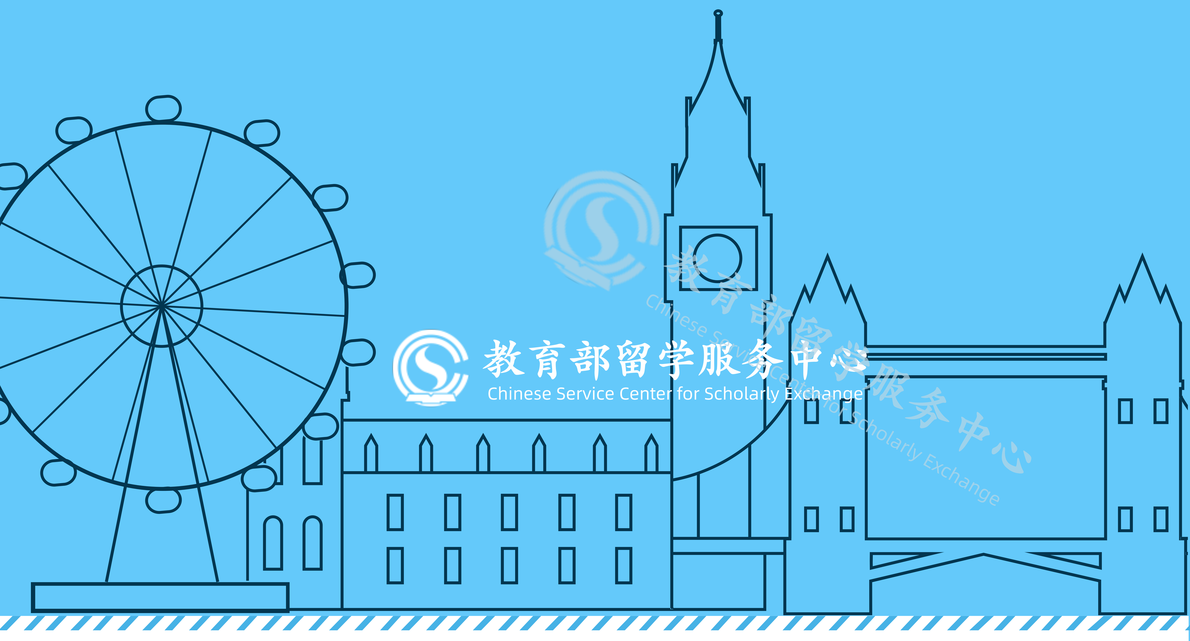
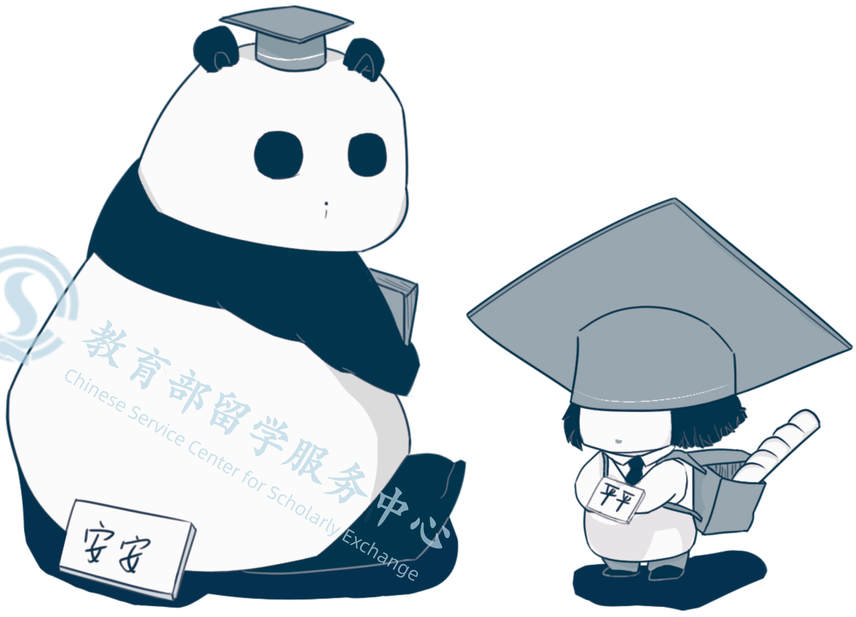
教育部平安留学行前培训教材

