方网创始人 陈长春

“在路上”的人们一直都在追求自由与快乐，享受着生活中每一个细微的美好。无论形势怎样变化，我们都可以让这样的出行方式变成一种生活方式，带着孩子一起，感受大自然最淳朴的气息。世界本没有那么广大，相反它是由人类的感知能力所定义的，而旅行就是带你去享受这样的一个过程。孩子的世界是单纯与透明的，他们可以更直接地感受到世界的善与恶、美与丑，用幼小的心灵中去体会旅行的意义。也许作者的体验可以让你鼓足勇气，尝试着离开人群，带着孩子一起去好好安静一下，享受那些最原本的快乐。

——媒体人 白浩

一个只有2岁多的孩子已经去了7个国家几十个城市，这一家三口就是这样从容地旅行着……旅行本身就是一种不同生活的尝试和探索，带着孩子身处异国他乡，如何处理各种突发问题呢？这是一本非常实用的亲子旅行图书，如果你缺乏亲子游经验，那么你可以完全参考书里的实用性的攻略，带着孩子就能出发了！

——环球旅行者 飘尘 Marco

我有一个人在海外独自旅行六七年的经验；我看到很多西方人带孩子旅行，很多时候还不止一个。所以，从孩子3个月起，我带她出门旅行，至今走过25国。今年1月，我参加天涯亲子旅游的征文，拿了第一名。在一片赞中，也有人有不同声音，觉得带小孩子出去没什么意义，孩子小，什么事情都记不住。也是在那时，我认识了“青春河边巢”这个漂亮的80后妈妈，知道她自孩子4个月大时开始带着国内外旅行。跟我洛艺嘉有一拼啊。我高兴我有了同类。我欣赏她的勇气，也佩服她一路积攒下的经验。那些想带孩子出门的，看看这本书吧。就像她说的：“只要你想，没什么不可以！”

——旅行专家 洛艺嘉