

第一部分：2026 年职工疗休养服务内容

一、基本情况

（一）时间：预计 2026 年 6 月-2027 年 5 月期间

（二）行程天数：7 天 6 晚

（三）人数：约 750 人次

（四）疗休养费用：5000.00 元/人（费用包含：1、住宿费 2、餐费 3、门票、观光车、缆车、讲解费、导服等 4、交通费（不包含往返大交通费用）5、其他费用（意外保险费、矿泉水等））

二、行程方案

1、云南

方案：在市中心参观昆明历史文化，感受动植物王国的魅力			
日期	时间	活动内容	活动类型
第一天	全天	【云南省工人疗养院】 报到	报到、接待服务
	晚上	【云南省工人疗养院】 疗休养活动启动仪式	启动仪式
第二天	上午	【云南省工人疗养院】 带练八段锦、焕活颈肩操	文体活动
		合影留念	合影
		【西山森林公园】 瞻仰南洋华侨机工抗日纪念碑	爱国主义教育
	下午	【云南省工人疗养院空谷园】 参观昆明市级文物保护单位	传统文化
		【云南省工人疗养院】 手工制作，非遗漆扇、艾草锤制作体验	非遗体验
		【云南省工人疗养院】 中医理疗	康复理疗
第三天	上午	【云南省工人疗养院】 带练八段锦、焕活颈肩操	文体活动
		【云南省工人疗养院】 “三种精神”、“初心与匠心”主题	思政课

		【云南省工人疗养院】 《健康养生、慢病管理》	健康讲座
	下午	【云南省工人疗养院】 中医理疗	康复理疗
第四天	上午	【澄江化石地世界自然遗产博物馆】	科普教育
	下午	【云南省工人疗养院】 中医理疗	康复理疗
第五天	全天	【石林】 参观喀斯特地质奇观	参观考察
第六天	上午	【斗南花市】 参观亚洲最大的鲜切花交易中心	传统参观
	下午	【云南省博物馆】 云南各族人民在红土高原的厚重历史和辉煌文明	科普教育
第七天	全天	根据返程时间安排送站，结束愉快疗休养行程	返程
住宿		需满足各级总工会挂牌的疗养基地或疗养院或四星级以上酒店标准，供应商可自主选择符合标准的基地，行程框架需符合招标文件及附件要求	

2、厦门

日期	交通	行程安排	住宿
第一天	汽车	安排专人专车接机/站，乘车前往全总厦门劳模休养中心。 17:30-21:00-院内用养生晚餐（自助/围桌）	需满足各级总工会挂牌的疗养基地
第二天	汽车	07:00-在中心 7 号餐饮楼餐厅用自助早餐 09:30-感怀嘉庚精神，铸就华侨典范 爱国主义教育基地——陈嘉庚纪念馆、嘉庚故居。带您一览“华侨旗帜，民族光辉”陈嘉庚的生平及其崇高的爱国主义精神。 12:00-在院内用养生午餐（自助/围桌） 14:30-乘船出海。海上游金门，迎着海风出行，徜徉在蓝天白云大海的怀抱，在海上观赏鹭江两岸山海奇观，在台湾省大担岛“三民主义 统一中国”标语前高唱歌唱祖国； 17:30-院内用养生晚餐（自助/围桌） 19:00-22:00 院内参加运动健康项目（游泳、健身）	或疗养院或四星级以上酒店标准，供应商可自主选择符合标准的基地，行程框架需符合招标文件及附件要求
第三天	汽车	07:00-在中心 7 号餐饮楼餐厅用自助早餐 08:30-乘车前往南靖土楼云水谣，参观学习世界遗产福建土楼文化 12:00-品尝当地特色午餐 13:00-参观和贵楼：全国重点文物保护单位，“世遗申报点之一”，方形土楼，简氏家族住宅，始建于清雍正十年（1732 年），坐西朝东，占地 1947.3 平方米，高 5 层，21.5 米，每层 28 间共 140 间，这座楼建在以方圆 220 根大松木做桩的基础上，整	

天		座楼像一艘大船停泊在沼泽地上,虽历经 200 多年仍坚固稳定,巍然屹立。 漫步云水谣古栈道,电影《云水谣》的取景地之一,是一个幽古神奇的地方,幽长的古道、百年老榕树、灵山碧水无不给人们以超然的感觉。 怀远楼,福建省文物保护单位,“世遗”申报点之一,位于南靖县梅林镇坎下村。圆形土楼,简氏家庭住宅,建于清宣统元年(1909 年),坐北朝南,占地 1384.7 平方米,楼高四层 13 米,直径 38 米,每层 34 间,共 136 间。 15:30-返回厦门 17:30-院内用养生晚餐(自助/围桌) 19:00-22:00 养生健康理疗体验(足浴、电子艾灸、自助按摩等)	
第 四 天	汽车	07:00-在中心 7 号餐饮楼餐厅用自助早餐 8:30-世遗景观疗休养,走进鼓浪屿 9:30-中共福建省委机关、中共福建省委军委机关旧址,聆听革命先烈为解放厦门不懈斗争的光辉事迹。 12:00 中午在鼓浪屿岛上享用午餐 14:00 参观林巧稚大夫纪念园,为纪念人民医学家林巧稚大夫而建。毓园的建筑布局自然,园中立着林巧稚大夫的汉白玉雕像,建有“林巧稚大夫生平事迹展览室”,邓颖超同志亲手在园中种植的两株南洋杉,象征着林大夫秀逸高洁的品格。 15:00-漫步在世界遗产——万国建筑楼群,感受鼓浪屿独有的建筑韵味。	