留学英国安全手册

祖国关心你的安全　平安留学伴你行



教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange



平安留学

教育部公益服务项目 教育部国际司主办

前 言

英国治安形势总体良好，但近两年社会暴力犯罪有所抬头，抢劫财物、持刀伤人、枪击等案件时有发生。了解和掌握一些实用防范知识和方法很有必要，也十分重要。

本手册将为你介绍一些在英学习与生活的实用建议，重点关注安全风险及应对方法，希望能给同学们提供行之有效的帮助，助大家规避风险、降低受害几率。

很多安全建议看似为众人皆知的常识，但了解这些信息会在关键时刻真正保护你自身、住所及财物的安全。即使在你对英国生活逐渐熟悉后，经常重温一下本手册的安全建议

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

仍会大有益处。

祝愿同学们在英国度过一段安全、自在和愉悦的时光。

出国留学行前培训网：www.cgpx.org

教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

行前准备

准备就绪是出行顺利的前提。在出发前请留出充足时间，以妥善安排一切事宜。

申请住宿

学校宿舍是最安全的住宿方式，虽然校方会极力保障第一年的学生入住宿舍，但每年的宿舍都供不应求，大家需尽早申请。

外汇兑换

学费和生活费需要兑换成英镑，并可以通过汇票、信用卡、旅行支票等方式带往英国。注意不要将生活费电汇到学校的学费帐户里去。

出国体检

到所在地国际旅行卫生保健中心办理《国际旅行健康证明书》和《国际预防接种证书》。注意体检当天应空腹，带上本人身份证和4张二寸彩色照片。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

违禁物品

英国海关违禁品和限制品主要有：

动植物、蔬菜、肉制品、管制药品、淫秽物品、假冒和盗版产品、仿真枪械、毒品、弹药、爆炸物等。

携带以下物品时必须向海关申报：

价值1万欧元以上的现金、超过免税限量或限额的自用品、用于商业目的的物品、违禁品或限制入境的物品。

教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

必备证件

以下文件请随身携带：

- 飞机上发的入境卡
- 含有效签证的护照
- 学校录取通知书
- 体检证明（《国际旅行健康证明书》、《国际预防接种证书》和肺结核检查证明）
- 资金证明文件
- 住宿证明文件
- 紧急联络电话（包括学校、系、导师的电话等）

*新冠疫情期间，英国政府要求所有入境者提前48小时提交入境申报信息表并在入境时展示给海关。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

