

# 2011暑期 崇光女中 英國遊學 行前說明會

長堤文化事業有限公司

# 文件

- 舊護照、剩餘照片

→ 身份證正本先前已歸還

→ 學生之有效護照目前存放於長堤

- 遊學手冊、遊學T-Shirt

- 行李吊牌、行李吊卡

- 家長留底：航班時刻表/時差表/日程表

- 緊急醫療授權書

- 合約書一式2份

# 集合時間 P2

- 7月4日(一) 下午 2:40 崇光女中 校門口集合  
**3:00 準時出發**
- 請自備簡便晚餐
- 請著長堤T-SHIRT 並隨身攜帶外套
- (第一航廈)搭乘中華航空 CI927 19:30起飛  
香港轉機 搭乘英國航空 前往倫敦  
**BA026 2315/0455+1 (7/5抵達倫敦)**  
**BA028 2345/0525+1 (7/5抵達倫敦)**

**\*\* 長堤提供專車機場接送:機場 崇光 \*\***



# 回台時間

- 7月24日(日) CI914 晚上 17:25 抵達桃園機場  
(第一航站)
- 長堤專車回崇光女中
- 7/24 晚上19:30點左右 回到 崇光女中校門口
- 請家長統一於學校 **送** 與 **接** 同學
- 家長可於當天 下午 4:30 點以後, 致電中華航空  
桃園機場服務電話 查詢 CI914正確抵達時間

# 機場注意事項

- 看管好你的護照 登機證  
固定放同一定點
- 自己看管手提行李
- 不要在免稅區買飲料上飛機
- 注意集合時間 飛機不等人

# 行李準備

# 行李規定(1大件 1小件)

P. 15

## ●托運行李一件(可上鎖)

- 長方行李箱, 好推輪子
- 精簡行李 留1/3給紀念品
- 可準備隨身收納包

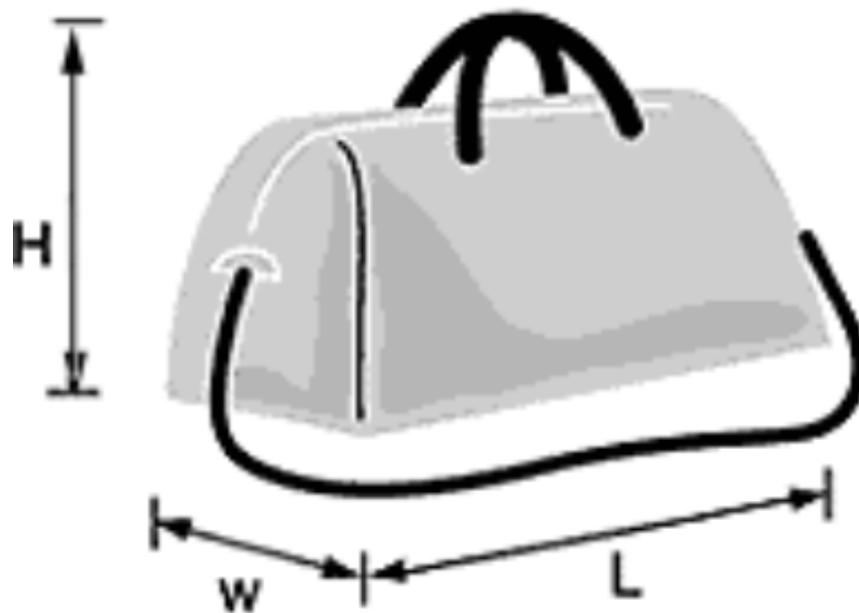
## ●隨身手提行李一件

# 拖運行李注意事項

- 拖運行李超過20公斤者  
超重行李費: 需罰款約1000元/公斤
- 貴重物品請勿置於托運行李箱內  
(遺失航空公司不賠償)

