



香港中文大學  
The Chinese University of Hong Kong

# 非本地學生 指南



# 目录

## 学生事务处简介

- ◆ 行政及设施组
- ◆ 就业策划及发展中心
- ◆ 学习辅导及文化共融组
- ◆ 学生经验及发展组
- ◆ 心理健康及辅导中心

## 欣赏不同文化

- 01 融入新文化

## 我的大学生活

- 01 迎新
- 02 学术与支援
- 03 书院和宿舍
- 04 校园设施
- 05 医疗服务
- 06 财务安排
- 07 学生组织
- 08 职业规划

## 认识香港

- 01 香港通识
- 02 入境事务
- 03 社会习俗
- 04 校外住宿
- 05 交通信息
- 06 生活娱乐

## 附录

- ◆ 抵港备忘
- ◆ 行李清单
- ◆ 前往中大方法
- ◆ 到校注意事项

## 通讯录

## 鸣谢

01

02

02

03

03

03

04

05-06

07

08

09-10

11

12-14

15

16

17

18-19

20

21-24

25-26

27-28

29

30-31

32-33

34

35

35

36

36

37-38

39

# 学生事务处 简介

学生事务处提供各类型的服务与支持，致力帮助学生充分善用在校时间，全方位探索和体验大学生活，协助学生发掘潜能，促进个人全面发展。

作为学生与大学之间的沟通桥梁，学生事务处乐意听取意见，透过积极交流，充分了解学生需要以提供适切的服务。



网页：[www.osa.cuhk.edu.hk](http://www.osa.cuhk.edu.hk)  
电邮：[osa@cuhk.edu.hk](mailto:osa@cuhk.edu.hk)



学生事务处辖下设有不同的专业组别，分别为：

### 行政及设施组

负责学生事务处的中央行政工作、设施管理及支援学生事务处代表参与相关的校政事务委员会。

- ◆ 管理大学游泳池、范克廉楼、富尔敦楼、庞万伦学生中心及赛马会研究生宿舍（二座及三座）之多用途设施大楼各活动场地及设施
- ◆ 统筹本科生入学典礼及杰出学生奖
- ◆ 支援学生事务处代表参与相关的校政委员会

### 就业策划及发展中心

致力提供优质的就业服务以全方位支持学生求职及就业策划。

- ◆ 举办就业辅导、培训、师友计划以及工作体验，协助学生成就事业目标及提升就业竞争能力
- ◆ 提供职位招聘信息及配对服务，扩阔学生、雇主和专业机构的网络
- ◆ 提供就业市场资讯以及就业策划网上平台

### 学习辅导及文化共融组

致力协助同学适应及规划大学生活，以及推广校园共融文化。

- ◆ 提供个人指导及举办发展性活动，协助学生适应及规划大学生活，提升学习效能
- ◆ 透过网上平台整合及发放重要信息予非本地生，如校外住宿信息及签证事宜等
- ◆ 举办各类文化活动，宣扬多元文化价值及推动跨文化交流
- ◆ 管理国际生堂及文化活动场所，统筹国际化活动基金及促进校园国际化发展
- ◆ 联系及支援非本地生及研究生组织

### 学生经验及发展组

为学生提供各类非形式及非正式学习机会，丰富学生的校园生活。

- ◆ 指导及支持学生领袖与学生组织
- ◆ 统筹学生活动基金以支持学生发展
- ◆ 以 I-CARE 全人发展框架为基础，向学生提供非正式、非正规及全人教育
- ◆ 组织各项领导才能发展及服务学习活动
- ◆ 统筹大学迎新活动及相关事宜
- ◆ 与政府机构、非政府组织及各社区团体合作，为学生提供本港、内地和海外的体验学习机会

### 心理健康及辅导中心

提供各类型服务以促进学生个人成长以及追求全人发展。

- ◆ 为全日制学生提供心理辅导服务，举办有关个人成长及发展的活动
- ◆ 为新生提供心理健康测试及抗压工作坊系列
- ◆ 透过各种教育活动推广心理健康
- ◆ 推行 uBuddies 朋辈辅导联网及 uPals 心理健康推广团队，加强朋辈互助
- ◆ 协调特殊教育需要服务以支持学生

# 欣赏 不同文化



# 融入新文化

## 心理健康及辅导中心



新生踏进校园，马上会受到热情的欢迎和友善的问候，并有机会参与大大小小的活动，生活既忙碌又新鲜有趣。随着时间久了，大家便会回复常规生活，加上学业渐渐繁重，蜜月期亦会随之结束。对非本地生而言，在适应大学生活之余，还要融入截然不同的文化环境，可谓莫大的挑战。你或许会期待更多新体验，却又为即将面临的转变而忧虑。

### 转变与挑战

在家千日好，出外半朝难。飘洋过海，只身在外，你可能会：

- ◆ 面对太多选择却太少指引，自由的同时感到很多事情要独力承担；
- ◆ 遇上文化冲击，未能明白香港人的价值观和生活习惯，迷失于各种新事物中；
- ◆ 思念家人和朋友，怀念家乡的美食及美好时光；
- ◆ 不知如何打发周末或假日；
- ◆ 害怕结识新朋友，不知从何入手；
- ◆ 未能掌握英语或广东话；
- ◆ 担心学业表现，害怕让家人失望；
- ◆ 感到不及他人而失去自信。

### 适应及融入

- ◆ 面对以上情况，你或会感到焦虑不安、抑郁、身体不适、缺乏冲劲、学习效率下降等。这些反应都是压力给你的警号，是正常及短暂的，一般只会在首个学期出现。因此，你需要给予耐性和时间，慢慢克服适应期的紧张和迷茫。
- ◆ 倘若你遇到适应困难，以下方法可助你纾减压力，促进身心健康：



## 融入得宜

- ◆ 以开放的态度接纳及处理压力；
- ◆ 以耐性克服语言及沟通障碍；
- ◆ 主动认识校园、本地文化及小区特色，例如与本地同学交流，积极参与学生组织及小区活动；
- ◆ 尊重文化差异，多了解和欣赏，不以批判的态度看待其他文化；
- ◆ 多与来自相同地区的同学分享经验和心得，以增加在新环境的安全感；
- ◆ 与家人及朋友保持联络，同时建立新的友谊及支援网络。

## 活得健康

维持作息有序，建立生活常规，是健康生活的不二法门：

- ◆ 保持充足睡眠（每天八小时）；
- ◆ 定时及均衡饮食：少肉多菜，减少高脂高盐高糖的食物饮料；
- ◆ 定期及适量运动，以强化体质和松弛身心；
- ◆ 避免暴食、吸烟、饮酒或滥用药物等有损健康的坏习惯；
- ◆ 学习有效的减压方法，如朋友相聚、参与艺术及音乐活动等。

## 正向心理

- ◆ 订立目标、写下能协助你达到目标的路径或解决问题的方法，并回想过去的成功经验，正面地鼓励自己；
- ◆ 凡事保持乐观，对将来抱持正面的估计，促进正面的感觉、高动机和动力；
- ◆ 建立感恩日记、记录每日情绪作心情报告，与朋辈分享正面事件和感恩日志；
- ◆ 实践原谅和宽恕，解决冲突，改善人际关系；
- ◆ 认识自己的品格长处，及订立能充分发挥品格长处的目标。

如你遇到适应困难，或受个人或家庭等问题困扰而需要专业意见或协助，可致电 3943 7208 或 3943 3493 联络位于庞万伦学生中心二楼的学生事务处心理健康及辅导中心寻求专业心理辅导服务。



