

目 录

**第一章 赴亚洲工作生活须知** ..... 1

**第一节 我国对外承包工程在亚洲地区的发展** ..... 1

        一、市场业务回顾与现状 ..... 1

        二、开展对外承包工程业务的注意事项 ..... 2

        三、在外人员从事的行业和工种 ..... 3

        四、法律法规与政策须知 ..... 4

        五、自我认识与思想准备 ..... 4

        六、赴亚洲国家风险提示 ..... 5

**第二节 赴亚洲国家务工须知** ..... 7

        一、务工途径 ..... 7

        二、有关证件、手续与费用 ..... 8

**第三节 赴亚洲出入境须知** ..... 12

        一、交通与行李 ..... 12

        二、出入中国国境 ..... 16

        三、入亚洲各国国境 ..... 21

        四、出亚洲各国国境 ..... 26

        五、中转 ..... 28

**第四节 在亚洲国家生活须知** ..... 29

        一、衣、食、住、行 ..... 29

        二、电话、银行 ..... 35

        三、其他生活常识 ..... 37

**第五节 赴亚洲部分国家安全须知** ..... 40

一、马来西亚 .....	40
二、沙特阿拉伯 .....	40
三、伊拉克 .....	42
四、斯里兰卡 .....	42
五、缅甸 .....	44
六、印度 .....	45
七、巴基斯坦 .....	47
<b>第六节 赴亚洲国家健康须知 .....</b>	<b>49</b>
一、现代健康 .....	49
二、生理健康 .....	49
三、心理健康 .....	53
四、社会适应性与人际交流 .....	55
五、道德健康 .....	60
六、亚洲地区常见的传染性疾病 .....	60
<b>第二章 亚洲部分国家综合资讯 .....</b>	<b>62</b>
<b>第一节 马来西亚国别资讯 .....</b>	<b>62</b>
一、概况 .....	62
二、法律法规 .....	67
三、风俗习惯 .....	69
四、实用信息指南 .....	70
<b>第二节 沙特阿拉伯国别资讯 .....</b>	<b>71</b>
一、概况 .....	71
二、法律法规 .....	75
三、风俗习惯 .....	80
四、实用信息指南 .....	81
<b>第三节 伊拉克国别资讯 .....</b>	<b>82</b>
一、概况 .....	82
二、法律法规 .....	87
三、风俗习惯 .....	88

---

四、实用信息指南 .....	90
<b>第四节 斯里兰卡国别资讯 .....</b>	<b>91</b>
一、概况 .....	91
二、法律法规 .....	96
三、风俗习惯 .....	98
四、实用信息指南 .....	99
<b>第五节 缅甸国别资讯 .....</b>	<b>100</b>
一、概况 .....	100
二、法律法规 .....	105
三、风俗习惯 .....	106
四、实用信息指南 .....	108
<b>第六节 印度国别资讯 .....</b>	<b>109</b>
一、概况 .....	109
二、法律法规 .....	115
三、风俗习惯 .....	118
四、实用信息指南 .....	119
<b>第七节 巴基斯坦国别资讯 .....</b>	<b>120</b>
一、概况 .....	120
二、法律法规 .....	125
三、风俗习惯 .....	128
四、实用信息指南 .....	130
<b>附 录 .....</b>	<b>131</b>
附录 1: 地图、国旗、国徽 .....	131
附录 2: 对外投资合作企业主要证照样本 .....	139
附录 3: 赴境外务工主要证照 .....	140
附录 4: 各类出入境证件及表格照片 .....	143



## 第一章 赴亚洲工作生活须知

### 第一节 我国对外承包工程在亚洲地区的发展

#### 一、市场业务回顾与现状

我国对外承包工程事业起源于我国政府对非洲国家提供的经济技术援助项目。20 世纪 70 年代末，借助阿拉伯石油输出国掀起大规模的建设高潮进军中东地区市场；80 年代中期在中东市场出现严重经济衰退时，实现了向亚洲和周边地区市场进军的重大战略转移；1998 年金融危机后开始直至 2006 年，我国对外承包工程市场已基本形成“亚洲为主、发展非洲、恢复中东、开拓欧美和南太”的多元化市场格局。

亚洲市场在 80 年代中期开始取代中东成为全球最大的国际工程承包市场。从 80 年代后期开始，在长达几十年的时间里，亚洲市场已成为我国对外承包工程行业发展的重要基础。我国企业在印度尼西亚、香港地区、菲律宾、泰国、马来西亚、新加坡和巴基斯坦等市场表现十分活跃，获得了许多重大工程项目。近年来，我国企业在拓展印度、越南、哈萨克斯坦、阿塞拜疆、蒙古、俄罗斯远东地区等国别地区市场方面又取得新的进展。

我国对外承包工程企业在亚洲地区的平均合同额和人均营业额水平都比较高，且平均合同额呈波动性上升，人均营业额稳步提高。从国际比较来看，我国企业在亚洲市场的竞争力得到加强。如果考虑到大量的中小企业，我国对外承包工程企业在亚洲市场所占的比重还要高，这说明我国企业在亚洲市场上的竞争优势已经开始逐渐显现。

从区域分布和发展来看，亚洲市场目前仍然是中国对外承包工程的主要市场之一，也是传统市场，这些国家现在都在经历着

超常规的发展，建筑市场的规模在不断地扩大，远远高于世界经济的平均增长水平。传统市场是我国对外承包工程企业的立足之地，新兴市场是未来的发展机遇，在巩固传统市场的同时，必须加大开拓新兴市场的力度。亚洲的新兴市场，如印度、越南、印度尼西亚等，已经进入了经济较快增长的发展期，基础设施建设的市场潜力很大，我国对外承包工程企业进军上述市场的步伐将明显加快。

当然，中国对外承包工程的整体实力在全球仍相对不强。虽然同发展中国家的承包商相比，我们具备一定的优势，但同欧美大型国际承包商相比，我们的劣势也非常明显。在科技、资本密集度高的行业领域，中国企业竞争力普遍较差，相关工业领域的国内产业基础仍较薄弱。

近几年来，伴随我国产业结构调整 and 升级，我国企业的技术能力得到了很好的积累，我国公司在国际工程承包市场上开始逐渐形成一些强势产业，在制造技术、设计技术、施工技术等方面已经具有了相当程度的优势。就土木工程而言，中国企业已经能够设计、施工世界上最长的桥，最高的楼，最大的水电站，海拔最高的铁路，等等。在国际承包工程市场上，中国公司的技术优势，已经在通信、发电、送电、冶炼等方面发挥出来。中国公司在土木工程上的优势，也将为中国公司争取大型和特大型项目提供坚实的基础。

## 二、开展对外承包工程业务的注意事项

### （一）法律法规

必须关注当地的法律法规，应主要包括海关制度、税务制度、劳动法、合同法、工会法、保险规定等。在这些制度法规中重点关注：进口物资设备的关税税率、外籍劳动者的准入条件、工作准证的办理和工作期限、法定工作时间、最低劳动报酬、劳动者

及承包商应缴纳的各种税费、承包合同内容的签订程序及合法性、个人的权利和义务、个人保险和工程一切险等保险方面的一系列规定与相应法律。

### （二）政治体制、宗教信仰与人文习俗

不同的政治体制、宗教信仰与人文习俗对承包工程业务的实施也会产生影响。因政治力量对比所带来的利益和权力关系的调整，需要通过政治改革来实现。政局的不稳会引起社会动荡，对工程业务产生不良影响。

当前世界范围内的宗教政治化倾向，是指力图突破宗教的精神性领域，在整个社会政治领域发挥作用的潮流。其中以伊斯兰教最为突出，藏传佛教、天主教、新教、东正教、印度教、神道教等都存在这一问题，上述教派大多存在亚洲国家中。

因此，在亚洲开展承包工程业务要尊重当地的宗教信仰，不可在公共场合谈论宗教问题或做出不尊重宗教礼仪的举止。

### （三）汇率趋势

工程业务往往经历的时间较长，如一般公路项目 2-3 年，水电站项目 5-8 年，汇率的变动往往会使一个盈利工程业务变成亏损业务。

### （四）人工费用、材料费用及机械费用

主要了解工程所在国的各种技术工种的工资水平；主要材料，如水泥、钢筋、油料的市场价格；土方挖掘、施工设备的采购及租赁价格等，这是承包工程业务的成本控制的需要，以便确定各种资源的来源和工程运作模式。

## 三、在外人员从事的行业和工种

（一）可从事的行业有：水利、电力、农业、公路、航道、港口、机场、房屋建筑等基础设施建设项目。

（二）具体工种有：机械操作工、车辆司机、泥瓦工、电工、

电焊工、管道工、浇筑工、风钻工、起重工、修理工、车工、木工、厨师、炮工、测量工、钢筋工等基础岗位，也有其他工程类相关的技术岗位。

#### 四、法律法规与政策须知

赴亚洲国家务工前，应对拟去国家的惯常法律法规与政策有所了解。主要要了解出入境规定、劳动法、工会法、合同法、税务制度、保险规定等。知晓该国对外籍就业者的准入条件、工作准证的办理和工作期限、法定工作时间、休息时间、节假日、最低劳动报酬、应缴纳的各种税费、个人的权利和义务、个人保险等，遵守所在国的法律法规和政策。

#### 五、自我认识与思想准备

（一）境外并不是到处是黄金，注意不要上当受骗。有的地方工作条件十分艰苦，存在一定风险；

（二）遇到问题，不可采取罢工、游行等过激行为，在很多境外国家，这都属于违法举动；

（三）在境外工作期间，必须严格按照合同规定履行义务，不允许参加任何当地政治组织和邪教组织；

（四）遵守当地的法律法规，尊重当地人民的生活习惯。不可在为雇主工作的同时再为其他雇主打工，这是违法的；

（五）如果需要将工资存入银行或汇回国内，一定要通过正规银行。不要为了赚钱而轻易相信那些利息比较高的私人银行，避免受骗；

（六）在出境务工期间，合法权益会得到国家的保护；但是如果通过不正规途径出境务工，或者在境外违法犯罪，权益就难以得到保护；

（七）护照、工作准证等重要证件，可以委托安排您出国的



经营公司的现场代表统一管理，也可以由您自己保管。如由自己负责，一定要妥善保管，避免突发事件需急用却无法找到的尴尬。

## 六、赴亚洲国家风险提示

### （一）政治与社会治安风险

总体上亚洲国家治安环境不错，政局变化、战争、武装冲突、社会动乱及民族宗教冲突的现象出现相对较少，但在美国重返太平洋动作的影响下，不稳定因素也在增加。境外务工的在外人员对此不能麻痹大意，要随时关注所赴国家或地区的社会趋势和治安形势。在出入他国国境或者在境外停留期间，应该自觉遵守所在国（地）的有关规定，遇到警察盘问时，应接受合法的正常检查。若对方是便衣，应该要求其出示证件并记录其证件号码，确认是警察后方可接受查询。如偶遇周围发生交通事故、街头斗殴以及其他违法犯罪活动等，不要围观、询问、拍照、议论或者长时间停留，应该立即避开现场，以免遭到隐蔽在现场的作案同伙的袭击。当发生大规模骚乱时，请注意提高安全意识，服从务工现场代表安排，远离骚乱现场，加强安全防范措施，做好自我保护工作，保证人身财产安全不受损失。

### （二）自然灾害风险

亚洲地区是世界上最容易遭受自然灾害的地区之一，自然灾害对亚洲的影响是非洲的 4 倍，是欧美的 25 倍，灾害造成的经济损失和救灾重建成本日益膨胀。赴亚洲国家务工的在外人员应特别了解洪涝、台风、海啸、地震、滑坡、泥石流、森林火灾等自然灾害的防范措施。

### （三）医疗卫生风险

近年来，亚洲地区医疗投入明显增长，卫生条件得到改善，医疗保险比较普及。乙肝、痢疾、结核病、肺炎、流感、霍乱、艾滋病等传染病是亚洲各国卫生部门面临的主要问题。境外务工

的在外人员要了解当地传染性疾病的预防和治疗知识。

#### （四）文化冲突风险

亚洲地区居住有 1000 多个民族。他们在种族、语言、宗教、经济和文化生活上各有自己的特点，处于社会历史发展的不同阶段，他们有不同的价值目标和价值取向，有天主教、佛教、伊斯兰教等不同宗教信仰。境外务工的在外人员要做好与当地人的沟通，不能歧视他人，尊重当地的惯例与习俗以及宗教信仰。万一不慎违反有关规定时，应该主动道歉承认过失，接受合法处理。千万不能在看不明白的文件上签名或者发表声明。如果对方借题发挥，乘机敲诈，应根据有理、有利、有节的原则处理，并要求和所属对外投资合作企业的现场代表或我使（领）馆联系。

#### （五）事故工伤风险

了解在亚洲地区从事行业的风险和事故所在，做好劳动保护，提高自救互救能力水平，防止工伤死亡事故的发生。

## 第二节 赴亚洲国家务工须知

### 一、务工途径

#### （一）报名途径

赴亚洲务工的主要途径有两种：

##### 1. 对外投资合作企业

直接到对外投资合作企业了解境外务工招聘信息并报名。对外投资合作企业根据岗位需要外派务工。

对外投资合作企业是指在我国境内依法设立的开展境外投资、对外承包工程和对外劳务合作等对外投资合作业务的企业。

##### 2. 对外劳务合作服务平台（以下简称服务平台）

通过服务平台，获得境外务工招聘信息及对外投资合作企业信息，并到服务平台现场进行填表报名。报名后，个人信息将录入到服务平台人才信息库。各对外投资合作企业将根据岗位需要在服务平台人才信息库择优录取合适人员外派务工。

服务平台是指经县级或县级以上人民政府认定，以向对外投资合作企业提供劳务人员为目的，集对外劳务合作服务、促进、保障、规范和管理为一体的政府公共服务机构。

#### （二）报名须知

##### 1. 报名前

报名务必要到国家商务部、省级商务主管部门网站查询或到所在地商务主管部门咨询，了解服务平台和对外投资合作企业情况，避免到不具备资质的企业或机构报名。

我国对外投资合作有关政策法规要求，对外投资合作企业开展对外投资合作业务时，须到商务主管部门办理项目审查和有关合同资料备案手续。

##### 2. 报名时

报名时充分了解境外务工的目的、权益、义务与风险，要

充分了解项目、国别、雇主、工作内容、工作期限、作息及休假、工资待遇与保险等合同主要信息。

### 3. 报名后

通过对外投资合作企业选拔与境外雇主面试考核后，认真做好境外务工准备并取得亲属的同意，在职人员自行处理好所在单位的相关关系，积极配合对外投资合作企业办理境外务工手续。

### 4. 报名所需材料

户口本、身份证、简历表、无犯罪记录证明、照片等必需资料。

## 二、有关证件、手续与费用

### （一）护照、旅行证、回国证明

#### 1. 护照

护照是一个国家的公民出入本国国境和到境外旅行或居留时，由本国发给的一种证明该公民国籍和身份的合法证件。我国护照主要分为外交护照、公务护照、普通护照和特区护照。普通护照，俗称因私护照，由公安部或者公安部委托的地方公安机关，以及驻外使（领）馆和驻香港、澳门公署颁发给前往境外定居、探亲、学习、就业、旅行、从事商务活动等非公务原因出国的中国公民。劳务人员应申办普通护照。

普通护照申办、换发、补发、变更加注。这主要指在国内如何进行普通护照申办、换发、补发、变更加注。

#### （1）申办

本人携带身份证（临时身份证）和户口簿等资料，向户籍所在地县级以上地方人民政府公安机关出入境管理机构申办。

有的省、市、自治区实行了跨户籍地就近办理护照政策，可向经常居住地公安机关出入境机构咨询，了解可否就近申办普通护照。

#### （2）换发

护照签证页即将使用完毕、有效期不足六个月或者有效期在

六个月以上，但有材料证明该有效期不符合所在国要求的，可向户籍所在地县级以上地方人民政府公安机关出入境管理机构申请换发。

### （3）补发

护照损毁、遗失、被盗，可向户籍所在地县级以上地方人民政府公安机关出入境管理机构申请补发。如自己的护照在境内被损毁、遗失、被盗，可向户籍所在地县级以上地方人民政府公安机关出入境管理机构申请补发。如在境外被损毁、遗失、被盗，应该立即向驻在国当地的警察局报案，并向我国驻当地使（领）馆报失并申请补发。申请补发护照时应出具遗失护照证明，确认与本人身份相关的文件、证件、本人照片等必备资料。

### （4）变更加注

有曾用名、繁体汉字姓名、外文姓名或者非标准汉语拼音姓名的，相貌发生较大变化，需要作近期照片加注的，可携带护照及复印件，向户籍所在地县级以上地方人民政府公安机关出入境管理机构申请变更加注。

## 2. 旅行证

我国旅行证是护照的替代证件。短期出国期间遗失护照人员，所持护照或海员证已过期的海员，领事官员认为不便或不必持用护照的其他人员，可向我驻外使（领）馆申请旅行证。

## 3. 回国证明

由使（领）馆颁发给被驻在国遣返的中国公民，仅供其返回中国时证明其国籍和身份，有效期为 3 个月。

## （二）签证

签证，是一个国家的主权机关在本国或外国公民所持的护照或其他旅行证件上的签注、盖印，以表示允许其出入本国国境或者经过国境的手续，也可以说是颁发给他们的一项签注式的证明。

有的国家还颁发另纸签证。另纸签证是在护照以外单独签注在一张专用纸上，一般来说须与护照同时使用，方有效力。

### （三）健康体检、防疫

#### 1. 出国前

##### （1）健康检查

劳务人员出境前，须到检验检疫机关下属的国际旅行卫生保健中心（以下简称保健中心），接受健康体检或国际旅行卫生保健咨询，经体检合格，领取《国际旅行健康检查证明书》后方可出境，并随身携带以备查验。

##### （2）预防接种

劳务人员出境前，须到检验检疫机关下属的保健中心，接受预防接种，办理《疫苗接种或预防措施国际证书》，俗称黄皮书，其作用是证明其已通过卫生检疫措施以避免传染。

#### 2. 回国后

在国外居住三个月以上的归国人员，回国后一个月内须到就近的保健中心接受健康检查。劳务人员回国后，要主动申请健康检查。

### （四）相关培训、考试

#### 1. 劳务人员适应性培训、考试

根据我国对外投资合作有关政策法规要求，对外投资合作企业外派所有劳务人员，必须接受出国前适应性培训，经考试合格并取得有关管理部门颁发的培训合格证后，方可出国。

劳务人员考试合格后，领取《中华人民共和国外派劳务培训合格证》后，方可出境务工。

#### 2. 考前技能培训

部分项目，对外投资合作企业可根据需要对相应技术工种进行技能性的培训。

### （五）准证

工作准证一般由用工单位负责办理，由目的地国家负责移民或国外人员就业相关部门签发。工作准证与具体的人在指定地点与企业所进行的具体工作有关，它允许劳务人员在目的地国家进

行工作。

### （六）保险

#### 1. 意外伤害险

对外投资合作企业必须为劳务人员购买境外人身意外伤害保险。

#### 2. 履约保证保险

本保险主要适用外派劳务人员。

劳务人员履约保证保险，为对外劳务合作企业提供因劳务人员单方面违约脱离工作岗位而造成损失的风险保障。目前，大多数对外劳务合作企业要求劳务人员办理履约保证保险。

### （七）主要费用

#### 1. 服务费

服务费主要指对外劳务合作企业为劳务人员出境务工提供组织、服务和境外管理而收取的费用。国家允许对外劳务合作企业按照国家规定，以劳务人员收入的一定比例收取服务费，但不得向与其订立劳动合同的劳务人员收取服务费。

对外投资和对外承包工程企业，不得向与其订立劳动合同的劳务人员收取服务费。

#### 2. 证照费

按有关规定标准向有关单位或机构交纳体检费、培训费、护照费、签证费、合同公证费等。

#### 3. 交通差旅费

劳务人员在国内参加面试的交通、差旅费由个人承担，往返的国际交通费由雇主企业承担。

#### 4. 其他费用

对外投资合作企业不得以任何名目，向劳务人员收取履约保证金、押金或者要求劳务人员提供财产担保。对外投资合作企业可以要求劳务人员投保履约保证保险。

### 第三节 赴亚洲出入境须知

#### 一、交通与行李

##### （一）国际交通

中国飞往亚洲国家的常规航班有：中国东方航空航班、中国南方航空航班、中国国际航空航班、国泰航空航班、新加坡航空航班、印度航空航班、卡塔尔航空航班、马来西亚航空航班等。

特别需要注意的是，有极少数航空公司的航班不为乘机人员提供餐饮。

##### （二）前往国机场及常见线路介绍

###### 1. 吉隆坡国际机场

马来西亚吉隆坡国际机场是马来西亚最主要的国际机场之一，位于雪兰莪州南部的雪邦，离吉隆坡约 50 公里。机场快线（KLIA EXPRESS）往返于吉隆坡国际机场和吉隆坡中央车站（KL SENTRAL）之间，全程 28 分钟，抵达中央车站后可转乘其他交通工具前往目的地。由第一客运大厦乘搭机场巴士或机场的士亦可至吉隆坡市中心。机场发出的出租车一般执行固定价格。在出机场大厅后，在出租车柜台交费后凭收据上车。切勿搭乘机场附近揽客的出租车，以免上当受骗。

###### 2. 阿卜杜勒-阿齐兹国王国际机场

沙特阿拉伯阿卜杜勒-阿齐兹国王国际机场是一个位于沙特阿拉伯第二大城市吉达的国际机场，也是中东地区及世界上最繁忙的机场之一，是全世界穆斯林进入麦加和麦地那进行朝觐的交通要道。沙特全国有 27 个机场，其中吉达、利雅得、达兰为国际机场。在沙特往返机场主要依靠出租车或自驾车。

###### 3. 巴格达国际机场

伊拉克巴格达国际机场是伊拉克最大的机场，位于距巴格达市中心以西 16 公里的市郊。



#### 4. 班达拉奈克国际机场

斯里兰卡班达拉奈克国际机场，距首都科伦坡市区 36 公里。从机场到市区可以坐出租车，约需 40 分钟，车资单程约 4000 卢比。也可以在机场出口向左 200 米处乘坐机场摆渡车（免费）到机场汽车站乘坐公交车，187 路公交车到科伦坡火车站和古堡区（Fort），车票 100 卢比。

#### 5. 仰光国际机场

缅甸仰光国际机场位于仰光以北，是缅甸主要的国际机场，机场到仰光市区距离 17 公里。缅甸主要机场还有曼德勒机场、黑河机场、蒲甘机场、丹兑机场等，其中曼德勒机场也是国际机场。从城市到机场一般乘私家车或出租车。

#### 6. 英迪拉·甘地国际机场

印度英迪拉·甘地国际机场是一座位于印度首都新德里的航空港。它坐落于新德里市区西南方 16 公里处，是印度最繁忙的机场。机场交通方面，机场有高速公路连接，同样也有机场快轨通往新德里市区。机场也有往返市区的机场大巴和预付费出租车服务，在机场大厅内有柜台办理。

#### 7. 真纳国际机场

巴基斯坦真纳国际机场是巴基斯坦伊斯兰共和国最大城市 and 旧都、信德省省会卡拉奇的国际机场，机场到市区距离 16 公里，是该国最大的机场，以巴基斯坦国父穆罕默德·阿里·真纳的名字命名。从机场至卡拉奇市区，乘坐巴士约 15-20 巴基斯坦卢比，乘坐出租车约 200-250 巴基斯坦卢比。

### （三）个人行李

#### 1. 行李准备

出境前，对外投资合作企业通常会提供一份行李准备清单。下面的清单可供参考：

（1）有关证件、材料：健康证、黄皮书、护照、签证、邀请函、培训证、证件用照片等；

(2) 衣物：根据目的地气候特点、自己工种及合同的期限，准备好衣物；

(3) 适量日常生活用品：旅行茶杯、防晒用品、牙具及洗漱用品等；

(4) 少量常备药品：可携带如感冒、消炎、解毒、防暑、降压、晕机晕车晕船、防蚊虫外用药、降压药及创口贴等，为避免入境时遇到不必要的麻烦，还应同时备齐药品相关的英文说明书（包括药品成分），且务必了解目的地出入境违禁携带物品的相关规定；

(5) 零花钱：按国家有关规定换取少量外汇，以备支付旅途中可能发生的费用；

(6) 工作用具：根据自己的需要及项目所在地的实际情况，酌情考虑是否携带自用工具；

(7) 个人信息卡：将护照资料页复印，复印件背后写上紧急情况联系人的姓名、地址、电话，将此页塑封做成“个人信息卡”；

(8) 行李箱：选择重量较轻、结实耐压、不易破损的行李箱，并在行李箱上贴上标签，用中英文写上姓名、目的地、联系电话等；

(9) 其他：电源转换插头、手机及充电器、剃须刀、电脑、银行卡、雨具、折叠伞、背包、亲友相册和中国特色的小礼品（中国结、小荷包等）等。

## 2. 行李运输

### (1) 随身行李携带规定

随身携带行李，通常情况，每件行李体积不超过 20×40×55 公分（厘米），手提行李总重量不超过 5 公斤（11 磅）。如所乘坐的公共交通工具所属运营机构对随身行李有特殊限制规定的，按照规定执行。一般建议小而贵重的物品（现金、证券、汇票、信用卡、珠宝、相机）、急用物品（药品、钥匙、护照、旅行支票、商务文件）、不可取代的物品（手稿、祖传物）、易碎品（眼镜、玻璃容器）等物品需要随身携带，或放在随身携带的行李中。

## （2）行李安全

- ①尽量不要携带大量现金出行；
- ②如必须携带大量现金和贵重物品，请随身携带并妥善保管，不要交运或委托他人保管；
- ③请注意保管好自己的财物，现金和贵重物品尽量随身保管，不要放在远离自己的行李箱内；
- ④如有人翻动行李，请自己要关心，防止他人错翻、错拿行李；
- ⑤到达目的地后，请及时检查现金和贵重物品，如发现问题请及时与工作人员取得联系。

## 3. 托运行李

### （1）托运须知

须凭有效客票托运行李。逾重行李，要按照超过免费行李额的重量收取逾重行李费。托运行李必须包装完善、锁扣完好、捆扎牢固，能承受一定的压力，能够在正常的操作条件下安全装卸和运输，并应符合下列条件：

- ①旅行箱、旅行袋和手提包等必须加锁；
- ②两件以上的包件，不能捆为一件；
- ③行李上不能附插其他物品；
- ④竹篮、网兜、草绳、草袋等不能做为行李的外包装物；
- ⑤行李上应有明显标示，写明本人姓名、详细地址、电话。