# 手提行李1件7kg—注意!!

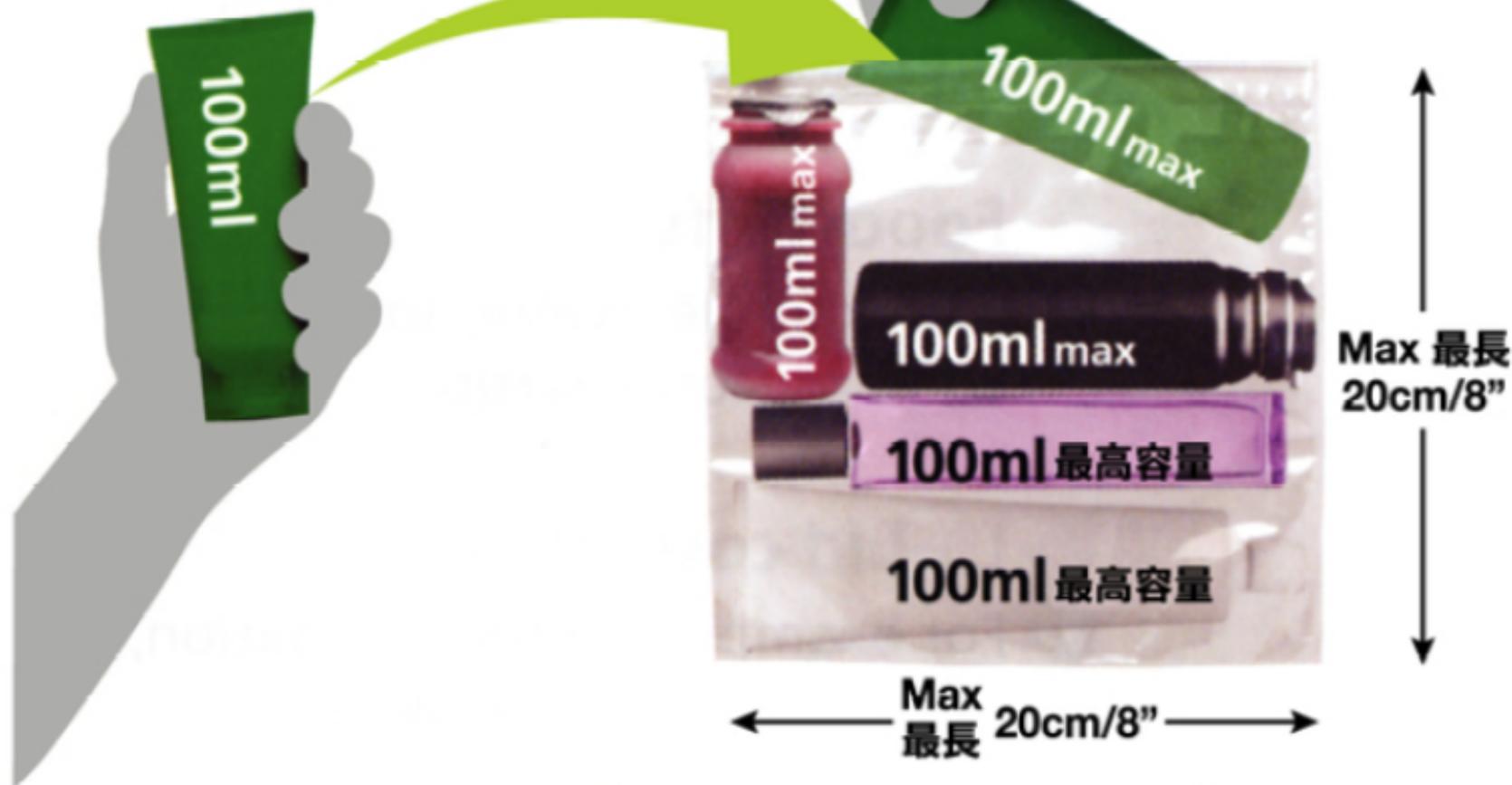
- 尺寸限制如右
- 禁止放置尖銳物品  
(指甲刀、雨傘、  
美工刀、圓規...)
- 禁止攜帶防狼噴霧  
或髮膠類噴霧鐵罐