# 我的 大学生生活



# 01 迎新

每年8月至9月，中大校园充满形形色色的迎新活动，包括讲座、参观、校园及城市游踪、联谊、团体游戏等，务求让新生尽快认识并适应新环境。

## 本科生

### 书院迎新周（俗称「大O」）：

由各书院的新生辅导/迎新活动筹委会主办，透过精心设计的活动，让新生彼此认识，建立人际网络，并了解所属书院特色及文化，以增加归属感。

### 学院/学系迎新营（俗称「细O」）：

在学院或学系迎新营筹委会安排下，新生能在活动中获得所属学院或学系的课程及学习资讯，并结识相同专业的学长和同学。

## 研究生

研究生迎新活动由各学部及学生事务处筹办，新生将会认识中大学制及课程、服务、设施及研究生学生组织等。「研究生会」及「内地学生学者联谊会」也会举办不同活动，让新生开拓社交网络，增强朋辈支援。

有关迎新活动的详细资料，请浏览 [www.orientation.cuhk.edu.hk](http://www.orientation.cuhk.edu.hk)。

## 实用小工具：

「CUHK mobile」是发放中大校园最新资讯的流动应用程序，协助用户掌握中大动向。

iOS 版



Android 版



# 02 学术与支援

## 二零二三年至二四年度 课程日期

全日制本科课程（内外全科医学士课程除外）	
第一学期	二零二三年九月四日（星期一）至二零二三年十二月二日（星期六）
第二学期	二零二四年一月八日（星期一）至二零二四年四月二十日（星期六）

## 注册及学术资讯

注册及考试组（适用于本科生）及研究院（适用于研究生）负责处理学生的学务事宜，提供上课及考试时间表、选课及科目豁免以至各类申请如学业成绩表、学历证明书、毕业证书等。请恒常留意有关部门通告。

注册及考试组网页：  
[www.res.cuhk.edu.hk](http://www.res.cuhk.edu.hk)

研究院网页：  
[www.gs.cuhk.edu.hk](http://www.gs.cuhk.edu.hk)

## 学术诚信

大学对学生作业有严格的学术诚信要求，一律以零容忍政策处理违规个案（[www.cuhk.edu.hk/policy/academichonesty/index.htm](http://www.cuhk.edu.hk/policy/academichonesty/index.htm)）。

「违反学术诚信」包括：

1. 抄袭
  2. 未有声明重复使用作业
  3. 测验及考试作弊
  4. 所有其他违反学术诚信行为
- 违规学生将予以惩处，严重者包括开除学籍。

## 语言学习

自学中心（ILC）透过不同类型的工作坊、学习辅导及网上学习资源提供专业训练与支援，协助学生提升两文三语能力（[www.ilc.cuhk.edu.hk](http://www.ilc.cuhk.edu.hk)）。

雅礼中国语文研习所（CLC）为非本地生开办普通话及广东话语言训练课程，改善学生语言水平，提高中文沟通能力（[www.ycclc.cuhk.edu.hk](http://www.ycclc.cuhk.edu.hk)）。

英语教学单位（ELTU）协助推行校内英语改善计划，为本科生及研究生提供不同程度及范畴的课程及工作坊。英语教学单位还推出「朋辈英语辅导计划」（Peer Tutoring Scheme），学生可以在轻松的学习平台上请教已受训的朋辈，提升英语水平（[www.eltu.cuhk.edu.hk](http://www.eltu.cuhk.edu.hk)）。



## 其他学习机会及支援

学术交流处 (OAL) 负责统筹大学与国内及海外的交流活动。如希望参与交换计划以丰富学习经验及开阔视野, 请留意学术交流处的资讯及申请详情 ([www.oal.cuhk.edu.hk](http://www.oal.cuhk.edu.hk))。

学能提升研究中心 (CLEAR) 为研究生专门设计一系列服务, 如支援学习的 Improving Postgraduate Learning Programme (IPL), 提升学生专业发展 ([www.cuhk.edu.hk/clear](http://www.cuhk.edu.hk/clear))。

学业指导计划协助学生解决学业问题及提供学术支援, 同时展现大学对学生的全人关怀。学院 / 学系 / 课程会为每位本科生配对一位学业指导老师; 而研究导师 (适用于研究式研究生) 及研究课程主任 (适用于修课式研究生) 则负责研究生的学业指导。同学可于中大资讯系统 (CUSIS) 查阅所属老师资料。遇有学业问题, 应主动求教。

学习辅导服务旨在为学生提供个人指导, 协助适应及规划大学生活。学习辅导主任 (LEOs) 透过与新生会面、举办学习工作坊及分享会等, 提升学生学习效能。LEOs 更特别为非本地生提供支援及关顾服务。 (<https://ices.osa.cuhk.edu.hk/les/overview>)。



## 台风及暴雨袭港时各项停课及考试安排

中大已就台风及暴雨期间的上课安排制订指引。(本科生请浏览注册及考试组网页 [http://rgsntl.rgs.cuhk.edu.hk/aqs\\_prd\\_applx/Public/Handbook/document.aspx?id=1567&tv=T&lang=zh](http://rgsntl.rgs.cuhk.edu.hk/aqs_prd_applx/Public/Handbook/document.aspx?id=1567&tv=T&lang=zh); 研究生请浏览研究院网页 [www.gs.cuhk.edu.hk/download/IX-C.pdf](http://www.gs.cuhk.edu.hk/download/IX-C.pdf))。由教育局宣布有关台风或暴雨袭港时之各项停课及公开考试安排并不适用于中大。



# 03 书院和宿舍

## 书院

中大是全港唯一实行书院制的大学, 创校至今仍保持这独特传统。现时九所书院分别为崇基学院、新亚书院、联合书院、逸夫书院、晨兴书院、善衡书院、敬文书院、伍宜孙书院及和声书院。每位本科生都会被编入其中一所书院。

每所书院各具特色, 设有宿舍、饭堂及其他设施。书院着重全人教育, 除起居食宿, 还安排各类非形式教育, 如海外交流计划、师友计划、社区服务、语文、体育、领袖才能训练等。丰富多彩的书院生活能提升同学的领导才能、人际关系技巧、公民意识及开阔文化视野。



## 学生宿舍

大学为合格的本科生提供校园住宿, 同学将获分配到所属书院的宿舍, 或由学生事务处管理的国际生堂 (I-House)。如有需要, 同学亦可向有关书院或宿舍申请暑期住宿。请同学向各书院了解具体的住宿政策。

研究生宿舍 (研宿) 提供超过一千六百个宿位。由于宿位有限, 大学只提供校内宿舍予全日制研究课程及教资会资助修课课程学生申请。合格的研究生请于抵港前申请宿位。详情请浏览研究生宿舍办事处网页 [www.pgh.cuhk.edu.hk/sc](http://www.pgh.cuhk.edu.hk/sc) 或电邮至 [enquiry.pgh@cuhk.edu.hk](mailto:enquiry.pgh@cuhk.edu.hk) 查询。



# 04 校园设施

## 学习与文化空间

### 图书馆

除大学图书馆外，中大还有六间由个别书院及学院设立的图书馆。中大图书馆的馆藏极为丰富，网页提供大量学习支援服务及资讯，亦定期举办各类工作坊及讲座，提升学生学习效能。大学图书馆还设有 24 小时开放，让学生及教职员进行各式学术活动的「进学园」（[www.lib.cuhk.edu.hk/sc](http://www.lib.cuhk.edu.hk/sc)）。