### （2）行李延误、损坏或丢失

行李运输发生延误、丢失或损坏，应立即向工作人员报告。将护照、行李牌交工作人员查验，复印留存，并告知对方本人联系方式、后续行程和住宿地的名称、地址和电话。

## 4. 行李领取

应在到达目的地后立即凭行李牌的识别联领取行李。必要时，应交验客票。因许多行李很相似，从行李传送带上把确认的行李取下来之后，要查看一下标签的名字和号码，以防拿错。

如不慎遗失行李牌的识别联，应立即向工作人员挂失。同时，

在随后领取行李时，应向工作人员提供足够的证明，并在领取行李时出具收据。

## 二、出入中国国境

### （一）出入境流程

#### 1. 出境

- （1）到达机场，办理国际乘机手续，进行行李托运；
- （2）进入联检区，接受检验检疫、海关、边防、安检一系列检查；
- （3）进入国际候机厅，准备登机。

#### 2. 入境

- （1）登机口下机，进入国际到达通道；
- （2）进入联检区，接受检验检疫、边防检查；
- （3）提取托运行李；
- （4）接受海关检查；
- （5）进入到达迎客大厅。

### （二）检验检疫

出入境时，要接受检验检疫机关的核查，尤其入境时，要主动向检验检疫机关申请健康体检，对携带的动植物，要主动向检验检疫机关申报并接受检疫。具体内容请参阅我国目前实施的《出入境人员携带物检疫管理办法》，请出入境人员严格遵守，以免因违规携带物品而给自己带来不必要的麻烦。

1. 如出入境人员携带下列物品，应当申报并接受检验检疫机构检疫：

- （1）入境动植物、动植物产品和其他检疫物；
- （2）出入境生物物种资源、濒危野生动植物及其产品；
- （3）出境的国家重点保护的野生动植物及其产品；
- （4）出入境的微生物、人体组织、生物制品、血液及血液制

品等特殊物品；

(5) 出入境的尸体、骸骨等；

(6) 来自疫区、被传染病污染或者可能传播传染病的出入境的行李和物品；

(7) 国家质检总局规定的其他应当向检验检疫机构申报并接受检疫的携带物。

2. 下列物品是出入境人员禁止携带的：

(1) 动植物病原体(包括菌种、毒种等)、害虫及其他有害生物；

(2) 动植物疫情流行的国家或者地区的有关动植物、动植物产品和其他检疫物；

(3) 动物尸体；

(4) 土壤；

(5) 《中华人民共和国禁止携带、邮寄进境的动植物及其产品名录》所列各物；

(6) 国家规定禁止进境的废旧物品、放射性物质以及其他禁止进境物。

(三) 边防检查

1. 中国公民有下列情形之一的，不准出境：

(1) 未持有效出境入境证件或者拒绝、逃避接受边防检查的；

(2) 被判处刑罚尚未执行完毕或者属于刑事案件被告人、犯罪嫌疑人；

(3) 有未了结的民事案件，人民法院决定不准出境的；

(4) 因妨害国（边）境管理受到刑事处罚或者因非法出境、非法居留、非法就业被其他国家或者地区遣返，未满不准出境规定年限的；

(5) 可能危害国家安全和利益，国务院有关主管部门决定不准出境的；

(6) 法律、行政法规规定不准出境的其他情形。

2. 边检须知

中国公民出入境时，应当向出入境边防检查机关交验本人有效护照或其他旅行证件，并履行规定的手续，经查验准许，方可出境入境。

根据维护国家安全和出境入境管理秩序的需要，必要时，出境入境边防检查机关可以对出境入境人员进行人身检查。人身检查一般由两名与受检查人同性别的边防检查人员进行。

#### （四）海关检查

有关具体的出入境携带违禁物品的详细规定，可参见中国海关网（[www.customs.gov.cn](http://www.customs.gov.cn)）。

##### 1. 我国禁止进出境物品

###### （1）禁止进境物品

- ①各种武器、仿真武器、弹药及爆炸物品；
- ②伪造的货币及伪造的有价证券；
- ③不符合中国政治、经济、文化、道德的相关规定的印刷品、胶卷、照片、唱片、影片、录音带、录像带、光盘、计算机存储介质及其他物品；
- ④各种烈性毒药；
- ⑤各类毒品及使人成瘾的精神药物；
- ⑥新鲜水果、茄科蔬菜、活动物、动物产品、动植物病原体和害虫及其它有害生物、动物尸体、土壤、转基因生物材料、动植物疫情流行的国家和地区的有关动植物及其产品和其它应检物；
- ⑦有碍人畜健康的、来自疫区的以及其它能传播疾病的食品、药品或其它物品。

###### （2）禁止出境物品

- ①列入禁止进境范围的所有物品；
- ②内容涉及国家秘密的手稿、印刷品、胶卷、照片、唱片、影片、录音带、录像带、光盘、计算机存储介质及其他物品；
- ③珍贵文物及其它禁止出境的文物；
- ④濒危的和珍贵的动植物(均含标本)及其种子和繁殖材料。

## 2. 需向海关申报的物品范围

### (1) 入境携带物品

入境携带有下列物品的，应在《海关进出境旅客行李物品申报单》（以下简称《申报单》）相应栏目内如实填报，并将有关物品交海关验核，办理有关手续。

①动、植物及其产品，微生物、生物制品、人体组织、血液制品；

②居民在境外获取的总值超过人民币 5000 元（含 5000 元）的自用物品；

③非居民拟留在中国境内的总值超过 2000 元（含 2000 元）的物品；

④酒精饮料超过 1500 毫升（酒精含量 12 度以上），或香烟超过 400 支，或雪茄超过 100 支，或烟丝超过 500 克；

⑤人民币现钞超过 20000 元，或外币现钞折合超过 5000 美元；

⑥分离运输行李、货物、货样、广告品；

⑦其它需要向海关申报的物品。

### (2) 出境携带物品

出境携带有下列物品的，应在《申报单》相应栏目内如实填报，并将有关物品交海关验核，办理有关手续：

①文物、濒危动植物及其制品、生物物种资源、金银等贵金属；

②居民需复带进境的单价超过 5000 元（含 5000 元）的照相机、摄像机、手提电脑等旅行自用物品；

③人民币现钞超过 20000 元，或外币现钞折合超过 5000 美元；

④分离运输行李、货物、货样、广告品；

⑤其它需要向海关申报的物品。

## 3. 申报须知

(1) 没有携带应向海关申报物品的，无需填写《申报单》，可选择“无申报通道”（又称“绿色通道”）通关；

(2) 携带有应向海关申报物品的，应当填写《申报单》，向海关书面申报，并选择“申报通道”（又称“红色通道”）通关；

(3) 请妥善保管《申报单》，以便在返程时继续使用；

(4) 《申报单》所称“居民旅客”系指其通常定居地在中国关境内的旅客；

(5) 不如实申报的人员将承担相应法律责任。

#### 4. 免税政策

##### (1) 有关规定

国家有关政策文件规定，因经济援助项目或承包劳务出境的人员，在境外购买价值人民币 1000 元以上、5000 元以下（含 5000 元）的生活用品（如电视机、洗衣机、电冰箱、照相机、录像机、微型计算机等）带入境时，海关根据务工人员在外天数，依照有关规定计算免税指标。

劳务人员和援外人员，连续在外每满 180 天、远洋船员在外每满 120 天，任选其中 1 件免税；在外务工期满回国时，最后验放期限不满 180 天（船员 120 天），但超过 150 天（船员 90 天）的，也按 180 天（船员 120 天）验放。但同一种物品每公历年度内不得重复。

##### (2) 办理手续

劳务人员在取得有关国家、地区入境签证后，凭外派单位出具的证明、外派劳务培训合格证、本人护照，向有关海关办理进口免税物品登记证（以下简称登记证）申领手续。

劳务人员入境时，凭护照、登记证和外派劳务培训合格证，办理免税手续。托带进境的物品，凭驻外外交机构开具的托带物品证明、登记证和外派劳务培训合格证办理验放手续。

##### (五) 安全检查

乘坐公共交通工具前，人及其行李必须经过安全检查。

#### 1. 禁止随身携带或者托运的物品包括：

(1) 枪支、军用或警用器械类（含主要零部件）

(2) 爆炸物品类

(3) 易燃、易爆物品



- (4) 管制刀具
- (5) 毒害品
- (6) 腐蚀性物品
- (7) 放射性物品
- (8) 其他危害公共安全的物品
- (9) 国家法律法规规定的其他禁止携带、运输的物品

## 2. 禁止随身携带但可作为行李托运的物品

除禁止随身携带或者托运的物品之外，其他可以用于危害公共安全的菜刀、大剪刀、大水果刀、剃刀等生活用刀，手术刀、屠宰刀、雕刻刀等专业刀具，文艺单位表演用的刀、矛、剑、戟等，以及斧、锤、锥、加重或有尖钉的手杖、铁头登山杖和其他可用来危害公共安全的锐器、钝器等。

## 三、入亚洲各国国境

在外国入境时，请主动向外国移民官员出示有效护照和签证。请务必如实回答外国移民官员相关提问。在回答问题时，请注意要与申请签证时提供的情况相一致。请根据前往国要求如实填写外国人入境卡及海关申报单等表格，或按要求出示相关证明材料。请注意确认护照已加盖入境验讫章，并妥善保管入境卡等材料，以免入境时受阻，甚至被处罚。持有效护照和前往国家签证者通常被允许进入该国。但根据有关国家法律和国际惯例，移民官员也有权拒绝持有效签证人员进入其国境。入境遇特殊检查时，如语言不通，切忌随意点头应允或在文件上签字。可立即要求提供翻译或由亲友代为翻译。如被要求在文件上签字，确认无误后再做决定。如被拒绝入境，在等待交通工具返回时，应要求提供人道待遇，保障饮食、休息等基本权利。否则，应立即要求与中国驻外使（领）馆联系。

### （一）马来西亚入境须知

1. 劳务人员入境马来西亚，需向关口移民官出示护照或其它种类合法身份证件(有效期在 6 个月以上)、有效签证和回程机票。

2. 机场当局对中国游客，尤其是 30 岁以下妇女入境审查比较严格。如发现当事人短期内频繁来马来西亚，该人可能会被拒绝入境。另外，由西马去东马需持护照。

3. 马来西亚移民局有权拒绝有犯罪记录、无经济能力及谎报来马目的的外国人入境。

4. 入境前，劳务人员须向海关申报所有应纳税物品。海关有权要求劳务人员打开行李物品进行查验。在东、西马来西亚间旅行不征收关税。

外籍访客携带的平时经常使用的下列私人物品免纳关税：酒类（不超过 1 公升）、香烟（不超过 225 克，相当于 200 支）、火柴（不超过 100 根）、化妆品、香皂、牙膏、新衣物（不超过 3 件）、新鞋（不超过 1 双）、用于保健和清洁使用的便携式电动商品（每种不超过 1 件）、礼品（价值不超过 400 马币）、私用便携式商品和设备。

免税商品包括：自来水笔、打火机、书籍、报刊杂志、香水、化妆品（不包括扑粉）、便携式收音机、手表、照相机、摄相机、电脑、渔具、球类（除高尔夫球）、各种音乐器材（除钢琴）等。

## （二）沙特阿拉伯入境须知

1. 入境沙特阿拉伯须持赴沙有效签证或沙居留证，否则将被原机遣返。

2. 在沙特，走私毒品为死罪。如需携带中成药或较大剂量个人用药入境，建议提供医生处方。

3. 严禁携带含酒精饮品或猪肉入境，一经发现货物没收销毁，携带者将遭拘捕并受高额罚款。

4. 严禁携带暴露和淫秽内容的音像和印刷品入境，携带者将被海关拘捕。

5. 护照上盖有以色列签证的人员需换发护照，否则将被禁止

入境。

6. 出入沙特国境随身携带现金数额超过 6000 里亚尔（或等值金融流通工具、外币）的，须向沙海关部门申报并填写申报单。随身携带商品（含礼品、自用物品）总价值超过 3000 里亚尔的，须向沙海关申报并填写申报单。否则，海关可以扣押款项或物品。

### （三）伊拉克入境须知

1. 持普通护照的外国公民入境后有 10 天停留期，在停留期内到警察局办理三个月的延期。

2. 进入伊拉克海关，除自用的衣物、食品等行李外，可携带香烟 200 支，或雪茄 50 支，或烟草 250 克、酒类 1 升、香水 500 毫升等。海关对劳务人员携带的行李进行检查，超过免税范围的物品须缴付关税。出关禁止携带电子产品，疫苗、病毒，毒品、化学品，动物，淫秽刊物，武器，生鲜水果、蔬菜、肉类及奶制品。进出关携带货币种类和数额尚无明确规定。

3. 除外交护照持有人、年龄超过 60 岁的男性、超过 50 岁的女性及不满 14 岁的儿童外，所有外国人在伊入境时必须提供未检出高风险传染性疾病的验血报告（体检证明）。艾滋病、肺结核、梅毒、麻风病患者禁止入境。

### （四）斯里兰卡入境须知

1. 斯里兰卡移民局及有关航空公司，对护照有效期均严格要求不得少于 6 个月。请确保未来最后一次旅行（包括回国）时护照的有效期仍不少于 6 个月。如果您换了新护照，请将新、旧护照订在一起使用。

2. 入境时需填写入境登记卡，持有效护照、签证，经移民局官员查验，盖入境章后放行。即便持有签证，移民官员仍有可能要求您出示返程（或续程）机票、酒店预订单或就职文件等相关证明材料，亦有可能拒绝您入境。

3. 18 岁以上劳务人员可携带的免税入境物品：2 瓶红酒和 500 毫升的烈酒、2 盎司香水和 250 毫升的淡香水、非商业用途的

价值不超过 250 美元的旅游纪念品。

注意：所有的烟草制品均须征收关税和其他税项。抵达斯里兰卡时，劳务人员须申报贵重物品，以确保离境时免税携带这些贵重物品出境。

4. 禁止入境物品清单：毒品和麻醉剂、色情淫秽资料、任何有辱宗教信仰的材料。

5. 限制入境物品清单：武器、弹药、炸药；植物、水果、鸟类及相关产品；药品（个人用途的除外）；销售用商品（样品除外）。

6. 行李要求：按规定申报携带的货币、贵重物品及珠宝；若没有须申报物品，请走绿色通道；行李内不得包括他人物品、大量商品、禁止入境物品、限制入境物品、毒品、武器、炸药和黄金；离开斯里兰卡时请您将所有个人物品带回。

#### （五）缅甸入境须知

1. 目前，自中国乘飞机赴缅甸需在仰光国际机场或曼德勒国际机场入境，抵达时需提供填好的入境卡和健康情况卡，另需向海关提交申报单，如实申报所携带的外汇和需申报的物品。贵重物品必须申报，其中携带现金 1 万美元以上需申报。海关通常会检查来客的行李。

2. 外国人出入缅甸须遵循“空中来空中返、陆路来陆路返”的原则。乘机来缅的中国公民是不允许从中缅边境陆路回国的。由边境口岸入境，出境必须是同一口岸。

3. 缅甸入境不查预防接种证书，但来自疫区则最好准备健康证明或接种证明，以备查验。由于缅甸肝炎较为普遍，中国驻缅甸使馆建议中国公民赴缅前，宜接种预防肝炎疫苗。

#### （六）印度入境须知

1. 在飞机上先填写入境卡、海关申报单，下飞机后跟着“ARRIVAL”标牌的指示行走，随后到移民局入境柜台，移民官员查验劳务人员签证后，如无问题会在护照上盖入境章。下一步是查看标志牌上所乘航班对应的行李传送带号码，然后提取行李。

随后携带行李到海关查验处，将海关申报单和护照一并交给值班官员。保存好入境卡，在离境清关时出示。办理入境手续不收费。

2. 印度海关要求，随身携带现金如超过 5000 美金或等值外币，则需申报。如连同现钞一起超过 1 万美元或等值外汇，亦需申报。中国旅客可携带价值不超过 4000 卢比的礼品，外加 200 支香烟，或 50 支雪茄，或 250 克烟丝和 1 公升烈酒。

3. 根据印度移民局规定，任何人（6 个月以下婴儿除外）通过飞机或轮船抵达印度，若其无黄热病接种证明，且抵达前 6 天之内曾在疫区停留，或其所乘坐轮船 30 天内从疫区始发，或经停且未按世界卫生组织所规定之程序进行防疫处理，需进行为期 6 天的防疫隔离。

#### （七）巴基斯坦入境须知

1. 须持有效护照及签证从巴基斯坦开放口岸入境，护照有效期应在半年以上。入境时应填好入境卡，持有效护照和签证，经边检、海关检验后方可入境。入境后若需延长停留时间，可在巴内政部护照签证处办理签证延期手续。

2. 临时来巴或在巴常驻的中方人员，应注意签证的有效期，并及时办理有关手续，以免出境时受阻。

3. 外国人入境可免税携带：200 支香烟，或 50 支雪茄，或 1/2 磅烟草；价值不超过 2000 卢比的合理数量的礼品、纪念品。无巴农业部植物保护局进口许可证及来源国卫生证明，禁止携带火柴、水果、植物和相关制品（无论是鲜活还是干制品，包括花卉）。

4. 巴基斯坦是穆斯林国家，严禁携带酒类、猪肉及猪肉制品等违反伊斯兰教义的物品入境。

5. 巴地处热带，传染病较多。有条件的可接种预防疟疾、黄热病、乙肝、乙脑等疾病的疫苗。

## 四、出亚洲各国国境

在出境时，请主动向外国移民官员出示有效护照和签证。请务必如实回答外国移民官员相关提问。在回答问题时，请注意要与申请签证时提供的情况相一致。请根据前往国要求如实填写外国人出境卡及海关申报单等表格，或按要求出示相关证明材料。请注意确认护照已加盖出境验讫章，并妥善保管出境卡等材料，以免出境时受阻，甚至被处罚。持有效护照和前往国家签证者通常被允许出该国。但根据有关国家法律和国际惯例，移民官员也有权拒绝持有效签证人员出其国境。

### （一）马来西亚出境须知

1. 无论是马来西亚居民还是非居民，每次出入马来西亚所携带马币不得超过 1000 林吉特（马来西亚法定货币）。

2. 无论是马来西亚居民还是非居民，携外币或旅行支票入境数额不受限制，但非居民如携带外币或旅行支票数额超过 10000 美金需向海关申报。

3. 非居民携带外币或旅行支票出境，如数额在入境时申报的数额内，不受限制。

4. 如需携带超过数额限制的现金或旅行支票出境，需事先向马来西亚国家银行取得书面许可。

### （二）沙特阿拉伯出境须知

请准备好护照、签证，办理出境手续，请勿携带禁止出境的物品。

### （三）伊拉克出境须知

从 2010 年 1 月 1 日开始，除持外交护照人员外，凡进入伊拉克的外国人，出境时还需到伊内政部办理出境签证，手续费约 100 美元。

### （四）斯里兰卡出境须知

1. 请保留好出境卡，以备出境时查验。

2. 离境时，请提前三个小时抵达机场办理登机手续。

3. 允许携带出境的物品清单：自用物品；入境时申报过并带进斯里兰卡的物品，用入境时申报过的资金在斯购买的珠宝首饰等物品；10 公斤以内的斯里兰卡免税茶叶；入境时申报过并带进斯里兰卡的外国货币。离境时须将未用完的斯里兰卡货币兑换成外国货币。

4. 禁止出境物品清单：毒品和麻醉剂；色情淫秽资料；任何有辱宗教信仰的材料；入境时未申报的珠宝首饰等贵重物品，以及不是用入境时申报过的资金在斯购买的珠宝首饰等物品；黄金（天然黄金、金条、金币）；茶树、橡胶树和椰子树。

5. 限制出境物品清单：武器、弹药、炸药；植物、动物及相关产品（活体或尸体），包括水果、鸟类、爬行动物等；古董，佛像、宝藏、古籍等；药品（个人用途的除外）；销售用商品（样品除外）；超出入境申报额的所有货币；超过 250 卢比的斯里兰卡现钞。

6. 外国人可以携带不超过 5,000 美元的外币现金出境，超过则必须提供入境时的申报证明；携带外币入境对金额无限制，但超过 15,000 美元必须向海关申报。

#### （五）缅甸出境须知

1. 签证期满逾期滞留者，每超一日罚款 3 美元，超过 90 天，每天罚款 5 美元。

2. 出境时，古董等不准携出，海关还会详细核对入境时所申报贵重物品，若有未携出而无法交代去处之贵重物品，则课以重税。此外，在境内若有重大支出，海关亦会检查收据。所有重大开支宜保留凭证。购买翡翠、珠宝等物品，必须携带合法发票，否则将会以非法物品处理。严禁携带玉石毛坯、木化石，违者以走私罪论处。携带外汇出关也需附海关申报单，不允许携带缅甸币入境或出境。

#### （六）印度出境须知

1. 出境时，先到航空公司柜台办理登机和行李托运手续，然后跟着“DEPARTURE”的标志行至移民局出境柜台办理出境手续，

再进行安检，随后在所乘坐航班相应的登机口等候，最后登机。

2. 保存好入境卡 (Embarkation card)，在离境时出示；进入印度机场时须提交机票或者机票订单供查验。

#### (七) 巴基斯坦出境须知

1. 可免税带出 200 支香烟，或 50 支雪茄，或 1/2 磅烟草。

2. 巴禁止携带文物出境，不准携带多于 1 万美元或其他等额外币出境。

## 五、中转

国际航班的中途停降是常有的情况，有时因加油需要，有时因气候或飞机故障等。遇到飞机停降时，一是不要误以为抵达目的地；二是要弄清楚停降时间；三是下飞机时要领过境卡，然后再凭此卡上飞机；四是要携带好护照，机票等贵重物品和证件。

到达中转地点后，不要随着到达目的地的其他旅客出机场，要直接到办理中转手续处，用机票（行程单）领取下段衔接航班的登机牌，继续旅行。领取登机牌时，要把在起点的托运行李牌交办事员核对，以防因换乘飞机造成行李耽搁或遗失。在到达目的地的空中旅行结束前，应妥善保存机票（行程单）和登机牌，以备中转或临时降落后使用。

国际上规定，如旅客在国际航线上任何一地停留 72 小时以上，则视为中断旅行，如旅客拟利用已订妥的续程或回程座位，应最迟在班机起飞前 72 小时，在继续旅行或回程地点，向有关航空公司或旅行社办理机座再次确认手续。



## 第四节 在亚洲国家生活须知

目前，在亚洲，我国对外投资合作的在外人员主要是为对外承包工程项下的派出人员。

### 一、衣、食、住、行

#### （一）着装

##### 1. 符合身份

在涉外活动中，对外投资合作在外人员不仅要明白自身的实际身份，而且还要做好必要的心理准备。一般来说，在外人员在不同的场合会以宾主、官方或服务者的不同身份出现，但这三种身份有各自不同的特点与要求，因此，我们必须使着装符合自己的身份。

（1）“宾主”是在外人员的第一重身份。就具体的工作而言，在外人员要么是以主人翁的身份接待外国人，要么是以客人的身份到海外去工作、学习或访问。充当主人时，在外人员的穿着打扮要以高雅大方为基本特色；同时，还应注意适当地突出自身特征。这既是一种国际惯例，又能体现自尊自爱。充当客人时，在外人员的穿着打扮须注意如下三点：一是要入乡随俗，切勿触犯东道主的禁忌；二是不要喧宾夺主，有意无意地过分突出自己；三是要尽量中规中矩。

（2）“官方”是在外人员的第二重身份。在外事活动中，在外人员无一例外地被视为我国政府、地方、企业的代表，这一官方身份，要求在外人员的穿着打扮既要庄重，又要保守。庄重，主要是要求在外人员的穿着打扮切忌轻浮与随便。保守，主要是要求在外人员的穿着打扮避免过度时尚或前卫，必须有意识地与摩登、新潮、怪诞、另类保持一定的距离。不然，就会给人以不稳重、不成熟甚至不可信任之感。

(3) “服务者”是在外人员的第三重身份。不论资历如何、职务有多高，在外人员都是在为国家努力工作，其工作具有鲜明的服务性质。因此，在外人员的穿着打扮在任何情况下都不应与其服务者的身份相背离，应以简约、朴素为主要风格。简约，要求穿着打扮简单而实用，力戒繁琐与浮躁。朴素，要求在外人员不要与他人进行攀比。按照这一要求去做，不仅有利于在外人员“轻装上阵”，做好具体工作，而且还有利于在外人员在短时间内赢得各方人士的信任。

## 2. 区分场合

在外人员必须充分意识到，自己的穿衣打扮一定要与自己所处的具体场合相适应。在不同场合里，应依照惯例使自己的穿衣打扮有所变化。自己的穿衣打扮与所处的具体场合不相适应，或者我行我素都是不符合要求的。

不同场合有不同的着装要求，在公务场合、社交场合和休闲场合着装应以庄重大方、朴实得体、整洁美观为突出特点，既要与职业和出入场所相适应，又要与气候环境和自身形象相和谐。

(1) 公务场合原则系指在工作时间内，应着制服、套装、套裙、工作服等职业装，应根据规定佩带工作牌；穿着职业装，不仅是对服务对象的尊重，同时也是对职业的一种自豪感、责任感，是敬业、乐业在服饰上的具体表现；不允许穿牛仔装、运动装、沙滩装、家居装等等；如有安全防护需求，还需要佩戴护具。

(2) 社交场合主要指会见、访问、宴会、晚会、聚会、庆典等应酬交际场合。出席这类较为隆重、正规的社交场合，着装应讲究，女士应突出时尚个性，可穿套装或当地传统民族服装，颜色以高雅艳丽为宜；男士可穿颜色深一点的西装，加上白色衬衣和颜色协调的领带。在一些气氛较活跃的社交场合，可穿着色彩、图案活泼一些的服装，如花格呢、粗条纹、淡色服装，最好不要穿制服或便装；参加一些喜庆场合活动，如欢度节日或纪念日、亲友聚会、联欢会、出席婚礼、生日庆祝等，可穿着时尚潇洒、

鲜艳明快的服装；参加悲伤场合活动，如向遗体告别、出席葬礼、祭扫陵墓以及慰问逝者家属等，着装应简洁素雅、严整肃穆。

（3）休闲场合通常是指旅游、游园、运动等，参加这些场合穿着应自然舒适、时尚潇洒，方便实用；可穿着休闲西服、夹克衫、T恤衫、运动服等，在搭配方面可自由发挥。但不宜穿过于正规。同时，切忌穿着侮辱当地人民、政府及信仰的服装。

## （二）就餐

### 1. 集体伙食

在境外工作，企业（或项目体）一般会根据员工人数多少来决定是否开办集体食堂。企业（或项目体）会根据业主提供的当地国家的副食品和蔬菜的物价来控制伙食费用标准；集体伙食一定要注意食品卫生，严格把关，杜绝食物中毒现象；企业（或项目体）人员要自觉遵守集体食堂管理制度，如有问题，可以提出或向上级领导有序诉求，不可无理滋事。