抵达英国

STEP 01 办理手续

下飞机后沿“到达”（Arrivals）标志前往入境检查处（Immigration Control）

循“所有其他护照”（All Other Passports）通道进入英国边境（UK Border）查验区域

排队办理入境手续

STEP 02 边检问答

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

边检官员会检查你是否持有效护照和签证，相关文件是否齐全

还会对你来英情况（如来英目的、打算停留多久等）进行简单询问

查验完毕后，会在你的护照上盖章

STEP 03 提取行李

去行李领取区提取托运行李

这个区域通常有电子显示屏，根据航班号、出发地显示行李所在的传送带标号

循提示往相应传送带提取行李即可

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

STEP 04 海关检查

提取行李后，还须通过海关检查（Customs Control）。英国海关通道分为**红色**、**绿色**和**蓝色**。

红色	绿色	蓝色
有需申报物品者，走红色通道	自非欧盟国家抵英、没有需申报物品者，走绿色通道	自欧盟国家抵英、没有需申报物品者，走蓝色通道

STEP 05 进入英国

通过海关后，你就走完了入境流程，顺利进入英国

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

➤ **警察局注册**

持有半年以上签证的超过16岁中国留学生，需在抵英后7日内向英国警方登记。注册时需要携带：

- 护照
- 学校录取通知书
- 住址证明
- 两张本人照片（35*45mm）
- 34英镑现金

使馆报到登记

留英人员应到中国驻英国大使馆教育处网站上进行报到登记，以方便接收中国留学服务中心发布的重要信息。

国家公派留学管理信息平台
https://s.csc.edu.cn

（非国家公派）留学人员报到登记信息管理系统
http://hr.csc.edu.cn/commoner/uklogin

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

生活安全

英国当前治安形势总体稳定，但涉我留学人员的抢劫、电信诈骗及寻衅滋事等案件仍时有发生，提醒大家务必提高安全防范意识。

警惕诈骗

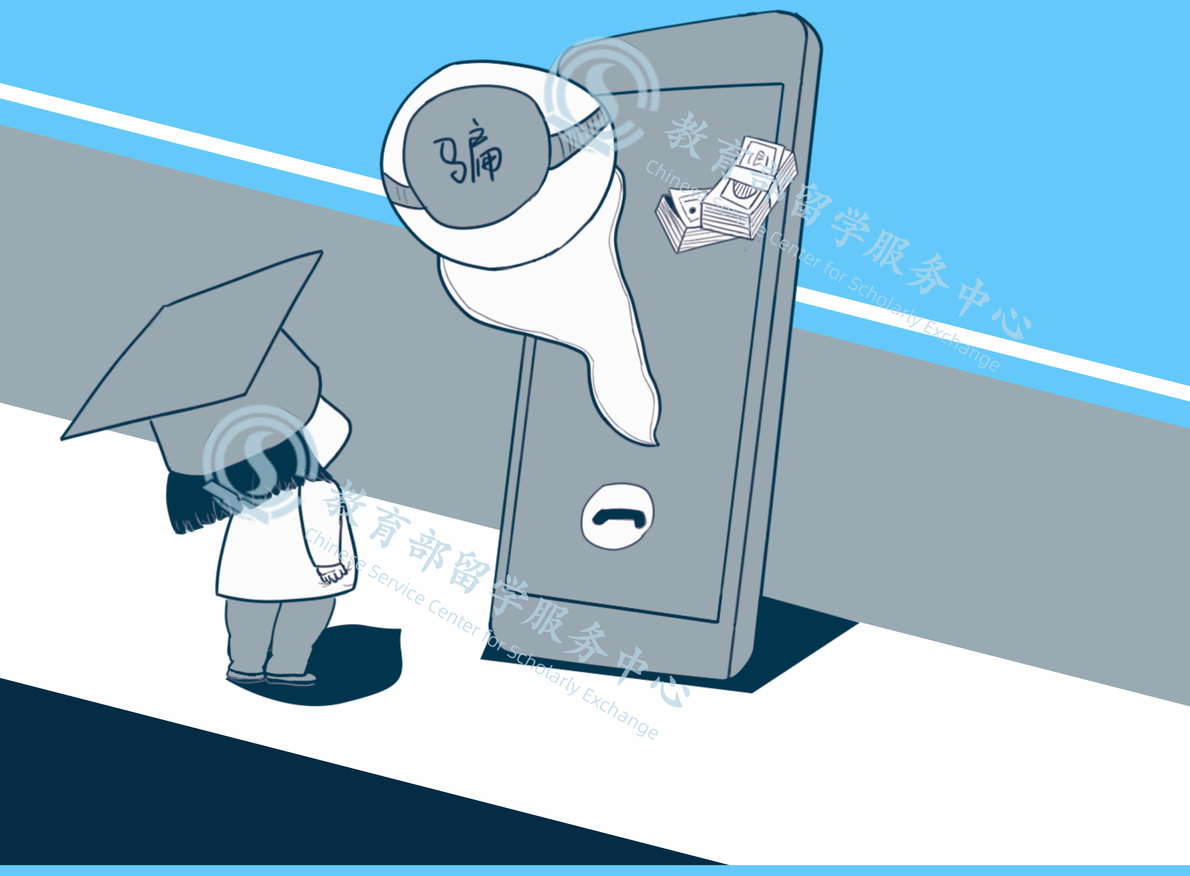
电信诈骗

不法分子通常会假冒中国国内公检法机关、中国驻外使领馆、英国内政部、快递公司、电信公司等名义实施诈骗。

方式多为先恐吓当事人涉嫌洗钱、伪

造证件或贩毒等罪行被通缉或者限制出入境，随后诱导当事人交“罚金”或将资金转入所谓“安全账户”进行“资金清查”。

还有不法分子会以当事人涉及重大刑事案件为由，操控当事人外出躲避并切断与家人朋友一切联系后，致电其家属谎称受害人被绑架，索要巨额赎金。



提醒

■ 如接到陌生电话通知“包裹被查到违禁物品”、“有文件或包裹未领取”、“签证或居留失效”、“个人信息涉案”、“交通事故”、“孩子被绑

架”、“亲人意外身亡”等信息，务必提高警惕，通过其他渠道核实情况后再行处理。

■ 不要轻信任何涉及个人财务信息、要求转账或汇款的电话及邮件等，守住不转账、不付钱、不透露个人信息的底线。

■ 如无法辨别是否为诈骗电话，可拨打中国驻英使领馆领保电话进行核实。如不幸受骗，请第一时间向英警方和国内公安机关报警。

假警察诈骗