### 学习共享空间

24 小时开放的学习共享空间位于伍何曼原楼 6 楼，由资讯科技服务处（ITSC）及大学图书馆系统共同管理，营造舒适、灵活的协作环境，提供完善的电脑设备、多用途场地、专业资讯科技及图书馆咨询服务，便利个人学习及小组工作（[www.itsc.cuhk.edu.hk/sc/all-it/it-facilities/learning-commons](http://www.itsc.cuhk.edu.hk/sc/all-it/it-facilities/learning-commons)）。



### 电脑使用区

电脑使用区（用户区）位于碧秋楼 1 楼，设有服务台、讨论室、培训室等供学生及教职员使用。



### i-LOUNGE

i-LOUNGE 位于康本国际学术园 3 楼，是中大学生及教职员举办文化交流、体验和融合活动的理想场地。学生可以在轻松氛围下讨论各种议题，或阅读摆放于 i-LOUNGE 的国际刊物（<https://ices.osa.cuhk.edu.hk/sc/cultural-diversity/hubs/i-lounge>）。



## 运动设施

中大非常重视学生的体能发展，校园内设有多项运动设施：

设施	电话	地点
杨明标室内体育馆（大学体育中心）	3943 6097	夏鼎基运动场侧
夏鼎基运动场	3943 6097	中央校园
岭南运动场及崇基体育部	3943 6985	港铁大学站对面
新亚体育馆	3943 7695	新亚乐群馆 —— 梁雄姬楼 2 楼
张焯昌体育馆	3943 7539	联合张祝珊师生康乐中心 1 楼
逸夫体育部	2603 5088	逸夫国榭楼低层地下

体育部在线订场系统：

[https://booking.peu.cuhk.edu.hk/peu\\_booking/Client/ClientHome/Index/zh-CN](https://booking.peu.cuhk.edu.hk/peu_booking/Client/ClientHome/Index/zh-CN)

游泳池	(售票处) (办公室)	3943 6764 3943 1738	中央校园范克廉楼侧
庞万伦学生中心多用途礼堂 (自由康体活动)		3943 8650	庞万伦学生中心地下 G01 室

详情请参阅：

[www.osa.cuhk.edu.hk/sc/joiningcuhk/campus-life/amenities-sport-facilities-facilities-booking](http://www.osa.cuhk.edu.hk/sc/joiningcuhk/campus-life/amenities-sport-facilities-facilities-booking)

水上活动中心

2603 6776

校园东区

详情请参阅：

<http://translate.itsc.cuhk.edu.hk/uniTS/www.peu.cuhk.edu.hk/zh-tw/facilities/water-sports-centre/wsc-info/facilities>





## 日常生活

### ◆ 餐厅

中大有接近 40 间餐厅，包括小食店、膳堂及咖啡室，提供各式各样食品。餐厅地点及营业时间可参阅 <https://translate.itsc.cuhk.edu.hk/uniTS/www.cuhk.edu.hk/chinese/campus/accommodation.html>。

### ◆ 校内交通

大学提供校巴服务，穿梭来往港铁大学站及校内主要区域，便利通勤及转堂。路线及时间表可浏览 <https://transport.cuhk.edu.hk/sc>。

### ◆ 书店

商务印书馆位于康本国际学术园 1 楼，售卖教科书、文具及消闲书籍等。

### ◆ 超市

Fusion 超级市场位于富尔敦楼低层地下，供应新鲜食材及基本生活必需品。

### ◆ 邮递服务

大学的邮件收发室位于富尔敦楼地下，门外附设邮箱，可供投寄邮件（包裹除外）。邮票可于便利店或邮局购买。

### ◆ Wi-Fi

中大校园设有无线网络，你可随时随地享用无线上网服务。有关服务内容请参阅中大资讯科技服务处网页 [www.itsc.cuhk.edu.hk/sc/all-it/wifi-and-network/on-campus-wifi](http://www.itsc.cuhk.edu.hk/sc/all-it/wifi-and-network/on-campus-wifi)。

### ◆ 影印及传真

中大图书馆、学习共享空间及用户区设有影印服务。如需传真服务，可到大学行政楼 B1 校本部庶务组查询收费详情。

### ★ 无烟校园

请注意，除依法例被定为豁免区域外，中大整个校园（包括室内及室外地方）均属禁烟区。任何人不得在指定禁烟区吸烟或携带燃着的香烟、雪茄或烟斗，违者定额罚款港币 1,500。



## 05 医疗服务

### 校园保健服务

大学保健处为全日制学生提供免费基本门诊服务。同学可登入大学保健处网上预约系统（[www.uhs.cuhk.edu.hk/booking/clogin.aspx](http://www.uhs.cuhk.edu.hk/booking/clogin.aspx)）或致电 3943 6439 预约服务。保健处亦接受没有预约的学生求诊，唯轮候时间较长（[www1.uhs.cuhk.edu.hk/zh](http://www1.uhs.cuhk.edu.hk/zh)）。

此外，大学保健处亦提供收费牙科服务，包括检查、口腔护理、补牙、假牙、口腔小手术及紧急治疗。学生可致电 3943 6412 预约服务（[www1.uhs.cuhk.edu.hk/zh/dental-service](http://www1.uhs.cuhk.edu.hk/zh/dental-service)）。



### 中医门诊服务

大学中医专科诊所暨临床教研中心为学生、教职员和教职员家属提供中医门诊服务。诊所位于崇基学院信和楼 1 楼。学生可致电 3943 9933 预约服务（<https://clinic.scm.cuhk.edu.hk/clinic/index.aspx>）。



## 06 财务安排

学生来港前请先做好财务安排，以确保能应付在港期间的学习和生活开支。如果没有香港银行账户，你可以：

- ◆ 于来港前一至两个星期，指示原居地银行，将款项以你的名义转账至香港的一间银行；或
- ◆ 预先购买银行汇票，来港后存入你在香港开设的银行账户。请注意，本地银行兑现外国银行汇票通常需时一个月，因此你应带备足够现金，以应付最初的生活开支。

香港大部分银行的营业时间为： 周一至周五（上午 9 时至下午 5 时）；及周六（上午 9 时至下午 1 时）；星期日及公众假期休息。

凡未满 18 岁的学生，必须由家长或法定监护人陪同开设本地银行账户。大学不能担任监护人代为处理有关银行事务。

24 小时运作的自动柜员机（ATMs）遍布全港。香港大部分机构及商户都接受易办事（EPS）及信用卡，如 VISA 卡、万事达卡、银联卡和美国运通卡。不过，校园商店及食肆主要接受现金或八达通卡付款。



### 位于校内的银行

	恒生银行	东亚银行
分行地址	富尔敦楼 1 楼	庞万伦学生中心 1 楼
自动柜员机位置	富尔敦楼 1 楼	庞万伦学生中心 1 楼（另设 I-Teller）
	富尔敦楼地下	新亚乐群馆——梁雄姬楼地下
	和声书院北座地下	范克廉楼地下