高 (H)	36 厘米 (14")
闊 (W)	23 厘米 (9")
長 (L)	56 厘米 (22")



## Allowed 符合規定



✓ Liquids allowed  
可攜帶的液體

✓ Maximum 100ml containers  
最高容量為100毫升的器皿

✓ Transparent re-sealable  
plastic bag  
透明的可重複密封膠袋

✓ Items fit comfortably  
物品妥為放置

✓ Fastened closed  
袋口封妥

✓ One bag per person  
每人只限一袋

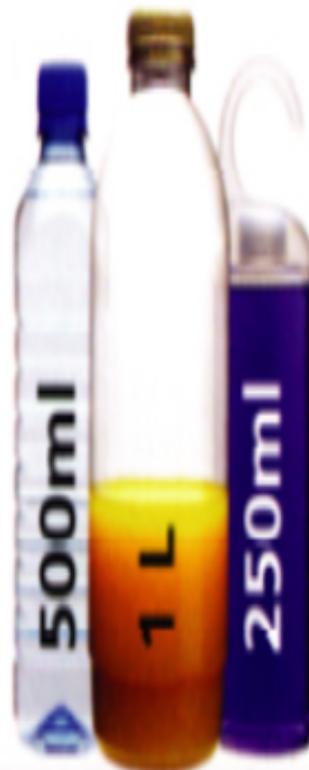
✓ Plastic bag to be  
presented  
seperately from  
other hand baggage  
for screening  
膠袋應與其他手提  
行李分開，供保安  
人員另行檢查



**Not allowed** 不符合規定



- X** Overfilled open bag  
放置太多物品，而且沒有封口的袋子



- X** Containers over 100ml, even if partially full  
容量超過100毫升的器皿（即使沒有注滿）

# 注意

- **固態化妝品**，例如口紅、護唇膏、粉餅等，不受限制，可攜帶上機，惟膠狀或**液狀類**之**口紅、唇蜜、粉底液、睫毛膏**等化妝品，則仍須符合新規定的限量限制。
- 由於**罐頭類**、裝於瓶罐的醃製類食品多含有液體，另酒類本身即為液體，若這些食品的容量超過100毫升(100c.c.)，則均受到新規定的限制，不可隨身攜帶上機。
- 旅客隨身行李中所攜帶的水壺或保溫瓶，在**未裝有**水或飲料等液體、膠狀或噴霧類物品時，可以攜帶上機

# 可隨身攜帶物品

以下物品可以隨身攜帶：

## ✓ Medicines 藥物

Quantity essential for your trip.

Example: diabetic kit

只限旅程所須要數量，如糖尿病藥物包

## ✓ Baby food 嬰兒食品

Quantity required for your trip  
(pastes and liquids)

只限旅程所須要數量（糊狀及液體）

## ✓ Non-liquid cosmetics 非液體化妝品

Examples: solid deodorant, lipstick,  
powder foundation

例如：固體止汗劑、唇膏、粉末狀粉底

★ Medicines, baby food and milk over  
100ml must be presented for  
inspection at X-ray.

任何超過100毫升的藥物、嬰兒食品及  
牛奶，必須出示接受X光檢查。

- 所有藥物外包裝需有**英文標籤字樣**
- 有慢性疾病者 需備**醫師英文處方箋**
- 藥物最好放在托運行李 以免麻煩

# 不可帶物品

- 活體物品 農產品-水果 茶 狗 種子  
毛皮
- 肉類加工品 - 肉鬆 肉乾
- 違禁品 毒品
- 著作權盜版品 - 盜版光碟
- 仿冒名牌
- 電湯匙

# 行李準備清單

- 請參考手冊 -- 第 18 頁
- 依個人實際需要準備

# 行李準備提醒

- 備份眼鏡 隱形眼鏡藥水帶足量
- 小臉盆 盥洗用品 生理用品 防曬品 保濕品 雨傘
- 保溫瓶(餐廳/廚房)
- 電子字典 文具用品 筆記本 耳塞 鬧鐘 吹風機  
數位相機 記憶卡 電池 小禮物
- 可帶泡麵 包裝外觀不要有明顯 豬/牛/羊 圖片

