旅波手册

波兰中国学生学者联谊会

ZWIĄZEK CHIŃSKICH STUDENTÓW I NAUKOWCÓW W POLSCE

目　录

一、学联介绍.....1
会徽.....2
二、成员介绍.....3
三、实用生活信息.....4
换汇.....4
交通出行.....4
电话卡.....6
银行.....6
退税.....8
公众号关键词回复.....9
领保安全.....10

一 学联介绍

波兰中国学生学者联谊会，简称“全波学联”。波兰中国学生学者联谊会为在波兰的中国学生、学者所组成的群众性自治团体。波兰中国学生学者联谊会遵守所在国（波兰）的有关法律规定，并在中国驻波兰大使馆教育处的指导下独立地开展工作。本会是以爱国主义为前提，以团结在波学子及促进旅波留学人员全面发展为目的的学生学者联合组织。本会始终坚持全心全意为留学生服务的原则，并为保护学生学者人身、财产安全，丰富学生学者业余文化生活，解决学生学者在波生活期间所遇困难，搭建学生学者之间的交流平台，增进中波两国学术交流，推广中国优秀传统文化，增强中国学生学者的凝聚力和爱国热情而不懈努力。

会徽

全波学联会徽整体以红白两色构成，以波兰地图为主体。中央是驼铃，象征着学联就像一整个驼队一样，大家一起抵挡风沙，向绿洲前进。而进入学联的每个人身上都像有着驼铃般，可以与大家相互交映，有了驼铃的声音，便知道彼此的存在，则不会丢下任何一个人，团结一致地向前走，才不会因畏惧飞沙走石而放弃自己的梦想。团结大家，一起克服困难，一起进步成长正是我们学联成立的意义。组成驼铃的是学生(Studentów)和学者(Naukowców)波兰语单词的首字母。会徽由圆环包围，写有“波兰中国学生学者联谊会”和其波兰文名称“Związek Chińskich Studentów i Naukowców w Polsce”。

二 成员介绍

全波学联主席	李青怡
全波学联副主席	王纪琨
全波学联副主席	汪永杰
全波学联副主席	常　诚
全波学联副主席	孙伟峰
全波学联秘书长	张家城
全波学联外联部部长	苗颜丰

华沙大学分学联主席	季睿奇
华沙理工大学分学联主席	马煜杰
华沙社会人文科学大学分学联主席	马鹏江
肖邦音乐学院分学联主席	邓二妮
华沙经济大学分学联主席	赵雅文

波兹南地区分学联主席	魏　霞
佛罗茨瓦夫地区分学联主席	刘　鹏
克拉科夫地区分学联主席	殷荣鸣
罗兹地区分学联主席	杨　培
三联城地区分学联主席	沈田田
托伦地区分学联主席	杜昌学

全波学联联系邮箱：bolanxuelian@gmail.com
联系电话：+48 791729190

三 实用生活信息

换汇

初到波兰的同学们可以在到达华沙肖邦机场后在机场换汇点换取大约200兹罗提应急，切记不要多换，因为机场的汇率不好，之后可以在各城市的各大商场找到写有Kantor标志的地方换汇。一般换1000欧元以上可以要求得到比实时汇率更好的汇率。

交通出行

波兰主要城市都有有轨电车和公交巴士，华沙还有两条地铁线路。这些公共交通都可以用一张公交卡解决。但是建议初到的学生先不要着急办卡，因为拿到学生证以后就可以充值学生证来当公交卡使用了，还可以享受优惠票价。不过切记公交卡的月票只能在当地使用，如果去别的

城市旅行还是需要买当地的车票。纸质车票在报亭(Kiosk)，小商店(Sklep)均有售卖，有的车站附近也有自动售票机。打车的话uber、itaxi等都是不错的选择。

路线查询推荐大家使用谷歌地图（google map)，去什么地方查路线，公交车什么时候来，需要几点前到达目的地该几点出发等等，谷歌地图都知道。还有一款软件叫Jakdojade（官方网站www.jakdojade.pl），是波兰的百度地图，可以非常准确的帮你找到公交线路，时间以及车次，甚至可以使用该软件买公交车票，非常方便。