请注意，大学不会为非本地生提供助学金或贷款资助，而非本地生亦不符合申请香港政府「资助专上课程学生资助计划」的资格。



## 07 学生组织



组织名称	联络资讯	
非洲学生协会（英文简称 AFSA）	脸书：	<a href="http://www.facebook.com/AFSAcuhk">www.facebook.com/AFSAcuhk</a>
印度学生协会（英文简称 AIS）	Instagram:	<a href="http://www.instagram.com/ais.cuhk">www.instagram.com/ais.cuhk</a>
香港中文大学中亚学生会（英文简称 CAA）	Instagram:	<a href="http://www.instagram.com/caa_cuhk">www.instagram.com/caa_cuhk</a>
内地学生学者联谊会（英文简称 CSSA）	电邮： 微信公众号：	<a href="mailto:cuhkcssa1997@gmail.com">cuhkcssa1997@gmail.com</a> CUHK-CSSA
香港中文大学印度尼西亚学生会（英文简称 PEMICU）	Instagram:	<a href="http://www.instagram.com/pemicuhk">www.instagram.com/pemicuhk</a>
国际学生会（英文简称 ISA）	脸书：	<a href="http://www.facebook.com/isacuhk">www.facebook.com/isacuhk</a>
香港中文大学韩国学生会（英文简称 KSA）	Instagram:	<a href="http://www.instagram.com/cuksa_official">www.instagram.com/cuksa_official</a>
内地本科生联合会（英文简称 MUA）	微信公众号：	cuhk_mua
香港中文大学马来西亚同学会（英文简称 MSA）	脸书：	<a href="http://www.facebook.com/msacuhk">www.facebook.com/msacuhk</a>
东南亚学生会（英文简称 SEA）	Instagram:	<a href="http://www.instagram.com/sea_cuhk">www.instagram.com/sea_cuhk</a>
香港中文大学台湾学生会（英文简称 TSA）	脸书：	<a href="http://www.facebook.com/CUHK.Taiwanese.Student.Association">www.facebook.com/CUHK.Taiwanese.Student.Association</a>
泰国学生会（英文简称 THAI）	Instagram:	<a href="http://www.instagram.com/thaiatcuhk">www.instagram.com/thaiatcuhk</a>
全港大学澳门学生联合会（英文简称 FMSHK）	脸书：	<a href="http://www.facebook.com/fmshk">www.facebook.com/fmshk</a>
研究生宿舍宿生会（英文简称 PGHRA）	电邮：	<a href="mailto:pghra@link.cuhk.edu.hk">pghra@link.cuhk.edu.hk</a>
香港中文大学研究生会（英文简称 CUPSA）	脸书： 微信公众号：	<a href="http://www.facebook.com/cuhk.cupsa">www.facebook.com/cuhk.cupsa</a> cupsaofficial

# 08 职业规划

## 就业策划及发展中心

学生事务处就业策划及发展中心（CPDC）致力帮助学生规划和  
发展事业。我们鼓励你在大学就读期间，有效的分配时间及善用  
大学资源，为毕业后投入职场做好准备。以下是一些建议：



### 1 了解自己

尝试确定你的兴趣、长处和人生观，这些都与你的  
择业倾向有关。同时，你亦可针对自己较弱的能力  
制订一个改善计划，从而全面增强自己的竞争力。

### 2 多参与课外活动

大部分雇主都期望聘请能够融入团队工作及拥有解  
决问题能力的雇员。参与不同类型的课外活动能训  
练相关能力，充实你的简历。

### 3 参与兼职工作或实习 #

兼职工作及实习机会能让你认识行业真实情况的机  
会，让你了解工作场所的运作，及增加相关工作的  
实际经验。你可以浏览以下两个为中大及大专生提  
供招聘信息的网站：

- ◆ 中大精英招聘网（CU Job Link）及工作体验：  
<https://job.cpd.cuhk.edu.hk>
- ◆ 联校职位信息库（JIJIS）：[www.jijis.org.hk](http://www.jijis.org.hk)

# 非本地学生应遵守香港入境事务处的「逗留条件」。相关就业指引已清  
楚列明于「不反对通知书」（No Objection Letter - NOL）中。

### 4 关注市场及行业动态

培养阅读国际和本地报纸、期刊和杂志的习惯，留  
意跟你学术背景及行业相关的消息及发展动向。

### 5 提升语言能力

良好的语言能力能助你在面试中脱颖而出。想留港  
工作的同学亦应该学好广东话，因为香港大多数企  
业都以广东话为日常沟通语言。你可以善用大学资  
源（如自学材料或语文课程），提高广东话及英语  
等能力。

### 6 参加招聘讲座及求职培训

留意目标行业招聘讲座的举办日期及报名详情。参  
与求职培训或工作坊，如模拟面试、个人形象、简  
历写作等，为求职做好准备。

- ◆ 招聘讲座及工作坊资讯：<https://job.cpd.cuhk.edu.hk/en>

### 7 获取相关专业资格

了解目标工作所需之专业资格并参加相关考试，例  
如有志投身金融行业的同学可考虑准备特许财务分  
析师考试（CFA）。

### 8 扩阔人际网络

积极参加业界及各企业招聘人员举办的社交聚会，  
与业内人士交流，了解市场最新消息，及获取专业  
意见。

### 9 修订简历及准备相关求职文件

每年九月通常是第一个职位申请的浪潮，我们建议  
同学提早预备简历及求职信。请仔细校对你的简历，  
提供教育背景、工作经验、课外活动、技能等必要  
资料。

### 10 准备面试

面试前，你应全方位准备包括工作职位、公司背景、  
行业概况的资料搜集及自我反思。同学亦需注意仪  
容外表，请为面试准备合适的衣着。

## 给非本地生的小秘方：

很多非本地生都打算毕业后留港工  
作，如你有此计划，应及早预备。你  
可以参加每年由 CPDC 举办的就业迎  
新讲座及留意中心网站 (<https://job.cpd.cuhk.edu.hk/en/career-education/key-reminder-for-non-local-students-working-in-hong-kong>)。另外，非本地生必须注  
意在港就业的相关政策。

## 给研究生（尤其修课式硕士）的求 职小秘方：

修课式硕士通常只有一年修课期，因此时间尤其  
宝贵！同学应尝试缩短适应期，尽快开始寻找工  
作。以下建议可助你提高就业竞争力：

- ◆ 善用大学资源，如自学教材及语言课程、求  
职辅导及培训工作坊、招聘讲座等
- ◆ 留意 CPDC 发出有关就业消息的电邮
- ◆ 从第一个学期就开始关注招聘资讯，并及早  
准备简历和求职信
- ◆ 积极参与不同机构或组织举办的求职活动；  
如香港中文大学研究生会（CUPSA）
- ◆ 透过求职网站了解招聘情况





# 认识 香港



## 01 香港通识

### 简介

香港是一个充满活力的城市，位处中国的东南端，总面积约1,114.35平方公里，由香港岛、九龙半岛、大屿山、新界（包括离岛）组成。全港共划分为18区，人口约750万人，其中绝大部分为华裔人士，外籍人士占8%。

香港自1842年开始由英国统治，至1997年，中华人民共和国政府按照「一国两制」的原则对香港行使主权成立香港特别行政区。《基本法》保障香港拥有公正的法治精神和独立的司法机构，以维持市民的权利和自由。行政长官是香港特别行政区之首。

香港的工商业和经贸活动频繁，是国际重要的金融、服务和航运中心。经济以服务业为主，与内地和亚太区的联系尤其密切。

### 气候



香港属于亚热带气候，冬季气温可降至摄氏10度以下，夏季气温则升至摄氏31度以上。秋季天气晴朗，和暖干爽；冬季稍冷而且干燥；春夏两季则天气炎热，潮湿多雨。热带气旋（本地称为台风）最有可能在夏季对香港造成影响。当八号烈风或暴风信号悬挂时，学校会停课，大部份商业活动亦会停顿。香港有三级暴雨警告信号，以黄、红、黑三色标示。如要查询天气，可致电香港天文台1878 200，或浏览 [www.hko.gov.hk/sc](http://www.hko.gov.hk/sc)。

