



**Swiss Education Group**  
**瑞士酒店管理旅游学院集团**  
**(中国代表处)**

## Belonging Checklist 准备物品清单 – (Lady)

### For school uniform 校服 :

**School will provide one set of business suit for uniform (Jacket & trousers / skirts) – free of charge**  
**学院免费提供一套灰色西装校服 (包括一件西装外套及一条西裤 / 西裙)**

- White shirts x 6 纯白色衬衫六件 – long sleeves, cotton, classical style  
 长袖, 棉质, 简单样式 (星期一到五在学校每日需要一件)
- Black comfortable shoes x 1 黑色舒适皮鞋最少一双 (at least 1 pair is fine)  
 建议一对平底鞋, 一对高跟鞋
- Knee-length black skirts x 2 黑色盖膝裙两条 – for year 1 practical training  
 黑色盖膝裙需要在第一年学校餐厅实习的时候穿着,  
 Other Uniforms for practical training in school restaurant or kitchen will be provided by school  
 餐厅实习穿着的上身制服 及 厨房实习的全套制服 将由学校提供
- Grey or black wool sweater/pullover x 1 纯灰色/黑色毛衣一件 (可到买中学校服公司购买)  
 - to wear under uniform jacket 如有需要可穿在校服里面
- Panty in beige or black x 6 (at least enough for a week) 肉色/黑色丝袜六对, 至少足够一星期

### For other clothes 其它服装 :

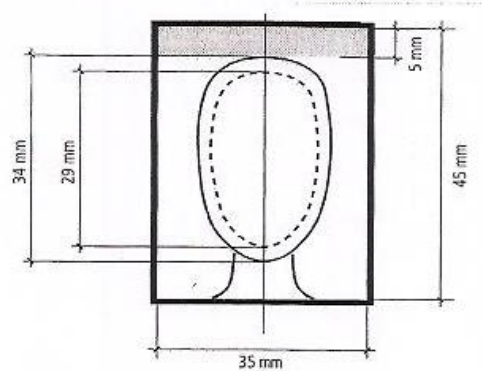
**(便服只限于星期六日假期及每日晚饭后才可穿服)**

- Suits (jackets + trousers ) x 2 西装两套包括西装外套 + 长裤 或 西裙 (at least 1 set is fine)  
 最少一套, 校服清洗未干可暂时穿着自己西装上课, 未必需要向学校购买多一套校服  
 - conservative in color and design 无指定规格, 深色简单的样式较好
- Sport shoes x 1 运动鞋一对 (学校附近有篮球场、足球场、网球场、健身室...)
- Swimming suit x 1 泳裤 (Leysin 校舍附近有室内泳池)
- Casual wear - suggest 2 jeans & clothes (for weekend/term break) 便服建议两条牛仔裤及简单服装。便服只限于星期六日假期及每日晚饭后才可穿着
- Thick padded jacket or overcoat or Thin padded jacket x 1  
 羽绒外套(零度到零下 10 度穿着), 厚外套(几度到 10 度穿着), 薄外套(十几度穿着) 各一件
- Sweaters x 1 毛衣/ 运动衫一件 (随意)

- Gloves x 1 冬天外出用的御寒手套一对(随意)
- Scarves x 1 冬天外出用的围巾一条(随意)
- Winter shoes x 1 冬天在雪地上行防入水防滑鞋一对 (for outing or skiing during the snow winter)  
e.g. Long boots or climb shoes 例如 长皮靴 或 登山鞋
- Underwear (for one week) 内衣裤足够一星期用，大多在周末统一清洗一星期的衣服

### For others 其它用品：

- Personal washing stuff 个人洗澡用品 (shampoo 洗发水, conditioner 护发素, bath gel 沐浴露 etc)  
Personal cleaning stuff 个人清洁用品 (toothpaste 牙膏, toothbrush 牙刷 etc)  
– enough for a week 足够第一星期用
- Towels 毛巾 (1 big and small is fine) 一大一小, 衣架几只
- Hair drier 风筒, Alarm clock 闹钟, Stationery 文具, Calculator 计算器 (普通中学数学堂用)
- Medicine, pills 药丸
- Mobile phone 手机 (国内用的手机可在瑞士换 SIM 卡后用, 有瑞士手提电话号码)
- A dozen passport photos with business suit + tie (size: 35 x 45mm, maximum 45x50mm)  
十二张穿着西装影的证件照片 (3.5 x 4.5 厘米,或不大于 4.5 x 5.0 厘米), 最好白底  
在学校申请证件或实习工作时用
- Half dozen of passport photos for applying student working permit 六张证件照片用作申请学生居留证 (请参考下图尺寸)



- Dictionary (Chinese-English, Chinese-French) 字典 (中文译英文和中文译法文) (随意)
- Portable Laptop (not compulsory) 笔记本电脑 必须有无线上网功能 (随意)  
Webcam, internet phone is not allowed 学校范围禁止所有网上电话 及 网上视像
- USB Flash Disk 储存计算机档案用的 USB 记忆棒 (U 盘) , 用于放入学校公用计算机内打印档案出来交功课
- Adaptor for phone/computer charger, same voltages (220v) in Switzerland  
中国电器用的转换插 (瑞士电压与中国电压相同为 220 伏特), 可到电器商店购买多两个。另带一个有四到六个头的拖板(可同时插上多个中国电器)
- Pocket money – school suggests CHF 50/week (small amount of cash and traveller cheques is suggested). School will assist student to open a Swiss bank account in about one month. So, please bring enough cash for the first 1-2 months pocket money

建议每星期 50 瑞士法郎零用钱. 学校将协助学生开银行账户  
.学生必须带够前一 两个月的零用钱, 因为开银行账户需要大约一个月时间  
<建议学生第一次预备 \$1,000 - \$1,500 瑞士法郎现金足够前几个月用>

- Bring the school confirmation letter and payment letters  
携带学校信 (正本) 及 学校付款收据 (银行收据副本)
- Bring your ID card 携带中国身份证 (中国出境用)
- Bring your IELTS report 携带雅思成绩 (副本)
- Bring your CEE certificate or A-level certificate and working reference letter if you have working experience before 携带高中/大学毕业证书和工作证明等文件 (副本)

• **School Address 学校地址:**

**Caux Campus (酒店小区):**

“Caux-Palace”, 1824 Caux/Montreux, Switzerland

Tel : + 41 21 962 9555 Fax : +41 21 962 9556 Postal Code : 1824

**Leysin Campus (大学校区):**

“Mont-Blanc Palace”, 1854 Leysin, Switzerland

Tel : + 41 24 493 2600 Fax : +41 24 493 2666 Postal Code : 1854

If you would like to send parcel to school, please write the above school contact details and student's full name (same as passport) on the parcel, school reception office will collect the parcel and give it to student upon arrival.

如需要寄包裹到学校, 请在包裹上写上学校地址、资料及学生全名 (与护照一致), 学校接待处会代收, 学生到达学校时可以向接待处索取。

**Items forbidden to be taken to the school:**

**Electrical appliances (kettles, heating elements, rice cookers, toasters, cooking appliances)**

学生不能带电器用具 (电暖气装置, 电饭煲, 多士炉, 电烹调器具)

请务必携带印有开学日期的学校确认信(Confirmation letter),  
在机场航空公司登记时 或 过海关时可能需要提供证明瑞士学生身份  
(可向学校查询哪封书信为确认信)

**Remark: please refer to the SHMS student Handbook for details**

其它资料请参考 SHMS 学生手册

如需了解更多瑞士留学生活信息

请登陆[www.swissbbs.com](http://www.swissbbs.com)