不法分子大多采用团伙作案，先是一人以问路或请帮忙拍照等借口主动搭讪，随后未着警服的假警察出面并出示假证件，以“怀疑毒品交易”或“例行检查”等理

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

由要求查验当事人的证件、钱包，趁机窃取财物。

提醒

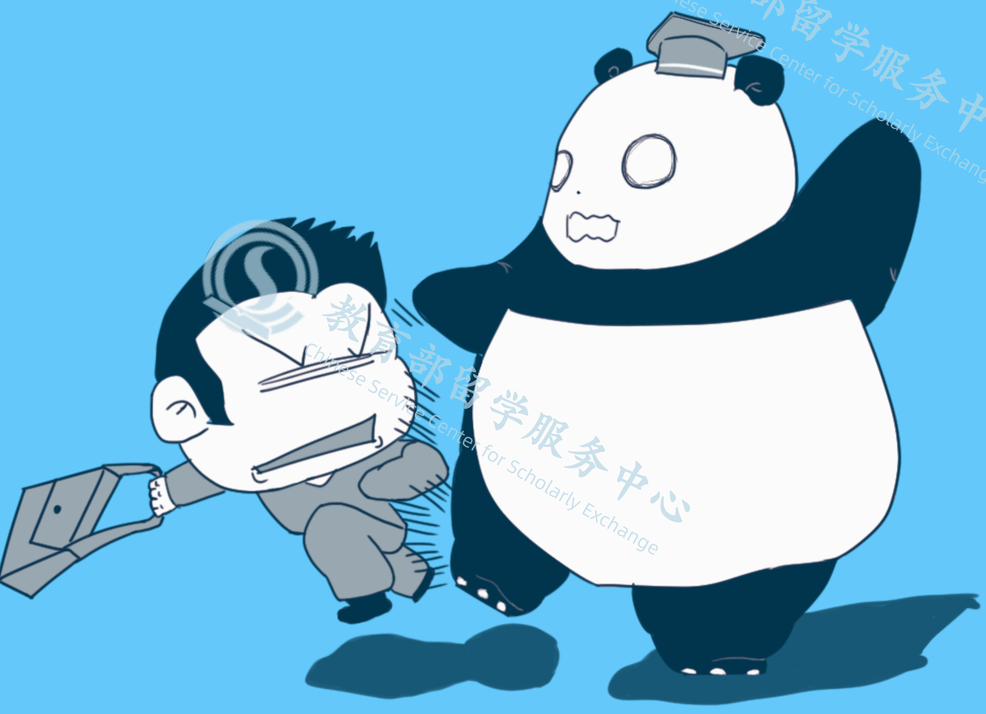
■ 提前了解一下警察证样式，如怀疑遇到假警察，可拨打101核查警察姓名及证件号，真警察会理解并允许核查。

■ 如遭假警察纠缠，应在确保自身安全前提下视情呼救，使其不敢轻易下手，事后立即报警。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

防范盗抢

近几年因经济增长缓慢，英国偷盗、抢劫类案件有所增多。留学生在宿舍遭遇入室盗窃，在景点、餐厅、酒吧背包被偷，车辆被砸被盗，手机被“飞车党”抢劫，深夜步行遇袭遭抢等事件均时有发生。



提醒

■遇抢劫保持冷静，尽可记下对方体貌特征，及就读学校。方便

■使用紫外线笔

要身份证件和其他

■护照、身份证

金，消费尽量使用

■不在公共场所

要避免处于或靠近

■谨慎选择租房地

设法脱身后报警。尽量不要与歹徒发生正面冲突，物品失窃后被警方追回。在贵重物品上标注姓名、生物信息卡（BBP）等重财物分开存放，并留存复印件。银行卡。露财显富，勿随身携带大量现治安案件高发区。地点，充分调查周边社会环境，

■ 可在财产注册网站（www.immobilise.com）上免费注册手机、自行车及手提电脑等贵重物品信息，并使用窗贴警示他人你的财物均已标识并注册。

安全出行

步行

在英国街道上行走通常相当安全，但伦敦等城市中有政府修建的救济房区域，社区环境不太好，出行建议避开。此外夜晚如果遇到青少年团伙，不要正面接触迅速离开。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

提醒■■■

吧等公共场所。

请尽快找一个临时安全地点，如餐厅或者酒（至少过两次）验证。如果仍有不安全感，

■ 如果感觉被跟踪，可以通过穿越马路

使用手机导航。

短通话。避免戴着耳机走路，或者边走路边

■ 在路上使用手机时请保持警惕，尽量简

况不佳的社区。

的路线，或穿越漆黑的小巷、公园及治安状

选择公共交通，不要为了抄近道而选取临水

■ 如果需要深夜出行，请尽量结伴步行或

意右方来车。

■ 切记英国车辆靠左行驶，过马路时需注

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

乘坐公共交通

英国公共交通系统完善，但拥挤时段也要注意防范盗窃、性骚扰等安全风险。此外，英国多雨雪天气，延误事件时有发生，交通运输工会罢工的情况也很常见，出行前建议提前关注道路交通信息。

提醒

◆ 若乘坐公交车，需招手示意司机停车，公交车不会报站，下车需按车内栏杆上的“stop”按钮。

◆ 若乘坐火车或地铁，请尽量避免待在空无一人的车厢。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

◆ 若乘坐火车进行长途旅行，须确保有人知道你所乘坐的火车班次及准点到达时间。

◆ 记牢回家的末班火车、公交车、地铁或有轨电车的运营时间，避免深夜在站台上逗留。

乘坐出租车

英国的出租车以黑色为主，银色的也很多。一般情况下，叫车需要通过电话或网络预约，马路上基本没有出租车空车行驶。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