### 语言



由于香港的法定语文是中文和英文，所以一般公开资讯均有中、英文版本。日常生活中，大部分本地华人使用粤语沟通，公共机构和银行职员普遍能讲英语和普通话。

### 宗教

香港市民享有宗教自由，不同宗教团体在香港设有会堂方便信众聚会，包括佛教、道教、基督教、天主教、伊斯兰教、印度教、锡克教及犹太教等。

## 法律



香港有独立的司法制度及法律，学生应多加留意以免触犯法例。在香港，藏有、贩运或使用任何类型的毒品均会受到严重惩处，包括监禁。在公众地方乱抛垃圾、随地吐痰、非法张贴招纸或海报以及弄污街道会被判处定额罚款港币1,500元。香港政府于九个民政事务处设有法律咨询中心，为市民免费提供初步法律意见（[www.dutylawyer.org.hk/gb/free/free.asp](http://www.dutylawyer.org.hk/gb/free/free.asp)）。

## 饮食

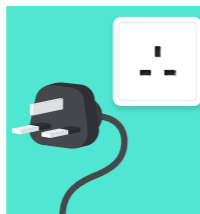


香港素有「美食天堂」的美誉。食肆林立，供应各地的美食及料理。此外，地道的街头小吃如鱼蛋、鸡蛋仔、云吞面、粥品及精美甜品，式式俱备，丰俭由人，不少食肆更是通宵营业。

## 购物

香港也是有名的「购物天堂」，大型购物商场和百货公司的货品包罗万有，大部分营业至晚上十时，年中无休。如要在中大附近购物，你可选择到沙田、马鞍山、大埔、九龙塘或旺角等地区。

## 电力



香港标准电压是220伏特，普遍使用三孔扁平型插座。来港后，你可以购买一个变压器使用你从外地带来香港的电器用品。

## 邮政



香港各区均设邮政局，大部分于星期日及公众假期休息。邻近大学的邮政局包括沙田中央邮局、禾輦、火炭和马鞍山分局，可以收发快递及挂号信。有关详情请浏览香港邮政网页：[www.hongkongpost.hk/sc/home](http://www.hongkongpost.hk/sc/home)。

## 电讯

香港具备高效完善的电讯设施，网络系统连接全球，使用流动电话相当方便。香港多间电讯公司均提供本地及国际长途电话及网络服务，你可选择以月费形式获得服务，详情可浏览各大电讯公司网页，或于各大电讯公司及便利店购买电话储值卡并按用量付费。此外，香港不少食肆、政府设施、公园、大型购物商场及港铁车站均提供免费互联网连线服务。

电话卡实名登记已经全面实施，详情请浏览通讯事务管理局办公室网页：[www.ofca.gov.hk/sc/consumer\\_focus/guide/hot\\_topics/sim\\_registration/index.html](http://www.ofca.gov.hk/sc/consumer_focus/guide/hot_topics/sim_registration/index.html)。

## 食水

香港的食水加入了氯气，水质符合世界卫生组织标准。不过，我们建议你先将水煮沸或过滤后才饮用，因为食水有可能因储存在楼宇水缸而受到污染。

## 保安

香港普遍被认为是一个安全的城市，但同学仍须时刻提高警觉，提防扒手，外出前应锁好门窗，于公众地方例如图书馆或膳堂时小心看管个人财物，避免携带大量现金及贵重物品。

## 电话骗案

近年屡有不法之徒透过电话或网上途径骗取金钱，对象主要为以普通话沟通人士。骗徒会随机拨打本港或内地手机号码，冒认香港或内地执法（或其他机构）人员，学生必须提高警觉，小心核实对方身份，切勿披露银行账户资料及密码，例如跟从指示存款到指定银行账户。香港或内地执法人员绝不会透过电话或网上要求市民交出个人账户或密码。有关详情请浏览香港警务处的反诈骗协调中心网页：[www.adcc.gov.hk/zh-cn/home.html](http://www.adcc.gov.hk/zh-cn/home.html)，或直接联络反诈骗协调中心热线18222。

香港的紧急求助电话号码是999，各区均有警署及报案中心，邻近大学的报案室在沙田和马鞍山。

## 货币兑换



兑换货币前，请先查看兑换店展示的净汇率和手续费。法例规定，兑换店必须发出收据。

## 保险

大学已为每位参与学校活动的学生购买团体人身意外保险及团体旅游综合保险。你可以考虑自费安排额外的意外及疾病医疗保险，并附加紧急撤离或救援者费用及遣送等条款，以应付在港期间的需要。如有外游计划，请确保承保范围复盖有关地区。如果你在父母的保险保障之下，请于来港前向父母查询有关细节。保险详情请参阅香港保险业联合会网页 [www.hkfi.org.hk](http://www.hkfi.org.hk)。

## 医疗

香港医疗系统分为公营及私营两种，所有医疗服务均需收费。大部分公立医院提供全日急症服务，持有有效学生签证的非本地生使用急症室，每次诊症港币 180 元。入住公立医院一般病房接受诊治须付资助收费每天港币 100 至 120 元，另加入院费港币 75 元。邻近大学的公立医院有沙田威尔斯亲王医院及大埔那打素医院。

私人执业医生的诊症收费不尽相同，大概港币 200 至 300 元或以上，专科诊症收费更高，诊症费及药费普遍分开支付，化验测试或 X 光检查等需额外缴费。你可以浏览香港医生网 [www.thkma.org/doctor.php](http://www.thkma.org/doctor.php)，查阅 24 小时或于公众假期应诊的注册医生名单。邻近大学的香港中文大学医院（中大医院）提供 24 小时急症及门诊服务。非本地生如需使用私家医疗服务，费用可能相当庞大。安排保险时请考虑额外承保范围，以备不时之需。

大部分医生处方药物都可在香港找到，但不包括由非本地医生处方的药物。若需购买，请到驻有注册药剂师的药房，门外有特别标记以示识别。

香港没有规定非本地生于来港前需接种特定疫苗，如同学到其他地区外游而需接种疫苗，可向各医疗机构查询。



## 实用小工具：

「我的天文台」流动应用程序提供个人化天气服务及天气预报功能。

iOS 版



Android 版



「香港邮政」流动应用程序让用户随时查找邮政服务的详细资料。

iOS 版



Android 版



「Wi-Fi.HK」流动应用程序协助用户搜寻免费「Wi-Fi.HK」热点位置。

iOS 版



Android 版



# 02 入境事务

## 学生签证

一般而言，除拥有香港特区居留权或入境权的人士外，任何人士如来港就读，均须申领入境签证或进入许可。在港逗留期是按课程修业期而定，学生必须确保留港期间签证有效。违反逗留条件者有机会被检控，一经定罪，**最高罚款港币五万元及入狱两年**。

如要延长逗留期限，请于逗留期限届满前四星期内向入境事务处提交签证延期申请。你可以亲自递交或以书面授权代表人递交申请。

申请地点：

### 內地學生

香港湾仔告士打道 7 号入境事务大楼 6 楼「优秀人才及内地居民组」

### 非內地學生

香港湾仔告士打道 7 号入境事务大楼 5 楼「延期逗留组」；或任何一间入境事务处分区办事处

热线电话：2824 6111

## 香港身份证



根据《人事登记条例》，凡年满 18 岁并获准在香港逗留超过 180 天的人士，均须在抵港后 30 天内，到入境事务处辖下的人事登记处办理香港身份证。新抵港人士、首次登记或换领成人身份证的申请均属免费。

请随身携带香港身份证。香港警察或有关当局只接受香港身份证或护照作为身份证明。若无法按警方要求出示有效身分证明，可被拘捕或起诉。

申请办法：

### 地點

最接近大学的人事登记处位于新界火炭乐景街 2-18 号银禧荟 4 楼 405 至 407 号铺位（港铁火炭站 C 出口）

### 預約 #

[www.gov.hk/sc/residents/immigration/idcard/hkic/bookregidcard.htm](http://www.gov.hk/sc/residents/immigration/idcard/hkic/bookregidcard.htm) 或 热线电话：2598 0888

