

第四届（2018）“魅力甘肃·民族风情”——海峡两岸大学生文化体验暨就业创业研习营行程表



| 日期 | 时间 | 活动内容 | 地点 | 相关注意事项 |
|--------------------|-------------------|--|----------------|---------------------|
| 第一天 8/27 星期一 | 全天 | 接机 | 中川机场 | T1, T2 航站楼 |
| | | 报到安排住宿、结对 | 专家楼 | |
| | | 休息 | 专家楼 | |
| 第二天 8/28 星期二 | 7:30-8:00 | 早餐 | 专家楼 | |
| | 8:30-10:00 | 开营仪式：相互介绍认识、学校领导致辞、台方领队代表发言、省台办领导讲话、活动介绍、授旗、合影 | 教学九号楼 1609 会议室 | 请穿着统一配发的活动 T 恤，佩戴胸牌 |
| | 10:00-11:40 | 参观西北师大校史馆、博物馆 | 校史馆、博物馆 | |
| | 12:00-13:00 | 学校宴请 | 专家楼 | |
| | 13:00-14:40 | 午休 | 专家楼 | |
| | 15:00-17:00 | 专题讲座一：甘肃旅游文化及民族特色 | 教学九号楼 1609 会议室 | 请准时到达 |
| | 17:00-18:30 | 校园参观、文体活动开展 | 校内 | |
| | 18:30-19:30 | 晚餐 | 金牛街小吃 | |
| | 20:00-21:30 | 两地学生联谊联欢 | 大学生活动中心 | 如有节目表演可自行提前准备 |
| 第三天 8/29 星期三 | | 休息 | 专家楼 | |
| | 7:30-8:30 | 早餐 | 西苑餐厅 | |
| | 9:00-11:00 | 专题讲座二：甘肃生态文学赏析 | 教学九号楼 1609 会议室 | 请准时到达 |
| | 11:30-12:30 | 午餐 | 西苑餐厅 | |
| | 13:00-14:00 | 午休 | 专家楼 | |
| | 14:30-16:30 | 西北师范大学大学生创业基地——众创空间参观、百合加工基地参观 | 新校区 | 请准时到达 |
| | 16:30-18:00 | 超市自由购物、采购生活用品 | 华联超市 | |
| | 18:00-19:00 | 晚餐 | 金牛街小吃 | |
| 19:00-21:00 | 湿地公园游览、银滩大桥、滨河路夜景 | 湿地公园 | | |
| 第四天 8/30 星期四 | | 休息 | 专家楼 | |
| | 7:30-8:30 | 早餐：兰州牛肉面 | 中和金强牛肉面 | |
| | 8:30-10:00 | 徒步登九洲山，俯瞰兰州及黄河 | 文庙 | 请着休闲运动一点鞋子 |
| | 10:00-12:00 | 参观甘肃省博物馆 | 省博物馆 | 保持安静、不能摄像拍照 |
| | 12:00-13:00 | 午餐 | 市内 | |
| | 13:00-18:30 | 兰州黄河母亲、中山铁桥、水车博览园、水上巴士、黄河茶摊 | 黄河风情线 | |
| | 19:00-21:00 | 体验兰州夜市，品尝兰州美食小吃 | 正宁路夜市 | |
| 第五天 8/31 星期五 | | 返回学校休息 | 专家楼 | |
| | 7:30-8:00 | 早餐 | 专家楼 | |
| | 8:00-11:30 | 前往临夏和政参观和政古生物化石博物馆 | 和政县 | 请携带五天的衣物等用品及台胞证 |
| | 11:30-12:30 | 午餐 | 和政县 | |
| | 12:30-16:00 | 前往河州八景之一松鸣岩参观，感受松岩迭翠自然美景，体验“花儿” | 和政松鸣岩 | |