		16:30—乘船返程 17:30—院内用养生晚餐（自助/围桌） 19:00—22:00 养生健康理疗体验（足浴、电子艾灸、自助按摩等）	
第五天	汽车	07:00—在中心 7 号餐饮楼餐厅用自助早餐 09:00—前往筲箕书院参观，是金砖会议中俄双边会谈重要场所，会议推动了国际局势的发展，展示了中俄两国领导人深厚的友谊和两国之间和谐的双边关系，筲箕书院见证了这一重要历史时刻。后在白鹭洲公园自由活动 11:30—中午在院内用自助午餐； 14:30—下午可在康乐中心自由体验游泳、健身、球类运动、棋牌等活动 17:30—院内用养生晚餐（自助/围桌）	
第六天	汽车	07:00—在中心 7 号餐饮楼餐厅用自助早餐 09:00—乘车前往环岛路、曾厝垵参观，面朝大海，椰林树影，它是“中国最文艺渔村”。后前往环岛路及沙滩，厦门集旅游观光和休闲娱乐为一体的滨海走廊，风景优美，骑着自行车非常舒服。独特的亚热带风光，海风柔和，海景优美，沙滩也很细腻； 12：00——院内用自助午餐 下午自行休整 18:00—在院内用自助晚餐 19:00—养生健康理疗体验	
第七天	汽车	07:00—在中心 7 号餐饮楼餐厅用自助早餐 上午整理行装，准备返程，安排专人专车送站/送机	

3、贵州

时间	行程及安排	活动地点	住宿
第一天	根据到达时间，接站。	高铁站/ 机场	需满足 各级总 工会挂 牌的疗 养基地
	黔南州疗休养基地， 18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。	黔南州疗 休养基地	
第二天	早餐 07:00—08:30（自助）， 8:30—9:00 劳模疗休养座谈会。学习贯彻习近平总书记在庆祝中华全国总工会成立100周年:暨全国劳动模范和先进工作者表彰大会上重要的讲话。 9：00 统一前往《AAAA 西江千户苗寨》参观学习，时间 3 小时。	雷山	或疗养 院或四 星级以 上酒店 标准， 供应商 可自主 选择符 合标准 的基 地，行 程框架 需符合 招标文 件及附 件要求
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）		
	18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。	黔南州疗 休养基地	
第三天	早餐 07:00—08:30（自助）， 9:00 统一乘车前往乡村振兴扶贫示范基地《万达小镇》参观学习，时间 2 小时。	丹寨	
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）		
	18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。	黔南州疗 休养基地	
第四天	早餐 07:00—08:30（自助）， 9:00 统一前往《AAAAA 小七孔》参观学习，时间 4 小时。	荔波	
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）	黔南州疗	

	18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。	休养基地	
第五 天	早餐 07:00—08:30（自助）， 9:30《健康知识讲座》参观学习，时间 2 小时。	黔南州疗 休养基地	
	12:00 中餐（餐厅）		
	15:30—17:30 非遗理疗项目		
	18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。		
第六 天	9:00 统一乘车前往爱国主义教育基地《凯里党史馆》 参观学习，时间 3 小时。	凯里	
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）		
	18:00 晚餐（餐厅），22:00 晚间休息。		
第七 天	早餐 07:00—09:00（自助）， 根据返程时间安排送站,结束愉快的贵州疗休养之旅！	高铁站/ 机场	