建议

◆ 上车前，请查看出租车尾部是否有正式牌照。若无法确认，可要求司机出示证件。

◆ 乘坐私家出租车务必提前预定，否则无法保证乘车安全。一些停靠在街边的“迷你出租车”虽然比较便宜，但属无证运营。

◆ 若出租车未安装计价器，需在上车前和司机商定车费，避免到达目的地后产生误解。上车后最好坐在司机正后方的位置。

自驾

英国车辆右舵左行，交通规则与国内有诸多不同，且道路普遍狭窄，车速较快，加之气象变化频繁，天气潮湿多雨，路面易打滑，事故发生率较高，请谨慎驾驶，切勿酒后或疲劳驾车。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

提醒

◆ 中国留学生在英国的第一年内，可持国内驾照（必须公证）或国际驾照在英自驾，一年期满后，需办理英国驾照。

◆ 如果所驾车辆车龄超过3年，须投保、注册、上税，并办理年检（MOT）证明。

◆ 如搭载不满12岁或身高不足135厘米的儿童，必须使用安全座椅。

◆ 及时关注气象变化，恶劣天气谨慎出行。保持安全车速和车距，时刻系好安全带。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

英国法律与中国法律有很多不同之处，尤其体现在烟、酒及自卫等方面。

遵纪守法

提醒

◆ 禁止携带、使用或提供任何非法药物或物质（医生开具的处方药除外），例如大麻、摇头丸、麦角酸二乙胺（LSD致幻药）及安非他命等。

◆ 携带刀具、自卫型催泪瓦斯喷雾、手枪（包括仿真枪）及电击枪等任何种类的武器属非法行为。

◆ 年满18岁者才能购买香烟，禁止在工作场所及基本封闭的公共场所吸烟。

◆ 年满18岁者才能买酒、饮酒，带有“指定公共场所指令”（DPPOS）标识的城市区域禁止饮酒。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

合法换汇

2019年2月，近百名在英中国留学生的银行账户因涉嫌洗钱被冻结。经了解，有关留学生均曾通过微信群、朋友圈结识可疑人员并私自换汇，有关账户因异常变动遭英方怀疑涉嫌洗钱而被冻结调查。还有留学生在向可疑人员支付人民币后未收到英镑，蒙受经济损失。

