

### 轻旅行的障碍 孩子

## 尽量缩减大人行李 药物不能少

带着孩子能做到说走就走吗?带着这个疑问,记者随机采访了12位妈妈发现,越小的孩子,妈妈越觉得实施“轻旅行”的难度有点大。

不难想象,大孩子准备的行李与成人基本无异。但小孩子的行李该如何准备?小颖家女儿还有一个月才满两岁,她带着孩子刚从三亚游玩归来不久,除了最后一日,宝宝受凉、有点流鼻涕外,她觉得旅途非常完美,

孩子也玩得很开心。“我们一共带了一大一小两个旅行箱。大的放我们三口的衣物和生活用品,还有一个非常小的儿童行李箱,放了宝宝的挖沙玩具之类。”小颖说,她在收拾行李时,因为知道宝宝的东西会多一些,特意尽量缩减了大人的行李,而且选择夏季出游,衣服占行李的比重会降到最低。

而记者采访了多位达人爸妈后,他们均建议,孩子的行李最特殊的是常用药物。

### 轻旅行的“大敌”纪念品

## 其实可以直接从当地寄回来

经常跟团出国的江苏舜天海外旅行社导游吴莹表示,自己也希望轻轻松松跟团旅行,但亲朋好友常常委托她从美国或欧洲带些东西回来,空荡荡的箱子带去,总是满满的带回来。“很多人跟我一样,其实没带太多行李出门,但刻意带着大箱子去装纪念品。”

因为要带纪念品,轻旅行似乎成了奢望。对此,90后女孩李宝娜有自己的建议。

“出国不谈,因为我还没有出过国。国内旅行,我很少会背土特产回来,但我每次都能给亲朋好友送上。”

她是如何做到的呢?小娜称,现在物流很快,网络购物平台更发达,“一般还在行程中,我就用手机下单,将纪念品买好,直接寄回家,正常我结束旅途了,纪念品也到家了,省去了搬运的劳累,而且网购的东西还会比在当地买便宜不少。”

### 轻旅行的差别 分人

## 中年夫妻行李最少 闺蜜行李常超重

在导游秦天眼里,带多少行李与旅游目的地和游客自身有关。有意思的是,她发现通常中年夫妻出游,行李不会带太多,老人、小孩的行李则会相对多一些,而三五个姑娘结伴旅游的话行李最多,几乎人手一个行李箱。跟女性相比,男性显然更是轻旅行的践行者,拿秦天常带的泰国线来说,男性游客一般只带背包或者12寸的小

行李箱,而女性往往要带24寸的箱子。

由于经常出行在外,导游们对如何减轻自己的行李,有独到的建议。“女孩子的护肤品最好用小包装携带,洗漱用品、智能手机、食物、一双拖鞋和一双平底鞋是必备的,换洗衣服最好每天一套。”吴莹认为,出门在外能简就简,旅行中如果要带特殊的物品,旅行社出团前会在通知书的注意事项里提到。

### 相关链接

#### 心理专家说: 是否轻旅行与个人的安全感有关

南京解萌心理学校校长李萍认为,“轻旅行”更应该被赋予心理学涵义——怀揣轻松的心情去旅行。

普通的家庭式旅游,行李通常会根据家庭人员结构、旅行目的地的天气和环境等因素来准备。然而,有些人哪怕是去一天的短线游,也会携带很多东西,这就跟个人的安全感有关。他们在旅行中带着很多担忧、恐惧,会带上雨具、食物,等等,对各种情况都做了十足的准备。这类人通常个性都比较谨慎,在旅途中也不会太依赖他人,习惯依靠自己的力量解决遇到的任何问题。

出去旅行要带多少东西呢?李萍建议,那些为了心理安慰和满足安全感的物品可以放下来。“不要带那么多的担忧,不要带那么多的欲望,把所有的烦恼和不开心都放下,带着轻松的心情去旅行。”

### 轻旅行小贴士

#### 乘坐飞机行李多重才需要付费呢?

通常来看,乘坐国内航班,每位旅客的免费托运行李额根据不同舱位而不同:经济舱旅客为20公斤,公务舱旅客为30公斤,头等舱旅客为40公斤。乘坐国际航班,根据航线不同有不同的规定,最常见的标准是头等舱、公务舱旅客可免费托运两件行李,每件行李的重量限额为32公斤;经济舱旅客可免费托运两件不超过23公斤的行李。

特别需要注意的是廉价航空的规定,如春秋航空根据旅客所购买票种有不同的规定,购买“轻松特价行”机票的旅客可随身携带7公斤非托运行李,其他旅客可享受“托运+非托运”共15公斤行李。

注:以上数据为在几大航空公司官网查询所得。

现代快报记者 邓倩 整理

「许晴式」轻旅行,离你有多远  
床单、浴盆、甚至晾衣架……旅行时把家搬进行李箱?