#### （1）雇主开办免费食堂

在境外工作，企业（或项目体）一般会开办食堂，一天三餐免费提供，但也请不要浪费粮食。

#### （2）雇主按伙食标准配备食物原料

企业（或项目体）在伙食费的开支上，一般会根据所在国的副食品和蔬菜的物价来制定当地伙食费用标准。企业（或项目体）有后勤管理人员负责采购副食品和蔬菜，由食堂炊事员来选配每日的菜单供应。

#### （3）雇主以单列伙食标准支付当地货币

在境外工作，有时人员少，企业（或项目体）如考虑开食堂的成本高，可能会按每月人均多少伙食费的标准，折算成当地货币，每月支付给员工自己解决伙食。

### 2. 个人伙食

如果在境外项目前期，人员少或不具备开伙食的条件，企业（或项目体）会按每月人均多少伙食费的标准，每月支付给员工

自己解决伙食。员工也可到所在国的餐馆谈好伙食标准，进行搭伙。

### 3. 外出就餐

企业（或项目体）根据企业文化和员工凝聚力需要，有时会适当组织员工到当地餐馆就餐，境外的餐馆一般都会有中餐馆和西餐馆。

#### （1）一般餐馆用餐

在中餐馆就餐：现在世界各地一般都有各种风味的中餐馆；可以安排一人一份的快餐，也可以大家一起吃圆桌菜。

在西餐馆就餐：西餐基本上是每人一份，按各人喜好进行点餐下单，待上菜后进食。

#### （2）自助餐用餐

在境外自助餐，一般是在宾馆酒店或中国大使馆和所在国政府举办的大型国庆招待会和重大节日宴请。自助餐也分中式自助餐和西式自助餐。中式自助餐的用具，一般是碗、盘子和筷子。供应的有中式菜，中式点心和西式点心、咖啡、水果等。西式自助餐的用具，一般是刀、叉、盘子。

自助餐就餐注意：

- ①不要用自己的提包或物品来占位置，应提前寄存；
- ②拿取食物时，最好只拿一个盘子，帮别人拿取食物不合适；
- ③取菜时需要排队，跟着队伍前进，轮到自己在摆菜桌取菜时不要东挑西拣，取菜使用公共餐具（公夹、公筷等）；
- ④往盘子里盛食物时，每次选 2-3 种，估计自己够吃就行。不能大量装走同一种菜，一次性把自己的餐盘装得满满的也是非常失礼的；
- ⑤不要把冷、热菜放在一个盘子里，每次拿取不同食物要换盘子，用过的盘子或放到小桌上，或交给服务生；
- ⑥取菜后迅速离开摆菜桌，在摆菜桌附近取菜时不要吃东西或聊天；
- ⑦不要在摆菜桌旁吸烟，应在吸烟区抽烟；

⑧如饮料或酒没喝完但不想再喝，请让服务员拿走杯子，不要堆放在自己面前。

### （三）住宿

#### 1. 集体宿舍

##### （1）尊重他人

在宿舍内不随便坐别人的铺位；未经允许，不能动用别人的茶杯、饭碗、毛巾等物；有客人来访时，临时要借用其他舍友的东西，必须事先打招呼，征得同意；不要乱动其他舍友的衣服、被子、枕头等。特别注意，未经同意不要随意翻阅别人的书刊，更不能私阅别人的信件、日记；开关门窗要顾及其他舍友；不要在别人的房间里长时间逗留。

##### （2）保持安静

在宿舍内不要大声喧哗，做到开收音机轻、谈话轻、走路轻、关门轻；用收音机、录音机及手机时特别要照顾其他舍友，必要时请用耳机收听。

##### （3）相互关爱

宿舍里有患病的舍友，要尽力照顾，代为端茶、打饭菜；应问寒问暖、陪同就诊等，使舍友感受到大家庭的温暖；要注意宿舍公共场所的文明礼貌；使用盥洗室要互敬互让；公共厕所要注意卫生。

##### （4）注意安全

在宿舍内禁止使用电炉、煤油炉、酒精炉、液化气罐等明火装置；严禁在宿舍内使用取暖设备；不得在宿舍内煮饭、炒菜；要节约用水、用电，杜绝长明灯、长流水；严禁私拉电线，私接电源。

##### （5）清洁卫生

在宿舍内，自己的房间要经常主动扫地、拖地板、擦玻璃，并做到定期大扫除，使我们在清洁的环境里生活；时刻保持自己床铺的整洁，衣服、枕套、被子、床单等要经常换洗；每天起身

后要及时叠被、整理；脱下的外套要挂起，鞋子放整齐；保持个人卫生，养成卫生习惯；不随地吐痰，晚间使用痰盂后要及时清洗。

饲养犬类、禽类等动物，要注重保持清洁卫生；定期进行免疫注射，不可因饲养动物而造成传染疾病。

## 2. 宾馆

短期到境外出差或进行前期考察，单人或多人如需入住宾馆，要严格遵守宾馆的住宿要求，同时注重自身安全：

（1）贵重物品随身携带，离开房间时关好房门。如有贵重物品而又携带不便，可交到服务台办理保管手续；

（2）不要在酒店房间内使用电炉、电饭煲、电熨斗等，也不要躺在床上吸烟；

（3）易燃易爆品、放射性危险品是不能带进酒店的。嫖娼、吸毒、赌博等行为也不允许；

（4）住宿宾馆前一定要检查并熟悉该宾馆相对应的配套设施，如防火防毒面具、应急手电筒、安全通道等等；

（5）万一在宾馆内发生失窃，应尽快通知服务台并报警。

## 3. 公寓

单人或多人如需入住公寓，应严格按照房产公司或房东的规定使用。为确保自身安全，特别是水电煤气这些生活上经常用的能源和一些电器的使用方法，在使用前一定要向专人询问并正当操作，以避免不必要的赔偿或者人身危害。注意入乡随俗，必须正确处置生活垃圾。

### （四）交通

#### 1. 公共汽车

公共汽车，指在城市道路上循固定路线，有或者无固定班次时刻，承载乘客出行的机动车辆。公共汽车时速一般在 20-30 公里，不会超过 40 公里。

#### 2. 地铁

地铁、轻轨或短程市内轨道交通，大多统称地铁。

### 3. 火车

铁路列车，简称铁道机车，俗称火车，是指在铁路轨道上行驶的车辆，通常由多节车厢所组成。铁路上用于乘客运输的列车统称为客运列车，客运列车根据快慢和运行周期，分为很多类别。

### 4. 公司通勤车

公司通勤车指企业接送员工上下班的班车，不以盈利为目的，通常有固定的时间和行驶路线，主要是为了方便人员上下班。一般以大客车为主，也有小型的面包车、小轿车等。在遵循雇主或我对外投资合作企业内部管理条例关于出行相关规定的基础上，建议在外人员尽可能乘坐公司配备的通勤车辆出行，文明有序乘车，并注重出行安全。

## 二、电话、银行

### （一）电话

行前可事先了解好前往国家的话费，以及如何办理充值缴费和退款的事宜。通常办理一张所在国电话卡比使用中国电话卡打国际长途所产生的费用要低廉。同时，根据当地移动电话的使用规则与费用标准，适时开通并使用当地的移动电话业务也是可以考虑的。

#### 1. 马来西亚

马来西亚通讯资费较低，在外人员既可以使用街边投币电话，也可直接购买当地手机 SIM 卡在国内手机（非 CDMA）上使用。资费因选择的运营商和服务而略有差别，但差别不大，总体上与国内拨打国内长途费用相当。

#### 2. 沙特阿拉伯

沙特有三家主要的通讯公司：STC、MOBILY、ZAIN。三家公司收费不同。国际长途电话的收费也视拨打国家而各异。但总体来说，在沙电话收费较高。

### 3. 伊拉克

伊拉克固网发展缓慢，但移动用户发展迅速，现有 ASIACELL、ZAIN、KORAK 等运营商。但通话效果不稳定。当地手机网络制式为 GSM、CDMA 及一小部分 3G，可与中国手机兼容。

### 4. 斯里兰卡

斯里兰卡移动网络覆盖面广，全国大部分地区均有语音覆盖，话费低廉。手机网络制式：语音通讯（2G）GSM，数据业务（3G）WCDMA。与中国联通的手机在语音通讯和数据业务上均兼容；与中国移动的手机在语音通讯上兼容，数据业务上不兼容；与中国电信的手机在语音通讯和数据业务上均不兼容。斯里兰卡共有 5 家移动运营商，前两大运营商为 Dialog 和 Mobitel。语音通讯费率在 2 卢比/分钟（网内）-3 卢比/分钟（网间），拨打中国电话约 5 卢比/分钟，数据业务费用约 2 卢比/10MB。

### 5. 缅甸

缅甸居民多使用固定电话，移动通信服务近几年发展迅速，手机用户逐渐增多。手机网络有 GSM 和 CDMA 两种制式。GSM 制式与中国国内手机兼容，但 CDMA 不兼容。目前，“中国联通”已经开通缅甸手机国际漫游业务，但“中国移动”手机尚无法在缅使用。

### 6. 印度

手机主要使用 GSM 制式，中国国内相同制式手机换用印当地芯片即可正常使用。印度各地街头基本没有投币电话可供使用。

### 7. 巴基斯坦

巴基斯坦无线通讯制式绝大部分为 GSM，国内一般的手机换当地 SIM 卡后都可以使用。国际长途按不同国家及区域收费不同，话费相对便宜。网络总体情况速度较慢。

## （二）银行

行前查看汇率可登陆中国国家外汇管理局官网：

<http://www.safe.gov.cn> 等权威网站查询

具体兑换汇率以前往国银行所公布的为准。



### 三、其他生活常识

#### （一）用电

1. 马来西亚：标准电压和中国国内相同，均为 220 伏，电源插座为三芯垂直插座。

2. 沙特阿拉伯：标准电压为 110 伏或 220 伏。电源接口有两相和三相两种，圆型插头。建议携带转换插头，用时注意电压标准。

3. 伊拉克：电源接口类型为英标规格。标准电压为 230 伏，50 赫兹。

4. 斯里兰卡：标准电压为 230 伏。

5. 缅甸：缅甸电源插头以英式为主，标准电压 230 伏。

6. 印度：印度通用的电源接口类型为三孔圆头插座，标准电压和中国国内相同，均为 220 伏。

7. 巴基斯坦：标准电压和中国国内相同，均为 220 伏，但是电源插座和国内不匹配，建议携带多用转换插座。

#### （二）垃圾处理

根据驻在国当地法规及企业卫生管理要求，必须正确做好垃圾处理或处置，不得随意丢弃，保持环境卫生。

#### （三）在线信息支持

##### 1. 电脑上网

电脑上网主要包括上网、浏览、搜索、下载、电子邮件、网络聊天与即时通信、网络视听、论坛与博客、网络游戏、电子商务、网上购物等。

##### 2. 手机上网

手机上网是指利用支持网络浏览器的手机通过 WAP 协议，同互联网相联，从而达到网上冲浪的目的。手机上网具有方便性、随时随地性，已经越来越广泛，逐渐成为现代生活中重要的上网方式之一。在境外上网注意当地流量费用。

##### 3. 网络安全

在架设内部无线路由器时要注意设定密码，不要在公共区域或不熟悉的无线网络段使用网络银行或传送敏感信息。

#### 4. 政府主管部门与行业协会网站

##### (1) 中国商务部经济合作司

网址: <http://www.mofcom.gov.cn>

##### **主要职能:**

起草对外投资和经济合作法律、法规，拟订相关部门规章和保障、监管等制度；会同有关部门提出财政、金融、保险、外汇、出入境等促进政策的建议；拟订并组织实施对外投资和经济合作业务的发展战略及规划。

依法核准境内企业对外投资(金融类除外)并实施监督管理；制定国内企业开展对外投资和经济合作(含境外就业)的资格标准和管理办法并组织实施，规范对外投资和经济合作经营秩序。

监测、分析对外投资和经济合作运行情况，制定和完善对外直接投资、对外承包工程和对外劳务合作等统计制度并组织实施。

牵头研究、拟订重大战略性项目的规划布局和支持政策，统筹协调项目实施。

拟订对外投资综合绩效评价和年检办法、对外承包工程企业分级分类管理办法并组织实施；指导对外劳务合作企业信用等级评价工作。

开展对外投资和经济合作方面的多、双边交流与合作，建立相关机制，商谈落实政府间合作项目；建立重点产业、企业联系制度，指导重大对外投资和经济合作项目的实施。

会同有关部门负责对外投资和经济合作境外安全保护和突发事件处置工作；负责牵头外派劳务(含境外就业人员)的权益保护相关工作。

指导、组织、协调境外经济贸易合作区建设的相关工作。

按有关规定牵头负责优惠出口买方信贷相关工作。

指导和管理对外投资和经济合作方面的相关培训工作。指导

对外投资和经济合作的促进工作。

## （2）对外承包工程商会

中国对外承包工程商会是由在中华人民共和国境内依法注册从事对外承包工程、劳务合作、工程类投资及提供相关服务的企业和单位依法自愿组成的全国性、行业性、非营利性的社会组织，代表行业，具有社会团体法人资格。

网址：<http://www.chinca.org/>

### **商会宗旨：**

遵守国家宪法、法律和法规，遵守社会道德风尚，执行国家方针、政策，致力于促进我国对外承包工程、劳务合作、工程类投资及相关服务行业的发展。

### **商会职责：**

代表行业利益，表达行业意愿。参与相关法律法规、产业政策、技术标准和行业发展规划的制订，向政府反映会员的合理建议。代表行业进行对外交涉，维护会员企业及劳务人员的合法利益。

实施行业自律，维护经营秩序。制定行业行为规范和公约，协调会员业务和会员关系，开展行业信用体系和社会责任建设，维护国家利益，维护经营秩序，保护公平竞争。

开展专业服务，满足企业需求。开展行业研究，提供信息、咨询、培训服务，协助企业解决业务问题，组织市场考察和开拓活动。

加强国际交流，促进同行合作。代表本行业参加国际同行业组织，出席有关国际会议，与相关国际组织和地区、国家同行业组织建立联系，促进行业的国际间合作。

## 第五节 赴亚洲部分国家安全须知

### 一、马来西亚

#### （一）社会治安

在马来西亚工作和生活总体比较方便、安全。但近年来，马社会治安有恶化的趋势，强奸、入室打劫、凶杀等恶性案件时有发生。在马中国公民应特别注意以下几个方面：

1. 提防摩托抢包。马来西亚有一些不法分子利用摩托车抢夺路边行人手提或肩背包，建议尽量不要使用肩带较长的手提或肩背包；

2. 不要轻信他人。部分持短期签证来马的中国公民因受本地非法代理蛊惑而非法滞留马来西亚找工作，最后花了大笔中介费，非但没找到工作，反因逾期滞留而有家不能回，甚至被警方抓扣；

3. 避免独自前往偏僻地区。女士外出要结伴而行，经过人迹较少的地下通道、车库或过街天桥时要保持警觉。

#### （二）自然灾害

马来西亚因处环太平洋地震带之外而免受地震、海啸和火山爆发等特大自然灾害的侵袭，但该国不时受到雨季洪水、山体塌方以及浓雾等灾害的侵扰。

#### （三）食品卫生

到马来西亚虽可不必太担心卫生问题，但因各人身体条件不同，还应适当注意，以防水土不服。因为当地天气热，一定要尽量多喝水。大城市的自来水可以直接饮用，但保险起见，应避免喝路边摊贩出售的冰水。

### 二、沙特阿拉伯

#### （一）社会治安

沙特阿拉伯治安局势较为稳定。沙特民风淳朴、生活富裕，法律机构执法严格，判死刑者斩首，偷窃者斩手，一般的刑事犯罪案件较少。沙国有三种警察（交通警察、安全警察及宗教警察）不断巡视大街小巷，维护治安。赴沙人员需随时携带护照或工作准证，处处小心，警察多不讲英语，不识阿文者亦不在少数，有理往往说不清。宗教法律亦对民事和刑事犯罪惩戒严厉，且纪律森严，外籍人士亦需遵守。沙特一般的刑事犯罪案件较少。但近年来因大量外籍劳务人员进入沙特，我在沙人员护照和随身物品被抢事件时有发生，应保持警惕，注意人身和财物安全，不要随身携带大量现金。

贴身携带贵重物品，乘坐出租车时看好自己的物品，勿与不相识的人同乘一辆出租车。前往人烟稀少的地方要小心谨慎。如遇护照、财物等被抢，应第一时间向沙特警方报案，并请及时与中国驻沙特大使馆或驻吉达总领馆联系，工作人员将尽力提供协助。

### （二）自然灾害

沙特阿拉伯属热带沙漠气候，干燥少雨，日照强，夏季炎热，冬季凉爽。为防止脱水，应大量饮水，并注意防暑、防晒。由于沙化严重，每年初夏会有沙尘暴和降沙天气持续。此外，由于排水系统较薄弱，每年3-4月雨季时，在西部山区部分城市会有洪涝和泥石流发生。

### （三）食品卫生

沙特阿拉伯食品进口标准十分严格，由沙特食品、药品监督管理委员会负责。凡是不符合标准的一律不允许入境。可疑商品一律下架。沙特无全国流行性传染疾病。沙特自来水系海水淡化水，不建议直接饮用，最好购买瓶装或桶装饮用水。

沙特每年有上百万来自世界各地，特别是亚非地区发展中国家的公民来沙特履行伊斯兰教朝觐功课，经常带来一些传染性疾病，在外人员需注意做好自身防疫工作。

### 三、伊拉克

#### （一）社会治安

2003 年伊拉克战争后，伊安全状况仍令人担忧。北部库尔德自治区相对较好，其他地区包括首都巴格达在内，安全局势不稳，爆炸、枪击、绑架等恐怖袭击事件仍不时发生。在伊中国公民应尽量避免单独外出，如若外出应随身携带护照或身份证件，并做好必要的安全防护。

#### （二）自然灾害

春季沙尘暴严重，夏季酷热高温。近年秋冬季节降雨量较大，因伊城市排水设施设计不足，且战后年久失修，易出现城市内涝。

#### （三）食品卫生

自来水受污染，处理净化不够，不宜饮用或做饭，尽可能用瓶装（矿泉、净化）水。

### 四、斯里兰卡

#### （一）社会治安

1. 斯里兰卡安全形势趋于稳定。2009 年 5 月，斯里兰卡内战结束；2011 年 8 月，全国范围内的紧急状态法取消。尚有部分检查站在工作，北部原冲突地区的扫雷工作仍在进行。斯社会秩序良好，但近年来刑事犯罪有所上升。

斯里兰卡有合法赌场，但一些不法分子混迹于此，主动套近乎借钱，最后利用威胁、暴力等手段，迫受骗者陷入高利贷的深渊。

#### 2. 安全提示

（1）斯里兰卡劳动力价格较低，是劳务输出国。赴斯劳务须谨慎，避免上当受骗。

（2）所有香烟进入斯里兰卡均需申报纳税。斯里兰卡有“非法持有香烟”罪。近期，斯方加大查处力度，屡有人因持有数支

非当地市场出售的香烟被拘捕并被法院判决。强烈建议烟民抽当地香烟。

(3) 不要进入赌场、不要参与赌博。

(4) 任何情况下不要向他人借钱，特殊情况下的融通必须确认没有任何风险。请注意，抵押护照是违法行为。

(5) 不要向他人炫耀现金、珠宝或其他贵重物品。

(6) 有些寺庙、商场和茶厂的核心部位不许照相。背对佛像拍照违反斯里兰卡法律。

(7) 请尽量使用信用卡，切勿随身携带大量现金。如有陌生人要教您如何使用 ATM 机，请勿接受他们的帮助。购物时请索取转账凭证，签字前须核对购物金额。刷卡须一次完成，请勿让售货员再刷第二次。

(8) 女性不要穿暴露的服装，晚间不宜单独外出。

(9) 记住紧急情况联系人的电话号码。遇到紧急情况，在确保自身安全的情况下及时呼救。丢失护照、行李或发生其它意外，请及时向警方报案并请其出具报警单，以便日后办理机票、护照补发等事宜。如有必要，请与中国驻斯里兰卡使馆联系。

## (二) 自然灾害

1. 斯里兰卡属热带气候，主要自然灾害为海啸、洪灾和泥石流。请在出行前注意当地天气预报，雨季避免前往山区及可能遭受洪灾的地区。

### 2. 安全提示

(1) 切勿在非游泳区游泳。下海前须先了解水域情况及注意事项，以结伴下海为宜，注意相互照应。请注意天气、洋流状况，岸边红旗表示非常危险，严禁下海。

(2) 如步经村庄及野地，建议随身携带棍子，以防流浪狗和蛇。

(3) 如到地势稍高的地区，途径野外，要防备被旱蚂蟥叮咬，建议随身携带肥皂或食盐，涂抹于皮肤上。

(4) 著名世界文化遗产西格利亚狮子岩景区多有黄蜂群出没，

曾发生多起伤人事件，请在区内保持安静，切勿喧哗，以免惊动黄蜂。如遇黄蜂袭击，请听从景区工作人员指挥，及时进入防护所躲避。如在半山腰或山顶，应立即蹲下，用衣物遮住头脸，等待救援，切勿惊慌、奔跑。

### （三）食品卫生

斯里兰卡的自来水未达到世界卫生组织规定标准，建议过滤、烧开后饮用，或饮用瓶装水。

## 五、缅甸

### （一）社会治安

1. 缅甸治安总体情况良好，民风淳朴，较少发生重大刑事犯罪案件。在缅北部少数民族武装控制地区，目前局势比较混乱，安全保障存在问题，一旦出现安全案件，很难得到妥善解决。中国公民来缅宜尽量避免前往此类地区。此外，自 2009 年至今，在缅甸湄公河航行的中国商船发生过数起歹徒枪击和劫持人质事件。中国使馆特别提醒我企业和船只，提高安全防范意识，防止重特大安全事件发生。

2. 缅甸出产玉石的帕敢和出产宝石的抹谷为缅政府划定的“禁区”，限制外国人进入。请中国公民不要前往，以免给自己带来不必要的麻烦。

3. 中缅国情不同，法律差别较大。近年来，有些中国公民未经许可擅自在缅伐木、淘金、捕鱼或赌博等，受到缅甸法律的追究，有些人被判长期监禁。中国公民来缅甸之前，应尽可能了解当地法律，避免因触犯法律而被起诉，甚至被判刑。

4. 中国公民在缅甸遇到危险或人身伤害时，应在当地及时报警，借助法律武器保护自己，并就近向中国驻缅使馆（中部、南部）或驻曼德勒总领馆（北部）求助。

### （二）自然灾害



缅甸历史上自然灾害并不多发。近年发生的造成较大伤亡的自然灾害，包括 2008 年 5 月发生的“纳尔吉斯”风灾，以及 2011 年 3 月 24 日在缅甸东北部大其力附近地区发生 7.2 级地震。

### （三）食品卫生

缅甸污染较小，蔬菜、水果、稻米等农产品及食品的卫生安全情况较好。在缅甸饮食，要特别防范感染肝炎，注意选择卫生条件较好的餐厅就餐。

## 六、印度

### （一）社会治安

#### 1. 形势评估

印度国内法律制度和安保措施相对健全，社会治安情况总体良好，社会犯罪率相对较低。

在印度，恐怖活动和宗教冲突时有发生，并造成人员伤亡。恐怖爆炸事件发生地点多为人员较为密集的公共场所及公共交通工具（火车、汽车）上。

#### 2. 防范措施

（1）外出前，应了解所去目的地的社会治安情况，掌握我驻印使（领）馆的联系电话、当地报警电话、所住饭店电话、地址等信息。最好让您的同事、朋友或亲属了解您的去向。

（2）妥善保管证件和财物。不随身携带大量现金，护照、机票、钱款、相机等贵重物品务必妥善照管、存放。

（3）护照应随身携带，不要放在行李包中。请将护照资料页和印度签证复印备份，将复印件连同几张护照照片与护照原件分开放置，以备不时之需。

（4）使用自动取款机最好在白天人多处，取款时最好有朋友在身边。因商业往来等原因接收大额现金后，建议立即存入银行。丢失银行卡，应立即报警，并打电话到发卡银行进行口头挂失，

回国后再办理有关挂失的书面手续。

(5) 外出最好结伴，夜间减少出行。外出时建议最好携带手机，遵守交通规则，严防飞车劫掠，尽可能了解所在区域警署的位置、报警电话或紧急求助电话，以备不时之需。如发现可疑情况，应留心周围环境的特征，如地点、地形、车辆、人们的行为、衣着等可辨认的细节，以利意外情况发生后警方采取行动。

(6) 谨慎选择场所，谨慎对待陌生人。尽量避免去人群较密集的地点，特别是举办宗教集会的地点。在机场、火车站、饭店、商店等人多的公共场所，尤其要提高警惕，以免证件和财物丢失、被盗。

(7) 尽量避免单独前往较偏僻的地区，尤其是女性。如当地社会治安较差，晚上最好不要外出。

## (二) 自然灾害

1. 印度的自然灾害主要有洪水、干旱、飓风、雪崩、泥石流和暴风雪等。洪水是印度最常见的自然灾害，季风雨带来的强降雨导致洪水泛滥成灾。喜马拉雅山区是泥石流多发区。印控克什米尔地区、喜马偕尔邦和锡金邦多发雪崩。孟加拉湾及其附近海域暑季高温，多发飓风。马哈拉施特拉邦东部和南部、卡纳塔克邦北部、安德拉邦、奥里萨邦、古吉拉特邦和拉贾斯坦邦，则多发旱灾。

### 2. 防范措施

印度暑季普遍高温，雨季则蚊虫滋生，易发疫病。赴印人员应充分了解当地情况，避免前往灾情多发地区，同时做好相应准备。

## (三) 食品卫生

### 1. 概况

印度的食品安全质量控制体系一般比较严格。只要是从正规商店购买的正规厂家生产的食品，品质比较有保障。而露天自由市场，或城镇街边小店、农村地区小商铺里售卖的各种食品容易发生问题。这些产品卫生状况普遍较差，品质没有保证。此外，

印度饮用水卫生较差，饮用未煮沸的生水，容易引起肠胃疾病。

## 2. 防范措施

不要饮用生水、自来水或路边小贩兜售的自制饮料。尽量饮用超市购买或酒店提供的瓶装水，并注意检查封口密封情况。尽量不要在街边小摊或小饭店就餐。

## 七、巴基斯坦

### （一）社会治安

巴基斯坦安全形势严峻，恐怖爆炸袭击多发。伊斯兰堡社会治安稍好，南部城市卡拉奇经常发生宗教事件和恐怖袭击事件。根据巴基斯坦官方公布的信息，与阿富汗接壤的部落区和俾路支省安全问题突出，近年来发生多起涉及中国人的恐怖事件，应避免前往。开伯尔—普什图省治安状况也较差，暴力袭击时有发生，建议非有必需业务，不要前往。

建议应提高警惕，加强防范，减少不必要的外出，尽量避开人群集中的场所，并采取相关措施，避免可能发生的恐怖袭击、绑架等造成的人身安全及财产损失。如遇紧急情况，请及时向当地警方和中国驻巴基斯坦使（领）馆求助。