### 網址

[www.immd.gov.hk/hks/services/hkid.html](http://www.immd.gov.hk/hks/services/hkid.html)

# 所有新来港非本地学生申请办理香港身份证请先预约。

## 往来港澳通行证

若在港遗失《往来港澳通行证》，你需要办理补领手续。请依从以下步骤：

- 一、带同香港身份证、由警署发出的报失纸，及由院校签发的在学证明文件到入境事务处「优秀人才及内地居民组」申请加盖签注（签注转移）。
- 二、核实身份后，入境事务处会发出证明文件及签注转移标签。
- 三、带同上述证明文件及标签到「香港中国旅行社」办理补发《往来港澳通行证》及相关出境签注手续。

香港中国旅行社热线电话：2998 7888

网址：[www.ctshk.com](http://www.ctshk.com)



## 实习工作

根据香港《入境条例》，非本地生<sup>注1</sup>就读程度在本科或以上，及修业期不少于一个学年的全日制课程，可从事全职实习工作。工作性质、薪酬水平、工作地点、工作时数及雇主不设限制，但须符合以下条件：

- ◆ 实习工作必须与学科或课程有关，且须经所就读的大学安排或批准；及
- ◆ 实习工作为期最长一个学年，或有关全日制课程正常修业期的三分之一时间，两者之中以较短者为准<sup>注2</sup>。

## 实用小工具：

「香港入境事务处」流动应用程序提供最新入境及签证资讯。

iOS 版



Android 版



## 校园兼职及暑期工作

非本地生可以：

- ◆ 在一个学年内每星期不超过 20 小时<sup>注3</sup>于校园担任兼职工作<sup>注4</sup>；及
- ◆ 在暑假期间（由 6 月 1 日至 8 月 31 日；首尾两天包括在内）接受聘用，工作时数和地点没有限制。

## 不反对通知书

合资格学生于学生签证进入许可或延长逗留期限申请批准时，将获发适用于校园兼职及暑期工作的「不反对通知书」，当中详列学生可从事的工作类别及条件。

如有疑问，请浏览入境事务处网页 [www.immd.gov.hk/hks/services/visas/study.html](http://www.immd.gov.hk/hks/services/visas/study.html)。

注 1：不包括交流生。

注 2：学生在正式注册前，或已完成课程所需学分后，不得进行实习工作。

注 3：不得把某一星期的未用时数转至另一星期。

注 4：有关工作在中大校园内进行；假如工作地点不在校园内，有关雇主必须为中大。

## 03

# 社会习俗

## 学习辅导及文化共融组

### 打破沟通隔阂

语言往往是适应新环境的障碍。广东话是香港的主要沟通语言，英语和普通话的使用也很普遍。然而，由于各地方言及口音不同，有时本地人可能未必听懂你的说话。同样，初时你亦可能对本地用语和发音，感到难以明白和掌握。

如何打破语言隔阂？秘诀就是保持耐性！尝试清楚地慢慢说，尽量避免使用俗语和行内话。当真的难以表达时，请保持微笑！身体语言加上简单文字或有助沟通。



### 香港的社交习俗和行为

友侪间通常以名字互相称呼。称呼长辈或上级时，较稳当的做法是加上称谓，如李先生、陈博士、王教授等。

友侪间较少以西方惯用的轻吻或拥抱打招呼，尤其在彼此还未熟稔的时候。

有些人很注重「面子」（代表身分、尊严或声望），给对方真诚的恭维是表达尊重（给「面子」）的做法。

香港人一般不太拘泥于礼节。然而，注意社交礼仪能让你更快融入香港文化：

- ◆ **筷子**：不可把筷子插入饭碗中或指向别人，这被视为极之不礼貌的。
- ◆ **交通**：车厢内的关爱座为有需要人士而设，请让座予有需要人士。
- ◆ **用餐**：接受别人倒茶时，用手指头在桌上轻叩以示谢意。
- ◆ **排队**：注意人群秩序，在车站候车、食店购票或柜台咨询时排队等候，切勿插队。
- ◆ **电扶梯**：靠右站立，方便赶时间的人使用左边步行。

### 实用锦囊

- ◆ 对文化差异持开放态度
- ◆ 积极探索本地文化
- ◆ 准备面对忧虑和挫折，容许自己及他人犯错
- ◆ 检视期望，适时调整
- ◆ 保持幽默感
- ◆ 多聆听、观察、询问和求证
- ◆ 参与学生活动，融入本地生及其他圈子

学生事务处学习辅导及文化共融组（位于范克廉楼1楼）筹办多项迎新及多元文化交流活动，如「接待家庭计划」及「探索香港系列」等，有助你认识香港环境，了解本地文化（<https://ices.osa.cuhk.edu.hk/sc>）。



## 04 校外住宿



非本地生可申请入住宿舍，亦可选择校外住宿，体验香港生活。如要到校外租房，无论是个人租房或与人合租，都必须先搜集相关资料，了解香港的租赁市场，并清楚租赁程序及租客的权利和责任。

### 寻找物业

- ◆ 资料搜集完成后，宜于开学前最少三个星期来港，以便有足够时间寻找合适的住宅物业及亲身到现场视察。
- ◆ 地产代理在香港租赁市场相当普遍，若你委托持牌代理帮助物色住宅物业，应在签订「地产代理协议」前厘清有关委托详情，如佣金数额及缴付期限。
- ◆ 若不打算委托地产代理，你可与自行放租的业主接洽。切勿租用违例建筑、公屋或未解除转让限制的居屋、工业或商业用途的物业。宜先查阅物业的土地纪录，确保其适合租赁，并核实业主身份。
- ◆ 若你选择承租学长学姐已租的房子，则要了解是否由业主直接出租予你。若存在二房东，应留意其与业主的原租约是否准许分租，而分租的租期也受原租约的租期限制。假如业主或二房东要求缴纳大额租金，应提高警觉，仔细考虑。

### 签订租约

- ◆ 一般而言，你和业主可自行商议租约上的条款，但须确保内容不违反《业主与租客（综合）条例》。签订租约前，建议先和业主认真商议关于租金、押金、租期、终止租赁、业主提供的设备等要项及业主与租客双方的权利和责任等详情，并确认已在租约上清楚列出。
- ◆ 签订租约的人士有责任缴付印花税。租客和业主须各自妥善保管一份租约及印花证明书。

### 租务咨询

- ◆ 地产代理监管局负责规管香港地产代理的执业及操守（[www.eaa.org.hk/zh-cn](http://www.eaa.org.hk/zh-cn)），可参阅其编写的《非本地学生在香港租屋指南》（[www.eaa.org.hk/Portals/0/Sections/CC/TenancyGuideForNonLocalStudentsInHongKong.pdf](http://www.eaa.org.hk/Portals/0/Sections/CC/TenancyGuideForNonLocalStudentsInHongKong.pdf)）。
- ◆ 差饷物业估价署负责执行《业主与租客（综合）条例》（[www.rvd.gov.hk/sc](http://www.rvd.gov.hk/sc)），其租务组提供免费咨询及调解服务，热线电话：2150 8229。



更多有关校外住宿的详细指引、资料连结及学生分享，可浏览学生事务处学习辅导及文化共融组网页（<http://ices.osa.cuhk.edu.hk/sc/non-local-services/housing/off-campus/introduction>）。