4、恩施

时间	行程及安排	住宿
第一天： 各地——利川	飞机前往恩施，一路领略内陆不同的风景，下午到达利川后，先入住酒店，好好休息一晚，准备开启愉快的硒都之旅！	需满足各级总工会挂牌的疗养基地或疗养院或四星级以上酒店标准，供应商可自主选择符合标准的基地，行程框架需符合招标文件及附件要求
第二天： 利川——腾龙洞、60公社	早餐后前往腾龙洞，该洞是国家地质公园，洞口高 74 米，宽 64 米，洞内最高处 235 米，初步探明洞穴总长度 52.8 公里，其中水洞伏流 16.8 公里，洞穴面积 200 多万平方米。洞中有 5 座山峰，10 个大厅，地下瀑布 10 余处，洞中有山，山中有洞，水洞旱洞相连，洞内终年恒温 14—18℃，空气流畅。为亚洲第一大旱洞，2020 年 12 月，正式被评为国家 AAAAA 级景区。在洞内赏“激光秀”及土家实景歌舞后，用中餐，中餐后乘车至 60 公社，下午 60 公社自由活动，下午晚餐后入住酒店。	
第三天： 利川——大峡谷	早餐后前往恩施大峡谷【大峡谷云龙河地缝】——地球上最美丽的伤痕（游约 1.5 小时），这条地缝形成于 2.1-2.9 亿年间世界上极为罕见的“U”字形段崖，这是世界上唯一两岸不同地质年代的地缝。右岸为 1.8-2.3 亿年前形成的三迭纪地层，左岸是 2.5-2.8 亿年前形成的二迭纪地层。该景观带构成了集水蚀峡谷、溶岩洞穴、绝壁峰丛、天坑地缝、瀑布跌水为一体的水文地质大观，加之独	

	具特色的土家民居，景观丰富多样。后前往索道站（上山索道 105 元/人）前往游览与美国科罗拉多大峡谷相媲美的【恩施大峡谷七星寨】(游览时间约 4 小时，环保车 30 元/人)大峡谷景区概括为：一段地缝，两条河流，三大板块，四大神奇，五大特色。目前已开放的游步道全长 7.5 公里，沿途景点有小龙门群峰、龙门石林、一线天、绝壁长廊、轿顶山、鞠躬松、一柱香、天路、母子情深等。观赏峡谷中的百里绝壁、千丈悬崖、绝壁栈道、傲啸独峰、原始森林、远古村寨、大峡谷梯田等景点美不胜收，（下山手扶电梯 30 元/人）。晚餐后返回利川，入住酒店。	
第四天： 利川——恩施、宣恩	利川乘车至鄂西特委，1940 年 8 月 2 日，中共中央南方局派钱瑛随施巴特委秘密交通员刘惠馨到达恩施，8 月 16 日钱瑛在恩施五峰山红岩狮召 开区党委扩大会议，宣布中共中央南方局决定，撤销“湘鄂西区 党委”及所属“施巴特委”，成立“中共鄂西特委”，何功伟任特委书记，王栋任组织部长，马识途任宣传部长，何功楷任青年部长，刘惠馨任妇女部长兼秘书。中共鄂西特委是当时湖北省领导机关，属省工委性质，由中共中央南方局直接领导，下辖巴东兴宜 工委、来凤中心县委、建巴中心县委，恩施、建始、利川三个县 委以及湘鄂川黔边区部分党的组织。抗日战争时期，中共鄂西特 委在抗日大后方领导恩施各族人民努力开展抗日民族统一战线工作，有力呼应了全国抗日救亡斗	

	争，为全国抗战的胜利做出了应有的贡献。2021 年，五峰山社区(原五峰山村)成为全国第二批红色美丽村庄建设试点。12:00 中餐，13:00 乘车前往网红县城宣恩(车程约 1 小时)，14:00 左右抵达,游墨达楼，下午江边烤鱼，乘竹筏，夜游贡水河，晚上乘车返回利川，晚餐后，入住酒店！	
第五天： 利川——鱼木寨	早餐后乘车前往鱼木寨（车程 2 小时左右）——鱼木寨，为土家族山寨，位于湖北省与重庆市交界处，东距利川市 61 公里，四周绝壁，占地 6 平方公里，居住着 500 多户土家山民。这里有土家古堡、雄关、古墓、栈道和民宅，是国内保存最为完好的土家山寨，景区内城堡寨墙、古栈道保存完好，数十座古墓石雕精湛，隘关险道惊心动魄，村民生产生活用具古朴传统，民族风俗别有风味，素有"世外桃源"之美称。2006 年被公布为全国重点文物保护单位。所在的鱼木村 2013 年入选第二批中国传统村落名录。下午返回利川后晚餐，晚餐后入住酒店。	
第六天： 利川——齐岳山、九渡溪	早餐后稍作休息，随后乘车前往南方最大的山地草场——齐岳山，318 贯穿整个草场，是避暑胜地，可以骑马、卡丁车等游乐项目，更能登高处，瞭望利川美景。中餐后，乘车前往九渡溪，下午在九渡溪自由活动，晚上特色餐、篝火晚会，体验民族特色，结束后返回利川，入住酒店休息。	

第七天: 返程	早餐后，自由活动，根据高铁或飞机时间送站！结束愉快旅程，返回温暖的家！	
------------	-------------------------------------	--