赴巴劳务或在巴停留 3 个月以上的中国公民，可通过各种途径到使馆经商处和领事部备案，以必要时能及时与使馆取得联系。

### （二）自然灾害

巴基斯坦地形地貌复杂，自然灾害频发，主要有洪水、地震、泥石流、旱灾等。

北部地区地形复杂，人烟稀少，经常发生塌方、泥石流、雪崩等自然灾害，前往时最好由当地伙伴安排并同行，尽量缩短逗留时间。

### （三）食品卫生

巴基斯坦卫生条件相对较差，地处热带，传染病较多。前往

巴国前，建议接种预防疟疾、黄热病、乙肝、乙脑等疾病疫苗。来巴前，可准备适量止泻药、感冒药、消炎药和清凉油等。2010年特大洪灾后，受灾地区各种流行性疾病较多。

巴城市大多数供水系统不健全，管道年久失修，长期缺水，污染严重，水质呈酸性，细菌含量过高，容易引发肠道疾病，不能直接饮用。城市因缺水问题导致绿化较低，空气粉尘含量大，苍蝇蚊子较多，再加上医疗体系的不健全，普通民众缺乏基本的卫生常识，易发多种疾病，如肠胃病、霍乱、肺病、结核病、肝病等，疟疾、黄热病、乙肝、乙脑、腹伤寒、出血热等，都是巴常见传染病。

## 第六节 赴亚洲国家健康须知

### 一、现代健康

#### （一）概念

现代健康的含义并不仅是传统所指的身体没有病而已。根据世界卫生组织的解释：健康不单单指一个人没有疾病或虚弱现象，同时也指一个人生理上、心理上和社会上的完好状态。

#### （二）标准

健康是指一个人在身体、精神和社会等方面都处于良好的状态。传统的健康观是“无病即健康”，现代人的健康观是整体健康，内容包括：躯体健康、心理健康、心灵健康、社会健康、智力健康、道德健康、环境健康等。健康是人的基本权利，是人生最宝贵的财富之一；健康是生活质量的基础；健康是人类自我觉醒的重要方面；健康是生命存在的最佳状态，有着丰富深蕴的内涵。

#### （三）亚健康

亚健康是一种临界状态。处于亚健康状态的人，虽然没有明确的疾病，但却出现精神活力和适应能力的下降。如果这种状态不能得到及时的纠正，非常容易引起心身疾病。亚健康即指非病非健康状态，这是一类次等健康状态，是介乎健康与疾病之间的状态，故又有“次健康”、“第三状态”、“中间状态”、“游移状态”、“灰色状态”等的称谓。世界卫生组织将机体无器质性病变，但是有一些功能改变的状态称为“第三状态”，我国称为“亚健康状态”。

### 二、生理健康

#### （一）评估与保护

##### 1. 人体健康的十条标准

精力充沛，处事乐观，睡眠良好，适应能力强，能抵抗一般

疾病，保持标准体重，眼睛明亮，牙齿完整，头发有光泽，肌肉、皮肤弹性好。

## 2. 有害健康的八种行为

吸烟，饮酒过量，不恰当的服药（包括不按医嘱服药），缺少经常的体育锻炼或突然运动量过大，热量过高或多盐、饮食无节制，不接受科学合理的医疗保健，对社会压力产生适应不良的反应，破坏身体生物节奏的生活。

## 3. 自我保健方法

加强体质锻炼，保持合理营养，适当睡眠与休息，控制调节不良情绪，预防心理刺激，进行健康心理训练，养成良好的生活与卫生习惯，及时早期治疗疾病。

## 4. 酗酒的害处

酒精中毒，诱发胃炎、肝炎、高血压、心脏病，浪费金钱，易出事故。

## （二）常见的身体健康危害

身体健康，特别是没有心肝肾等重要脏器的疾病，才适合跨境长途旅行，才能适应境外较高的劳动强度与苛刻的工作环境。按我国相关规定，不符合出入境健康要求的劳务人员，均不得出国务工。

境外务工群体由于长期的集体生活，劳动强度大，综合素质相对不高，公共卫生意识较差，个人卫生防护程度低等因素，往往极易患各种疾病，尤其是传染性疾病。根据相关统计数据，主要的高发性疾病有：旅行者腹泻、疟疾、肝炎、伤寒、肺结核、性病、艾滋病、血吸虫病、狂犬病、霍乱、酒精及食物中毒、感冒、胃炎等。如果明知自己患病却不去体检和进一步治疗，是对自身健康、家庭、社会甚至雇主都是极不负责的行为。

另外，还有很多危害务工人员身体健康的危险源，包括交通事故、动物及昆虫等叮咬损伤、高原反应、高温高湿环境、电离和非电离辐射、有毒化学物质等，也应引起足够的重视，提高个

人防范意识，采取必要的预防措施。

### （三）其他注意事项

近年来，境外卫生及移民部门对入境人口健康检查的要求日趋严格，我国务工人员成为其重点关注人群。中国出入境检验检疫部门提醒即将赴境外务工的相关人员，涉外健康体检与签证工作是一项政策性、技术性和科学性都比较强的工作，对外投资合作企业和务工人员都要从认真填写前往国家名称、出国类别等基础信息做起，积极听取我国各地保健中心咨询医师的建议，对常规体检要求之外增加的项目以及签证要求，要予以积极配合和充分理解；体检后目的国家如有变更，应及时与检验检疫部门联系，以明确是否需要增加体检项目或附加证明，以免签证时效受影响，甚至产生不必要的经济损失。

保健中心对境外务工人员健康评估的基本前提是“健康无碍出国劳务，出国劳务无碍健康”。《国际旅行健康检查证明书》有医生建议一栏，保健中心的主检医生将综合务工人员身体状况、所从事的工作、所到国家及合同的要求等情况后作出“当前健康状况适合劳务”、“当前健康状况不适合劳务”、“建议暂缓，治疗后劳务”、“建议不出国劳务”、“患有禁止出入境疾病，禁止出国劳务”等健康评估。对于出国人员发现患有检疫传染病、监测传染病及其他传染病者，不签发《国际旅行健康检查证明书》，只出具健康检查记录表。

### （四）拒绝毒品

#### 1. 毒品

毒品是指鸦片、海洛因、吗啡、大麻、可卡因以及政府管制的其他能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品。

#### 2. 毒品的类别

（1）吗啡型药物，包括鸦片、吗啡、可卡因、海洛因和罂粟植物等最危险的毒品；

（2）可卡因和可卡叶；

- (3) 大麻;
- (4) 安非他明等人工合成兴奋剂;
- (5) 安眠镇静剂, 包括巴比妥药物和安眠酮;
- (6) 精神药物, 即安定类药物。

### 3. 毒品共同特征

- (1) 有一种不可抗拒的力量, 强制性地使吸食者连续使用该药, 并且不择手段地去获得它;
- (2) 连续使用有加大剂量的趋势;
- (3) 对该药产生精神依赖性及躯体依赖性, 断药后产生戒断症状;
- (4) 对个人、家庭、社会都会产生危害性结果。

### 4. 远离毒品, 做到“十不要”

- (1) 不要因为遇到不顺心的事而以吸毒消愁解闷;
- (2) 不要放任好奇心。如果好奇而以身试毒, 一试必付出惨痛代价;
- (3) 不要抱侥幸心理。吸毒成瘾, 试一下将会悔恨终生;
- (4) 不要结交有吸毒、贩毒行为的人。遇有亲友吸毒, 一要劝阻, 二要回避, 三要举报;
- (5) 不要在吸毒场所停留。身处毒雾缭绕的地方实际是不自觉吸毒, 千万不可停留;
- (6) 不要听信吸毒是“高级享受”的谣言, 吸毒一口, 痛苦一生;
- (7) 不要接受吸毒人的香烟或饮料, 因为他们可能会诱骗你吸毒;
- (8) 不要听信毒品能治病的谎言, 吸毒摧残身体, 根本不可能治病;
- (9) 不要虚荣, 以为有钱人才吸得起毒。吸毒是一种愚昧可耻的行为;
- (10) 不要盲目仿效吸毒者, 也不要崇拜吸毒的“偶像”,



这种赶时髦的心理既幼稚又糊涂。

### 三、心理健康

#### （一）心理健康标准

1. 有适度的安全感，有自尊心，对自我的成就有价值感；
2. 适度地自我批评，不过分夸耀自己也不过分苛责自己；
3. 在日常生活中，具有适度的主动性，不为环境所左右；
4. 理智，现实，客观，与现实有良好的接触，能容忍生活中挫折的打击，无过度的幻想；
5. 适度地接受个人的需要，并具有满足此种需要的能力；
6. 有自知之明，了解自己的动机和目的，能对自己的能力作客观的估计；
7. 能保持人格的完整与和谐，个人的价值观能适应社会的标准，对自己的工作能集中注意力；
8. 有切合实际的生活目标；
9. 具有从经验中学习的能力，能适应环境的需要改变自己；
10. 有良好的人际关系，有爱人的能力和被爱的能力。在不违背社会标准的前提下，能保持自己的个性，既不过分阿谀，也不过分寻求社会赞许，有个人独立的意见，有判断是非的标准。

#### （二）心理平衡疗法

##### 1. 认知疗法

主要改变心理健康问题者对心理问题的原因的认识，探寻解决问题的应对方法。

##### 2. 行为改变治疗

（1）自我认可法。重建对自我的认可，可获得安心，建立安全感；

（2）重建对他人的认可和理解。学会更好地与人相处，建立包容心，对他人不再强求；

(3) 建立对现状的认可。认识到事物的变化的自然规律，遵循自然规律，认识到量变到质变的辩证原理；

(4) 打破束缚和规定。打破自我强求，和对他人的强求，重获自由的心态；

(5) 平等对待，建立平常心。主要用于改变急于求成的急躁心态，做能做的事，平等对待事物变化的整个过程，是对自然变化过程的认可；

(6) 可塑性、兼顾性、容纳性、良好适应性恢复训练。用于学会在各种情况下都能保持良好的心态；

(7) 巩固辅导，最后达到习惯成自然。达到自由的境界，就像回归婴儿状态。

### (三) 不良思想情绪处理

1. 转移：当情绪出现抑郁、愤怒、暴躁时，要学会转移自己的注意力。不要让自己沉溺于不良情绪之中，而是让自己的注意力都转移到能让自己开心的事情上面去；

2. 宣泄：宣泄对于情绪的管理是一种很好的方法，但是也要注意如何去运用宣泄。宣泄不是大喊大叫，而是通过和工友交流、与家属电话沟通等方式来将自己的情绪进行释放，不要让不良情绪压抑在心中，影响自己；

3. 弱化：试着用让你感觉到快乐的事情，去弱化你的情绪。尽可能地做到对刺激事情不听、不看、不感觉、不联想、不思考、不记忆；

4. 宽容：生气，是用别人的错误来惩罚自己。原谅了别人也就饶过了自己。所以我们要学会宽容，因为你对别人宽容的同时，你也在对自己宽容。

### (四) 健康心理培养

对自己不苛求；对亲人期望不要过高；不要处处与人争斗；暂离困境；适当让步；对人表示善意；找人倾诉烦恼；帮助别人做事；积极娱乐；知足常乐。

## 四、社会适应性与人际交流

### （一）社会适应性

#### 1. 定义

社会适应性是新时期健康教育的一个重要组成部分，主要是指人类对社会环境的适应能力，而且可以人为地改变周围的环境来创造和拓展自己的生存和发展空间。

#### 2. 标准

社会适应性标准有两层含义：

（1）以人的心理和行为是否严重违背一定社会公认的道德规范和行为准则为标准。如果一个人的心理活动和行为表现，与一定社会公认的道德规范和行为准则相比较，显得过于离奇，不相适应，不为常人所理解、所接受，对其本人的身心健康和社会生活都会产生不良影响，那么这个人的心理和行为就被认为是异常的，不健康的。比如，一个成年人在众人面前赤身裸体、欣喜若狂。其心理和行为与其年龄、身份和社会规范明显不符，不能为社会所理解、所接受，对其本人和社会都有害，而其本人却不以为然，完全没有羞耻感，这就是心理异常的表现。

（2）以某个人一贯的心理活动和行为表现为依据。比如，一个人一向乐观开朗、活泼好动，然而一个时期以来逐渐变得抑郁寡欢、沉默少语，甚至绝望轻生；或者相反，一向沉默寡言，喜静不喜动，突然间一反常态，变得十分活跃，表现欲望十分强烈，夸夸其谈，口若悬河，自我感觉十分良好，如此等等都表明这个人的心理和行为发生了异常的变化，形成了病态心理。

### （二）人际关系交往

#### 1. 定义

人际关系指人与人之间一切直接或间接的相互作用，是人与人之间通过动态的相互作用形成的情感联系，是通过交往形成的心理关系。

交往是社会中个人与个人、个人与集体、集体与集体之间相互联系和相互作用。从主观方面来讲，人的交往是人类的一种机能；从客观方面来讲，人的交往是人存在的方式。

## 2. 原则

### （1）尊重原则

尊重包括两个方面：自尊和尊重他人。自尊就是在各种场合都要尊重自己，维护自己的尊严，不要自暴自弃；尊重他人就是要尊重别人的生活习惯、兴趣爱好、人格和价值。只有尊重别人才能得到别人的尊重。

### （2）真诚原则

只有以诚待人，胸无城府，才能产生感情共鸣，才能收获真正的友谊。没有人会喜欢虚情假意。

### （3）宽容原则

在人际交往中，难免会产生一些不愉快的事情，甚至产生一些矛盾冲突。这时候我们就要学会宽容别人，不斤斤计较，正所谓退一步海阔天空。人不犯我，我不犯人。人先犯我，礼让三分。不要因为一些小事而陷入人际纠纷，浪费时间，得不偿失。

### （4）互利合作原则

互利是指双方在满足对方需要的同时，又能得到对方的报答。人际交往永远是双向选择，双向互动。你来我往交往才能长久。在交往的过程中，双方互相关心、互相爱护，既要考虑双方的共同利益，又要深化感情。

### （5）理解原则

理解是成功的人际交往的必要前提。理解就是我们能真正地了解对方的处境、心情、好恶、需要等，并能设身处地地关心对方。善解人意的人，永远受人欢迎。

### （6）平等原则

与人交往应做到一视同仁，不要爱富嫌贫，不能因为家庭背景、地位职权等方面原因而对人另眼相看。平等待人就不能盛气

凌人，不能太嚣张。平等待人就是要学会将心比心，只有平等待人，才能得到别人的平等对待。

### （7）信用原则

“人，无信不立”、“言而无信非君子”。要取信于人：第一，要守信，言行一致，说到做到；第二，要信任，不仅要信任别人，而且要争取赢得别人的信任；第三，不轻易许诺；第四，要诚实，答应别人的事要尽量做到，做不到的要讲清楚，以赢得对方的理解；第五，要自信，给别人以信赖感和安全感。

## 3. 秘诀

### （1）感情愉悦

大家彼此喜欢和对方交往，并能从交往的过程中有所收获，交往就得以良性循环下去。如果交往变成了负担，变成了没有意义的纯粹是浪费时间的活动，那这样的交往不会长久。

### （2）价值观相似

交往的过程中，彼此的价值观相似，不仅可以得到支持和共鸣，而且可以预测对方的行为倾向，这样，双方就比较容易适应。价值观相似到了交往的后期起很大的作用，很多人因为价值观的分歧而最后分道扬镳。

### （3）慎重给人提建议

在别人没有征求意见的时候提建议，有些人会拒绝采纳建议，无论这些建议有多好，或者自己的初衷有多高尚。如果坚持这样做，自己和他们之间的关系就会受到影响。不要再把时间和精力浪费在试图解决别人的问题上，这也包含自己的配偶、朋友和工作上的伙伴，这种试图解决他们的问题的做法，等于是在说他们没有能力做好这件事。

### （4）善于倾听别人说话

这一点很关键。在与别人交流的时候，仔细认真地听别人说话，能够很准确地理解和领会别人想要表达的思想，以及说话的目的，这样自己就能准确地表达自己的思想和观点，能够很好地

与人交流和沟通，最终达到事半功倍的效果。

#### （5）换位思考

做什么事都要换位思考。遇到事情时，不妨站在对方的角度去思考问题，从对方出发，想想如果这样做了对方会如何想，对此引发的后果，这样我们就能够想清楚，把事情做到最佳。假如对方是自己的领导就更应该注意这一点，但是前提必须把自己的思维上升一个高度，假如自己是领导，希望自己如何去做，会产生什么样的效果，得与失都能想明白，做事能够得当合适。养成这样的思维习惯，在处理很多问题上，就能轻松自如和恰到好处。

### 4. 技巧

#### （1）交谈的技巧

一次成功的交谈不仅取决于交谈的内容，而更多的是取决于交谈者的神态、语气和动作等。同样一句话，用不同的语调说出会有不同的效果。所以，我们在交谈的时候要表示友善之心，不要盛气凌人。同时，不要没完没了说个不停，应给别人说话的机会。更不能随便打断别人的谈话，忽视别人的感受。

#### （2）聆听的技巧

聆听也是一门艺术。聆听需要我们耐心地倾听，同时要有适当的反应。这时应当注意集中精神、表情自然，经常与对方交流目光，适当地点头，或是用微笑来表示你很乐意倾听。这样，别人才更有信心的继续讲下去。如有疑问，我们也可以提出一些富有启发性的问题，这样，对方会感到你对他的话很重视。

#### （3）“三A”法则

美国学者布吉林教授等人，曾经提出一条在人际交往中成为受欢迎的人“三A”法则。

第一个 A(Accept)：接受对方

第二个 A(Appreciate)：重视对方

第三个 A(Admire)：赞美对方

### 5. 交往中易犯的 10 个错误

(1) 不做自我介绍。无论何种场合，相互认识是进一步交流的前提。主动自我介绍是避免尴尬的关键点之一；

(2) 接电话时不回避。在公共场合，大声打电话会特别显眼、甚至招人厌，最好先道歉并把音量放小声点，这是避免他人反感的的不二法宝；

(3) 夸夸其谈、自吹自擂。聊天过程中有意无意地把话题往自己身上引，往往给人以自恋、爱显摆，留下不好的印象；

(4) 对待服务人员态度粗暴。态度是良好沟通的前提，无论他人是什么身份，粗暴的态度、自以为是的神情，只会让人觉得这个人不可理喻；

(5) 总是迟到。每个人都希望被尊重，迟到虽然能找借口蒙混过关，但会让对方觉得自己不重视这段关系。次数一多，感情也会打折扣；

(6) 不让座。让座给更需要的人，是最基本的人性表现。如果光想着让自己舒服一点，会在不知不觉中，给人留下自私、冷漠的印象；

(7) 争账单。出手大方会让人觉得你很热情，但没必要死磕。有人建议 AA 制时，不要你争我抢、争得面红耳赤，否则下一次大家可能不敢在一起娱乐了；

(8) 占用公共设施。如果“没事占茅坑”，比如在公园占着健身器械当椅子坐、随处放东西、擦抹汗渍等，这些小动作只会惹人反感；

(9) 双手抱胸前。说话时双手抱于胸前，会让人感觉你对他是有防备的、想拒绝他，让人觉得不被信任；

(10) 小动作太多。说话时总是敲手指头、挖耳朵、玩指甲等，会让人感觉你心不在焉。

## 五、道德健康

把道德修养纳入健康的范畴，是世界卫生组织关于健康定义的新发展。道德健康是健康标准的第一要素，健康应“以道德为本”。“道”既是指人在自然界及社会生活中待人处世应当遵循的一定规律、规则、规范等，也是指社会政治生活和做人的最高准则。“德”是指个人的品德和思想情操。可以说，道德是人类所应当遵守的所有自然、社会、家庭、人生的规律的统称。违反了这些规律，人们的身心健康就会受到伤害。

道德健康的内容包括：健康者不以损害他人的利益来满足自己的需要，具有辨别真与伪、善与恶、美与丑、荣与辱等是非观念和能，能按照社会行为的规范准则来约束自己及支配自己的思想和行为。

把道德纳入健康范畴是有科学依据的。巴西著名医学家马丁斯研究发现，屡犯贪污受贿的人易患癌症、脑出血、心脏病和精神过敏症。品行善良，心态淡泊，为人正直，心地善良，心胸坦荡，则会心理平衡，有助于身心健康。相反，有违于社会道德准则，胡作非为，则会导致心情紧张、恐惧等不良心态，有损健康。试看，一个食不香、睡不安、惶惶不可终日者，何以能谈健康！据测定，这类人很容易发生神经中枢、内分泌系统功能失调，其免疫系统的防御能力也会减弱，最终会在恶劣心态的重压和各种身心疾病的折磨下，早衰或者早亡。

## 六、亚洲地区常见的传染性疾病

在亚洲，发热性疾病中值得关注的是登革热、疟疾、乙型肝炎等疾病。这些疾病都是由蚊虫传播的，避免蚊子叮咬是预防的关键。建议在外人员从国内出发前，应前往当地出入境检验检疫主管部门下属的保健中心或其他旅行医学专业机构，咨询旅行医



学医务人员，了解恰当的防蚊防病措施，必要时可考虑接种乙脑疫苗预防乙型脑炎。

请注意，传播登革热的蚊子喜欢白天叮咬，传播疟疾的蚊子喜欢夜间叮咬。所以，无论白天还是夜晚，都不要忽略防蚊这一有效防病措施。

出门在外，最怕吃坏肚子和发生其他肠道传染病。霍乱、旅行者腹泻以及伤寒等传染病在亚洲也不少见，它们通过被污染的水和食物传播。除了接种霍乱、伤寒等疫苗外，良好的卫生习惯和恰当的食品和饮用水卫生措施，都有助于预防这些疾病。

柬埔寨、印度尼西亚、老挝、菲律宾、泰国等东南亚国家潜在着血吸虫病的感染风险，在外人员如在淡水河流、湖泊、水塘中游泳，有可能感染血吸虫病。

同时，亚洲地区某些国家的麻疹与结核病的传染也需要引起足够重视。

前往上述地区的在外人员，可以向我国出入境检验检疫机构及其保健中心咨询，或登陆国家质检总局网站([www.aqsiq.gov.cn](http://www.aqsiq.gov.cn))卫生检疫与旅行健康专栏，中国疾病预防控制中心网站([www.chinacdc.cn](http://www.chinacdc.cn))，了解该地区的疫情和有关预防方法，增强防病意识。

## 第二章 亚洲部分国家综合资讯

### 第一节 马来西亚国别资讯

#### 一、概况

##### （一）基本国情

##### 1. 位置

马来西亚位于东南亚，国土被南中国海分隔成东、西两部分。西马位于马来半岛南部，北与泰国接壤，南与新加坡隔柔佛海峡相望，东临南中国海，西濒马六甲海峡。东马位于加里曼丹岛北部，与印尼、菲律宾、文莱相邻。全国海岸线总长 4192 公里。

##### 2. 面积、人口、民族、语言

马来西亚面积 330257 平方公里。人口 2833 万（马统计局 2010 年），其中马来人 67.4%，华人 24.6%，印度人 7.3%，其他种族 0.7%。马来语为国语，通用英语，华语使用较广泛。

##### 3. 首都、国旗、国徽

首都：首都吉隆坡（Kuala Lumpur），人口约 167.4 万。

国旗：又被称为“辉煌条纹”，是马来西亚的国家主权象征之一。国旗由十四道红白相间的横条所组成，左上角为蓝底加上黄色的新月及十四芒星图案。

国徽：国徽中间为盾形徽。盾徽上面绘有一弯黄色新月和一颗 14 个尖角的黄色星，盾面上的图案和颜色象征马来西亚的组成及其行政区域。

##### 4. 行政区域

全国分为 13 个州和 3 个联邦直辖区。13 个州是西马的柔佛、吉打、吉兰丹、马六甲、森美兰、彭亨、檳榔嶼、霹靂、玻璃市、雪兰莪、丁加奴以及东马的沙巴、沙撈越。另有首都吉隆坡、布

特拉加亚（2000 年 12 月成立）和纳闽 3 个联邦直辖区。

## （二）自然地理

### 1. 气候

马来西亚属热带雨林气候。内地山区年均气温 22-28℃，沿海平原为 25-30℃。

### 2. 资源

自然资源丰富。橡胶、棕油和胡椒的产量和出口量居世界前列。曾是世界产锡大国，近年来产量逐年减少。石油储量丰富，此外还有铁、金、钨、煤、铝土、锰等矿产。

## （三）政治

### 1. 简史

公元初，马来半岛有羯荼、狼牙修等古国。15 世纪初，马六甲王国统一了马来半岛的大部分。16 世纪开始先后被葡萄牙、荷兰、英国占领。20 世纪初完全沦为英国殖民地。沙撈越、沙巴历史上属文莱，1888 年两地沦为英国保护地。二战时马来亚、沙撈越、沙巴被亚洲占领。战后英国恢复殖民统治。1957 年 8 月 31 日马来亚联合邦宣布独立。1963 年 9 月 16 日，马来亚联合邦同新加坡、沙撈越、沙巴合并组成马来西亚（1965 年 8 月 9 日新加坡退出）。

### 2. 宪法、国会、政党、内阁、司法

#### （1）宪法

1957 年颁布马来亚宪法，1963 年马来西亚成立后继续沿用，改名为马来西亚联邦宪法，后多次修订。宪法规定：最高元首为国家首脑、伊斯兰教领袖兼武装部队统帅，由统治者会议选举产生，任期 5 年。最高元首拥有立法、司法和行政的最高权力，以及任命总理、拒绝解散国会等权力。1993 年 3 月，马议会通过宪法修正案，取消了各州苏丹的法律豁免权等特权。1994 年 5 月修改宪法，规定最高元首必须接受并根据政府建议执行公务。2005 年 1 月，马议会再次通过修宪法案，决定将各州的水供事务管理

权和文化遗产管理权移交中央政府。

## （2）国会

由上议院和下议院组成。2003 年 5 月，国会通过重新划分国会和州议会选区的动议，国会下议院议席从 194 增至 219 个，除沙捞越以外的 12 个州议席从 422 增至 505 个。议员任期 5 年。2008 年 3 月，马举行第 12 届全国大选，共设下议院议席 222 个。

## （3）政党

包括联盟国民阵线、马来西亚华人公会、马来西亚印度人国大党、伊斯兰教党、民主行动党、人民公正党等。

## （4）内阁

内阁共设 25 个部。

## （5）司法

最高法院于 1985 年 1 月 1 日正式成立。最高法院成立后，即废除英国枢密院的最终裁决权。联邦法院为目前马来西亚司法制度最高裁决法院，1994 年 6 月改名为联邦法院，联邦法院之下设有上诉庭，上诉庭负责复审来自高级法院之上诉案件。紧接着的下一级的法院是马来亚高级法院（负责西马）和婆罗州高级法院（负责东马）。各州设有地方法院，各区又设有推事庭。另外还有特别军事法庭、伊斯兰教法庭、小额诉讼仲裁庭。