提醒

- 务必通过正规合法渠道换汇，对一些所谓以“优惠汇率”换汇的行为要保持警惕。同时，要避免小额多次存款等有洗钱嫌疑的行为。

- 慎重与通过社交媒体建立联系的人员有经济来往。

- 在帮他人代购、置业等行为中如涉及大笔资金，应事先要求对方提供证明其资金来源合法性的证据。

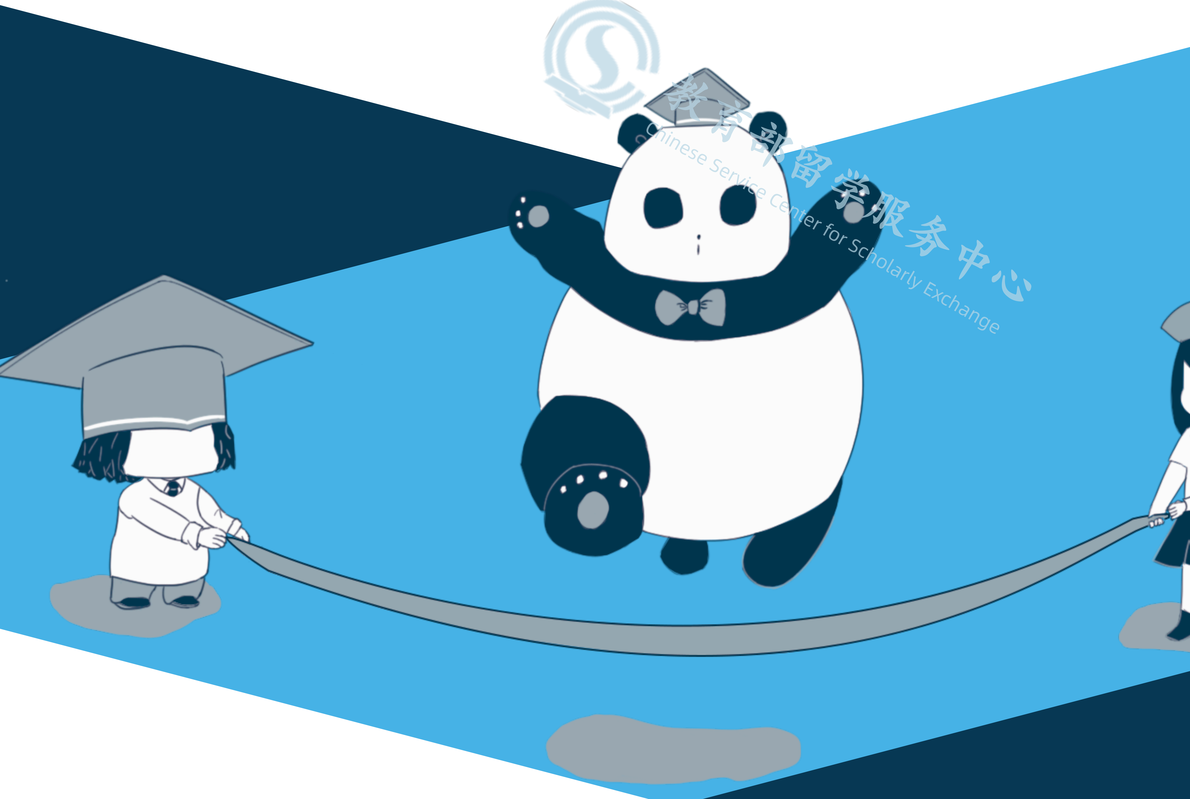
- 如账户被冻结，请积极配合调查。如遭遇诈骗，应及时向当地警方报案。

教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

校园安全

教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

融入校园生活



中英教育体系和学校管理体制存在较大差异，新入学时遭遇文化差异、学习困难或生活不适实属正常。应调整心态，积极面对差异，尽快克服困难，努力适应环境。

提醒

▶ 积极参与校方组织的辅导和校园情况介绍活动，了解学校环境和相关政策。

▶ 主动了解文化差异，重视与各国同学沟通，主动结交朋友，积极融入校园生活和当地社区。

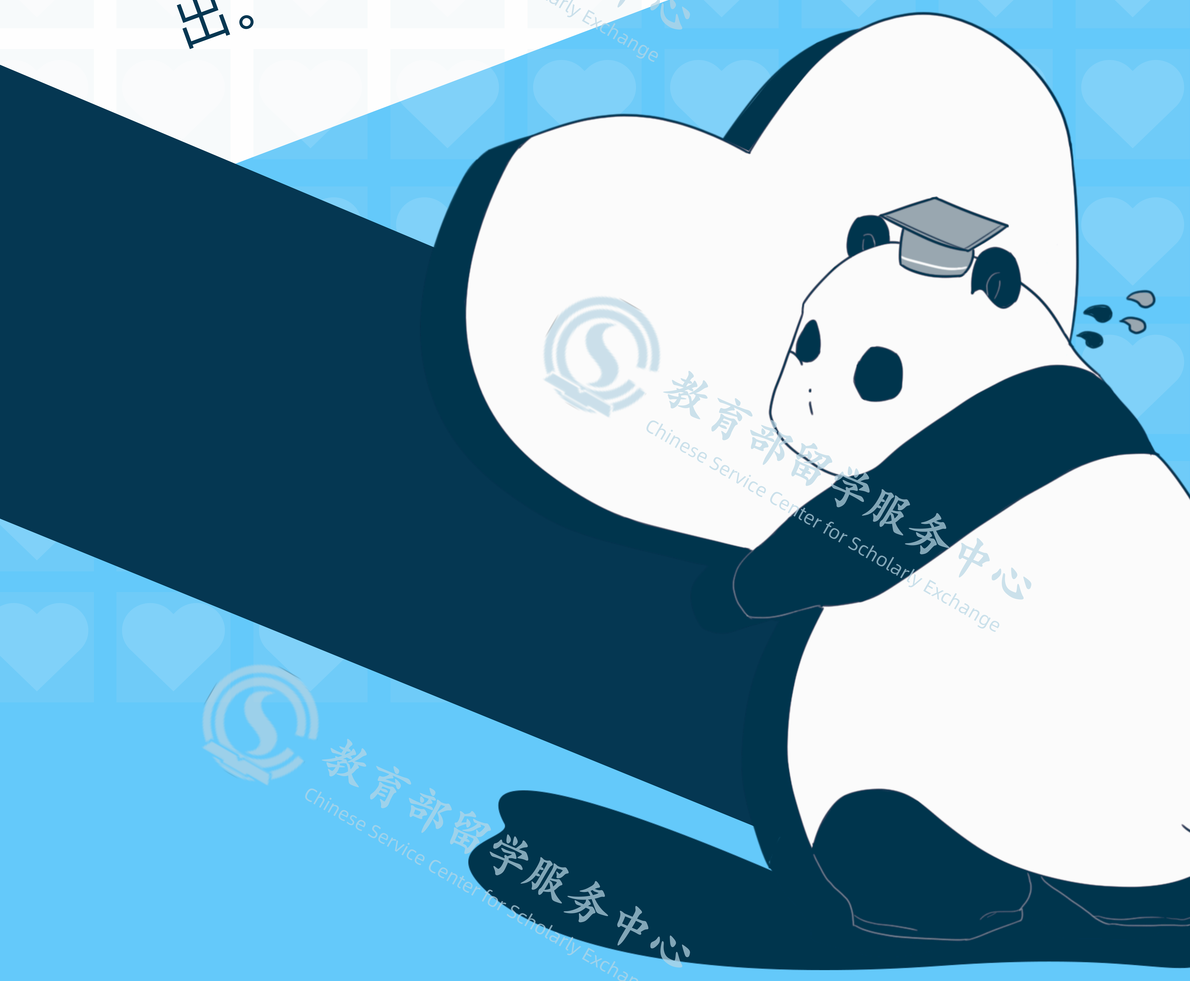