# 衣物(以夏、初秋衣物為主)

- 準備一週用量
- 可水洗 烘乾 [宿舍投幣式洗衣]
- 衣架3-5個(晾在房間) 洗衣袋
- 洗衣精或粉(亦或可當地買)
- 室內拖鞋 休閒鞋(好走路, 最好不要新鞋)
- 保暖衣物 -- 長袖衣服 1薄夾克 1厚外套 至少1長褲
- 洋蔥式穿法(穿脫容易)
- 過度清涼的衣服、高跟鞋不要帶

# 零用金 P.9

- 英鎊 台幣 [台灣境內使用]
- 建議英鎊300 (大小鈔)
- 斟酌攜帶額度需自行保管(老師/領隊/無法保管錢)
- 隨身隱形腰袋包
- 分散風險-財物勿放在同一個地方
- 不建議用旅行支票
- 作好支出管理 -- 老師 領隊 同學無法借錢給你
- 宿舍押金 £30 請用信封袋裝好 並寫上名字

# 電壓 電腦 P8

- 插座 電壓 與台灣 完全不同
  - 英國 -- 240V 3扁腳柱
- 攜帶 變壓器 轉接插頭 充電器
- 請先檢查電子產品的電壓是否相同  
(相機 手機 吹風機)
- 不建議帶 手提電腦
  - 家長如有事找學生, 請與長堤台北公司聯絡

# 英國電壓

- 插頭 插座 電壓 跟台灣**完全不同**
- 英國電壓 240V 插座:3扁腳柱(如附圖)



**3扁角柱 成垂直狀**

# 電話 手機

- 國際電話卡 [中華電信卡 OR 其他]
  - 國外打回台灣 □ 台灣打到國外 (瑪莉亞卡)
- 攜帶手機漫遊 [便利性高 漫遊通話費用高 ]  
通話、簡訊、無線上網 雙邊計價
- 購買英國當地手機SIM卡

# 英國手機SIM卡 ~

可在台灣事先購買或於英國購買



可直撥台灣手機或市話

台灣家長全天候可隨時聯絡到學生

儲值5英磅後 30天內可有100分鐘網內免費,

購買時 請廠商務必於6/25日開通電話卡!

接聽與撥打都要付費 可隨時加值通話金額

# 英國與校園生活需知

# 氣溫、國碼、時差

P7

- 約17-32度 早晚溫差大 晴雨不定 乾燥
- 台灣-英國 002 - 44 -
- 英國-台灣 00- 886 - 2 -  
有投幣電話與插卡電話
- 台灣與英國時差(比台灣慢)  
3-10月 慢7小時  
11-2月 慢8小時

\*約定好通話時程

# 基本認知 - 食

- 三餐定時 定量
  - 早餐-自助餐 多以喜瑞爾 牛奶 果汁 吐司麵包為主
  - 午/晚餐 - 學校自助套餐 - 馬鈴薯為英國人主食
- [非五星級飯店的自助餐]
- 文化差異 皆為學習的一部份
  - 保持良好的飲食習慣