## 3. 对外关系与国际问题态度

马来西亚奉行独立自主、中立、不结盟的外交政策，视东盟为外交政策基石，优先发展同东盟国家关系。重视发展同大国关系。系英联邦成员，与其他成员国交往较多。已同 131 个国家建交，在 83 个国家设有 105 个使领馆。

大力开展经济外交，积极推动南南合作，反对西方国家贸易保护主义。1998 年主办了第六次亚太经济合作组织（APEC）领导人非正式会议。主张 APEC 保持松散的经济论坛性质，反对其发展为地区性集团。重视东亚合作，倡导建立东亚共同体。1997 年主办了首届东盟与中、日、韩（10+3）领导人非正式会议。2005 年

底主办首次东亚峰会。积极致力于东盟自由贸易区建设和湄公河盆地经济开发合作。

积极发展同伊斯兰国家和不结盟国家关系,关注伊斯兰事务。主张伊拉克战后重建,应尊重其主权独立和领土完整,并符合伊人民意愿。在中东问题上,认为巴勒斯坦人民的斗争不是宗教对抗,而是捍卫领土主权,独立的巴勒斯坦国应得到国际社会承认。2006 年多次以伊斯兰国家会议组织和不结盟运动主席国身份召集会议,并致信联合国秘书长和各安理会常任理事国,寻求公正合理解决伊拉克问题和中东问题。

反对西方强权政治,主张维护联合国作为国际核心组织的地位,关注建立国际政治经济新秩序问题。

支持国际反恐合作,强调反恐应解决恐怖主义产生的根源,否定伊斯兰与恐怖主义的必然联系,推动宗教和文明间对话。

在朝核问题上,认为拥有核武器的朝鲜将危及东北亚乃至全世界的安全,呼吁有关各方保持克制,赞赏六方会谈为解决朝核问题发挥的积极作用。

#### 4. 与我国的外交关系

1974 年 5 月 31 日,两国建立外交关系。1990 年马取消对其公民访华限制,两国人员交流不断增多。近年来,中马高层往来频繁,各领域友好合作不断深化。

#### (四) 经济

##### 1. 体制

马来西亚上世纪 70 年代前,经济以农业为主,依赖初级产品出口。70 年代以来不断调整产业结构,大力推行出口导向型经济,电子业、制造业、建筑业和服务业发展迅速。同时实施马来民族和原住民优先的“新经济政策”,旨在实现消除贫困、重组社会的目标。

1987 年起,经济连续 10 年保持 8%以上的高速增长。1991 年提出“2020 宏愿”的跨世纪发展战略,旨在 2020 年将马建成交

达国家。重视发展高科技，启动了“多媒体超级走廊”、“生物谷”等项目。1998 年受亚洲金融危机冲击，经济出现负增长。通过稳定汇率、重组银行企业债务、扩大内需和出口等政策，经济基本恢复并保持中速增长。2008 年下半年以来，受国际金融危机影响，国内经济增长放缓，出口下降，政府为应对危机相继推出 70 亿林吉特和 600 亿林吉特刺激经济措施。2009 年纳吉布总理执政后，采取了多项刺激经济和内需增长的措施。目前经济逐步摆脱金融危机影响，企稳回升势头明显。2010 年公布了以“经济繁荣与社会公平”为主题的第十个五年计划，并出台“新经济模式”，继续推进经济转型。

马来西亚货币单位为林吉特（Ringgit，货币符号 RM），俗称马币。1 美元=3.1 马币（2014 年 6 月汇率）。

## 2. 工业、农业、服务业、旅游业

### （1）工业

政府鼓励以本国原料为主的加工工业，重点发展电子、汽车、钢铁、石油化工和纺织品等。2010 年制造业销售额为 8365 亿林吉特，就业人数 181.2 万。

### （2）农业

耕地面积约 485 万公顷。农业以经济作物为主，主要有油棕、橡胶、热带水果等。粮食自给率约为 70%。2010 年农业总产值为 1046 亿林吉特，占国民生产总值的 7.3%，就业人口 147.5 万。

### （3）服务业

范围广泛，包括水、电、交通、通讯、批发、零售、饭店、餐馆、金融、保险、不动产及政府部门提供的服务等。70 年代以来，马政府不断调整产业结构，服务业得到迅速发展，成为国民经济发展的支柱性行业之一。就业人数约 535.36 万，占全国就业人口的 50.76%，是就业人数最多的产业。自 1996 年设立“多媒体超级走廊”以来，创造了超过 4 万个就业机会。截至 2006 年 7 月，多媒体超级走廊内 1552 家注册公司销售收入约 60 亿林吉特。

#### (4) 旅游业

国家第三大经济支柱, 第二大外汇收入来源。1990 年和 1994 年先后举办两届马来西亚观光年。拥有饭店约 1878 家, 饭店入住率 55.3%。主要旅游点有: 吉隆坡、云顶、檳城、马六甲、浮罗交怡岛、刁曼岛、热浪岛、邦咯岛等。据马旅游部统计, 2008 年赴马游客为 2205 万人次, 2009 年为 2365 万人次。2010 年为 2470 万人次, 收入 583 亿林吉特。

#### 3. 对外贸易

现为世界第 18 大贸易国。2007 年主要出口市场为: 美国、新加坡、欧盟、亚洲和中国。主要进口机械运输设备、食品、烟草和燃料等。

#### 4. 与我国的经贸关系

2011 年双边贸易额为 900 亿美元, 同比增长 21.3%, 其中中国出口 279 亿美元, 同比增长 17.2%; 进口 621 亿美元, 同比增长 23.2%。马来西亚是中国与东盟国家最大的贸易伙伴。截至 2012 年 4 月底, 马实际对华投资 62.3 亿美元, 中国在马投资 5.26 亿美元。2011 年马来华人数 124.5 万人, 中国公民赴马 173.8 万人。

## 二、法律法规

在马来西亚驾车时, 多注意和遵守交通规则, 其交规和中国有一定的差别。不要公开聚赌, 公开聚赌在马来西亚属于犯法行为, 即使当场没有涉及金钱, 也算犯法。马来西亚拥有全世界最严格的禁毒法律, 即使拥有微量毒品, 一旦定罪都有可能被处以强制性死刑。其他法律法规与中国大致相同。

#### (一) 外汇管制

外汇管制较为宽松。外汇进出马来西亚需要核准, 外汇汇出不需缴纳特别税金。外国公民在入境时, 如携带超过 1,000 林吉特或 1,000 美元需要填写实际携带金额; 离境时携带超过 1,000

林吉特或所携带的外国货币（包括旅行支票）总额超过 1 万美元需要申报。

## （二）税收

联邦政府和各州政府实行分税制。联邦财政部统一管理全国税务，负责制定税收政策，其下属的内陆关税局（征收直接税）和皇家关税局（征收间接税）负责实施。各州政府征收土地税、矿产税、森林税、执照税、娱乐税和酒店税、门牌税等。外国公司和外国人与马来西亚企业和公民一样同等纳税。

## （三）劳动就业

政府允许在部分行业雇佣外国劳工，包括建筑业、种植业、服务业（佣人、餐馆工人、清洁工人、货物搬运工人、收容所、洗衣店及岛屿度假胜地工人，以及高尔夫球俱乐部的球童）、制造业。外国人在马来西亚工作必须获得工作许可。

马来西亚没有最低工资标准，员工基本工资视地点和领域而定。除工资外，大多数公司为员工提供附加福利，如免费医疗、个人意外保险和人寿保险、免费交通或交通津贴、年终花红、退休金等。工作时间每天不得超过 8 小时，或每周 48 小时；超时加班工作的补贴为平时工作的 1.5 倍，假日及假期为 2 倍。

马来西亚政府鼓励负责任工会的发展。法律规定，工会会员资格限制于某一企业、商业、职业或行业内的雇员，所有工会都必须登记。全国性的工会组织是马来西亚公共雇员和民事职工会总会。

## （四）承包工程

外国承包商在马来西亚注册成立建筑工程公司，需要得到马来西亚建筑发展局批准，同时还要获得建筑承包等级证书。政府财政拨款项目一般交由当地土著承包商负责，不允许外国工程公司单独担任总承包商，外国公司只能从当地公司中分包工程。政府拨款工程项目和私人领域项目一般都实行招标制度，但在融资支持或满足业主其他特别要求的情况下，部分项目也可由承包商



与业主议标。

### 三、风俗习惯

#### （一）宗教

伊斯兰教为国教，其他宗教有佛教、印度教和基督教等。

#### （二）风俗习惯、礼仪和禁忌避讳

受伊斯兰教的影响，大多数马来西亚人喜食牛、羊肉、鱼虾等海鲜和鸡、鸭等家畜以及新鲜蔬菜，饮食口味清淡，忌油腻。马来西亚人爱吃椰子、椰子油和椰子汁，他们用椰子油烹调，并用咖喱粉作调料。马来西亚人喜吃各种水果，忌食狗肉、猪肉。在马来西亚是禁酒的，因此在用餐时，不以酒来招待客人。马来人用餐十分讲究卫生和礼节。进餐前必须把手洗干净。在摆放的各种食品和菜肴之间，放着几碗清水专供洗手用。即使事先把手洗干净了，在用手取食物前，仍要出于礼貌，把手放在水碗中蘸湿。

马来西亚人忌讳的数字是“零”、“四”、“十三”。马来西亚人忌用黄色，一般不单独使用黑色。马来西亚人忌讳使用猪皮革制品，忌用漆筷（因漆筷制作过程中用了猪血），忌谈及猪、狗的话题。在公共场合，马来西亚人的衣着不得露出胳膊和腿部。不穿黄色衣服。马来西亚人认为左手是不干净的，不能用左手为别人传递东西。在不得不用左手时，一定要说声：“对不起。”马来人认为以食指指人，是对人的一种污辱，所以切勿以食指指人。对年长者不能直接称呼“你”，而应称呼“先生”、“夫人”或“女士”。马来人不喜欢别人问自己的年龄。若问年纪，会被视为不礼貌。头被认为是神圣的部位，在亲近儿童时，不可触摸他的头部，否则会引起不快。对女士不可先伸出手要求握手。马来西亚不禁止一夫多妻，所以不要闲谈他人的家务事。

#### （三）传统节日与节假

全国性重大节日有元旦新年、开斋节、农历新年、花卉节、

国庆节、哈吉节、屠妖节、圣诞节、圣纪年、“五·一”节、卫塞节、最高元首（在任）诞辰。除了上述全国性重大节日外，各州还有许多自己的节日，如各州现任苏丹的生日，都是本州的节日。各民族也有各自的节日，如华人的清明节、端午节、中秋节，印度人的九宵节、盗火节、万灯节等，以及达卡山人的丰收节、伊班族的犀鸟节等。

#### 四、实用信息指南

##### （一）应急电话号码

火警：994

救护：999

报警电话：03-20756038 03-20756039 112（手机）

##### （二）中国驻马来西亚使（领）馆

地址：229, JALAN AMPANG, 50450 KUALA LUMPUR, MALAYSIA

邮编：50450

电话：00603-2141172921447652 ， (012)3720197

传真：00603-2141455221453924

邮箱：CHINAEMBMY@MFA.GOV.CN

网址：<http://my.chineseembassy.org/chn/>

## 第二节 沙特阿拉伯国别资讯

### 一、概况

#### （一）基本国情

##### 1. 位置

位于阿拉伯半岛。东濒波斯湾，西临红海，同约旦、伊拉克、科威特、阿联酋、阿曼、也门等国接壤。海岸线长 2437 公里。

##### 2. 面积、人口、民族、语言

沙特阿拉伯面积 225 万平方公里，人口 2838 万（2013 年），其中沙特公民约占 70%。伊斯兰教为国教，逊尼派占 85%，什叶派占 15%。官方语言阿拉伯语。

##### 3. 首都、国旗、国徽

首都：利雅得（Riyadh），人口约 525 万。

国旗：国旗呈长方形，长与宽之比为 3：2。绿色的旗地上写着伊斯兰教的清真格言：“万物非主，唯有安拉；穆罕默德，主之使者”。下方绘有宝刀，象征圣战和自卫。绿色象征和平，是伊斯兰国家所喜爱的一种吉祥颜色。

国徽：国徽中心是一棵椰枣树。椰枣树是生长在沙漠中的绿色植物，对居住在沙漠中的游牧民族来说具有极其重要的作用，是沙漠绿洲的标志；在沙漠中占国土面积大半的沙特阿拉伯人，把高大挺拔的椰枣树看作国家的象征。椰枣树的根部是两把交叉的阿拉伯金柄宝刀，体现人民捍卫国家独立和宗教信仰的坚定信念。

##### 4. 行政区域

全国分为 13 个地区：利雅得地区、麦加地区、麦地那地区、东部地区、卡西姆地区、哈伊勒地区、阿西尔地区、巴哈地区、塔布克地区、北部边疆地区、季赞地区、纳季兰地区、朱夫地区。地区下设一级县和二级县，县下设一级乡和二级乡。

#### （二）自然地理

### 1. 气候

西部高原属地中海式气候，其他地区属亚热带沙漠气候。夏季炎热干燥，最高气温可达 50℃ 以上；冬季气候温和。年平均降雨不超过 200 毫米。

### 2. 资源

石油剩余可采储量 365 亿吨，占世界储量的 15.9%，居世界第二位。天然气剩余可采储量 8.2 万亿立方米，占世界储量的 4.4%，居世界第六位。此外，还拥有金、铜、铁、锡、铝、锌、磷酸盐等矿藏。沙特是世界上最大的淡化海水生产国，其海水淡化量占世界总量的 20% 左右。

## （三）政治

### 1. 简史

公元 7 世纪，伊斯兰教创始人穆罕默德的继承者建立阿拉伯帝国，8 世纪为鼎盛时期，版图横跨欧、亚、非三洲。11 世纪开始衰落，16 世纪为奥斯曼帝国所统治。19 世纪英国侵入，当时分汉志和内志两部分。1924 年内志酋长阿卜杜勒阿齐兹·阿勒沙特兼并汉志，次年自称为国王。经过多年征战，阿卜杜勒阿齐兹·阿勒沙特终于统一了阿拉伯半岛，于 1932 年 9 月 23 日宣告建立沙特阿拉伯王国，这一天被定为沙特国庆日。

### 2. 宪法、国会、政党、内阁、司法

#### （1）宪法

无宪法，《古兰经》和穆罕默德的圣训是国家执法的依据。

#### （2）国会

沙特协商会议于 1993 年 12 月 29 日正式成立，是国家政治咨询机构，下设 12 个专门委员会。协商会议由主席和 150 名委员组成，由国王任命，任期 4 年，可连任。

#### （3）政党

沙特是政教合一的君主制王国，禁止政党活动。

#### （4）内阁

本届政府于 2007 年 3 月组成，迄今进行 3 次微调，由 29 名成员组成，

#### （5）司法

以《古兰经》和《圣训》为执法依据。由司法部和最高司法委员会负责司法事务的管理。2007 年，阿卜杜拉国王颁布《司法制度及执行办法》和《申诉制度及执行办法》，建立新的司法体系。设立最高法院、上诉法院、普通法院等三级法院，并建立刑事、民事、商业、劳工等法庭。最高法院院长由国王任命。申诉制度规定设立直属于国王的三级行政诉讼机构，即最高行政法庭、行政上诉法庭和行政法庭。

#### 3. 对外关系、国际问题态度

沙奉行独立自主、温和务实、不结盟的外交政策，主张国与国之间相互尊重、和平共处、互不干涉内政。将发展与美关系放在外交首位。重视发展与阿拉伯、伊斯兰国家的关系，致力于阿拉伯团结和海湾合作委员会的一体化建设，积极参与地区热点问题。大力开展多元化外交，加强与中国、欧盟及其他各大洲的大国关系。沙能源和伊斯兰大国地位为各方看重。沙特已与 128 个国家建立外交关系。

#### （四）经济

##### 1. 体制

石油工业是沙特经济的主要支柱。近年来，沙受益于国际油价攀升，石油出口收入丰厚，经济保持较快增长。政府大力建设和改造国内基础设施和生产设施，继续推进经济结构多元化、劳动力沙特化和经济私有化，努力发展采矿和轻工业等非石油产业，鼓励发展农业、渔业和畜牧业，积极吸引外资，保护民族经济。2005 年 12 月，沙正式加入世界贸易组织。2012 年，沙特经济继续保持较快增长，经济全球竞争力排名第十八位。政府继续追加预算支出，加快经济多元化步伐，加大基础设施建设、卫生、教育等领域投入。

沙特货币称沙特阿拉伯里亚尔 (Riyal)，实行同美元挂钩的货币政策，美元与里亚尔间的固定汇率为 1: 3.745，1 里亚尔约为 1.65 元人民币) (2014 年 6 月)。

## 2. 工业、农业

### (1) 工业

石油和石化工业是沙特的经济命脉，石油收入占国家财政收入的 70% 以上，占国内生产总值的 42%。2012 年原油产量 5.5 亿吨，居世界第一位。近年来，沙特政府充分利用本国丰富的石油、天然气资源，积极引进国外的先进技术设备，大力发展钢铁、炼铝、水泥、海水淡化、电力工业、农业和服务业等非石油产业，依赖石油的单一经济结构有所改观。

### (2) 农业

沙特 70% 的面积为半干旱荒地或低级草场，可耕地面积只占土地面积的 1.6%，约 345 万公顷。永久性草地约 378.5 万公顷，占土地面积的 1.9%。森林覆盖率很低，林地面积只占到全部土地的 1.4%。耕地集中分布在降雨量较充沛的西南部地区。由于大部分地区降水稀少，沙特农业的发展受到极大限制。尽管沙特在农业生产上不具有优势，但还是取得可喜成绩。目前沙特主要农产品有：小麦、水稻、玉米、椰枣、柑橘、葡萄、石榴等。沙特的谷物自给率比较低，只有 20% 多，依靠大量进口才能满足国内的需求。沙特是世界上最大的大麦进口国，年均进口约 600 万吨。水果自给率达到 60%。畜牧业主要有绵羊、山羊、骆驼等。

## 3. 对外贸易

实行自由贸易和低关税政策。出口以石油和石油产品为主，约占出口总额的 90%，石化及部分工业产品的出口量也在逐渐增加。进口主要是机械设备、食品、纺织等消费品和化工产品。主要贸易伙伴是美国、中国、英国、德国、意大利、法国、韩国等。由于大量出口石油，沙特对外贸易长期顺差。2012 年沙特进出口总额 5240 亿美元，出口额 3960 亿美元，进口额 1280 亿美元，顺差

2680 亿美元。

## 二、法律法规

沙特阿拉伯实行严格的签证制度,审批程序复杂,耗时较长。其签证种类主要分为朝觐签证、访问签证和工作签证三种。要求护照有效期不得少于六个月。本人须在申请表上签字,所有文件须经中国外交部认证。家庭访问签证、常住签证和工作签证需获得沙特有关部门预先批准。两张清晰的白色背景照片。

### (一) 外汇管制

除了禁止与以色列进行交易外,沙特在资本项下,不论是对本国居民还是非本国居民都不进行外汇管制,各种货币可以在沙特自由兑换,各种资金、利润及外籍人员的收入可以自由汇入汇出。

### (二) 税收

沙特的税种主要包括所得税、资本利得税、代缴税(预提税)和宗教税。沙特没有工资税、间接税、印花税和转让税等。宗教税的征收对象是本国承包商或商行。外国公司或个人,只需要缴纳从经营中获取利润的所得税,不缴宗教税。公司所得税和资本利得税为 20%,在天然气领域投资人的所得税起征点为 30%,如内部收益率超过 8%,将采取分段收税办法。石油和碳氢化合物领域投资企业的所得税征税率为 85%。

2007 年 1 月 1 日,沙特与中国签订的有关对所得税避免双重征税的协议正式生效。税收协议的效力高于沙特地方税收法律,其主要条款包括股息的预提税税率最高为 5%;特许权使用费和利息的预提所得税税率最高为 10%。

在税收优惠方面,沙特通常没有减免税期类型的优惠政策,且税务优惠较为有限,仅对哈伊勒、吉赞、纳吉兰、巴哈、焦夫等边缘地区享有一些优惠政策。

### (三) 劳动就业

外籍劳工在沙特和沙特籍本地劳工一样受当地《劳动法》约束，该法律于 2005 年 9 月 27 日正式颁布实施。从用工合同的订立、劳资双方关系、劳务人员应有的权益、劳资双方的责任与义务、劳资纠纷处理及处罚机制等方面，做出了较为详尽的规定。相关基本操作可参阅《沙特劳工部外籍劳工在沙务工指南（2006 年第 2 版）》，这是沙特基于《劳动法》编写的使用外籍劳工指南。自发布至今，根据用工情况的实际变化，沙特官方对部分条款进行了调整与修改。

### 1. 工作许可制度

企业从沙特内政部获得工作许可证的前提是拥有雇佣权。要招募和雇佣外籍劳工，须申请雇佣许可证。沙特劳工部规定企业雇佣外国劳工之前，需申报公司的财务和经营状况，在得到审批后方能得到雇佣许可。沙劳工部设在全国的 37 个分支机构受理劳工投诉，欠资、歧视和虐待劳工的雇主在几年内将被冻结，严重和屡犯的可被永远取消雇用外国劳工的权利。

### 2. 办理居留证

为雇员办理居留证需履行相关手续。首先是填写完整的申请表，并以申请公司的戳记加以密封；体检表（首次申请）；申请人护照的复印件及原件（供确认）；支付相关费用；访问签证也可以转换，需要填写完整的相关表格，提供项目许可证、申请人护照的复印件、投资者的信函、SAGIA 的担保信及支付所有应支付的转换费用。

2007 年 6 月 1 日起，签证过期滞留者，每人将被处以 100 里亚尔（约合 26.7 美元）的一次性罚款和 6 个月监禁后被遣返。每个滞留劳工的担保人将被处以 10,000 里亚尔（约合 2,667 美元）罚款和 6 个月监禁，给担保人的处罚按滞留劳工人数累加。外籍劳工的沙特籍担保人的最小年龄为 21 岁。从 2007 年 7 月 25 日起，从担保人处逃逸的外籍劳工 2 年内禁止被任何单位、个人使用或收留，与此有关的劳工中介、迁移或提供此类服务的个人和法人均



执行此令。

### 3. 沙特化

沙特政府要求私营行业从 2008 年 7 月起至少 30% 雇员达到本地化。现行本地化政策比例是：工程承包、维修、清洁、操作等行业 10%；国家投资项目 5%；私营投资项目 10%。违反沙特化政策将受到劳工部禁止雇佣外国劳工的处罚，不符合沙特化规定的公司将不能获得政府合同。

### 4. 工时、病假、薪水

雇员每天工作时间不得超过 8 小时(斋月期间每天 6 小时)，不包括祈祷、吃饭和休息时间。每周工作时间不能超过 6 天。雇主必须给雇员每年 30 天的带薪病假，此外还有 60 天付 75% 工资的病假。加班和节日工作，每小时工资增加 50%。

女员工与男员工应分别有独立的工作区。禁止妇女上夜班以及从事危险和极度疲劳的工作。妇女工作前三年，分娩前有 4 个星期的产假，分娩后有 6 个星期的产假，产假期间发 50% 的工资。工作三年后怀孕，产假期间应得到全额工资，产妇医疗费由雇主负担。

如果雇主连续三个月迟发雇员薪水，雇员可以到劳动主管部门请求立即更换担保人。原雇主必须付清应付给雇员的薪水，新雇主和雇员本人不必向原雇主支付任何赔偿金，违约的原雇主也得不到新的雇员补充。

### 5. 福利待遇

沙特政府规定，雇主除了需要为沙特本国雇员支付 18% GOSI 的养老金外（9% 由雇主支付，另 9% 由雇员支付），还要为非沙特本国人支付 2% 的职业补偿费，包括医疗保险、高级员工接送或交通补贴、回国返程票及服务年限资金。

2006 年 7 月 15 日，沙特政府实行了外国劳工强制健康保险，由雇佣劳务的公司或个人向被雇佣者提供，没有健康保险的外国劳工将无法延续工作签证。

#### （四）承包工程

《沙特政府采购和招标法》规定工程承包预付款为合同价的5%或5000万里亚尔，一般取低值，所以大项目施工中常常需要承包商垫资。国际机构普遍认为，沙特法律明显偏袒当地人，极少给外国人和机构与当地人平等的机会。中国公司不能指望用法律手段来找回损失，应尽力保护自己，避免授人以柄，诉诸法律解决合同纠纷既劳民又伤财，但是企业还要保留好索赔证据，不放弃追索和法律诉讼的权利。

工资水平与其他外籍劳工相当的情况下，沙特政府和私营企业都欢迎中国劳工。政府通过2007年6月23日在利雅得签署的《中沙工程合作谅解备忘录》，鼓励中国公司来沙特投资和承包工程，该鼓励政策的结果之一自然是带动中国劳务输沙。目前，沙特私营行业也热衷于从中国雇用建筑业和服务业人员。如在沙中资企业拟引入外籍劳务人员来沙务工，需按以下程序办理：

##### 1. 向劳工部申请工作签证指标

申请工作签证指标，须向沙特劳工部呈报以下申请材料：

- (1) 在沙营业执照复印件（商工部）
- (2) 在沙投资许可证复印件（投资总局）
- (3) 前一年度完税证明（天课和所得税总局）
- (4) 社会保险缴费记录（社保总署）
- (5) “沙特化”比例实时完成比例统计结果（劳工部分支机构）
- (6) 项目业主介绍信
- (7) 劳工部所要求的其他申请材料

劳工部收到申请材料后，会要求各项材料的对应主管部门一一核对会签，并在各部门会签确认无误的基础上，由劳工大臣正式批准工作签证指标申请。

##### 2. 工作签证指标缴费

工作签证指标申请批准后，企业需通过银行转账方式缴纳签证指标费用和手续费。

目前每个工作签证指标的费用为2500里亚尔(约合667美元),入缴国库;每个工作签证指标的手续费一般为1800里亚尔(约合480美元),由劳工部收取。完成缴费手续后,沙特劳工部将通过政府内部办公系统,将同意发放工作签证指标的意见发送至沙特内政部。

### 3. 内政部出具工作签证指标证明

内政部将依据劳工部意见,向企业正式开具工作签证指标证明(黄单)。该证明一式两份,一份通过内部办公网络由内政部直接发至沙特驻华使馆留存备查,一份交由提交申请的企业,作为企业向沙特驻华使馆具体申办劳工签证的依据。该证明有效期通常为一年,内容中详细注明了企业申请工作签证的工种及其对应数量。但签证指标证明中限定的不同工种及对应数量不可相互调剂。

### 4. 向沙特驻华使馆申办劳工签证

企业每次落实派遣的具体劳务人员后,应当按照沙特驻华使馆的要求,通过授权的签证代理机构,统一向驻华使馆递交签证申请,并附交内政部的工作签证指标证明。驻华使馆在实际发放劳工签证后,将相应在内政部规定的签证指标范围内扣减工作签证指标额度,直至全部工作签证指标使用完毕。

