



# 旅行途中

## 巧藏

## 钱

金秋时节,正是人们外出旅游观光的好季节,然而出差、旅游最担心的是“钱”丢失或被盗。那么旅行途中应怎样藏钱呢?

首先,要找准“藏”钱的地点。钱的存放要化整为零,大票面的放在贴身的内衣内裤上的口袋里,并至少分放在两处。元和角票是旅行中最频繁使用的,对这笔钱宜分散放在上衣和裤子上的口袋里,每处总数三五元而已。钱包和背包里原则上不应放钱。在公共车辆上,更

切忌背在背上,而夹克、西装也应拉上拉锁或扣上扣子。值得注意的是如果怕失窃而一直“攥紧”或“抱住”钱袋,那狡猾的小偷就会紧紧地盯上你伺机下手,因此,对藏钱处既要时时小心,又不能太显眼。

其次,要掌握“拿”钱的技巧。旅行中一要记住“按囊取钱”,二要始终保持各种面值钞票的结构平衡。买5角钱的东西,就不要掏5元钱的口袋。掏小钱时不妨动作“毛糙”一点,一把全抓出来,乱七

八糟不过三五元,即使小偷在旁,看你没什么“油水”也就不屑动手。在吃饭、购物等要花中等面额钱的时候,付款最好做到该付多少整数,就取几张整钱。零票花掉了,要及时在僻静处取出一张大票面的钱在下次消费中换成中小币值的票子,匀到各个口袋里。□

# 旅行中饮食

## 卫生

## 注意事项

旅途中保持身体健康的首要问题就是时刻注意饮食卫生,防止“病从口入”。旅行中的饮食卫生,主要有以下几个方面:

1. 注意饮水卫生 一般来说,生水是不能饮用的,旅途饮水以开水和消毒净化过的自来水最为理想,其次是山泉和深井水,江、河、塘、湖水千万不能生饮。无合格水可饮时,可用瓜果代水。

2. 瓜果一定要洗净或去皮吃 吃瓜果一定要去皮。瓜果除了受农药污染外,在采摘与销售过程中也会受到病菌或寄生虫的污染。

3. 慎重对待每一餐,饥不择食要不得 高中档的饮食店一般可以放心去吃,大排档可有选择地吃,摊

位或沿街摆卖(推车卖)的不要去吃。虽然旅行中饥肠辘辘的情况不少,但小摊小贩的食物不能去碰。如果饥不择食,则等于拿生命开玩笑。

4. 学会鉴别饮食店卫生是否合格 合格的一般标准应是:有卫生许可证,有清洁的水源,有消毒设备,食品原料新鲜,无蚊蝇,有防尘设备,周围环境干净,收款人员不接触食品且钱票与食品保持相当距离。

5. 在车船或飞机上要节制饮食 乘行时,由于没有运动条件,食物的消化过程延长、速度减慢,如果不节制饮食,必然增加胃肠的负担,引起肠胃不适。□