▶ 及时关注学校政策，遵守校规校纪。

▶ 用足用好各校为国际学生提供的生活、学习、安全、心理疏导等服务资源。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

加入 学联互助

全英中国学生学者联谊会和全英各校中国学联是在英中国学生学者自发成立的学生社团，历史悠久，作用突出。



建议

同学们到校后，应及时与各校学联取得联系，积极参加学联服务活动，及时加入“守望互助群”，互帮互助，共克时艰。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

确保签证有效

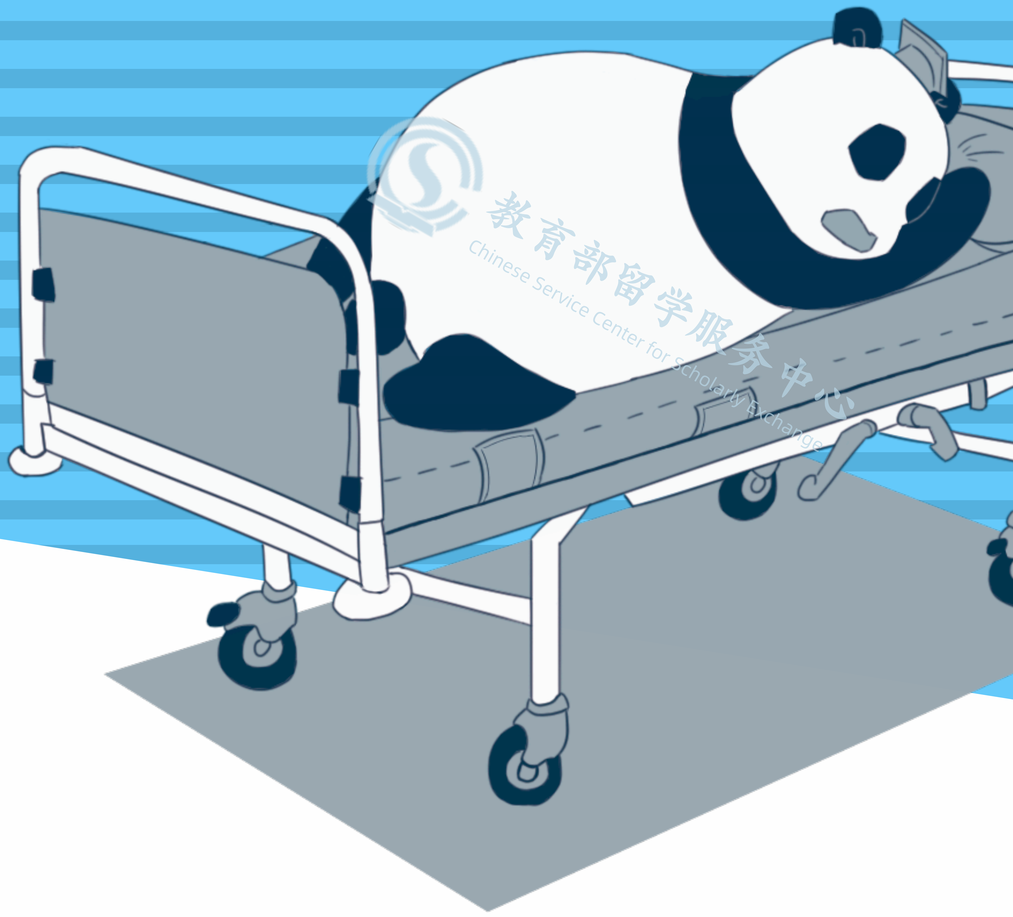
签证失效会被英方要求强制离境，影响今后再次赴英。同学们一定要记住签证有效期，过期之前，提前向英内政部申请延期。

提醒

- 学习期间，应避免旷课等行为，否则会被学校记录在案并报告内政部，影响签证延期。
- 如在结束学业或转校后需临时离英，应事先向学校确认校方已向内政部更新所持签证信息，以免返英时入境受阻。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