由于上述工作签证申请程序涉及部门较多,手续繁杂,且沙特政府部门工作效率偏低,通常完整全部工作签证的申办流程耗时至少三个月。

近年来,劳资纠纷、投诉、上访事件在中资企业时常发生,大批工人因此被遣返,增加了企业的工程成本。加强管理,避免劳资纠纷,妥善处理劳资纠纷也成为中资企业工程承包中的一项重要工作。

### 三、风俗习惯

#### （一）宗教

伊斯兰教为国教，逊尼派穆斯林占 85%，什叶派穆斯林占 15%。一天祷告五次，此时当地人都去清真寺做礼拜。女人必须穿黑袍。

#### （二）风俗习惯、礼仪和禁忌避讳

沙特人始终保持着游牧民族淳朴殷勤好客的美德，同时也尊重现行的国际礼节，对外宾一律以礼相待。喜欢以咖啡和红茶待客。喝咖啡时用小杯子，每次斟少量，直到客人轻轻摇晃杯子示意不再喝为止。沙特人通常与客人行握手礼，贴面和拥抱主要用于亲朋好友、情侣恋人、老相识之间。沙特人家常饭一般是馕、面包，牛、羊肉，还有一种叫“黑米叶”的牛油炒饭。

沙特人民是世界上最虔诚的伊斯兰教徒，禁忌较多。握手或接送物品和食物须用右手，左手被视为不洁。他们认为人体感官上的一切刺激、抽烟、饮酒、乃至唱歌跳舞，都是一种堕落的表现，是犯罪的开始，因此，禁酒就成了沙特严格的法律。沙特禁吃猪肉，禁止吸毒、贩毒，违者处以死刑；禁止偶像崇拜。未经本人许可，不能对人拍照，尤其是沙特的妇女。同时，不少沙特人至今还反对照相，尤其禁止妇女照相。

沙特禁止在公众场合、景点拍照。

女子不得开车，外出须由父亲、丈夫或兄弟陪同。外出时须披黑袍（ABAYA）、戴头巾。不得与非婚姻或血亲关系的成年异性（包括恋人）接触，违者要受到拘禁和鞭打。男士不得袒胸露背或着短裤出入公共场所。通奸、同性恋均为死罪。沙斋月（回历 9 月）期间，除病人、孕妇、喂奶的妇女和儿童外，从日出到日落禁止进食、喝水及吸烟。

#### （三）传统节日与节假

国庆节：9 月 23 日，全国放假一天。开斋节：回历 10 月第一天，沙特最重要的节日，一般放假 10 天，人们走亲访友隆重庆

祝。宰牲节：回历 12 月 10 日，放假 3 天，沙特家庭一般会宰骆驼、牛、羊来庆祝节日，并把它分给亲友和穷人。

#### 四、实用信息指南

##### （一）应急电话号码

报 警：999

交通意外：993

救 护 车：997

火 警：998

##### （二）中国驻沙特阿拉伯使领馆

地 址：Circle No.5 Diplomatic Quarter, Kingdom of Saudi Arabia

信 箱：P. O. BOX 75231

邮 编：Riyadh 11578, Saudi Arabia

邮 箱：chinaemb\_sa@mfa.gov.cn

使馆网站地址：<http://sa.china-embassy.org/chn/>

### 第三节 伊拉克国别资讯

#### 一、概况

##### （一）基本国情

##### 1. 位置

伊拉克位于亚洲西南部，阿拉伯半岛东北部，与土耳其、伊朗、叙利亚、约旦、沙特、科威特接壤，东南濒波斯湾，海岸线长 60 公里。

##### 2. 面积、人口、民族、语言

伊拉克面积 44.18 万平方公里，人口 3250 万（2012 年）。其中阿拉伯人约占 78%（什叶派约占 60%，逊尼派约占 18%），库尔德人约占 18%，其余为土库曼人、亚美尼亚人等。官方语言为阿拉伯语和库尔德语，通用英语。

##### 3. 首都、国旗、国徽

首都：巴格达（BAGHDAD），人口约 800 万。

国旗：国旗为长方形，由红白黑三个平行长方形组成。白色中间有三颗绿色五角星，其间用阿拉伯文写着“真主至高无上”，四种颜色是泛阿拉伯颜色，分别代表穆罕默德后代的四个王朝。此外红色代表勇猛和革命，白色象征宏大与和平，黑色象征圣战胜利和石油，绿色象征土地。

国徽：国徽上的萨拉丁雄鹰是 12 世纪伊斯兰圣战中领导穆斯林抗击十字军东征的库尔德族领袖的纪念物。雄鹰昂首挺胸，舒展双翅，勇猛雄壮，英勇不屈，在阿拉伯世界中代表了崇高、勇敢和强悍，也象征人类历史上最早期文明之一的巴比伦文明。胸部有一枚国旗图案的盾徽，暗示着祖国永在伊拉克人心中。国徽基部绿色饰匾上用阿拉伯文写着国名：“伊拉克共和国”。

##### 4. 行政区域

全国共分十八个省：巴格达、尼尼微、巴士拉、巴比伦、穆

萨纳、纳杰夫、安巴尔、瓦西特、米桑、济加尔、卡迪西亚、卡尔巴拉、迪亚拉、萨拉赫丁、基尔库克、苏莱曼尼亚、埃尔比勒、代胡克。

## （二）自然地理

### 1. 气候

伊拉克除东北部山区外，属热带沙漠气候。夏季最高气温 50℃ 以上，冬季最低 0℃ 左右。年均降雨量由南至北为 100-500 毫米，北部山区可达 700 毫米。

### 2. 资源

石油工业是经济主要支柱。已探明石油储量为 1413.5 亿桶，居世界第五位；天然气已探明储量 3.16 万亿立方米，居世界第十二位。

### 3. 河流

伊拉克的主要两条河流为幼发拉底河和底格里斯河，自西北向东南流贯全境。

## （三）政治

### 1. 简史

伊拉克有悠久的历史，公元前 4700 年就出现了世界上最早的城市乌鲁克。公元前 2000 年建立了巴比伦王国，被誉为“四大文明古国”之一。公元前 550 年起，先后遭波斯人、阿拉伯帝国和奥斯曼帝国入侵和统治。1920 年沦为英国“委任统治区”。1921 年 8 月建立费萨尔王朝，1932 年获得完全独立。1958 年 7 月，费萨尔王朝被推翻，伊拉克共和国成立。1968 年 7 月，复兴党政变上台。1979 年，复兴党人萨达姆·侯赛因担任伊拉克总统。1980 年，历时 8 年的两伊战争爆发。1990 年，伊拉克入侵科威特引发海湾战争，受到联合国制裁。2003 年 3 月 20 日，美、英等国单方面发动伊拉克战争。4 月 9 日，美军攻占巴格达，萨达姆政权被推翻。5 月 1 日，美总统布什宣布伊拉克主要战事结束。2011 年底，美国从伊拉克撤出全部作战部队。

## 2. 宪法、国会、政党、内阁、司法

### (1) 宪法

2005 年 10 月 25 日全民公决中通过的宪法规定：伊拉克共和国是拥有完全主权的、独立的联邦国家，承认库尔德地区和其作为一个联邦地区现有的权力。伊拉克是伊斯兰世界的一部分，是阿拉伯国家联盟的创始国和正式成员，伊斯兰教是伊拉克官方宗教，是伊拉克立法的主要依据之一。宪法保证宗教自由。每个地区都应制定自己的宪法，规定地区权利的结构、职权以及行使此种职权的机制，但此宪法与伊拉克共和国《宪法》不得冲突。

### (2) 国会

伊拉克实行议会代表制。每 10 万居民拥有一个联邦国民议会的席位，议员代表整个伊拉克人民的利益。每届议会任期 4 年。联邦国民议会中妇女的席位不得少于 25%。总统由议会三分之二多数选举产生，任期 4 年。总统必须出生时就是伊拉克人，其父母也必须是伊拉克人，年龄在 40 岁以上。总统指派在议会中享有多数席位的党团领导人组建政府。

### (3) 政党

①伊拉克名单：由伊拉克民族和谐运动、伊拉克全国对话阵线、革新党等党团组成的跨教派世俗政治联盟；

②法治国家联盟：包括 35 个政治团体，以伊斯兰达瓦党为骨干力量，强调其世俗性和民族性；

③伊拉克国家联盟：以什叶派政治组织为主体，由伊斯兰最高委员会、萨德尔运动等 30 个政治团体组成；

④库尔德联盟：主要由库尔德民主党、库尔德斯坦爱国联盟等库尔德人政党及土库曼自由者组织等 13 个政治团体组成。

### (4) 内阁

联邦的行政权力由共和国总统和内阁共同承担。设总统委员会（由总统和 2 位副总统组成）、总理府（部长内阁）和议会（325 位议员），实际行政权力掌握在以总理为首的部长内阁手中。内阁



成员由总理推选，总理还担任武装部队总司令职务。

#### (5) 司法

司法部门独立。各种类型和级别的法庭应按照法律的规定行使司法权和做出判决。法官独立，除法律之外，没有任何职权凌驾于法官之上。任何权力部门都没有权力干涉法官和司法事务。联邦司法权由高级司法委员会、联邦最高法院、联邦最高上诉法院、公诉部、司法监督委员会以及受到法律规范的其他联邦法院组成。

伊拉克地区政府拥有行使立法、行政和司法的权利；地区政府可以按照需要的方式实行管理，并有权建立自己的“安全组织”，如警察部队、治安部队和卫队等。地区政府在不违反国家宪法的前提下，可以起草自己的法律，确立自己的行政权力机构以及行使这些权力的机制。

#### 3. 对外关系与国际问题态度

伊拉克战争后，伊拉克奉行积极务实的外交政策，重视发展同大国关系，特别是同美、英的关系；寻求同周边国家开展合作，为国内稳定创造良好的外部环境；努力争取国际社会为伊拉克战后重建提供帮助。目前，伊拉克已与近 80 个国家恢复或建立了外交关系，并恢复了在阿拉伯国家联盟、伊斯兰会议组织、联合国机构、国际货币基金组织、石油输出国组织等地区和国际组织内的活动。2010 年 12 月，联合国安理会通过决议，取消根据《联合国宪章》第七章对伊拉克在大规模杀伤性武器、导弹和民用核活动领域的制裁，结束“石油换食品”计划。2012 年 3 月，阿盟首脑会议在伊举行。

#### 4. 与我国外交关系

伊拉克与中国于 1958 年 8 月 25 日建交，建交后两国党政、民间团体来往频繁。2003 年 3 月，伊拉克战争爆发后，中伊双边关系受到严重影响。战后，随着伊拉克政治重建的发展，中伊双边交往逐渐恢复。

#### （四）经济

##### 1. 体制

1990 年 8 月伊拉克入侵科威特后，联合国对伊实行严厉的经济制裁，伊拉克经济遭受沉重打击，基本陷于瘫痪状态。1996 年 12 月安理会通过第 986 号决议（即“石油换食品”计划），允许伊拉克出口石油，用以购买食品和药品等人道主义物资，伊拉克经济状况稍有好转。伊拉克战争后，安理会于 2003 年 5 月通过第 1483 号决议，取消对伊除武器禁运以外的所有经济制裁。2008 年 7 月，伊授予 35 家外国石油公司参与竞标伊未来石油和天然气开采合同的资格。2009 年 6 月和 12 月，伊拉克举行两轮国际石油招标。2010 年和 2011 年，伊拉克举行第三、四轮国际招标，主要集中在气田领域。由于安全形势至今难言安定，伊拉克经济重建进展缓慢。

货币为新伊拉克第纳尔（Dinar），1 美元约合 1160 伊拉克第纳尔（2014 年 6 月）。

##### 2. 工业、农业、旅游业

###### （1）工业

石油生产和出口在伊拉克国民经济中始终处于主导地位。1973 年，伊拉克实现石油工业国有化，组建伊拉克国家石油公司（Iraq National Oil Company, INOC），控制国家的石油资源。两伊战争结束到海湾战争之前，伊拉克原油平均日产量为 350 万桶，最高时达 450 万桶。海湾战争结束后，由于开采设备被毁和联合国制裁，石油产量出现严重下滑，到 2003 年伊拉克战争爆发前，原油平均日产量约为 200 万桶，主要通过伊土（土耳其）石油管道和南部巴士拉港出口。伊拉克战争结束后，原油生产和出口恢复缓慢。2012 年，伊拉克平均日产石油约 300 万桶，日出口量约 260 万桶。

伊拉克 70% 的天然气属于石油伴生气，主要产于北部基尔库克油田和南部鲁迈拉油田。伊拉克有 9 个集气站。天然气通过管

道输送至位于祖拜尔和巴士拉的液化处理站经液化供出口。北部油区通过油管在黎巴嫩、叙利亚与土耳其的地中海港口输出原油，南部油田通过油管至沙特阿拉伯的红海岸延布油港输出原油。伊拉克有炼油与石油化工以及纺织、食品、烟草、水泥等工业。

### （2）农业

农牧业在伊拉克国民经济中占有重要地位。两河平原的灌溉农业已有数千年历史。主要农产品有小麦、黑麦、大麦、稻米、棉花、烟草、温带水果与椰枣等。椰枣输出量居世界首位。畜牧业偏重在东北部地区，养殖牛、羊、驴、马，西南部干旱高原上有游牧业。

伊拉克当前可耕地面积占国土总面积的 27.6%，农业用地严重依赖地表水，主要集中在底格里斯河和幼发拉底河之间的美索不达米亚平原。农业人口占全国总人口的三分之一，粮食不能自给。

### （3）旅游业

主要旅游点有乌尔城（公元前 2060 年）遗址、亚述帝国（公元前 910 年）遗迹和哈特爾城遗址（俗名“太阳城”），位于巴格达西南 90 公里处的巴比伦是世界著名的古城遗址，盛传的“空中花园”被列为古代世界七大奇迹之一。此外，底格里斯河沿岸的塞琉西亚、尼姆路德等，均是伊拉克著名古城名胜。

### 3. 对外贸易

伊拉克出口产品主要为原油，由于国内工业部门不健全，多数生产资料和生活用品需要进口。主要贸易伙伴为土耳其、美国、约旦、叙利亚等。

## 二、法律法规

中国企业和个人在伊拉克当地如有法律纠纷或劳务纠纷，可向伊拉克劳务管理部门投诉或咨询，亦可与中国驻伊拉克使馆领事部联系咨询，寻求法律保护。

伊拉克国家投资法规定，在就业和招聘中，应优先考虑伊拉克人。此外，外国投资者将帮助训练伊拉克雇员，提高其工作效率、技能和能力。

在贸易方面，目前伊拉克仍沿用萨达姆时期的商业法和公司法。商业法于 1984 年颁布实施，称为 1984-30 商业法。该商业法对所有国营和民营公司及个体经营者的盈利性商业行为和交易活动进行了规定，范围涉及进出口、制造、物流、运输、建筑、旅游、银行、保险、债券股票买卖及工程承包等领域。公司法于 1997 年颁布实施，称为 1997-21 公司法。该公司法对有法人代表的国营和民营公司以及外商投资公司，从成立、运营、破产清算等方面进行了规定。

根据伊拉克目前出入境规定，外国人可以持邀请函、入学通知书、工作许可证等相关证明在伊拉克驻各国领事馆申请集体旅游签证、访问签证、宗教签证、政治签证、学生签证、卡车司机签证和长期居留签证等，但均须获得伊拉克内政部批准并出具批件。外国人亦可持伊内政部批件复印件，到伊机场办理落地签，前提是该批件原件已送达机场。在伊拉克办理工作签证有两种方式：一是劳务人员来伊拉克之前由雇主根据双方签订的合同到伊劳动部和内政部申办工作许可证，然后再到伊拉克驻各国使（领）馆办理来伊签证，前提是伊内政部必须通知伊使（领）馆；二是劳务人员由雇主邀请持短期签证来伊后，双方签订雇佣合同，由雇主负责到伊劳动部和内政部申办工作许可证和长期居留签证。长期居留签证一年一签，到期 30 天前申办。

### 三、风俗习惯

#### （一）宗教

伊拉克居民中 95%以上信奉伊斯兰教，少数人信奉基督教或犹太教。

### （二）风俗习惯、礼仪和禁忌避讳

伊拉克人的餐桌上一般是看不见刀、叉、勺等餐具的，只有水杯、盘子等食具，他们惯以右手抓饭入口。他们习惯食用熟透的菜肴，略有生口就不吃。伊拉克不像其他阿拉伯国家那样，在那里可以买到酒类饮料。伊拉克南部的什叶派穆斯林不吃兔肉。伊拉克人忌讳左手传递东西或食物。他们视左手为肮脏之手，认为用肮脏之手来传递东西或食物，实际上是对人的一种污辱。他们忌讳客人赴宴餐毕不及时洗手告辞，认为饭店拖延或迟迟不走为贪吃和不礼貌的表现。伊拉克穆斯林生活全部继承了伊斯兰教的宗教传统，但他们又远比近邻的阿拉伯穆斯林国家开化得多。在伊拉克戴面纱的妇女已不多见，国家也逐步施行了一些开放政策，使之开始形成了现代化与宗教并存的局面。他们对赴约总习惯迟到，认为这是自己的一种礼节风度。伊拉克男子有“蓄须为美”的习俗，凡是成年男子都蓄髻须。在伊拉克，南部各地的妇女大都穿黑色长袍。在什叶派的圣地，女伊斯兰教徒不准穿戴西方服饰。虽天气炎热，但男士一般不穿短裤外出。绿色代表伊斯兰教，是阿拉伯人喜爱的颜色，在商业上禁止使用。黑色用于丧色。忌讳蓝色。禁忌以猪、熊猫、六角星做图案。“13”为禁忌数字。饮食上禁食猪肉、死物、血液及非念安拉之名而宰杀的动物。

### （三）传统节日与节假

1. 主要节假日：1月1日元旦节、1月6日建军节（1921年1月6日设立国防部）、3月21日瑙鲁斯节（库尔德族春节）、4月17日法奥解放日（1988年4月17日法奥地区从伊朗占领下解放）、5月1日国际劳动节、7月14日国庆日（1958年革命日）、8月8日伟大胜利日（1988年8月8日两伊战争停火）

2. 伊斯兰教节日（回历）：1月1日新年、1月10日阿舒拉节、3月12日穆罕默德诞辰、10月1-3日开斋节、12月10日-13日宰牲节。

#### 四、实用信息指南

##### （一）应急电话号码

医    疗：122

火    警：115

匪    警：104

##### （二）中国驻伊拉克使领馆

地    址：Mahala: 929, Zukak: 25, Building NO.: 33,  
Arasat area, Baghdad, Iraq

信    箱：P. O. Box 2386, Al-jadryaa Post Office, Baghdad,  
Iraq

值班电话：00964-7901912315

网    址：<http://iq.chineseembassy.org>

邮    箱：[chinaemb\\_iq@mfa.gov.cn](mailto:chinaemb_iq@mfa.gov.cn)

## 第四节 斯里兰卡国别资讯

### 一、概况

#### （一）基本国情

##### 1. 位置

南亚次大陆以南印度洋上的岛国，西北隔保克海峡与印度相望。

##### 2. 面积、人口、民族、语言

斯里兰卡面积 65610 平方公里，人口 2033 万（2012 年）。僧伽罗族占 75%，泰米尔族 16%，摩尔族 9%。僧伽罗语、泰米尔语同为官方语言和全国语言，上层社会通用英语。

##### 3. 首都、国旗、国徽

首都：首都科伦坡(Colombo)，人口 75.3 万。

国旗：国旗呈长方形，长与宽之比约为 2：1。旗面四周为黄色边框和框内靠左侧的黄色竖条，将整个旗面划分为左右结构的框架。左边框内是绿色和橙色的两个竖长方形；右侧为咖啡色长方形，中间是一头紧握战刀的黄色狮子，长方形的四角各有一片菩提树叶。

国徽：国徽具有典型民族风格。金色莲花环绕雄狮，一个象征正直的法轮高立于其上，表示佛力无边，永远护佑斯里兰卡。图案中心的赭红色代表斯里兰卡丰富的矿产资源。两束稻穗分悬神坛两边，象征斯里兰卡五谷丰登，自给自足。神坛左右有圆形的太阳和月亮，旋转永恒之光，预示斯里兰卡长治久安，繁荣昌盛。

##### 4. 行政区域

全国分为 9 个省和 25 个区。9 个省分别为西方省、中央省、南方省、西北省、北方省、北中省、东方省、乌瓦省和萨巴拉加穆瓦省。

#### （二）自然地理

### 1. 气候

斯里兰卡接近赤道，终年如夏，年平均气温 28℃。年平均降水量 1634 毫米（2012 年）。风景秀丽，素有“印度洋上的珍珠”之称。

### 2. 资源

主要矿藏有石墨、宝石、钛铁、锆石、云母等。石墨、宝石、云母等已开采。渔业、林业和水力资源丰富。

## （三）政治

### 1. 简史

2500 年前，来自北印度的雅利安人移民至锡兰岛建立僧伽罗王朝。公元前 247 年，印度孔雀王朝的阿育王派其子来岛弘扬佛教，受到当地国王欢迎，从此僧伽罗人摈弃婆罗门教而改信佛教。公元前 2 世纪前后，南印度的泰米尔人也开始迁徙并定居锡兰岛。从 5 世纪至 16 世纪，岛内僧伽罗王国和泰米尔王国之间征战不断。16 世纪起先后被葡萄牙人和荷兰人统治。18 世纪末成为英国殖民地。1948 年 2 月获得独立，定国名锡兰。1972 年 5 月 22 日改称斯里兰卡共和国。1978 年 8 月 16 日改国名为斯里兰卡民主社会主义共和国。

### 2. 宪法、国会、政党、内阁、司法

#### （1）宪法

现行宪法于 1978 年 9 月 7 日生效，为斯历史上第四部宪法，废除沿袭多年的英国式议会制，效仿法国和美国，改行总统制。1982 年后曾多次修改宪法，将议会任期由 6 年改为任满时可通过公民投票决定是否延长。宪法规定，斯所有官员，包括议员在内，必须宣誓反对分裂主义，维护国家统一。2010 年 9 月，斯里兰卡议会通过了宪法第 18 条修正案，取消对斯总统任期的限制。

#### （2）国会

斯里兰卡议会为一院制，由 225 名议员组成，任期 6 年。本届议会于 2010 年 4 月选出。席位分布情况为：统一人民自由联盟



144 席，统一国民阵线 60 席，泰米尔民族联盟 14 席，民主全国联盟 7 席。现任议长恰马尔·拉贾帕克萨，自由党党员，于 2010 年 4 月 22 日宣誓就职。

### （3）政党

主要政党包括：斯里兰卡自由党、统一国民党、泰米尔全国联盟、人民解放阵线，其他政党和组织还有全国僧伽罗僧侣党、锡兰工人大会党、穆斯林大会党、高地人民阵线、伊拉姆人民民主党和斯里兰卡共产党等。

### （4）内阁

2010 年 11 月，斯新一届内阁成立，共有 61 名部长。

### （5）司法

司法机构由三部分组成：法院，包括最高法院、上诉法院、高级法院和地方法院等；司法部，负责司法行政工作；司法委员会，负责法院人事和纪律检查。

## 3. 对外关系与国际问题态度

奉行独立和不结盟的外交政策，支持“和平共处五项原则”，反对各种形式的帝国主义、殖民主义、种族主义和大国霸权主义，维护斯里兰卡独立、主权和领土完整，不允许外国对斯内政和外交事务进行干涉。关心国际和地区安全，主张全面彻底裁军，包括全球核裁军以及建立国际政治、经济新秩序。坚决反对国际恐怖主义，1998 年 1 月签署了《联合国反恐怖爆炸公约》，成为该公约的第一个签字国。积极推动南亚区域合作。外交重点是在解决国内民族问题上寻求国际社会的理解和支持。在联合国和南盟等组织内呼吁加强国际反恐合作。已同 140 多个国家建立了外交关系。

## 4. 与我国的外交关系

中斯友好交往历史悠久。中国史称斯里兰卡为师（狮）子国或僧伽罗国。公元 410 年，中国晋代高僧法显从印度赴斯游学两年，取回佛教经典并著有《佛国记》一书。明代航海家郑和曾多

次抵斯。15 世纪，斯一王子访问北京，回国途中在福建泉州定居，被明皇赐姓为世，其后代现仍在泉州和台湾定居。斯沦为西方殖民地后，中斯关系一度中断。1950 年斯政府承认新中国。1957 年 2 月 7 日两国建交。此后，中斯一直保持着友好关系，高层往来不断，各领域互利合作不断扩大。2013 年 5 月，拉贾帕克萨总统对中国进行国事访问，习近平主席和李克强总理分别会见，两国决定将中斯关系提升为战略合作伙伴关系，并发表了《联合公报》。

斯政府一贯奉行对华友好政策，长期以来在台湾、西藏、人权等问题上给予中国支持。两国在许多重大国际和地区问题上拥有共识，合作良好。

#### （四）经济

##### 1. 体制

以种植园经济为主，主要作物有茶叶、橡胶、椰子和稻米。工业基础薄弱，以农产品和服装加工业为主。在南亚国家中率先实行经济自由化政策。1978 年，开始实行经济开放政策，大力吸引外资，推进私有化，逐步形成市场经济格局。近年来，斯经济保持中速增长。2005-2008 年，斯国民经济增长率连续四年达到或超过 6%，为独立以来的首次。2008 年以来，受国际金融危机影响，斯外汇储备大量减少，茶叶、橡胶等主要出口商品收入和外国短期投资下降。斯国内军事冲突结束后，斯政府采取了一系列积极应对措施。国际货币基金组织向斯提供 26 亿美元临时信贷安排。当前，斯宏观经济逐步回暖，呈现出良好发展势头，2010 年和 2011 年经济增长率均达到 8%。

斯里兰卡货币单位为卢比(Sri Lanka Rupee)，简写 RS 或 LKR，1 美元约合 130 卢比（2014 年 6 月）。

##### 2. 工业、农业、服务业、旅游业

###### （1）工业

工业主要有纺织、服装、皮革、食品、饮料、烟草、造纸、木材、化工、石油加工、橡胶、塑料和金属加工及机器装配等工

业，大多集中于科伦坡地区。2012 年工业产值占 GDP 的 30.4%，增长 10.3%，从业人数占总劳力的 26.1%。

#### （2）农业

可耕地面积 400 万公顷，已利用 200 万公顷。主要作物为茶叶、橡胶、椰子等。2012 年农业产值占 GDP 的 11.1%，增长 5.8%，从业人数占总劳力的 31.0%。

#### （3）服务业

2012 年服务业产值占 GDP 的比重为 58.5%，增长 4.6%，从业人数占总劳力 42.9%，酒店餐饮、银行保险、房地产、进口贸易、邮政和电信、运输和通讯等产业增长较快。