假期旅行常用的方式有大巴、火车和飞机。大巴可以选择FlixBus（曾经的PolskiBus），短途旅游也是一个不错的选择。火车订票官网是intercity.pl，也可以在各城市火车站售票厅买票。波兰境内26岁以下学生持学生证可以享受学生价，境外出行则只能购买全票了。飞机出行常用的有天巡（skyscanner）、维兹航空（Wizz air）和瑞安航空（ryanair），不过作为廉航，这些航班一般是没有行李额的，所以在预定机票时要注意查看。有时候廉航的价格甚至比火车和大巴要便宜许多，所以在出行前要多做功课。

至于住宿可以使用Airbnb和Booking预定，有些华人较多的城市也可以查找当地的华人旅馆。

电话卡

波兰四大通信运行商分别是Play、Orange、T-Mobile和Plus。手机卡在小报亭（Kiosk）或者运营商店面都能买到，然后根据个人需要购买套餐（根据大部分人的经验，需要流量套餐包的人比较多的），大家可以根据个人喜好对运营商进行选择。买好手机卡后需要在营业网点进行实名认证。

需要经常给国内打电话的朋友推荐使用Lyca mobile，给国内打电话一分钟只需要19gr（约合人民币4毛），如果买套餐包会更便宜， 不过lyca mobile没有实体服务店面，所以一切信息均在官网上查询（http://www.lycamobile.pl/en/）。

银行

波兰大部分店面都可以使用银行卡消费，避免了找零得到很多硬币的尴尬，同时效率也很高。波兰比较常见的银行有如下五个：

Santander

mBank

Bank Pekao　ING BANK

Millennium bank

带上你的护照就可以去你觉得信赖的银行开户了，一般开通一个兹罗提账户和一个美元或欧元账户（按自己需求）即可，一般开卡需要收费，但是每月消费一定次数或者一定金额就会免收卡费，开户时候请问清楚开卡是否收费和相关规定；值得一提的是，银行卡不会当场给你，需要至少5个工作日后由银行邮寄至你的住址或者你选择在开户行领取。

另外，如果有国内银联卡的话还可以在当地的EURONET自动取款机上直接取兹罗提。与此同时，国内银行只会收取12或15人民币的跨境费和百分之一的手续费，相比去兑换点换钱还有一定优势的。

电话卡、银行相关信息由王纪琨、马煜杰及华理学联友情提供

退税

通常门口标有如下标志的商店满足消费要求后都可以办理退税（tax free）。

退税时如果有物品在托运行李中需先办理好登记手续，但是行李不要在check in的柜台托运，一定要在机场海关（二楼出发大厅C区左上角）处将退税单盖章并托运行李，之后可以去退税兑换点或安检后进入申根区或非申根区的兑换点拿钱。建议直接要现金，不要退回银行卡中。

如果退税物品随身携带，则可以直接在经过安检后找到一个蓝色的标有currency exchange的柜台办理退税。

公众号关键词回复

§输入“电话”查看紧急情况联系电话

§输入“回国证明”查看“留学人员回国证明”所需材料及办理方法

§输入波兰主要城市名查看各地学联提供的实用信息

§输入“注册”查看“全体在波留学人员注册统计须知”

§输入“认证”查看“学位认证攻略”

领保安全

当人身安全、财产安全受到侵害，或遇到护照遗失等情况可积极寻求领事保护。

波兰报警电话：使用手机拨打

+48-112，

使用座机请拨打：

警察997，消防998，急救999。

中国驻波兰大使馆领事保护电话：

+48-603445559

或+48-607291268 ，

地址：Ul. Bonifraterska 1, Warsaw, Poland。

中国驻格但斯克总领事馆领事保护电话：

+48-515290066

地址：Al. Grunwaldzka 1, Gdansk, Poland。

中国外交部全球领事保护与服务应急呼叫中心热线：

+86-10-12308

或+86-10-59913991。

学联——因为热爱，所以付出。将这个组织做得更好，服务到更多的学生，举办更丰富更有价值的活动，是我们每个学联人努力的目标。学联是一个锻炼与展现的平台，更是一个团结有爱的大家庭。如果你也期待着在异国他乡与一群志同道合的伙伴们一起向前，那么就来加入我们吧！我们期待着你的到来！

波兰中国学生学者联谊会

订阅旅波学人公众号

我们与你相伴同行

邮箱：bolanxuelian@gmail.com

官方网站：polcssa.org

出　品：全波学联

编　制：常　诚