5、三亚

时 间		内 容	住 宿
第一天	下 午	专人接机/接站，报到入住	需满足各级 总工会挂牌 的疗养基地 或疗养院或 四星级以上 酒店标准， 供应商可自 主选择符合 标准的基 地，行程框 架需符合招 标文件及附 件要求
	晚 上	基地提供室外游泳池、室内健身房	
第二天	上 午	早餐后“感党恩、听党话、跟党走”主题开班会（约1小时），开班会结束后参观【天涯海角】，感受海南自贸港建设“青山绿水、碧海蓝天”的实干氛围。	
	下 午	参观【三亚鹿回头】国家AAAA级景区，鹿回头风景区，是一个以黎族文化、情爱文化和生态文化并重的主题景点。景区有鹿雕、“一见钟情”石“紫气东来”石、“神话姻缘”石、海枯不烂石、“爱字摩崖”院等景点。鹿回头风景区是三亚市历史文化的源泉三亚市得名“鹿城”的由来，是三亚市的文化标志和历史记忆，也是远眺大海和俯瞰三亚市的绝佳地点。	
	晚 上	基地提供室外游泳池、室内健身房	
第三天	上 午	开展户外草坪【趣味团建活动】丰富劳模职工精神文化生活。	

	下午	跟随国家领导人的足迹，参观考察海南新型产业示范、热带玫瑰花繁育基地：【亚龙湾国际玫瑰谷】。 学习特色产业发展理念，感悟“小康不小康，关键看老乡”的深刻含义。	
	晚上	基地提供室外游泳池、室内健身房	
第四天	上午	前往【南山文化苑】南山文化苑是充满神奇和无穷魅力的风景胜地，阳光明媚，空气清新，天然的浴场和习习的海风，以及独一无二的南山文化。领略生态和谐之美，感受文化熏陶之力，激励人们追求更高远的价值观。	
	下午	参观敢闯敢试、大胆创新，以思想破冰引领改革突围【大小洞天】。	
	晚上	基地提供室外游泳池、室内健身房。	
第五天	上午	前往爱国主义教育基地【梅山烈士陵园、纪念馆】 参观学习。	
	下午	三亚湾椰梦长廊打卡留念，近距离与大海接触	
	晚上	基地提供室外游泳池、室内健身房	
第六天	上	参观【槟榔谷】学习交流国家级非物质文化遗产	

	午	生产性保护基地，增强疗休养人员对其他少数民族在党的领导下脱贫致富、同心筑梦进程的了解。	
	下午	【海棠湾免税店】参观学习，实地感受离岛免税政策及其对区域经济带动作用的宝贵机会，加深对海南自贸港开放前沿的认知。	
	晚上	基地提供室外游泳池、室内健身房	
第七天	上午	今早不设起床时间，睡到自然醒； 早餐时间 07:00-10:00； 根据航班时间，前往三亚凤凰国际机场送机，圆满结束疗休养活动。	

6、青岛

日期	行程安排	活动地点	住宿
第一天	•从鄂尔多斯乘坐航班到达青岛胶东国际机场后，统一接机乘大巴到基地。	机场	需满足各级总工会挂牌的疗养基地或疗养院或四星级以上酒店标准，供应商可自主选择符合标准的基地，行程框架需符合招标文件及附件要求
	•青岛疗养基地 •漫步熟悉基地环境 •22:00 晚间休息	青岛	
第二天	•早餐 07:00—08:30（自助） •8:30 统一乘车前往青岛啤酒，参观“世界品牌、民族特色”的青岛特色企业。在全自动生产流水线感受智能制造的中国力量，品尝新鲜生产的醇正啤酒，见证工匠精神在企业的传承	市南区	
	•12:00 附近中餐，品尝青岛特色菜		
	•15:00 座谈会：铸牢中华民族共同体意识 •晚餐 18:00（餐厅） •晚间休息 22:00。		
第三天	•早餐 07:00—08:30（自助） •9:00 统一乘车前往走进中国人民解放军海军博物馆，感受人民海军发展历程，开展爱党爱国爱军活动	市南区	

	•12:00 中餐（附近特色菜肴）		
	•14:00-17:30：统一乘车前往八大关景区，欣赏“万国建筑博览馆”，海滨休闲漫步 •晚餐 18:00（餐厅） •晚间休息 22:00		
第四天	•早餐 07:00—08:30（自助） •9:00 统一前往海滨舰艇基地，乘坐快艇，海上观青岛，感受活力海洋之都	市南区	
	•12:00 中餐（附近特色菜肴） •14:00-17:30：青岛五四广场、奥帆中心、上合峰会会址，游览海滨美景 •18：30 晚餐（餐厅） •晚间休息 22:00		
第五天	•早餐 07:00—08:30（自助）， •9:00 前往网红打卡地——银鱼巷，游览浪漫中山路，闲行步履感受滨海风情	市南区	
	•12:00 中餐 •14:00 红色爱国主义教育——参观青岛一战遗址博物馆，了解第一次世界大战在远东地区唯一保存完整的战场遗址所在地 •晚餐 18:00（餐厅） •晚间休息 22:00。		