#### （4）旅游业

旅游业是斯经济的重要组成部分。游客主要来自欧洲、印度、东南亚等国家和地区。2003-2005 年，斯连续三年到访外国游客数量突破 50 万人。自 2005 年底，斯政府军与“猛虎”冲突对旅游业造成一定冲击。2009 年，随着斯局势转好，旅游业逐步恢复，呈现快速发展势头。2012 年入境人数为 100.6 万人次，同比增长 17.5%，旅游业收入 10.4 亿美元，同比增长 25.1%。

### 3. 对外贸易

实行自由外贸政策，除政府控制石油外，其他商品均可自由进口。近年来，出口贸易结构发生根本变化，由过去的农产品为主转变为以工业产品为主。主要出口商品为纺织品、服装、茶叶、橡胶及其制品、珠宝产品。2012 年主要出口对象是美国、英国、比利时、卢森堡、意大利、德国、印度等，主要进口对象是印度、中国、新加坡等。

### 4. 与我国的经贸关系

中斯贸易往来历史悠久。远在古代就有中国的丝绸传入兰卡，当时在兰卡古代码头还有中国古钱币的流通。中斯两国政府贸易始于 1952 年。1952 年 12 月 18 日两国政府共同签署了著名的“米胶协定”，双方以记帐方式用我国大米换斯国橡胶，从而开创了中

斯两国政府间友好贸易史。1983 年，两国政府签订了新的贸易协定，规定从 1983 年开始两国贸易以现汇支付。自中斯贸易改为现汇结算后，双边贸易稳步发展，特别是 90 年代以来，我对斯出口额有较大增长。1991 年双边贸易额突破 1 亿美元，其中我向斯出口 1.1422 亿美元；2000 年上升到 4.6 亿美元，其中我出口 4.5 亿美元；2001 年双边贸易额为 3.97 亿美元，其中我出口 3.87 亿美元。斯工业基础落后，资源有限，我从斯进口有限。因此，中斯贸易中我长期顺差。90 年代以前，我向斯出口商品以大米和传统的农副产品如麻袋、辣椒、干菜为主。自 1991 年以后，我出口产品结构有了较大变化，纺织品、轻工、机电产品、五金工具、服装、医保、化工等成为我向斯出口的主要商品。

## 二、法律法规

### （一）外汇管制

政府对外汇进行管制，外币可自由兑换成卢比，但卢比不能自由兑换成外币。如果要将卢比兑换成外币需要得到斯里兰卡外管局的批准。外国人可携带不超过 5000 美元的外币现金出境，超过则必须申报原携带入境的机构名称；携带外币入境对金额无限制，但超过 15000 美元必须向海关申报。

### （二）税收

斯里兰卡税赋较重，税收体系和制度比较健全，税收监管比较严格，当地实行属地税制，同时税收政策也经常发生变化。斯里兰卡的会计结算年度是从每年的 4 月 1 日到次年的 3 月 31 日。斯里兰卡没有营业税，但有企业所得税、个人所得税、增值税、经济服务税、建筑行业担保基金税和关税等。

### （三）劳动就业

中国企业向斯里兰卡派出劳务，需先征询中国驻斯里兰卡使馆经商参处意见，未经同意，不得派出。外国人在斯里兰卡工作，

需要经过严格审批。符合条件获得批准在斯里兰卡工作者，需遵守斯里兰卡劳工法中关于外国人雇佣管理条例的相关规定和斯里兰卡当地法律的规定，并需遵守斯里兰卡外籍人员就业管理局的相关规定，其中包括工作范围和性质以及签证、工资所得税等相关规定等。政府对从事外籍劳务输入的公司进行管理，颁发执照。若外国公司和当地公司违反外籍人就业规定，将会受到罚款、限期离境、限制入境等惩罚。

除承包工程项目或投资项目项下协议规定外，其他领域基本上不允许外籍劳务人员进入。外国人在当地工作应按照程序办理入境和居住签证手续。居住签证的时间最长为 1 年。到期若需要继续工作，应由其就业的公司向政府部门申请续签。

每周六和周日休息，职工可休假 14 天，可请事假 7 天，病假 21 天。每年有公共节日、宗教节日 25 天。

不同的行业或不同的地区，成立有各种组织形式的工会。斯里兰卡工会是一个重要的劳工组织。外资企业都会在处理劳资纠纷上和斯里兰卡工会打交道。斯里兰卡政府和各党派处理劳工问题都非常小心，以便争取更多的选民支持。

### （四）承包工程

外国公司在斯承包的工程项目，分为三类，由政府独立出资且当地公司具有承包实力的项目、国际资金的项目或政府独立出资但当地公司并不具备承建能力的项目、私营项目。斯里兰卡对参与项目投标的外国公司有相关规定。外国公司应通过相关的资格预审程序，同时规定中国公司应得到中国驻斯里兰卡大使馆经商处的证明或推荐。

斯里兰卡承包工程市场是相对开放的，政府不限制外国公司参与其工程项目的建设，但是对当地公司有能力和承建的项目，倾向于鼓励本国公司参与兴建。承包工程大多是国际公开招标，议标的项目很少。

### 三、风俗习惯

#### （一）宗教

斯里兰卡居民 70.2%信奉佛教，12.6%信奉印度教，9.7%信奉伊斯兰教，此外还有天主教和基督教。

#### （二）风俗习惯、礼仪和禁忌避讳

斯里兰卡人宗教意识浓，宗教地位高，斯居民多数信奉佛教，寺庙多。尊敬僧侣，在公共汽车上，要为他们让座。路遇僧侣，要躬身合十，请其先行。候机厅内的白椅子，是为宗教人士准备的，即使座位空着，普通人员亦不得占用。人们进入寺庙要脱鞋。寺庙内禁止喧哗、照相。宗教节日期间通常严禁饮酒。

穿着要得体，不要袒胸露背，不可穿无袖上衣和短裙、短裤，宜穿白色为主色的带袖衣服，裙、裤长度过膝。斯里兰卡人信奉佛教“不杀生”的教义，当地人注重环境保护和动物保护，不少动物被列为国家保护动物，并有相关野生动物保护法。我在外人员须尊重当地法律及习俗，了解基本法律法规，不要随意猎杀野生动物，以免引起法律纠纷或与当地人发生冲突。任何捕杀动物的行为，比如在野外抓蝴蝶、在家里杀鸽子，都有可能被斯里兰卡人举报而坐牢。乌鸦在斯里兰卡被视为神鸟和吉祥物，不可伤害。未经批准，在家私自酿酒也属违法行为。

当地人有收小费的习惯，从司机、服务生到平常的路人，只要您享受了他们的服务和热情的帮助，就要支付小费。如果不需要帮助，建议礼貌拒绝。斯里兰卡举行典礼仪式通常不用剪彩，一般以点油灯表示庆贺。

斯里兰卡人以摇头形式表示同意，点头表示不同意。

#### （三）传统节日与节假

政府部门实行 5 天工作制，每周六、日休息。私营企业实行五天半工作制。

重要的节日有泰米尔收获节（Tamil Thai Pongal Day），国

庆节 (National Day), 湿婆神节 (Mahasivarathri Day), 僧伽罗和泰米尔新年 (Sinhala & Tamil New Year Day), 卫塞节 (Vesak Full Moon Poya Day), 普桑节 (Poson Full Moon Poya Day), 波亚节 (Full Moon Poya Day), 以及佛牙节。

#### 四、实用信息指南

##### (一) 应急电话号码

警察 (全国): 119 118

警察 (科伦坡): 011-2433333

中国手机拨打: 0094-11-2433333

火警 (科伦坡): 011-2422222

中国手机拨打: 0094-11-2422222

全国紧急救援服务 (如火灾等): 110

医疗急救: 011-2691111 (斯里兰卡国家医院急救中心, The National Hospital of Sri Lanka)

##### (二) 中国驻斯里兰卡使(领)馆

地 址: 381/A BAUDDHALOKA MAWATHA, COLOMBO 7, SRI LANKA

电 话: 0094-11-2694491 (传达室)

0094-11-2676658 (领事部)

0094-779288949 (24 小时紧急求助电话)

传 真: 0094-11-2693799 (办公室), 2684579 (经商处)

网 址: <http://lk.chineseembassy.org>

邮 箱: chinaemb\_lk@mfa.gov.cn (使馆)

consulate\_lka@mfa.gov.cn (使馆领事部)

## 第五节 缅甸国别资讯

### 一、概况

#### （一）基本国情

##### 1. 位置

位于中南半岛西部。东北与中国毗邻，西北与印度、孟加拉国相接，东南与老挝、泰国交界，西南濒临孟加拉湾和安达曼海。海岸线长 3200 公里。

##### 2. 面积、人口、民族、语言

全国面积：676578 平方公里，人口：约 6112 万（2012 年），共有 135 个民族，主要有缅族、克伦族、掸族、克钦族、钦族、克耶族、孟族和若开族等，缅族约占总人口的 65%。华人华侨拉 250 万。缅甸官方语言为缅语、英语，主要的民族语言包括缅、克钦、克耶、克伦、钦、孟、若开、掸等，英语是流行的主要外国语。

##### 3. 首都、国旗、国徽

首都：内比都（Nay Pyi Taw），人口约 92 万。

国旗：2010 年 10 月 21 日，缅甸启用新国旗，比例 2:3。黄绿红三色横旗，中间为五角白星。黄色象征团结，绿色象征和平、安宁以及代表青葱翠绿的国家，红色象征勇敢和决心。白色五角星代表联邦永久长存。

国徽：2010 年 10 月 21 日，缅甸启用新国徽，新国徽中间为缅甸版图置于橄榄枝中间，两头圣狮为守护兽。两者之间为花卉状图案，顶端为一象征独立的五角星。下方是绶带。

##### 4. 行政区域

全国分七个省、七个邦和联邦区。省是缅族主要聚居区，邦多为各少数民族聚居地，联邦区是首都内比都。

#### （二）自然地理



### 1. 气候

缅甸属热带季风气候, 年平均气温 27℃。

### 2. 资源

矿产资源主要有锡、钨、锌、铝、锑、锰、金、银等, 宝石和玉石在世界上享有盛誉。石油和天然气在内陆及沿海均有较大蕴藏量。据缅能源部统计, 缅甸共有 49 个陆上石油区块和 26 个近海石油区块, 原油储量 32 亿桶、天然气储量 89 万亿立方英尺。森林、水利资源丰富, 伊洛瓦底江、钦敦江、萨尔温江三大水系纵贯南北, 但由于缺少水利设施, 尚未得到充分利用。

## (三) 政治

### 1. 简史

1044 年形成统一的国家后, 经历了蒲甘、东吁和贡榜三个封建王朝。19 世纪英国发动三次侵略战争后占领了缅甸, 1886 年将缅甸划为英属印度的一个省。1937 年缅甸脱离英属印度, 直接受英国总督统治。1942 年 5 月被亚洲占领。1945 年 3 月全国总起义, 缅甸光复。后英国重新控制缅甸。1948 年 1 月 4 日, 缅脱离英联邦宣布独立。以吴努为首的政府实行多党民主议会制。1962 年, 缅甸国防军总参谋长奈温将军发动政变, 推翻吴努政府, 成立革命委员会。1974 年 1 月, 颁布新宪法, 成立人民议会, 组建了“社会主义纲领党”(以下简称“纲领党”), 奈温任“纲领党”主席, 定国名为“缅甸联邦社会主义共和国”。1988 年 9 月军队接管政权, 成立“国家恢复法律与秩序委员会”(后改为“国家和平与发展委员会”, 简称“和发委”), 改国名为“缅甸联邦”。2010 年 11 月 7 日, 缅举行全国大选。2011 年 1 月 31 日, 缅甸联邦议会召开首次会议, 改国名为“缅甸联邦共和国”。3 月 30 日, 新政府宣誓就职, “和发委”正式解散。

### 2. 宪法、国会、政党、内阁、司法

#### (1) 宪法

1974 年缅甸制定了《缅甸社会主义联邦宪法》。1988 年军政

府接管政权后，宣布废除宪法，并于 1993 年起召开国民大会制定新宪法。2008 年 5 月，新宪法草案经全民公决通过，并于 2011 年 1 月 31 日正式生效。

#### （2）国会

缅甸为议会选举制度。

#### （3）政党

2010 年 11 月缅甸举行全国多党民主制大选，共有 37 个获批准注册的政党参选，包括 4 个原合法政党和 33 个新成立政党。现有主要政党包括联邦巩固与发展党、民族团结党、掸族民主党、若开民族发展党、全国民主力量党等。

#### （4）内阁

总统为国家领导及政府首脑，政府管理机构共设 34 个部，其中经济主管部共有 17 个，缅甸投资委员会负责外商投资企业的审批工作。

#### （5）司法

缅甸法院和检察院共分 4 级。设最高法院和最高检察院，下设省邦、县及镇区 3 级法院和检察院。

### 3. 对外关系与国际问题态度

缅甸是“和平共处五项原则”的共同倡导者之一。奉行“不结盟、积极、独立”的外交政策，按照“和平共处五项原则”处理国与国之间关系。不依附任何大国和大国集团，在国际关系中保持中立，不允许外国在缅驻军，不侵犯别国，不干涉他国内政，不对国际和地区和平与安全构成威胁。1988 年军政府上台后，以美国为首的西方国家对缅甸实施经济制裁和贸易禁运，终止对缅甸经济技术援助，禁止对缅甸进行投资。1997 年加入东盟后，与东盟及周边国家关系有较大发展。近年来，缅甸政府积极推进民族和解，与西方国家关系逐步缓和。截至 2013 年 5 月，缅甸已同 111 个国家建立了外交关系。

### 4. 与我国的外交关系

1950年6月8日中缅建交。上世纪五十年代,中、缅、印三国共同倡导了“和平共处五项原则”。1960年两国签订边界条约,圆满解决了历史遗留的边界问题。近年来,中缅两国各领域友好交流与合作进一步加强。2011年5月,缅甸总统吴登盛访华,两国发表联合声明,将双边关系提升为全面战略合作伙伴关系。2013年4月,吴登盛总统来华进行国事访问并出席博鳌亚洲论坛2013年年会,两国发表了联合新闻公报。

#### (四) 经济

##### 1. 体制

缅甸自然条件优越,资源丰富。1948年独立后到1962年实行市场经济,1962年到1988年实行计划经济,1988年后实行市场经济。2011年缅新政府上台后,大力开展经济领域改革,积极引进外资,确立了四项经济发展援助,包括加强农业发展、工业发展、省邦平衡发展、提高人民生活水平等。国际货币基金组织数据显示,2011-2012财年GDP总额为500.2亿美元,同比增长5.5%,2012-2013财年GDP总额预计较上一财年增长6%。截至2013年9月,外汇储备约76亿美元。

货币缅元(Kyat,读音“驾”),目前市场汇率为1美元=970缅元(2014年6月)。

##### 2. 工业、农业、旅游服务业

###### (1) 工业

2011-2012财年,缅甸工业产值约占国民生产总值的26%。主要工业有石油和天然气开采、小型机械制造、纺织、印染、碾米、木材加工、制糖、造纸、化肥和制药等。

###### (2) 农业

农业为国民经济基础。农业产值占国民生产总值的四成左右。主要农作物有水稻、小麦、玉米、花生、芝麻、棉花、豆类、甘蔗、油棕、烟草和黄麻等。2011年缅出口大米844200吨,创收3.24亿美元。2012-2013财年(截至2013年2月底)已出口大米

130 万吨。畜牧渔业以私人经营为主。缅甸政府允许外国公司在划定的海域内捕鱼，向外国渔船征收费用。1990 年开始同一些外国公司合资开办鱼虾生产和出口加工企业，水产品出口多个国家和地区。

### （3）旅游服务业

主要景点有世界闻名的仰光大金塔、文化古都曼德勒、万塔之城蒲甘、茵莱湖水上村庄及额布里海滩等。政府大力发展旅游业，积极吸引外资，建设旅游设施。较著名的饭店有：仰光的喜多娜酒店、茵雅湖酒店、商贸酒店、皇家公园酒店；内比都的妙多温酒店、丁格哈酒店、阿玛拉酒店；曼德勒的喜多娜饭店、曼德勒山酒店；蒲甘的丹岱饭店、蒲甘饭店等。根据缅甸酒店和旅游部统计数据，游客来源国排名前五分别为泰国、中国、日本、韩国和马来西亚。

### 3. 对外贸易

2012-2013 财年，缅进出口小幅增长，达到 182.42 亿美元，较 2011-2012 财年增长 0.4%，其中出口 89.22 亿美元，进口 93.2 亿美元，多年来首次出现逆差。

2012-2013 财年缅主要贸易伙伴：中国、泰国、新加坡和印度。缅甸主要出口商品有：天然气、大米、玉米、各种豆类、水产品、橡胶、皮革、矿产品、木材、珍珠、宝石等。同时，缅甸主要进口商品有：燃油、工业原料、化工产品、机械设备、零配件、五金产品和消费品。

### 4. 与我国的经贸关系

据中国商务部统计，2012 年中缅贸易额为 69.72 亿美元，同比增长 7.2%，其中中方出口 56.73 亿美元，同比增长 17.7%，进口 12.98 亿美元，同比下降 22.7%，中国为缅第一大贸易伙伴。根据中国商务部数据，2013 年上半年，中缅双边贸易额达 43.8 亿美元，同比增长 25.9%。

## 二、法律法规

### （一）外汇管制

由外贸银行、外汇管理部负责，外汇管理委员会负责分配外汇。未经外汇管理局负责人的许可，任何人在国内不得买卖、借贷、兑换外汇，缅币不得出入境。非贸易外汇收入必须上交。在中缅的边境贸易可使用人民币和缅币。

### （二）税收

税收体系包括对国内产品和公共消费征税、对收入和所有权征税、关税、对国有财产使用权征税等四个主要项目下的 15 种税费。个人、企业、公司及其他团体产生的源于缅甸的所得都要缴税，非缅甸居民只对在缅甸的所得赋税。所得税主要包括企业所得税、个人所得税和资产获得税。

### （三）劳动就业

超过 5 人的公司在招聘员工时，须向镇区劳动办登记备案。雇主可请镇区劳动办通过后备人才库向其推荐适合人选，也可通过劳务中介或直接在媒体刊登招聘广告招聘员工。

雇主和员工之间须签订劳动合同，方能确立雇佣关系。劳动合同分为有固定期限劳动合同和无固定期限劳动合同，合同类型以及合同期长短由劳资双方协商确定。如果雇佣双方任何一方提前解除劳动合同，须提前一个月通知对方。

公司、商店、贸易中心、服务型企业、娱乐场所的员工每天工作 8 小时，每周 48 小时；工厂、油田、矿井工人每天工作 8 小时，每周 44 小时，但流水线作业的工厂工人每周可工作 48 小时，井下作业工人每周工作 40 小时。为私人企业工作的员工每年可以享受 6 天临时请假，30 天病假、10 天带薪假期，21 天公共假期。在雇佣人数 5 人以上的制造业企业、铁路、公共工业及交通、港口、采矿业、石油开采业等行业工作的员工，不论任何工种或工作形式，都被强制性纳入职工社会保险及福利计划的范畴。

外国人在缅甸工作不需要办理工作许可，主要需解决签证延期及居留许可等方面的问题。缅甸目前尚没有工会组织。缅甸工商联合会为缅甸最大的非政府组织，受政府的支持，在缅甸经贸活动中起着十分重要的作用。

劳务人员赴缅甸工作之前，首先应对缅甸的法律法规、风俗习惯有所了解。由于缅甸法律规定对违法犯罪行为处以重罚，劳务人员在缅工作务必严格遵守当地法律法规，尊重缅甸人以及缅甸人的风俗习惯，以免因为行为不当给自己带来麻烦。

#### （四）承包工程

缅甸政府对于外国公司资质资格没有成文规定。政府优先发展可以为国家节省外汇或者增加创汇的项目。电力、能源、农业、铁路交通等属于缅甸重点发展的领域。缅甸工程建设项目一般实行公开招标制度，部分也可能会采取有限邀标或者议标的方式。由企业带资参与的卖方信贷项目，一般只采取议标方式。对于涉及缅甸国防的敏感项目、贵重矿产资源（如金矿、玉矿）的开发、少数民族地区政府的项目一般不允许外国公司介入。

中国企业在承包工程方面，建议与缅甸政府部门以及当地有实力、有影响力的企业建立起良好的合作与互信关系，避免恶性竞争，并充分考虑困难与风险。

### 三、风俗习惯

#### （一）宗教

缅甸有 85%以上的人信仰佛教，大约 5%的人信仰基督教，8%的人信仰伊斯兰教，约 0.5%的人信仰印度教，1.21%的人信仰泛灵论。缅甸的佛教主要是南传上座部佛教。佛教不但是缅甸人的宗教信仰，而且是他们道德教育的源泉。佛教的经文，尤其是《吉祥经》，是缅甸人民的生活哲学，深深印入人们的心灵。缅甸人日常生活中经常参神拜佛，信众一路赤脚走去，不能穿鞋或袜子。

不能对寺庙、佛像、和尚有任何轻率举动，不能穿过短、过透的衣服。在缅甸，信佛教家庭的男孩都须入寺庙当一段时间的和尚，过静修生活后才能还俗结婚。缅甸人对和尚十分尊敬和崇拜，只要有和尚来化缘，他们都不惜拿出家中最好的财物送给和尚。缅甸人虔心向佛，民风淳朴、和善，社会犯罪率比较低。佛家人不杀生，但可以食肉滋养身体。

### （二）风俗习惯、礼仪和禁忌避讳

缅甸视佛塔、寺庙为圣地，任何人进入佛寺一律赤脚。在缅甸，宗教习俗禁忌妇女登上佛塔的塔基。小孩双手交叉胸前，表示对大人的尊敬。男子在成人前，都要举行剃度仪式，进寺庙当一次和尚，一般为一个星期，这样在社会上才会受到尊敬。佛教斋戒月（公历八、九、十月，缅语称瓦期），一般不举行婚礼、迁居等喜事。缅甸人认为头部是一个人最高贵的地方，一般不喜欢别人摸自己的头。缅甸人常用米粉、面条或炒饭作早点，以米饭为主食。菜肴特点为油多、带酸辣、味重。很多缅甸人忌吃牛肉。

缅族不论男女下身都穿筒裙，统称“笼基”，男裙称“布梭”，女裙称“特敏”。缅甸人视妇女的筒裙为不洁，严禁妇女把筒裙晾晒在超过人头的高度。缅甸男人十分忌讳从晾晒的妇女筒裙底下钻过。每逢重要场合，男人多戴缅式礼帽，妇女多留长发，挽发髻。缅甸人不分男女，不分场合均穿拖鞋，军人除外。缅甸人只有名字，没有姓，但要在名字前加一冠称，以示性别、长幼和尊卑。

### （三）传统节日与节假

缅甸节日可分为两类，即法定节日和民间节日。

法定节日包括：独立节为1月4日；联邦节为2月12日；农民节为3月2日；建军节为3月27日；工人节为5月1日，即国际劳动节；烈士节为7月19日；民族节为12月1日。

民间节日包括：泼水节是缅历新年，缅甸人民的传统节日，一般在公历4月中旬，通常历时三到四天；浴榕节通常在4月下旬；点灯节在10月；敬老节在10月；献袈裟节通常为10月中下

旬至 11 月中下旬。

#### 四、实用信息指南

##### （一）应急电话号码

匪 警 电 话：199

医疗求助电话：192

火 警 电 话：191

仰光地区消防中心电话：01-252011 252022。

仰光交通事故调查电话：01-640668

仰 光 总医院：01-256112（转分机 846）

亚洲皇家医院：01-538055

红 十 字 会：01-392028 392030 383684

缅甸国际 SOS 诊疗：01-667871 667879 667877

##### （二）中国驻缅甸使领馆

地 址：NO.1 PYIDAUNGSU YEIKTHA ROAD, YANGON, UNION  
OF MYANMAR

电 话：0095-1-221280221281

传 真：0095-1-227019

网 址：<http://mm.chineseembassy.org>

邮 箱：[chinaemb\\_mm@mfa.gov.cn](mailto:chinaemb_mm@mfa.gov.cn)



## 第六节 印度国别资讯

### 一、概况

#### (一) 基本国情

##### 1. 位置

印度是南亚次大陆最大的国家。东北部同中国、尼泊尔、不丹接壤，孟加拉国夹在东北部国土之间，东部与缅甸为邻，东南部与斯里兰卡隔海相望，西北部与巴基斯坦交界。东临孟加拉湾，西濒阿拉伯海，海岸线长 5560 公里。

##### 2. 面积、人口、民族、语言

面积约 298 万平方公里（不包括中印边境印占区和克什米尔印度实际控制区等），面积居世界第 7 位。人口 12.1 亿（2011 年），居世界第 2 位。有 10 个大民族和几十个小民族，其中印度斯坦族 46.3%，泰卢固族 8.6%，孟加拉族 7.7%，马拉地族 7.6%，泰米尔族 7.4%，古吉拉特族 4.6%，坎拿达族 3.9%，马拉雅拉姆族 3.9%，奥里雅族 3.8%，旁遮普族 2.3%。官方语言为英语和印地语。

##### 3. 首都、国旗、国徽

首都：新德里（New Delhi），人口 1675.3 万

国旗：长方形，长宽之比为 3：2。全旗由橙、白、绿三个相等的横长方形组成，正中心有一个含 24 根轴条的蓝色法轮。

国徽：图案来源于孔雀王朝著名君主阿育王在鹿野苑所立的阿育王柱的柱头装饰。其形为四只狮子站在基座上，各面一个方向。脚下各有一轮十二辐的法轮，法轮之间分别绘有一只象、一只狮子、一只牛和一匹马。下方以天城体书有国家格言“唯真理必胜”。

##### 4. 行政区域

印度除德里国家首都辖区外，全国分为 27 个邦和 6 个联合属地。

#### (二) 自然地理

### 1. 气候

印度大体属热带季风气候,一年分为凉季(10月至翌年3月)、暑季(4月至6月)和雨季(7月至9月)三季。降雨量忽多忽少,分配不均。

### 2. 资源

印度资源丰富,有矿藏近100种。云母产量世界第一,煤和重晶石产量居世界第三。主要资源可采储量估计为:煤 2533.01亿吨,铁矿石 134.6 亿吨,铝土 24.62 亿吨,铬铁矿 9700 万吨,锰矿石 1.67 亿吨,锌 970 万吨,铜 529.7 万吨,铅 238.1 万吨,石灰石 756.79 亿吨,磷酸盐 1.42 亿吨,黄金 68 吨,石油 7.56 亿吨,天然气 10750 亿立方米。此外,还有石膏、钻石及钛、钽、铀等。森林 67.83 万平方公里,覆盖率为 20.64%。