# 05 交通资讯

香港拥有高效率及安全的公共运输系统。无论乘坐哪种交通工具，你都可以在城市里穿梭自如。

## 八达通卡

八达通卡是一种电子现金储值卡，可用作支付车费及日常购物。香港大部分公共交通工具、便利店、超级市场及部分商店均接受八达通付款。购买八达通卡及增值服务可于港铁客务中心及售票处办理。便利店及超级市场亦提供八达通增值服务。合资格学生可以申请「学生身份」个人八达通卡，享受港铁学生乘车优惠（[www.octopus.com.hk/sc](http://www.octopus.com.hk/sc)）。



## 香港铁路

香港铁路（港铁）提供快捷、可靠及有效率的运输服务，贯穿港九新界，当中东铁线的罗湖及落马洲站更与内地边境相连，方便旅客往来香港及深圳（[www.mtr.com.hk](http://www.mtr.com.hk)）。另外，旅客亦可在西九龙站乘搭高速铁路，往返香港与内地（[www.highspeed.mtr.com.hk/sc/main](http://www.highspeed.mtr.com.hk/sc/main)）。



## 巴士

香港的双层和单层巴士行走于香港岛、九龙和新界各个地区。大部分巴士站都有显示板展示有关路线的沿途车站及车资。巴士车头以中英双语标示终点站。



## 小巴

小巴的载客量为16或19人，分红色和绿色两种。红色小巴的行走路线并不固定，除禁区外，乘客可在沿途任何地方上下车，大部分只接受现金付款。绿色小巴按固定路线行驶，乘客可以八达通支付车资。小巴上如装有安全带，乘客必须佩戴。乘坐小巴前，需要预先学会目的地的广东话发音，以示司机下车位置。



## 的士

的士，即出租车，分红色、绿色和蓝色三种。红色的士为市区的士，主要行走香港岛、九龙及新界市区；绿色的士行走新界区；蓝色的士只于大屿山行驶。市区的士起表价为港币27元，车费须以港币现金支付，行李费、隧道费和司机回程过海隧道费需额外征收。你可以要求司机提供车费收据，以备日后追寻失物或联络司机之用。香港大部分的士司机能说简单英语，你可以把目的地写在纸上交给司机看。法规规定，如车内装有安全带，无论前座或后座的乘客，均须佩戴。



## 电车

电车自1904年开始在港岛北岸行驶，东西往来。电车在繁荣闹市迂回行驶，乘客能欣赏到城市的不同景观。电车服务时间由上午6时至凌晨12时。



## 渡轮

天星小轮是香港最廉宜的渡海交通工具。来往维多利亚港两岸，你可安坐船上欣赏海港的优美景致。从中环到尖沙咀只需短短8分钟，亦有来往尖沙咀至湾仔的渡轮路线。要前往香港主要离岛（如坪洲、长洲、南丫岛和大屿山），乘客可到中环码头乘搭渡轮。大部分航线设有普通船及快速船。



## 实用小工具：

「Citymapper」流动应用程序提供详细的公共交通或步行路线指示。

iOS 版



Android 版



# 06 生活娱乐

## 节日

在中西文化的影响下，不少中国传统节日及西方节庆被订为香港公众假期，本地人亦会按传统习俗过节。重要节日包括农历新年、复活节、端午节、中秋节和圣诞节。社区不同团体及组织会举办各类庆祝活动，我们鼓励同学积极参与，探索香港的文化面貌，感受这个都市的独特气息。



## 文化活动

**文化及艺术：**康乐及文化事务署经常举办各种文化及艺术节目，大部分设学生半价优惠门票，详情请浏览 [www.lcsd.gov.hk](http://www.lcsd.gov.hk)。

**博物馆：**香港有约 60 间博物馆遍布港九新界，从历史到科学、民间文化到艺术设计，题材广泛。除学生半价优惠，部分展馆逢星期三免费入场，部份博物馆的常设展览更免费开放予公众人士参观。详情请浏览 [www.museums.gov.hk/sc/web/portal/home.html](http://www.museums.gov.hk/sc/web/portal/home.html)。



## 大众传播

香港的大众传播百花齐放，你可以轻而易举知晓世界大事。除中文报章外，本地还有两份英文报章——《南华早报》和《英文虎报》。本地报章在各书报摊和便利商店出售，海外报章则在主要商业及游客区的书报摊有售。此外，更有免费中文报刊于港铁主要车站派发。

香港有多间免费电视台包括港台电视、无线电视、ViuTV 及收费电视台如 now TV，提供粤语、英语、普通话以至其他外语的节目。电台设有多个频道提供各类节目：广东流行歌曲、普通话资讯节目、英语新闻报导等。



## 娱乐

香港的娱乐生活丰富，电影院、卡拉 OK、派对房间、酒吧和俱乐部随处可见，甚至可以在一些购物商场找到溜冰场或野战游戏等。户外活动也种类繁多，如远足、露营、攀石、独木舟及高尔夫球等。香港的郊区拥有优美的自然景致，有助身心舒展、疲劳尽消。



## 旅游

对非本地生来说，旅游肯定是海外留学体验的重要一环。从香港出发，航空和陆路交通都极为方便。你可以参加旅行团或以背包和旅游指南自助旅游，中国和亚洲各地的美丽景色及独特文化必会令你眼界大开。

计划旅游时，请预先购买旅游保险。不少非本地生认为国际学生证（ISIC）非常有用，除学生折扣外，亦提供保险保障和 24 小时紧急支援热线。详情请浏览 [www.isic.org](http://www.isic.org)。

如果你想前往中国内地，可乘搭港铁经罗湖或落马洲站往深圳。亦可乘搭高速铁路，连接香港西九龙站与 58 个内地站点，毋须转车便能到达不同目的地。

如想乘搭喷射船到澳门、深圳、广州或其他广东省沿海城市，可前往位于上环的港澳客轮码头或尖沙咀的中国客运码头。

航空旅游机票可于旅行社或网上购买。机票价格各有差异，请向各旅行社查询。为保障个人利益，请光顾持牌旅行社，注意各项收费及细节条文，慎防受骗。香港旅游业议会网页：[www.tichk.org/zh-hans](http://www.tichk.org/zh-hans)。

出发旅行前应向目的地的有关当局查询所需的旅游证件及检查有关证件的有效期。



# 附录



## 抵港备忘

### 出发前：

- ◆ 办妥有效护照及学生签证
- ◆ 安排保险（如需要）
- ◆ 通知校方到港日期及时间
- ◆ 安排学生宿舍或校外住宿
- ◆ 缴交学费及宿费（如适用）
- ◆ 把旅游证件、航班资料、保险及录取通知书等资料备份给亲友

## 行李清单



### 证书及相关文件

- ◆ 身份证明文件，如护照、内地身份证及往来港澳通行证等
- ◆ 大学报到文件，如录取通知书等
- ◆ 学历证明正本，如初、高中毕业证书、高考成绩单、TOEFL、IELTS 成绩单等
- ◆ 户口本或原居地住址证明（银行开户时用）
- ◆ 护照相片（建议保留电子档备用）
- ◆ 信用卡或银行卡
- ◆ 医疗证明及处方（如适用）

注：建议保留所有文件之复印本在家，以备不时之需。

### 衣饰

- ◆ **日常服**：香港气候温和，春夏炎热潮湿，适宜穿简单薄身衣物，外加一件薄外套（以备室内低温空调）。秋冬季节可降至10度以下，轻便毛衣或棉衣外，亦宜预备御寒衣物。
- ◆ **正装**：于面试、演讲、竞选、晚会及庄务活动中穿着。男生服饰包括西装、领带、衬衣、皮鞋等；女生服饰包括衬衣、西装上衣、裙子或长裤、高跟鞋等。
- ◆ **鞋子**：请准备一双运动鞋于体育课穿着。