第六天	•早餐 07:00—08:30（自助） •9:00 统一前往海上仙山“崂山”，一览山海奇观、纵享森林氧吧	崂山区	
	•12:00 中餐（附近特色菜肴）。		
	•14:00 崂山健步行		
	•晚餐 18:00 基地欢送晚餐 •晚间休息 22:00		
第七天	•早餐 07:00—09:00（自助） •安排送机，结束愉快的青岛疗休养行程 从青岛乘坐航班到鄂尔多斯伊金霍洛旗机场，返回温馨的家园	机场	

7、安康

日期	行 程	餐饮
第一天	抵达安康火车站/机场（接站/接机)接站/接机后，酒店办理入住，休息 16:00–17:00 开班仪式、安全教育 17:30–18:30 享用当地特色接待晚宴(莲花餐饮）晚餐后汉江夜游游船，欣赏安康美丽夜景	晚
第二天 (牛蹄岭+蒋家坪+桃花源)	7：00–自助早餐； 08:30–11:00【牛蹄岭战斗遗址】牛蹄岭战役遗址公园位于陕西省安康市汉滨区县河镇牛岭村，是解放战争时期陕南重要战场遗址，现为爱国主义教育基地。参观战壕，科技馆和纪念碑。爱国主义教育，思政教育课程 12:00–14:00 午餐（凤来仪） 14:00–16:00【蒋家坪】习总书记亲临的女娲凤凰现代茶叶示范园，察看春茶长势，同茶农们亲切交谈。他指出，人不负青山，青山定不负人。不断激发广大干部群众牢记嘱托、砥砺前行的奋进力量。 。参观蒋家坪村党群服务中心、爱国主义教育基地；在蒋家坪村平安居，学习国家级非遗弦子腔等优秀传统文化 爱国主义教育，思政教育课程 17:00–18:00【高新桃花源】安康桃花源公园是大型城市生态公园，国家 3A 级旅游景区。以“桃花”为核心元素，拥有“十里桃林”“桃花溪”“桃花潭”“桃花岛”“桃花	早 午 晚

	坞”等十余个主题景点，春季桃花盛开时，成为摄影和赏花的绝佳地。 18:00-19:00 享用晚餐（高新金州美食） 晚餐后高新桃花源篝火晚会（含定量烧烤）	
第三天 （巴山珍稀植物园+南宫山）	7:00-自助早餐；08:30-11:00 前往岚皋县，参观【巴山珍稀植物园】。 11:00-12:00 午餐（岚皋紫郡山庄） 13:00-17:00 参观【南宫山森林公园】南宫山又名“笔架山”，是巴山深处罕见的古冰川及火山遗址。这里森林环境优美，古树参天，野趣天成，集雄、奇、秀、险为一体。已成为陕、川、鄂、渝毗邻地区游览观光、疗养度假的胜地。 18:30-19:30 晚餐（安康馆子） 19:30-21:30 恒温泳池	早 午 晚
第四天 （瀛湖+恒口毛玩产业园）	7:00-自助早餐； 08:30-11:30 参观【瀛湖疗养基地-汉水文化街】位于安康市城区西南16公里处，是西北地区最大的人工湖，总面积102.8平方公里，其中水域面积77平方公里，景区碧波万顷、水质清澈、大小岛屿星罗棋布，两岸山峦起伏、风光旖旎，素有“陕西千岛湖”之称，是独具秦巴汉水自然风光的省级风景名胜区、陕西十大美景之一。 疗休养基地 12:30-13:30 午餐（安康金洲美食）	早 午 晚

	14:30-16:30 参观【恒口毛绒玩具产业园】该产业园依托恒口示范区的区位优势和产业基础，形成了集创意设计、原料生产、产品加工及贸易销售于一体的全产业链条。毛玩产业 考察 17:30-18:00(品尝陕南富硒药膳) 18:00-20:00 理疗、艾灸、中药浴足	
第五天 (凤堰古梯田 + 汉江石泉古城)	7:00-自助早餐； 8:30-11:00 驱车前往【汉阴凤堰古梯田】凤堰古梯田为中国最美田园，属于世界级灌区型水利风景区，是秦巴山区考古发现的面积最大、保存最完整的清代梯田。 11:00-12:00 参观冯家堡子，始建于清乾隆三十四年，是一座居住兼防御性城堡式建筑。 12:00-14:00 午餐(凤堰梯田富硒农家菜) 14:00-15:00 参观吴家花屋，占地面积二十余亩，是祖居湖南善化县的吴氏先民移居汉阴时修建，当初因房屋雕梁画栋、宏伟壮观、青山作屏、亭阁花映而得名。具有明显江南民居风格特点。 15:00-16:30 前往石泉 16:30-17:30 【汉江石泉古城】自由活动。 17:30-18:30 晚餐(石泉石锅鱼) 18:30-20:00 酒店入住休息	早 午 晚