暑期亲子游盛行,孩子在旅行中状况多,家长携带着大包小包,恨不得把整个家“背”上。其实,当下越来越流行一种“轻旅行”——轻装、轻便、轻松,放下一切负担,让身体轻松起来,尽情享受旅程。就像《花儿与少年》中的“刘涛”虽被称为收纳女神,但事无巨细亲自打点,令整个旅行愈发“沉重”,倒不如“许晴”甩开手玩得潇洒自在。

出游必大包小包的,你,离“许晴式”轻旅行还有多远?

现代快报记者  
王苏颖 马晶晶



江苏夕
江苏夕阳红国旅
团队 57923300 门市 18105179287  
咨询 86646863 加盟 84460852

<b>闯关东 看草原 赏北国风情 大东北纯玩专列 8月10日前报名 9月9日盛大开行! 立减200元/人</b> T线:哈尔滨 满洲里 呼伦贝尔大草原 中俄边境国门 长白山 天池 沈阳故宫 抚顺12日 2280元起(含餐) A线:哈尔滨 满洲里 呼伦贝尔大草原 中俄边境国门 长白山 天池 沈阳故宫 抚顺12日 3280元起(含餐含门票) B线:哈尔滨 满洲里 呼伦贝尔大草原 长白山 沈阳 朝鲜12日 3880元起(含餐含门票) C线:哈尔滨 俄罗斯海参崴 镜泊湖 长白山 沈阳 抚顺12日 4680元起(含餐含门票) A线、B线、C线门票: 60-69周岁老人优惠50元/人, 70周岁以上老人优惠150元/人	<b>丝绸之路专列 8月25日盛大开行</b> 西安兵马俑 华清池 大雁塔 西宁塔尔寺 青海湖 敦煌莫高窟 鸣沙山月牙泉 吐鲁番交河故城 坎儿井 千佛洞 葡萄沟 乌鲁木齐天山天池 宁夏沙坡头13日 空调硬卧 原价3480元 活动价3280元起(含餐)	<b>丝绸之路专列 9月5日盛大开行</b> 太原乔家大院 平遥古城 延安壶口瀑布 西安兵马俑 华清池 西宁塔尔寺 青海湖 嘉峪关 敦煌莫高窟 鸣沙山月牙泉 吐鲁番交河故城 坎儿井 千佛洞 葡萄沟 乌鲁木齐天山天池 宁夏沙坡头14日 空调硬卧 原价3680元 活动价3480元起(含餐)
<b>四川重庆 印象武隆号专列 9月9日盛大开行!</b> A线:九寨沟 黄龙 峨眉山 乐山 大佛 都江堰 成都 重庆武隆 天坑三桥 仙女山12日 2280元起(含餐) B线:九寨沟 黄龙 峨眉山 金顶 乐山 大佛 青城山 都江堰 成都 武侯祠 杜甫草堂 重庆 大足石刻 武隆 天坑三桥 仙女山 乌江画廊 芙蓉江14日 2880元起(含餐)	<b>宁夏山西专列 8月11日盛大开行</b> 山西五台山 平遥古城 乔家大院 宁夏沙湖 西夏王陵 西部影视城 空调专列8日 空调硬卧2980元起 空调软卧3680元起(含餐含门票) 60-69周岁老人门票优惠400元/人, 70周岁以上老人优惠500元/人	<b>三峡包船</b> 九江 石钟山 武汉 东湖 荆州 古城 世外桃源 三峡人家 世纪工程 三峡大坝 神农架 小三峡 长江三峡 武隆 天坑三桥 仙女山 魅力重庆10日 9月17日、10月23日、11月10日 1980元起 买一送一,两人报名,买下赠送上铺,一人半价。限额报名机会难得!

**咨询 84467501 84467502 84208014 三山街总部 中山南路321号现代大厦5楼(升州路熙南里对面)**