| | | 盛会举办地的别样风情 | | | |
|-------------------|-------------|--|--------|-----------------------------------|--|
| | 16:00-18:00 | 前往临夏，参观东公馆，清真寺，体验伊斯兰文化，聆听学唱非物质文化遗产——甘肃花儿 | 临夏市 | 伊斯兰禁忌事项 | |
| | 18:30-19:30 | 晚餐 | 临夏市 | | |
| | | 休息 | 宿临夏市 | | |
| 第六天 9/1 星期六 | 7:30-8:30 | 早餐 | 临夏市 | | |
| | 8:30-11:30 | 前往夏河，参观藏传佛教格鲁派六大寺院之一，被世界誉为“世界藏学府”的拉卜楞寺 | 夏河拉卜楞寺 | | |
| | 12:00-13:00 | 午餐 | 夏河 | | |
| | 13:00-20:30 | 体验大草原，篝火晚会、锅庄舞、品尝烤全羊，感受藏族民族风情 | 桑科草原 | | |
| | | 休息 | 合作市 | | |
| 第七天 9/2 星期日 | 7:30-8:00 | 早餐 | 合作市 | | |
| | 8:00-16:00 | 参观藏族青年创业基地——藏宝网总部，分享青年创业经验，前往参观有“高原明珠”之美誉的尕海 | 甘南 | 这里平均海拔 3600 米，请自行做好高原反应准备 | |
| | 16:00-20:00 | 乘车赴扎尕那，晚餐 | 甘南-兰州 | | |
| | | 休息 | 扎尕那 | 宿民俗，条件有限，提前做好准备 | |
| 第八天 9/3 星期一 | 6:30-7:30 | 看日出 | 扎尕那 | 起床早，天气较冷，多备衣物 | |
| | 7:30-8:00 | 早餐 | 扎尕那 | | |
| | 8:00-17:00 | 参观有“石城”之称扎尕那，感受香巴拉净土 | 扎尕那 | | |
| | 17:00 | 午餐后乘车赴刘家峡 | 宿刘家峡 | | |
| 第九天 9/4 星期二 | 7:30-8:00 | 早餐 | 刘家峡 | | |
| | 8:30-16:00 | 乘船游览刘家峡库区，参观炳灵寺石窟，感受石窟文化（黄河石林作为替代方案） | 刘家峡 | | |
| | 16:00-18:00 | 乘车返回兰州 | | | |
| | 18:00-19:00 | 晚餐 | 兰州 | | |
| | 19:00- | 收拾行李、休息 | 专家楼 | 请提前收拾好个人行李及物品 | |
| 第十天 9/5 星期三 | 全天 | 送机返回台湾 | 机场 | 携带行李准时在留学生公寓楼下集合，乘车前往机场，车上给大家提供早餐 | |

备注及注意事项:

1、以上为活动的大致行程，供大家参考，如遇特殊情况，随时做调整，以每天志愿者通知为准，请大家按照志愿者的要求统一行动，注意安全；

2、此次活动兰州部分住宿均在西北师范大学专家楼，外出住宿地为临夏、甘南等少数民族地区，住宿条件有限，校内住宿除领队老师 1 人 1 间外，其余均 2 人 1 间，校外住宿会因当地住宿条而定，原则上 2 人 1 间或者多人 1 间，如同一学校男女生落单，我们会与其他学校同学合并安排住宿，如遇此种情况，届时请大家谅解；请严格按照作息时间作息，不要自行外出活动；

3、校内活动部分就餐主要在学校专家楼和学生食堂，校外部分依当地条件而定，以桌餐为主。由于甘肃饮食以荤食和辛辣菜品为主，素食相对较少，我们届时会尽可能为素食的同学提供特别饭食，在活动期间，特别是在外出甘南、临夏等少数民族地区，如遇特别情况不能提供，届时还请多多见谅。如不是集体统一用餐，会按照早餐 10 元、午晚餐 30 元的标准发给大家自行用餐；自费项目由自己承担，特别要注意安全；

4、由于陇台气候、自然条件及饮食差异性很大，容易造成水土不服，建议大家外出时随身携带一些必备药品，如防止感冒、晕车、高原反应、蚊虫叮咬等；甘肃气候早晚温差较大，白天穿着衬衣、T 恤、裙子、单裤、短裤及简单外套即可，晚上以及我们还要去甘南高原等海拔较高地域，建议大家除日常衣物外携带一两件秋冬衣物，确保不要着凉；8、9 月份相对来说是甘肃雨水较为集中的月份，请大家外出自行携带简单的雨具，以防雨雪天气；甘南地区均为少数民族居住地，请游客尊重当地民俗风情。高原海拔高、紫外线强、日照强烈、早晚温差大，请携带墨镜、太阳帽、防晒霜润唇膏、感冒药、肠胃药、阿斯匹林等物品。因当地海拔在 3000 米左右，进藏区后睡眠和休息要充足，可适当饮用红景天胶囊，多喝水多吃水果蔬菜。不要奔跑和剧烈运动，严重高血压、心脏病患者不宜进高原；

5、由于条件的限制，本次活动可能会在食宿、交通等诸多方面不能做到尽善尽美，还请大家提前有心理准备，届时多给予理解和体谅。我们也会尽可能克服条件的限制，给大家创造一个温馨的活动空间，确保此次活动圆满成功。

活动期间，如有问题与需求，请及时与我们的志愿者联系。