第六天 (紫阳焕古镇+半亩茶园+五省会馆)	7:00-自助早餐； 8:00-12:00 驱车前往【紫阳焕古镇】(含义渡风云演出) 焕古镇位于紫阳县西北部，汉江中上游，因“宦姑”传说得名，是茶马古道上的重要节点，被誉为“黄金码头”和“贡茶之乡” 12:00-13:00 午餐(焕古镇) 13:00-15:00【五省会馆】由黄州会馆，湖南会馆、武昌会馆、川蜀会馆、江西会馆，称为北五省会馆，还有一个陕西会馆。主要是里面的壁画，壁画里面有三国演义的那种，有桃园三结义千里走单骑呀等。 15:00-17:00 在【半亩茶园】体验采茶、手工制茶、品茶、欣赏紫阳民歌。 17:00-18:00 前往市区用餐 18:00-19:00 晚餐(安康馆子)； 19:00-20:00 观看专场非遗演出【汉调二黄】 20:00-20:30 酒店入住休息	早 午 晚
第七天	7:00-自助早餐；上午睡到自然醒。 根据返程时间送站/送机	
住宿：需满足各级总工会挂牌的疗养基地或疗养院或四星级以上酒店标准，供应商可自主选择符合标准的基地，行程框架需符合招标文件及附件要求		

三、保障服务（响应文件须附提供以下保障服务承诺书，格式自拟。）

（一）人员团队：全程带班老师陪护，落地配备医护人员，并具有相应资质。

（二）车辆：包含大巴、考斯特、商务车等车型，购买车辆损失险、不计免赔险、乘客险及第三者责任险等。

（三）驾驶员：

1. 取得相应准驾车型驾驶证，并具有三年以上驾驶经历，

年龄 25 周岁—60 周岁；

2.最近连续三个记分周期内没有被记满 12 分记录；

3.无致人死亡或者重伤的交通事故责任记录；

4.无酒后驾驶或者醉酒驾驶机动车记录，最近一年内无驾驶客运车辆超员、超速等严重交通违法行为记录；

5.无犯罪记录；

6.身心健康，无传染性疾病，无癫痫病、精神病等可能危及行车安全的疾病病史，无酗酒、吸毒行为记录。

（四）住宿标准：住宿标准为不低于四星级酒店或省级以上工会挂牌的职工疗休养基地，供应商可提供同等级别的替代住宿方案（需说明替代方案的资质与优势）

（五）餐饮：定制合理营养的饮食标准，并与当地特色菜相结合，营养搭配的餐食不少于 8 菜一汤 2 主食，凉菜 2 道，热菜 6 道，3 荤 3 素。兼顾健康需求、地域特色、人文关怀，打造“科学营养+情感共鸣”的餐饮体验。

（六）暖心服务：疗养结束后赠送当地文创、特产等伴手礼。

第二部分：2026 年劳模疗休养服务

一、基本情况

（一）时间：预计 2026 年 6 月-2027 年 5 月期间

（二）行程天数：7 天 6 晚

（三）人数：约 50 人次

（四）疗休养费用：5000.00 元/人（费用包含：1、住宿费 2、餐费 3、门票、观光车、缆车、讲解费、导服等 4、交通费（不包含往返大交通费用）5、其他费用（意外保险费、矿泉水等））

二、行程方案

贵州

时间	行程及安排	活地点	住宿
第一天	根据到达时间，接站。	高铁站/ 机场	需满足 各级总
	黔南州疗休养基地， 18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。	黔南州疗 休养基地	工会挂 牌的疗 养基地
第二天	早餐 07:00—08:30（自助）， 8:30—9:00 劳模疗休养座谈会。学习贯彻习近平总 书记在庆祝中华全国总工会成立 100 周年:暨全国劳 动模范和先进工作者表彰大会上重要的讲话。	雷山	或疗养 院或四 星级以 上酒店
	9：00 统一前往《AAAA 西江千户苗寨》参观学习， 时间 3 小时。		标准， 供应商
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）		可自主
	18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。	黔南州疗 休养基地	选择符 合标准
第三天	早餐 07:00—08:30（自助）， 9:00 统一乘车前往乡村振兴扶贫示范基地《万达小 镇》参观学习，时间 2 小时。	丹寨	的基 地，行 程框架
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）		需符合
	18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。	黔南州疗 休养基地	招标文 件及附

第四天	早餐 07:00—08:30（自助）， 9:00 统一前往《AAAAA 小七孔》参观学习，时间 4 小时。	荔波	件要求
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）	黔南州疗 休养基地	
	18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。		
第五天	早餐 07:00—08:30（自助）， 9:30《健康知识讲座》参观学习，时间 2 小时。	凯里	
	12:00 中餐（餐厅）	黔南州疗 休养基地	
	15:30—17:30 非遗理疗项目 18:00 晚餐（餐厅）， 22:00 晚间休息。		
第六天	9:00 统一乘车前往爱国主义教育基地《AAAA 中国天眼》参观学习，时间 3 小时。	平塘	
	12:00 中餐（附近少数民族餐厅体验）		
	18:00 晚餐（餐厅），22:00 晚间休息。		
第七天	早餐 07:00—09:00（自助）， 根据返程时间安排送站，结束愉快的贵州疗休养之旅！	高铁站 / 机场	