# 基本認知 - 住

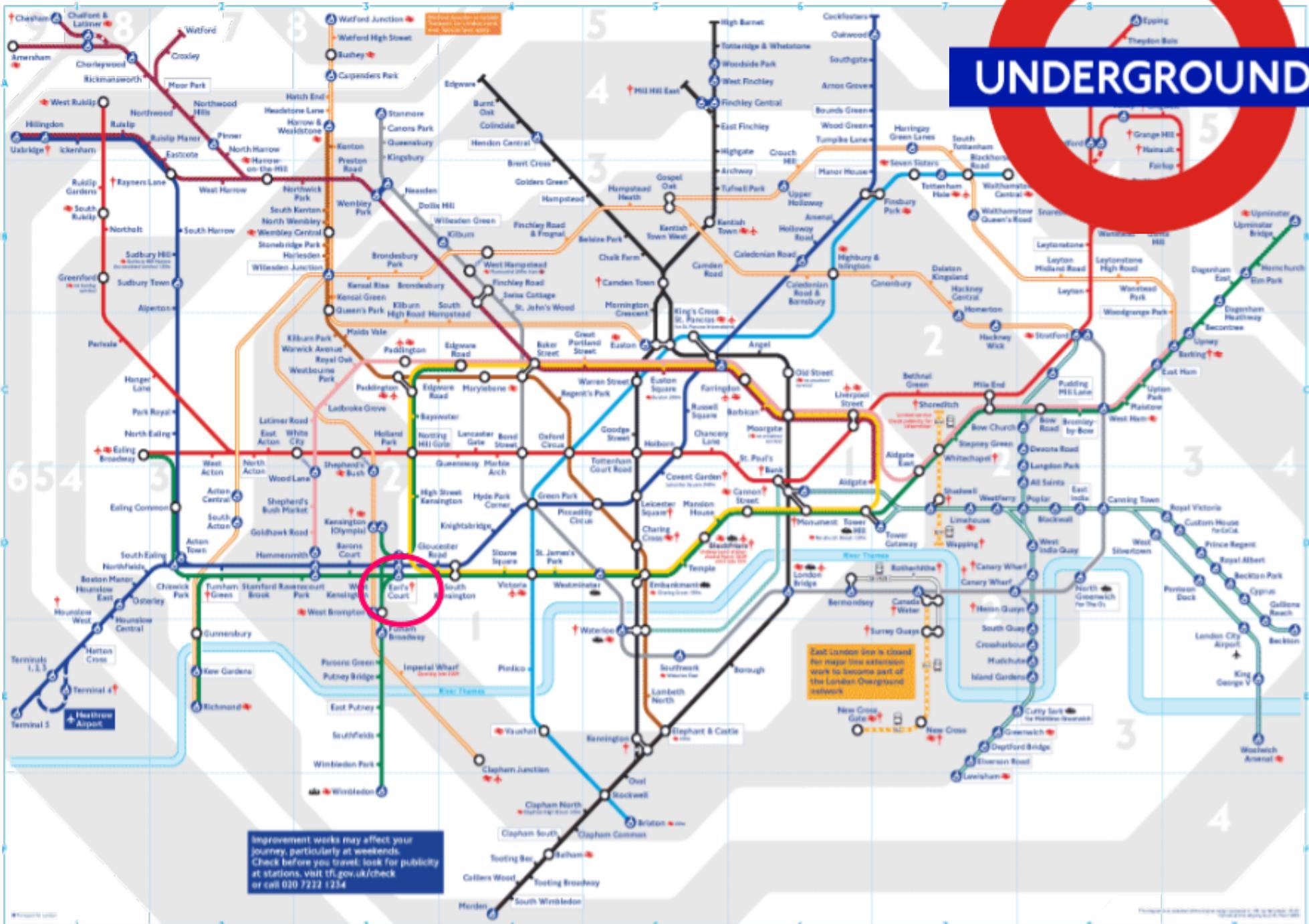
- 倫敦飯店與學校宿舍 非五星級飯店 私人公主套房
- ★乾淨 安全 皆OK
- 體驗國外大學生的生活 積極學習認識新的文化
- ★保持良好生活習慣
- 包容心(特別是同住室友及外國學生)
- 學習尊重 勿讓本團以外的國際學生進房間
- 浴室使用
  - ★使用時間約10-15分鐘
  - ★洗完頭髮要撿掉地上的髮絲
- 養成獨立的習慣
  - ★自行起床 打理內務
  - ★保管好鑰匙 財物
  - ★離開房間要上鎖