### 生活用品

- ◆ **个人护理**：常用药品、个人护理用品及化妆品等。
- ◆ **床上用品**：枕头、床单及被子（宿舍只提供床垫）。



### 电器用品

- ◆ 转换插头（香港使用三脚扁平式插头）
- ◆ 接线板
- ◆ 充电器
- ◆ 网线（LAN线）
- ◆ 手提电话
- ◆ 手提电脑



### 其他

- ◆ 适量现金（港币及原籍国家货币）
- ◆ 文具
- ◆ 个人兴趣物品，如小说
- ◆ 辅助学习工具，如字典



# 前往中大方法



- ◆ 由香港国际机场：乘坐巴士 A41 至沙田市中心巴士总站，换乘港铁东铁线到大学站。
- ◆ 由红磡、罗湖或落马洲港铁站：乘坐港铁东铁线到大学站。
- ◆ 由港澳码头：乘坐港铁荃湾线到旺角，然后换乘观塘线至九龙塘，再乘坐东铁线到大学站。

# 到校注意事项

## 重要文件

中大通	请到中大通发证中心（伍何曼原楼 804 室）领取学生证。
香港身份证	请于抵港后 30 天内申领香港身份证，并于取证后填妥「香港身份证副本回条」交回注册及考试组（康本国际学术园 10 楼）（只适用于本科生）。预约申领香港身份证： <a href="http://www.gov.hk/sc/residents/immigration/idcard/hkic/bookregidcard.htm">www.gov.hk/sc/residents/immigration/idcard/hkic/bookregidcard.htm</a> 。
个人八达通卡	年龄介乎 12 至 25 岁，现正就读于本港认可院校全日制日间课程的学生可享港铁学生乘车优惠。申请表格可在任何港铁客务中心索取或透过网上申请 ( <a href="https://studentapplication.mtr.com.hk/ch">https://studentapplication.mtr.com.hk/ch</a> )。
银行服务	请带同护照及最近的居住证明（原居地）开办银行户口。

## 中大学习

体育服	本科一年级生须修读体育课，同学须购买中大体育服。
选课	同学需运用 CUSIS 系统选课。

## 香港生活

流动电话服务	可选择流动通讯服务供应商提供的月费计划或于便利店购买储值通话卡。
紧急事故	如在中大发生紧急事故，请致电 3943 7999 与保安组联络。若在校园外发生意外，请致电 999 与香港警察联络。

# 通讯录

	电话	电邮	网址
<b>教学与学习</b>			
学务及素质组	3943 8992 / 3943 8956	aqs@cuhk.edu.hk	www.cuhk.edu.hk/aqs
注册及考试组	3943 9888	ugadmin@cuhk.edu.hk	www.res.cuhk.edu.hk
研究院	3943 8976	gradschool@cuhk.edu.hk	www.gs.cuhk.edu.hk
文学院	3943 7107	arts@cuhk.edu.hk	www.arts.cuhk.edu.hk
工商管理学院	3943 7785	bafac@cuhk.edu.hk	www.bs.cuhk.edu.hk
教育学院	3943 6937	edu@fed.cuhk.edu.hk	www.fed.cuhk.edu.hk
工程学院	3943 8446	info@erg.cuhk.edu.hk	www.erg.cuhk.edu.hk
法律学院	3943 4399 / 3943 4423	law@cuhk.edu.hk	www.law.cuhk.edu.hk
医学院	3943 9243 / 3943 6891	faculty@med.cuhk.edu.hk	www.med.cuhk.edu.hk
理学院	3943 6327	sfo@cuhk.edu.hk	www.sci.cuhk.edu.hk
社会科学院	3943 4096	fssc05@cuhk.edu.hk fssc04@cuhk.edu.hk	www.socsc.cuhk.edu.hk
中国研究中心	3943 9543 / 3943 4392	ccs@cuhk.edu.hk	www.ccs.cuhk.edu.hk
香港中文大学图书馆	3943 7305	library@cuhk.edu.hk	www.lib.cuhk.edu.hk
自学中心	3943 8733 / 3943 8764	ilc-counsel@cuhk.edu.hk	www.ilc.cuhk.edu.hk
雅礼中国语文研习所	3943 8224	clc_upd@cuhk.edu.hk	www.yccl.cuhk.edu.hk
<b>书院</b>			
崇基学院	3943 6451	ccc@cuhk.edu.hk	www.ccc.cuhk.edu.hk
新亚书院	3943 7609	nac@cuhk.edu.hk	www.na.cuhk.edu.hk
联合书院	3943 7575	unitedcollege@cuhk.edu.hk	www.uc.cuhk.edu.hk
逸夫书院	3943 7363	shaw-college@cuhk.edu.hk	www.shaw.cuhk.edu.hk
晨兴书院	3943 1406	morningside@cuhk.edu.hk	www.morningside.cuhk.edu.hk
善衡书院	3943 1441	shho-college@cuhk.edu.hk	www.shho.cuhk.edu.hk
敬文书院	3943 1801	info.cwchu@cuhk.edu.hk	www.cwchu.cuhk.edu.hk
伍宜孙书院	3943 3941	info.wys@cuhk.edu.hk	www.wys.cuhk.edu.hk
和声书院	3943 1504	wscollege@cuhk.edu.hk	www.ws.cuhk.edu.hk

	电话	电邮	网址
<b>学生支援</b>			
学生事务处		osa@cuhk.edu.hk	www.osa.cuhk.edu.hk
◆ 行政及设施组	3943 3733	aaas@cuhk.edu.hk	www.osa.cuhk.edu.hk/joiningcuhk/campus-life/amenities-sport-facilities-facilities-booking
◆ 就业策划及发展中心	3943 7202	cpdc@cuhk.edu.hk	https://job.cpdc.osa.cuhk.edu.hk
◆ 学习辅导及文化共融组	3943 1533 / 3943 7945	lces@cuhk.edu.hk	https://lces.osa.cuhk.edu.hk
◆ 学生经验及发展组	3943 7323	sedes@cuhk.edu.hk	www.osa.cuhk.edu.hk/flourishingcuhk/student-developmen/student-development-programmes
▶ 博群全人发展中心	3943 8621	icare@cuhk.edu.hk	www.icare.cuhk.edu.hk
◆ 心理健康及辅导中心	3943 7208 / 3943 3493	wacc@cuhk.edu.hk	www.cuhk.edu.hk/osa/wacc
入学及学生资助处	3943 8947 / 3943 8951	ugadm@cuhk.edu.hk	www.admission.cuhk.edu.hk
◆ 内地高考	3943 8946	ugmain@cuhk.edu.hk	
◆ 国际生	3943 7459 / 3943 7469		
◆ 奖学金	3943 1737 / 3943 7204	sfas@cuhk.edu.hk	
◆ 经济援助	3943 1898		
学术交流处	3943 7597	iasp@cuhk.edu.hk	www.oal.cuhk.edu.hk
内地及大中华发展处	3943 8725	cneo@cuhk.edu.hk	www.cneo.cuhk.edu.hk
大学保健处	3943 6422 / 3943 6439	uhs-outpatient@cuhk.edu.hk	www.uhs.cuhk.edu.hk
研究生宿舍	3943 3000 / 3943 0652 / 3943 5000	enquiry.pgh@cuhk.edu.hk	www.pgh.cuhk.edu.hk

## 鸣谢

本指南得以涵盖详细及最新资讯，实有赖香港特别行政区政府及其辖下各部门网页、香港中文大学及其属下各部门网页以及指南列引各公私型机构所提供的宝贵资料，指南中部份图片来自 Google 图片库及大学各部门，特此鸣谢。

香港中文大学  
学生事务处