三、保障服务（响应文件须附提供以下保障服务承诺书，格式自拟。）

（一）人员团队：全程带班老师陪护，落地配备医护人员，并具有相应资质。

（二）车辆：包含大巴、考斯特、商务车等车型，购买车辆损失险、不计免

赔险、乘客险及第三者责任险等。

（三）驾驶员：

- 1.取得相应准驾车型驾驶证，并具有三年以上驾驶经历，
年龄 25 周岁—60 周岁；
- 2.最近连续三个记分周期内没有被记满 12 分记录；
- 3.无致人死亡或者重伤的交通事故责任记录；
- 4.无酒后驾驶或者醉酒驾驶机动车记录，最近一年内无驾驶客运车辆超员、
超速等严重交通违法行为记录；
- 5.无犯罪记录；
- 6.身心健康，无传染性疾病，无癫痫病、精神病等可能危及行车安全的疾病
病史，无酗酒、吸毒行为记录。

（四）住宿标准：住宿标准为不低于四星级酒店或省级以上工会挂牌的职工
疗休养基地，供应商可提供同等级别的替代住宿方案（需说明替代方案的资质与
优势）

（五）餐饮：定制合理营养的饮食标准，并与当地特色菜相结合，营养搭配
的餐食不少于 8 菜一汤 2 主食，凉菜 2 道，热菜 6 道，3 荤 3 素。兼顾健康需求、
地域特色、人文关怀，打造“科学营养+情感共鸣”的餐饮体验。

（六）暖心服务：疗养结束后赠送当地文创、特产等伴手礼。

第三部分：职工子女夏令营活动服务

一、基本情况

（一）时间：预计 2026 年 6 月-2027 年 5 月期间

（二）行程天数：5 天 4 晚

（三）人数：约 300 人次

（四）夏令营费用：2500.00 元/人（费用包含：1、住宿费 2、餐费 3、门票、观光车、缆车、讲解费、导服等 4、交通费（不包含往返大交通费用）5、其他费用（意外保险费、矿泉水等））

二、行程方案

日期	时 间	内 容	教学目的
第一天	08:00	集合出发恩格贝绿色教育基地	
	9:00—09:30	到达恩格贝-开班仪式	
	9:30—10:00	铭记历史 · 共守山河：参观自治区爱国主义教育基地——抗日英雄纪念园 开营仪式：英雄坡下的誓言 聆听“恩格贝抗日民族联军”故事（蒙汉军民联合抗日事迹）。集体诵读《中华民族共同体宣言》，佩戴民族团结徽章	通过抗日英雄故事，感悟各民族共御外敌、共建家园的团结精神。
	10:00—10:30	现场教学：参观三驼园（非洲鸵鸟、澳洲鸵鸟、驼羊）。	了解动物的习性、特征，喂食鸵鸟、抚摸驼羊，与小动物亲密接触。
	10:30—11:30	实验教学：干旱荒漠地区沙生植物调查，并亲手种植多肉体验。	了解与认识沙漠地区沙生植物的特征。
	11:30—12:00	现场教学：徒步参观创业屋、半月湖。	1.了解恩格贝历史，见证创业者艰辛。 2.尽览绿意盎然，体验碧波荡漾。
	12:00—12:30	午 餐	
	12:30—15:00	午 休（办理入住）	
	15:00—16:00	沙漠博物馆研学：绿洲背后的民族力量； 主题：30年治沙史中的“民族协奏曲” 内容：参观治沙成果展，分析科学家、牧民、志愿者（含多民族）的合作案例。	在沙漠治理实践中体会各族人民的协作智慧，理解“绿水青山就是金山银山”的共同使命
	16:00—17:00	体验教学（半月湖）：绘制“民族团结英雄图谱”，挖掘历史中的多元民族贡献。	1.培养孩子感受美、欣赏美的情趣和创造能力。 2.加深孩子们对恩格贝沙漠变绿洲的认识，体现对家乡的热爱。