# 基本認知 - 行

- 安全、健康第一 [與同學結伴而行]
- 路上交通規則(always 看右方來車 再過馬路)
- 走路量大 一次40分是正常 要耐操

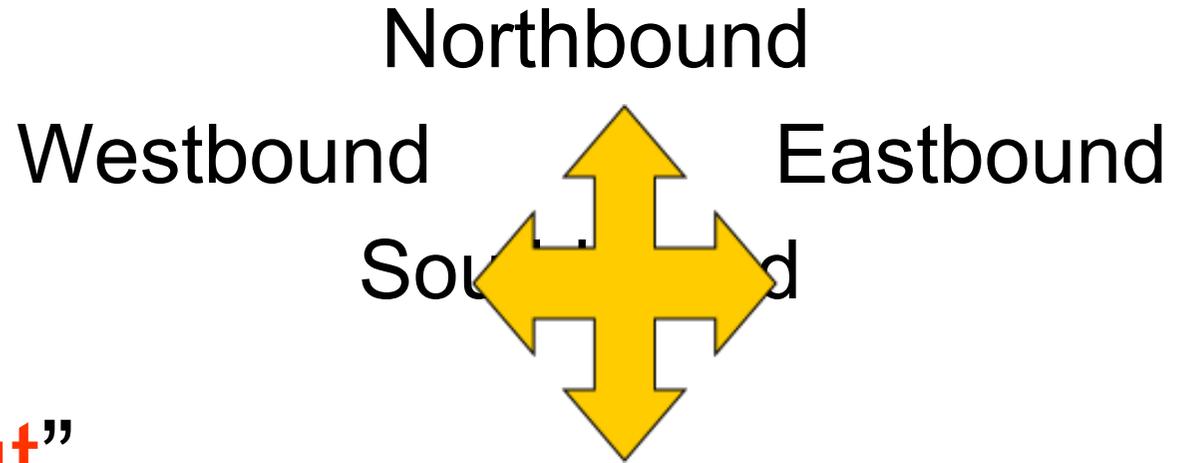
# Tube Map

# UNDERGROUND



# 搭地鐵五原則

- 目的地站
  - 顏色
  - 東南西北
- Follow “Way Out”
- Always 不擋路



過馬路一定要看紅綠燈及右邊來車  
不是看前面的人!!

PEDESTRIANS  
push button and wait  
for signal opposite

wait



cross  
with care



PUS  
H



# 基本認知 - 育

- 開放心胸 積極學習
- 晚上國際交流活動都要參加
- 多說英文
- 每天寫英文日記
- 禮貌(請問.../謝謝 隨時掛在嘴邊)
- 英文自我介紹及台灣介紹

# 基本認知 - 樂

- 注意安全
- 衡量自我能力 不做能力以外的事情和活動
- 在家靠父母 出外靠朋友
- 集合準時!!

# 疾病醫療險

● 責任險(500萬)

● 意外醫療險(43萬)

● 海外突發性疾病住院醫療險(20萬元)

※ 同學於國外看病需先自付費用，回台後長堤協助申請理賠

※ 若醫療金額大，長堤公司將連絡台灣家長討論付款方式(如: 信用卡支付..等)

※ 長堤領隊協助領取單據

門診(感冒發燒 受傷等)掛號費: £100 +

急診(救護車…….等)掛號費: £300 +

**實際金額依國外醫院公佈為準**

# 疾病醫療險

- ◎國外所有醫療單據皆只有一份正本
- ◎理賠金額由保險公司審核決定
- ◎保險額度非無上限理賠
- ◎事先已存在的疾病 不在保險範圍內!
- ◎家長及學生可另外自行加保
- ◎請填寫緊急醫療授權書並交回給長堤

# 出發前小叮嚀

- 觀光景點 隨時注意財物 手機 人身安全
- 暈機 暈車者要準備藥物
- 天氣多變化 外套隨身帶
- 定時打電話回家給親愛的家人
- 打開心胸 多體驗國外的生活  
不因對文化差異的不了解而一直抱怨
- 你的數位相機記憶卡足夠嗎?

# 總結

- 深度體驗英國多元文化融合特色
- 飲食習慣 包容心
- 全英文的環境
- 訓練獨立的生活態度
- To be a real UK student!!
- 沒有豪華的公主房!! 與專人伺候！

充份準備 安全健康第一

心情愉快出發

收獲滿滿回家