健康防护



教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

注册公共医疗

在英国留学半年以上的国际学生可以享受英国国家卫生服务体系（NHS）提供的免费医疗服务。请在抵达英国后的几日内，尽快找到住地附近的社区医疗诊所（GP）注册登记。

注册时需要携带：

- 护照
- 学生证
- 住址证明

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

防护新冠肺炎

世界卫生组织表示，新冠病毒可能会与人类长期共存。大家一定要高度重视，加强防护，确保健康安全。

建议

◆ 密切关注政府和高校官网发布的权威信息，掌握科学防疫知识，严格遵守相关规定。

◆ 根据学校规定合理安排在线和面授课程，避免前往人群密集地点，外出佩戴口罩，注意保持良好卫生习惯。

◆ 重视身体锻炼，调节身心状态，提高综合免疫力。

◆ 熟悉掌握英国医疗健康卫生体系常识，以便在必要时得到及时救助。

教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

接种脑膜炎疫苗

脑膜炎发病突然且进展迅速，学生是脑膜炎的高发群体，英国公共卫生组织（PHE）建议25岁以下的人接种脑膜炎疫苗。

建议

留学生在当地诊所完成登记后，就应该预约脑膜炎疫苗接种。疫苗接种无需任何费用，能在3–5年内保护接种者不会患上此病。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

保持身心健康

近年来，在留英学生群体中每年都有数起因抑郁症引发的悲剧。同学们到了一个新的环境，无论学习还是生活，一段时期内感到不适是正常现象，希望同学们本着阳光乐观的心态，积极面对人生的挑战。

建议

主动和本校中国学生联谊会取得联系，积极参加校园里的各类文体活动，丰富自己的课余生活，并与家人、老师和朋友多交流，遇到生活中的困难及时向亲友求助，必要时向学校心理辅导机构或专业心理医生咨询。

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

应急求助

教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

联系使领馆

中国驻英国大使馆

驻英使领馆始终心系包括广大留学人员在内的在英中国公民的健康、安全与合法权益，始终是大家的坚强后盾。遇到困难或安全威胁，请及时联系驻当地使领馆。

教育部留学服务中心
Chinese Service Center for Scholarly Exchange

- 领区范围：下述各总领馆领区之外的英国其他地区
- 领保电话：20-74368294
- 教育处电话：20-76120250（工作时间），7410429777（非工作时间）

官方网站：www.chinese-embassy.org.uk/chn

留学服务网：http://england.lxgz.org.cn

中国驻曼彻斯特总领馆

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

- 领区范围：大曼彻斯特、默西赛德郡、兰开夏郡、泰恩和威尔郡、北约克郡、南约克郡、西约克郡、达勒姆郡和德比郡
- 领保电话：161-2248986

官方网站：http://manchester.chineseconsulate.org/chn
留学服务网：http://england.lxgz.org.cn

中国驻爱丁堡总领馆

- 领区范围：苏格兰
- 领保电话：131-3374449
- 官方网站：http://edinburgh.china-consulate.org/chn

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

其他求助热线及网站

匪、火、急救	999或112
犯罪地图	www.police.uk
运输警察	www.btp.police.uk

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

国民卫生保健	111 www.nhs.uk
电话号码查询	118500 www.bt118500.com
罪案举报	800555111 www.crimestoppers-uk.org
诈骗或网络犯罪举报	www.actionfraud.police.uk
家庭暴力举报	8082000247
仇恨犯罪举报	www.report-it.org.uk
财产注册机构	8701123123 www.immobilise.com
戒酒帮助机构	8009178282 www.patient.co.uk/support/Drinkline.htm
戒赌帮助机构	www.gambleaware.co.uk
戒毒帮助机构	800776600 www.urban75.com/Drugs
心理健康帮助机构	8457909090 www.samaritans.org.uk
受害者支持机构	8453030900 www.victimsupportorg.uk

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange

公民咨询局	www.citizensadvice.org.uk
社区法律服务中心	8453454345 www.gov.uk/legal-aid
平等与人权委员会	20-79390000 www.equalityhumanrights.com
全国学生联合会	www.nus.org.uk
国际学生事务委员会	www.ukcisa.org.uk
交通规则指导	www.gov.uk/guidance/the-highway-code
在线安全建议	www.getsafeonline.org
学生住宿查询	www.studentaccommodation.org
学生生活查询	www.ukstudentlife.com/Personal/Safety.htm
伦敦交通查询	8432221234 www.tfl.gov.uk
公共交通查询	8712002233 www.traveline.info
火车查询	8457484950 www.nationalrail.co.uk
旅游查询	www.visitbritain.com
邮政编码查询	www.royalmail.com/find-a-postcode

教育部平安留学

教育部留学服务中心

教育部留学服务中心 Chinese Service Center for Scholarly Exchange