

偶尔“脱轨”让旅行与众不同

“我的目标是游100个国家，现在才30多个，差得还远。”河南洛阳64岁的杨晋毅精神头十足。杨晋毅退休前是大学教授，年轻时就喜欢旅游。从2015年至今，杨晋毅已涉足亚洲、欧洲、北美洲、非洲30多个国家。

境外游：脱团需经领队允许

杨晋毅出国习惯跟团，“省心啊，我跟许多旅行社都很熟悉，他们一有特价团就给我打电话”。可跟团不够自由，所以每到一个地方，和其他团友不一样的是，杨晋毅总是瞅机会“溜出来”，来一场属于自己的暴走之旅。

去年，他跟团去北欧几国和俄罗斯，最后一天在德国柏林中转，参观完夏宫，杨晋毅想去心心念念的博物馆岛。与领队签了保证书，并从领队那里要了晚上入住酒店的照片和名称信息后，他出发了。

“不过，参观完博物馆岛，发现我的百度地图找不到酒店的位置，只好向一个老外打听。”杨晋毅说，他把手机递给对方指指宾馆的名称，那个人便用自己的手机帮助搜索。之后，杨晋毅记下一个离宾馆很近的标志性建筑——斯塔西博物馆，并用自己的手机搜索、定位。

2015年，他和老伴、儿子去欧洲，当团友在巴黎准备去购物时，他们拿着纸质的巴黎地图开始了暴走之旅，“我们先后参观了先贤祠、荣军院、拿破仑墓，还经过了巴黎大学，最后回到老佛爷百货和团友集合”。在伊斯坦布尔，他和

老伴暴走后，回程还体验了有轨电车。在纽约，只有两个半小时的自由时间，当团友待在洛克菲勒中心吃饭时，他和老伴带着面包开始暴走。“沿第五大道到美术馆、帝国大厦，参观中央火车站。”杨晋毅说，“每次出国，不暴走一次都觉得不过瘾。”

杨晋毅提醒：脱团要和领队商量，对方同意后再行动，并要规划好路线和时间，不要因为个人耽误整个团队的行程。

国内游：在驴友群里找路线

退休后，杨晋毅被郑州某学校聘用。去年开始，杨晋毅爱上了短途徒步穿越。“去年，我在郑州加了十几个驴友群，今天跟这个队走，明天跟那个队走，算了一下，30多个双休日都在徒步穿越。”杨晋毅记得，第一次穿越的是太行山八里沟，他是队伍里年纪最大的。“我们不停地向上走，爬上大峭壁，途经惊险的天梯，在山梁上行走。”他说，那是他第一次站在山顶上俯视峡谷，千沟万壑尽收眼底，壮观的景象立刻让人感到胸怀宽广。杨晋毅说，那次，他始终没有掉队，获得了队友们的称赞。

杨晋毅说，除了寒暑假回洛阳，他几乎每个双休日都在徒步“驴”途上。连去北京参加一个会议，他也临时加入北京的驴友组织，去挑战攀爬没开发的“野长城”——箭扣长城。

杨晋毅提醒：老年朋友参与徒步穿越，要选择专业登山鞋，不要穿普通旅游鞋，最好准备一

根手杖，关键时候作用不小。

写游记：在大巴上用手机记录

杨晋毅每次出去必写游记，不管路途远还是近。去北美，他写了7万多字游记；去以色列，他的游记也有5万多字……异国风情难忘，国内的嵩山、太行山，也有那么多东西可写吗？杨晋毅说，游记记录的是点点滴滴及细节感受，但凡所见所闻所想都是值得记录的点。

他的“法宝”是手机：游记不必长，只要有内容就可成篇，有时一天能写好几篇。如“王莽岭锡崖沟二日游”仅第一日他就写了9篇，非常细致，其中写道：“我们6个驴友，坐在琴台休息10分钟，听见有几个人在山谷里呼啸。有一位其声高亢嘹亮、尾音悠长，而且曲折变化，在山谷中回荡。我们都吸引了。细听了一会儿，听余音一点点消失在美丽的山谷里——像是阮籍复生，像是伯牙重回，我简直听呆了。南太行，正是阮籍当年流连忘返的地方。此时此地，听此长啸，真不知今日何日！”

徒步穿越时，只要中途休息，杨晋毅就开始用手机打字；出国旅行时，他最爱在大巴上用手机写游记，实在记不下来的就到宾馆补记。

杨晋毅提醒：冬天天冷拿手机记不方便，可以记几个关键词回家整理；在大巴上记东西费眼费神，头一天晚上要睡好觉，记的过程中注意休息。

(据《快乐老人报》)



境外遇危险如何自我保护

埃及旅游大巴遇袭、斯里兰卡爆炸袭击……近期，关于境外旅行的安全事件频频见诸报端。尽管意外发生的概率很低，但一旦遇上就是100%。当面对人为的安全威胁时怎么办？

遭遇炸弹爆炸 越是大型恐怖袭击，越要告诫自己保持冷静，这是自救的首要前提。当爆炸事件发生，应

迅速背朝爆炸冲击波传来的方向卧倒。如在室内，可就近躲避在结实的桌椅下。爆炸瞬间，应屏住呼吸并张口，避免强大的冲击波击穿耳膜。做完以上步骤，应尽快寻找和观察安全出口，挑选人流较少的出口尽快撤离。

遭遇匪徒枪击扫射 首先，再恐

惧也一定不要腿软，以免丧失行动力。在保持镇定的前提下，应快速弯曲身体，利用墙体、立柱、桌椅等掩蔽物尽快向安全出口撤离。若来不及撤离则应趴下、蹲下或隐蔽在有效掩蔽物后，报警并等待救援。

遭遇火灾(纵火) 逃生时要尽量伏下身体，沿墙角匍匐前进为妥，尽

量用湿毛巾捂住口鼻。此时听从指挥非常重要，因火灾现场最易因惊慌导致拥挤踩踏伤亡事故，逃生时切勿一心超过他人，更不要逆行。

此外，游客应将当地应急电话保存在手机中，包括中国驻外使领馆、导游、地接社以及酒店、航空公司和各类报警电话。可以的话，应将个人实时行程和酒店住址信息报备给国内亲友。出游时避开经济欠发达、旅游资源配套不太完善的目的地，一些恐怖势力活跃、时常发生袭击或绑架事件的国家，最好不要去。

(摘编自《羊城晚报》)