	17:00—17:30	互动教学：少儿“红歌会 ”（党旗附近）	1.培养青少年的爱国情操。 2.传唱红色经典，践行红歌精神，礼赞百 年华诞。
		晚 餐	
第二天	7:30—8:30	营 养 早 餐	
	08:40—09:20	体验教学：生态实践：共植“ 同心林 ”，学生结对种植象征团结的“杨树 ”树苗，悬挂写有民族团结寄语的铭牌。	1.亲近大自然，体验劳动的快乐。 2.关心爱护绿色生命，保护身边绿化成果。 3.营造绿色环境，树立绿色观念，传播绿 色文明。
	09:20—10:30	体验教学：沙漠徒步，寻迹团结之路 教学主题：沙漠小知识	1.倡导环保，呼唤绿洲。 2.感受大漠黄河的雄奇，体验沙漠徒步的 快乐。 3.茫茫戈壁的空旷与清静使孩子的身体和 心灵受到洗礼，坚持不放弃，考验意志。
	10:30—11:30	沙漠游乐设施体验（探险车、骑骆驼、滑沙）	骑上骆驼，坐上探险车，穿越那金色的沙丘，每一次起伏都带来无尽的惊喜与探索 的渴望。感受滑沙带来的快乐体验。
	12:00—12:30	午 餐	
	12:30—14:30	午 休（办理退房手续）	
	15:00—16:30	体验教学：画出我心中的恩格贝。 画出为时 2 天在孩子们心中的恩格贝。	1.培养孩子感受美、欣赏美的情趣和创造能力。 2.加深孩子们对恩格贝沙漠变绿洲的认识，体现对家乡的热爱。
	16:30—16:45	结营仪式：颁发“恩格贝研学纪念章 ”，合唱《同心共筑中国梦》	
	准格尔旗（08:00 集合出发）		
日期	时 间	内 容	教学目的

第三天	10:00—11:30	大路博物馆：博物馆以其独特的建筑造型、丰富的展览内容和现代化的展示手段，成为了准格尔旗的文化地标和重要的文化旅游景点。	博物馆的展品和展览布局往往会引发观众的思考，激发他们对各种问题的的好奇心，促使观众主动探索和学习，培养独立思考和解决问题的能力。
	12:00—13:00	午餐	
	14:30—16:30	准能露天矿:位于鄂尔多斯市准格尔旗境内，是国家“八五”“九五”计划重点建设项目和我国自行设计自行施工的特大型露天煤矿，年生产能力达到 3400 万吨。	让参观者直观认识露天矿的开采方式、工艺流程，包括穿孔、爆破、采装、运输等环节，以及相关的大型采矿设备，如挖掘机、卡车等，增加对矿业工程的感性认识，掌握矿业领域的基础知识。
	16:40—18:30	返回东胜晚餐	
日期	时 间	内 容	教学目的

第 四 天	上午	由东胜区文旅集团与内蒙古浦森研学科教文化有限公司联合投资，利用闲置房屋改造建成，总建筑面积达 1.9 万平方米。营地布局 28 间实验室，划分人工智能与科学两类，配备四大展厅，设有 2600 平方米餐厅及 7000 平方米住宿区，日接待能力超 1000 人。	人工智能展厅内有能精准完成动作指令和简单互动交流的智能机器人，还有智能下棋机器人、仿生机器鱼、中医诊脉机器人、3D 光固化打印机、巧克力打印机等，并设置了 AI 互动体验区及脑波对抗区域。强国展厅以智能互动投影技术为载体，是一个集强国、强军、党建、文旅、科技发展等主题的多元化载体。未来科技体验厅和象限视界则利用裸眼 3D、立体环抱式四折叠屏幕等尖端视觉呈现方式，为孩子们提供了与科技共舞的独特空间。
	中午	午餐	
	下午	体验新能源卡丁车、木工坊手工	创意、机械臂操控与应用、地外之壤、星际光伏之旅、3D 打印等在内的 7 大主题、20 多种课程，充分鼓励学生们探索科技的无尽可能。
	17:30	晚餐、住宿	

第 五 天	08:30	集合出发鄂尔多斯青铜器博物馆	
	09:00—10:30	鄂尔多斯青铜器博物馆;是一座以收藏、展示和研究鄂尔多斯青铜器为主题的专题性博物馆，是世界上收藏鄂尔多斯青铜器数量最多、品种最全、研究价值最丰富的博物馆。	通过展示丰富多样的文物、艺术品、标本等，向观众传授历史、文化、艺术、科学等多领域知识，帮助观众了解人类文明的发展历程和自然世界的奥秘。
	11:00—12:00	参观：青少年法治社会实践基地	向青少年传授宪法、民法、刑法、劳动法等各类法律知识，使人们了解法律的基本概念、原则和规定，明白什么是合法行为、什么是违法行为，以及违法后应承担的法律后果。
	12:00	午餐 返程	

三、保障服务（响应文件须附提供以下保障服务承诺书，格式自拟。）：

（一）人员团队：全程带班老师陪护，活动基地配备医护人员。

（二）住宿标准：爱国主义教育基地或研学营地，酒店不低于三星级

（三）餐饮：定制适合中小学生饮食标准，营养搭配的餐食不低于 4 菜一汤 2 主食。

（四）交通车辆：包含大巴、考斯特、商务车等车型，购买车辆损失险、不计免赔险、乘客险及第三者责任险等。

（五）司机团队：大巴司机均持证上岗，具备5年以上长途客运驾驶经验，通过严格岗前培训与定期安全考核。

（六）暖心服务：提供个人表现总结（如独立能力、团队协作等）。主动联系家长，说明孩子在营期间的进步与亮点，发送活动照片、视频，记录孩子的难忘瞬间。