## (三) 政治

### 1. 简史

世界四大文明古国之一。公元前 2500 年至 1500 年之间创造了印度河文明。公元前 1500 年左右,原居住在中亚的雅利安人中的一支进入南亚次大陆,征服当地土著,建立了一些奴隶制小国,确立了种姓制度,婆罗门教兴起。公元前 4 世纪崛起的孔雀王朝统一印度,公元前 3 世纪阿育王统治时期疆域广阔,政权强大,佛教兴盛并开始向外传播。公元前 2 世纪灭亡,小国分立。公元 4 世纪笈多王朝建立,统治 200 多年。中世纪小国林立,印度教兴起。1398 年突厥化的蒙古族人由中亚侵入印度。1526 年建立莫卧儿帝国,成为当时世界强国之一。1600 年英国侵入,建立东印度公司。1757 年沦为英殖民地,1849 年全境被英占领。1857 年爆发反英大起义,次年英国政府直接统治印度。1947 年 6 月,英国通过“蒙巴顿方案”,将印度分为印度和巴基斯坦两个自治领。同年 8 月 15 日,印巴分治,印度独立。1950 年 1 月 26 日,印度共和国成立,为英联邦成员国。

### 2. 宪法、国会、政党、内阁、司法

(1) 宪法

根据 1950 年 1 月 26 日生效的印度宪法，印度是联邦制民主共和国，采取英国式议会民主制。公民不分种族、性别、出身、宗教信仰和出生地点，在法律面前一律平等。

(2) 国会

联邦议会由总统和两院组成。总统为国家元首和武装部队的统帅，由议会两院及各邦议会当选议员组成选举团选出，任期五年，依照以总理为首的部长会议的建议行使职权。两院包括联邦院（上院）和人民院（下院）。联邦院共 250 席，由总统指定 12 名具有专门学识或实际经验的议员，和不超过 238 名各邦及中央直辖区的代表组成，任期六年，每两年改选 1/3。联邦院每年召开 4 次会议。宪法规定副总统为法定的联邦院议长。人民院为国家主要立法机构，其主要职能为：制定法律和修改宪法；控制和调整联邦政府的收入和支出；对联邦政府提出不信任案，并有权弹劾总统。人民院共 545 席，其中 543 席由选民直接选举产生，每 5 年举行一次大选。

(3) 政党

主要政党包括：印度国民大会党、印度人民党、印度共产党（马克思主义）等。

(4) 内阁

以总理为首的部长会议是最高行政机关。总理由总统任命人民院多数党的议会党团领袖担任，部长会议还包括内阁部长、国务部长。总理和内阁部长组成的内阁是决策机构。

(5) 司法

最高法院是最高司法权力机关，有权解释宪法、审理中央政府与各邦之间的争议问题等。各邦设有高等法院，县设有县法院。最高法院法官由总统委任。总检察长由政府任命，主要职责是就执法事项向政府提供咨询和建议，完成宪法和法律规定的检察权，对宪法和法律的执行情况进行监督等。

### 3. 对外关系与国际问题态度

印度为不结盟运动创始国之一，历届政府均强调不结盟是其外交政策的基础。印与所有国家积极发展关系，力争在地区和国际事务中发挥重要作用。冷战结束后，印政府调整了过去长期奉行的倾向苏联的大国政策，推行全方位务实外交，营造有利于自身发展的持久和平稳定的地区环境。

印主张在“和平共处五项原则”及联合国宗旨和原则的基础上建立公正合理、考虑到所有国家利益并能为所有人接受的国际政治新秩序，要求进一步加强南南合作和南北对话，呼吁各国共同创造一个有利于第三世界发展的公正合理的国际经济新秩序。积极参加联合国维和行动。1992年联大期间正式向大会提出成为安理会常任理事国的要求，建议扩大安理会，实现决策民主化，提高工作效率。2005年，印度与亚洲、巴西和德国组成“四国集团”，提出安理会改革框架决议草案，要求扩大安理会，同时增加常任理事国与非常任理事国。

在人权问题上，主张推进人权应考虑各国的具体情况，认为最根本的人权是生存的权利；对发展中国家来说，发展问题优于民主和人权，反对将人权问题政治化，反对利用人权干涉他国内政，从而损害别国的主权和统一。

重视全球环境保护问题，认为解决这一问题应与发展中国家的发展要求相联系，环保的主要责任应由发达国家承担，建议发达国家和发展中国家联合从事研究和开发来解决环境问题。在气候变化问题上坚持“共同但有区别的责任”原则，列名支持《哥本哈根协议》。

近年来，印政府继续推行全方位大国外交战略，高度重视印中关系，优先发展与美关系，巩固印俄传统关系，推进与欧、日等主要发达国家的关系。继续推行东向政策。重视能源安全，逐步拓展同海湾、中亚等能源供应国的交往与合作。强调外交为经贸服务，注重发展经贸科技合作，吸收外国资金和技术。

### 4. 与我国的关系

1950 年 4 月 1 日中、印两国建交。印度是第一个同中国建交的非社会主义国家。1954 年,两国总理互访,共同倡导了著名的和平共处五项原则。1962 年,中印发生边界冲突,此后两国关系冷淡。1976 年,两国恢复互派大使,双边关系逐步改善和发展。近年来中、印两国关系在相互尊重、平等互利、互不干涉内政原则基础上稳步发展,双边高层往来频繁。

2010 年是中国印度建交 60 周年,两国领导人互致贺电。2010 年 1 月,第四次中印战略对话在北京举行,外交部长杨洁篪会见印度外秘拉奥琪。5 月,印度总统帕蒂尔访华。同年 12 月,温家宝总理访印。11 月,中印边界问题中方特别代表、国务委员戴秉国同印方特别代表、印度国家安全顾问梅农在北京举行中印边界问题特别代表第 14 次会晤,温家宝总理会见梅。中印边界谈判继续向前推进,边境地区总体保持和平与安宁。

关于经贸合作的法律文件方面,中国与印度政府于 1984 年签署了第一个政府间贸易协定;1994 年,中、印两国又签署了《避免双重征税协定和两国银行合作谅解备忘录》;2006 年,两国政府签订了《中华人民共和国政府和印度共和国政府关于促进和保护投资的协定》。

### (四) 经济

#### 1. 体制

独立后经济有较大发展。农业由严重缺粮到基本自给,工业形成较为完整的体系,自给能力较强。20 世纪 90 年代以来,服务业发展迅速,占 GDP 比重逐年上升。印已成为全球软件、金融等服务业重要出口国。

1991 年 7 月开始实行全面经济改革,放松对工业、外贸和金融部门的管制。1992-1996 年实现经济年均增长 6.2%。“九五”计划(1997-2002 年)期间经济年均增长 5.5%。“十五”计划(2002-2007 年)期间,继续深化经济改革,加速国有企业私有

化，实行包括农产品在内的部分生活必需品销售自由化，改善投资环境，精简政府机构，削减财政赤字。实现年均经济增长 7.8%，是世界上发展最快的国家之一。2006 年，推出“十一五”计划（2007-2012 年），提出保持国民经济 10% 的高速增长，创造 7000 万个就业机会，将贫困人口减少 10%，大力发展教育、卫生等公共事业，继续加快基础设施建设，加大环保力度。2011 年 8 月，印计划委员会通过“十二五”（2012-2017 年）计划指导文件，提出国民经济增速 9% 的目标。

2008 年以来，受国际金融危机影响，经济增长速度放缓。2009 年下半年以来有所好转。

货币名称：印度卢比（Rupee），人民币与卢比的比价约为 1: 9.68（2014 年 6 月）。

## 2. 工业、农业、服务业、旅游业

### （1）工业

主要工业包括纺织、食品加工、化工、制药、钢铁、水泥、采矿、石油和机械等。汽车、电子产品制造、航空和空间等新兴工业近年来发展迅速。“十五”计划期间，工业分别增长 5.7%、7.0%、8.4%、8.2%、11.6%。2012 年，工业同比增长 3.1%，其中电力增长 0.4%，制造业增长 1.9%。采矿业、制造业和电力分别占工业生产指数权重 14.16%，75.53% 和 10.32%。

### （2）农业

拥有世界 1/10 的可耕地，面积约 1.6 亿公顷，人均 0.17 公顷，是世界上最大的粮食生产国之一。农村人口占总人口 72%。由于投资乏力、化肥使用不合理等因素，近年来农业发展缓慢。“十一五”期间，农业年均增长率 3.28%。2011-2012 财年增长率为 1.8%。

### （3）服务业

近年来，印服务业实现较快发展。2012-2013 财年预计增长 6.5%，占 GDP 的 64.8%。其中，酒店服务业、金融类服务业、社

会服务业以及建筑业分别增长 5.2%、8.6%、6.8%、5.9%，占 GDP 比重分别为 25.1%、17.2%、14.3%、8.2%。

#### （4）旅游业

旅游业是印度政府重点发展产业，也是重要就业部门，提供两千多万个岗位。入境旅游人数近年来逐年递增，旅游收入不断增加。主要旅游点有阿格拉、德里、斋浦尔、昌迪加尔、那烂陀、迈索尔、果阿、海德拉巴、特里凡特琅等。

### 3. 对外贸易

近年来，受世界经济形势、卢比贬值等因素影响，印对外贸易增长缓慢，由于进口增速大于出口，贸易赤字扩大。

## 二、法律法规

### （一）外汇管制

《外汇管理法》对资金跨境流动做出规定，赋予印度储备银行对跨境资金流动的监督以及司法解释权；规定了外国代表处、联络办公室、分公司等非独立法人机构在印度经营范畴。总体而言，目前印度的外汇管理制度仍然比较严格，在外币兑换、汇出、账户开立等方面有诸多限制，一旦违反则可能涉及到经济处罚乃至刑事处罚。

居住在印度的外国人可以在银行开立无息、活期工资收入外币账户，外币工资收入在交税后可以自由全额汇出，也可以自由兑换和提取卢比。

### （二）税收

印度税制以宪法为基础，没有议会的授权，政府不能课税。印度实行中央、邦和地方三级课税制度，各级政府课税权明确划分，但税制十分复杂。中央政府课征税种包括公司所得税、资本所得税、个人所得税、遗产和赠与税、销售税、消费税、增值税、社会保障税、节省外汇税、注册税、土地和建筑物价值税、支出

税、印花税、关税等。

在印度境内生产制造出的产品必须征消费税。大多数商品的消费税率为 16%。

印度个人所得税的税率经常调整，起征点因性别而异。通常所说的起征点都是针对男性而言；对于女性，则又高出一些。为体现公平原则，印度个税还采用超额累进税率，分 3 个档次以 10%-30%的比例累进纳税。

### （三）劳动就业

外国人在印工作须获得印政府颁发的工作签证 (Employment Visa) 或项目签证 (Project Visa, 新近针对电力和冶金项目设立)。工作签证可由申请人向印度驻本国使馆直接申请，也可由印度境内的雇用单位在印度国内代申请人办理。但印度对工作签证掌握极严，普通工程技术人员极难获得工作签证，普通工人更是无法入境，且申请所需时间较长。持工作签证的外国人，须在入境后 14 天内到所在地的外国人登记办公室办理登记，领取登记证。

印度劳工政策的主要目的是维持产业和平和促进劳工福利，反对虐待和剥削劳工。《雇佣法》适用于雇佣劳工人数的 100 人以上 (目前是 50 人以上) 的企业，该法规定雇主应明确订立劳工的假期、分班、薪资、请假、离职等各项雇佣条件。法定工时规定一般为每日 8 小时，每周最高 48 小时；加班付双薪，每季加班不得超过 50 小时。亦有些地区每天 9 小时，每周最高 48 小时；加班付双薪，每季加班不得超过 75 小时。中央及邦政府周休 2 日，一般公司周休 1 日，员工在工作满 240 日后，每 20 日可有 1 日支薪年休假 (annual leave)。法定假日与休假均支薪。按照职工保险计划 (Employees State Insurance Scheme, ESIS)，雇主负担额依员工薪资水平而不同，平均为 5%。《劳工争议法》对劳工停职、解雇、资遣，及企业关闭、出售时应循事项等事宜进行规范；未遵守规定者最高可处 6 个月有期徒刑并 1000 卢比罚金。根据《产假法》，女性劳工不论是正式或契约工，只要过去 12 个月内工作



满 80 天以上者，不论在怀孕、生产、流产或因以上情形引起的疾病时均适用；未遵守规定者最高可处 3 个月有期徒刑并 500 卢比罚金。《劳工法》规定最低红利为劳工薪资的 8.33%（即一个月所得），最高为 20%。《离职金法》规定雇佣劳工 10 人以上的企业，其各级劳工包括职员工作满 5 年以上因死亡、退休或离职时，每 1 年可获相当于最后期间半月薪资，最高限额为 35 万卢比。《劳工退休基金及杂项规定法》提供强制性的劳工储蓄规定，以保障劳工退休生活。

#### （四）承包工程

印度有相对健全的法律体系和较为完善的市场经济体制，招标相对规范。印度工程市场向外国企业开放，不要求参加投标的外国公司在当地注册，外国公司可以直接或者与当地公司组成联合体投标。投标时，需要具备业主要求的工程承包资质。印度法律规定，外国公司中标后，需要在印度注册一个临时性的项目公司才能实施工程项目。该项目公司只能开展与这个项目相关的商务活动。

印度至今尚未对中国企业开放承揽港口疏浚和船坞工程以及靠近边境、军事控制区等敏感区域内的工程。中国企业参与其境内的石油和天然气管道工程也需先经内政部批准。

除了国际组织贷款项目必须公开招标外，没有强制招标要求，不公开招标的项目也不需要陈述理由，尤其是企业自筹资金的私营项目。在具体实践中，为了扶持印度本地制造业，政府项目大部分采用议标方式。

印度工程项目分为中央和联邦政府项目，也有私人企业投资项目，一般由政府部门或企业的综合（招标）办公室或者委托咨询公司通过网站、当地各大报纸等渠道发布。另外，还通过邮政系统向各国驻印使馆等相关部门邮寄。

### 三、风俗习惯

#### （一）宗教

印度是一个多宗教的国家。印度教、佛教、耆那教和锡克教均起源于印度。此外，主要的世界宗教如伊斯兰教、基督教、犹太教等在印度都有信徒。

#### （二）风俗习惯、礼仪和禁忌避讳

印度是世界四大文明古国之一，在社交场合人们讲究等级，重视身份有别。日常生活中也有许多礼仪讲究，常用的见面礼就有三种：一是贴面礼，二是摸脚礼，三是合十礼。在印度的中产阶级家庭，主妇做饭前要沐浴更衣，因为厨房被他们认为是神圣的地方，任何外人和未沐浴的家人都不能进去。印度人在饭前要洗手，不吃剩下的食物。印度教上层人士食素戒荤，连用素食制成的仿荤食品也忌食。反感喝酒。

在印度，拥抱是常见之礼。献花环在印度是欢迎客人常见的礼节，尤其是对于远道而来或是比较尊贵的客人。点吉祥痣是印度人欢迎宾客的礼数。印度人回答问题时，头部向左右两边摆动，一般情况下表示肯定的意思。

印度教教徒奉牛为神，忌食牛肉，普遍食羊肉和鸡肉。很多印度教教徒为素食者，主要以大米、面饼、蔬菜、豆类、牛奶、酸奶和奶酪为食。伊斯兰教徒吃牛肉，忌食猪肉。印度菜多汁，味道厚重。印度人一般用右手把米饭、面饼和菜和在一起进食。印度教徒最忌讳众人在同一盘中取食，也不吃别人接触过的食物。

印度教风俗，人死后进行火葬，骨灰盛放在金属罐中投入圣河。伊斯兰教徒和基督教徒不火化，按教规实行土葬。寡妇殉葬的旧俗自 19 世纪 30 年代就被废除，现在极为罕见。

进入寺庙之前，须先脱鞋。印度人认为穿鞋进入寺庙既不礼貌，也不圣洁。观看宗教仪式时，请勿妄加评论。请勿抚摸小孩头部，印度人认为头部是神圣的。忌用澡盆给小孩洗澡。印度教

尊牛为神圣的动物，请勿冒犯。在日常生活中，印度人忌讳用左手递食或敬茶。

### （三）传统节日与节假

印度节日数量繁多，大体分为四类：政治性节日、季节性节日、历史性节日和宗教性节日。重大节日每年有 20 多个，如共和国日（1 月 26 日）、独立日（8 月 15 日）、洒红节（公历 3、4 月间）和灯节（公历 10、11 月间）等。

## 四、实用信息指南

### （一）应急电话号码

急救：102

火警：101

警匪：100

### （二）中国驻印度使领馆

馆址：50-D, Shantipath, Chanakyapuri, New Delhi-110021,  
India

国家地区号：0091-11

电话：26112345（人工接听服务：周一至周五上午 9:00—  
12:30，下午 3:00—5:30，节假日除外）。

领事部：24675259

领保值班：9810-597886

传真：26885486

网址：<http://in.chineseembassy.org>

邮箱：[chinaemb\\_in@mfa.gov.cn](mailto:chinaemb_in@mfa.gov.cn)

## 第七节 巴基斯坦国别资讯

### 一、概况

#### （一）基本国情

##### 1. 位置

巴基斯坦位于南亚次大陆西北部。东接印度，东北与中国毗邻，西北与阿富汗交界，西邻伊朗，南濒阿拉伯海。海岸线长 980 公里。

##### 2. 面积、人口、民族、语言

巴基斯坦面积为 796095 平方公里（不包括巴控克什米尔地区）。人口为 1.97 亿。巴是多民族国家，其中旁遮普族占 63%，信德族占 18%，帕坦族占 11%，俾路支族占 4%。乌尔都语为国语，英语为官方语言，主要民族语言有旁遮普语、信德语、普什图语和俾路支语等。

##### 3. 首都、国旗、国徽

首都：伊斯兰堡（Islamabad），人口 110 万（2011 年）。地处内陆，海拔 503-610 米，属亚热带季风气候，旱季和雨季界限分明，年均降水量 1143 毫米，最高气温 47℃，最低气温 0℃

国旗：国旗左侧是白色竖长方形，宽度占整个旗面的 1/4 右侧为深绿色长方形，中央有一颗白色五角星和一弯白色新月。

国徽：国徽颜色同国旗，深绿色和白色。顶端是五角星和新月图案；中间是盾徽，盾面分为四部分，分别绘有棉花、小麦、茶、黄麻四种农作物。盾徽两侧饰以鲜花、绿叶。下端的绿色饰带上用乌尔都语写着“信仰、团结、戒律”。

##### 4. 行政区域

全国共有旁遮普、开伯尔—普什图、俾路支和信德四个省，七个联邦直辖部落地区和联邦首都伊斯兰堡。各省下设专区、县、

乡、村联会。

## （二）自然地理

### 1. 气候

巴基斯坦地处内陆，海拔 503-610 米，属亚热带季风气候，旱季和雨季界限分明，年均降水量 1143 毫米，最高气温 47℃，最低气温 0℃。

### 2. 资源

主要矿藏储备有：天然气 4920 亿立方米、石油 1.84 亿桶、煤 1850 亿吨、铁 4.3 亿吨、铝土 7400 万吨，还有大量的铬矿、大理石和宝石。森林覆盖率 4.8%。

## （三）政治

### 1. 简史

巴原为英属印度的一部分。1858 年随印度沦为英国殖民地。1940 年 3 月，全印穆斯林联盟通过了关于建立巴基斯坦的决议。1947 年 6 月，英国公布“蒙巴顿方案”，实行印巴分治。同年 8 月 14 日，巴基斯坦宣告独立，成为英联邦的一个自治领，包括巴基斯坦东、西两部分。1956 年 3 月 23 日，巴基斯坦伊斯兰共和国成立，仍为英联邦成员国，1972 年退出，1989 年重新加入。1971 年 3 月，东部宣布成立孟加拉人民共和国，同年 12 月孟正式独立。

### 2. 宪法、国会、政党、内阁、司法

#### （1）宪法

巴基斯坦于 1956 年、1962 年和 1973 年颁布三部宪法。

1985 年通过了宪法第 8 修正案，授予总统解散国民议会和联邦内阁、任免军队首脑和法官的权力。1991 年 7 月通过的宪法第 12 修正案规定，联邦政府有权设立特别法庭和上诉法庭，以打击犯罪，整治社会治安。1997 年 4 月，谢里夫政府在议会通过宪法第 13 修正案，取消总统解散国民议会和联邦内阁的权力，并将解散省议会和省内阁、任免省督、三军参谋长和参联会主席以及最高法院法官的权力归还总理行使。随后，巴议会通过旨在严禁议

员叛党的宪法第 14 修正案“反跳槽法”。

2003 年议会通过宪法第 17 修正案，规定总统经最高法院批准有权解散议会，与总理协商后有权任免三军领导。2010 年 4 月 8 日和 15 日，国民议会和参议院分别通过宪法第 18 修正案，将总统部分权力移交给总理，并在涉及中央与地方分权等重大敏感问题上作出调整。2010 年 1 月，巴议会通过关于高等法院法官任命的宪法第 19 修正案，赋予总理任命高等法院和最高法院法官一定的决定权，并由总统对决定结果进行最终认可。2012 年 2 月 20 日，巴议会通过宪法第 20 修正案，取消了由总统任命看守政府总理的权力，改由总理和反对党领导人协商确定。修正案还包括延长选举委员会任期等内容。

## （2）国会

联邦立法机构。1947 年建国后长期为一院制，1973 年宪法颁布后实行两院制，由国民议会（下院）和参议院（上院）组成。国民议会经普选产生，参议院按每省议席均等的原则，由省议会和国民议会遴选产生。

国民议会共有 342 个议席，其中 272 席为普选议席，60 席为妇女保留席位，10 席为非穆斯林保留席位，由各政党按普选得票比例分配。国民议会设议长和副议长各 1 人，议员任期五年。参议院设 100 个议席，议员任期六年，每 3 年改选半数。设主席和副主席各 1 人，任期三年。

## （3）政党

巴实行多党制。现有政党 200 个左右，派系众多。主要政党有：巴基斯坦穆斯林联盟（谢里夫派）（Pakistan Muslim League-Nawaz Sharif）、巴基斯坦人民党（Pakistan People's Party）、正义运动党（Pakistan Tehreek-e-Insaf）、巴基斯坦穆斯林联盟（领袖派）[Pakistan Muslim League (QA)]、统一民族运动党（Muttahidah Qaumi Movement）、人民民族党（Awami National Party）、伊斯兰促进会、伊斯兰神学者协会等。

#### （4）内阁

巴基斯坦实行联邦制，联邦政府是最高行政机关。联邦内阁由总理、部长和国务部长组成，各部委由常务秘书主持日常工作。省政府受联邦政府领导，但宪法规定实行省自治。省议会可为本省立法，但其立法必须符合联邦立法规定。

#### （5）司法

最高法院为最高司法机关，各省和伊斯兰堡设高等法院，各由一名首席大法官和若干法官组成。全国设总检察长，各省设省检察长。

### 3. 对外关系与国际问题态度

奉行独立和不结盟外交政策，注重发展同伊斯兰国家和中国的关系。致力于维护南亚地区和平与稳定，在加强同发展中国家团结合作的同时，发展同西方国家的关系。支持中东和平进程。主张销毁大规模杀伤性武器。呼吁建立公正合理的国际政治经济新秩序。重视经济外交。要求发达国家采取切实措施，缩小南北差距。到2005年，已同世界上120多个国家建立了外交和领事关系。

### 4. 与我国的关系

中国和巴基斯坦是山水相依的友好邻邦，两国人民有着悠久的传统友谊。1950年1月5日，巴基斯坦承认中华人民共和国，1951年5月21日两国正式建交。1951年5月21日建交以来，交往密切，建立了全天候友谊，开展了全方位合作。双方友好合作关系经受了国际和国内的风云变幻，堪称不同社会制度国家间关系的典范。在国际事务中，双方互相支持，积极配合，成为维护亚洲地区和平与稳定的重要因素。

#### （四）经济

##### 1. 体制

巴经济以农业为主，农业产值占国内生产总值24%。受国内政局不稳、国际金融危机冲击、国际大宗商品价格上涨等因素影响，2008年巴经济形势持续恶化。2009年以来，在巴基斯坦自身

调整努力和国际社会帮助下，巴基斯坦经济运行中的积极因素增多，重要经济指数较前有所好转。2010 年，巴发生历史罕见特大洪灾，经济损失达 460 亿美元。

货币名称：巴基斯坦卢比（Pakistan Rupee），巴基斯坦卢比兑美元的汇率为 1 美元=98.77 卢比（2014 年 6 月）。人民币与卢比尚不能直接兑换。

## 2. 工业、农业、服务业、旅游业

### （1）工业

最大的工业部门是棉纺织业，其他还有毛纺织、制糖、造纸、烟草、皮革、机器制造、化肥、水泥、电力、天然气、石油等。

### （2）农业

2011-2012 财年，巴农业增长率为 3.13%。主要农产品有小麦、大米、棉花、甘蔗等。全国可耕地面积 5768 万公顷，其中实际耕作面积 2168 万公顷。农业人口约占全国人口的 66.5%。

### （3）服务业

经历 2010 年特大洪灾之后，服务业开始缓慢复苏，将在经济中发挥更重要的作用，在国内生产总值中占更大的比重。服务业就业人口占全国劳动力总数的 44%。

### （4）旅游业

发展较慢，旅游者多为定居在欧美的巴基斯坦人和海湾国家的游客。主要旅游点有卡拉奇、拉合尔、白沙瓦、拉瓦尔品第、伊斯兰堡、奎塔、费萨拉巴德和北部地区等。2003 年巴正式成为中国公民自费出国旅游目的地国。

## 3. 对外贸易

近年来，巴政府一直努力加速工业化，扩大出口，缩小外贸逆差。与 90 多个国家和地区有贸易关系。主要进口石油及石油制品、食品、机械和交通设备、钢铁产品、化肥和电器产品等。进口整体呈现温和增长态势，但石油类和食品类等部分主要进口商品出现大幅增长。进口来源地前三位是中国、阿联酋和沙特。主



要出口大米、棉花、纺织品、皮革制品和地毯等。纺织品和食品依然是巴最主要的出口商品，出口目的地前三位为美国、阿富汗和阿联酋。

巴基斯坦市场辐射范围较广。巴位于南亚与中亚、中东（西亚）交接处，且与上述地区 / 国家贸易关系紧密，对上述地区的出口占其出口总额的 1/4 强。巴基斯坦与斯里兰卡、中国、马来西亚、南盟、伊朗、毛里求斯、伊斯兰发展中八国集团等国家和组织贸易往来频繁。

#### 4. 与我国的经贸关系

中巴经贸合作发展良好。两国自上世纪 50 年代初就建立起贸易关系。1963 年 1 月，两国签订了贸易协定；1967 年启动边境贸易；1982 年 10 月，两国成立了中巴经贸和科技合作联合委员会，至 2010 年已召开了 14 次会议。

据统计，2012 年中巴双边贸易额为 124.17 亿美元，同比上升 17.6%。其中，中方出口额 92.76 亿美元，同比上升 9.9%；进口额 31.40 亿美元，同比上升 48.2%。中国是除欧盟外巴基斯坦第一大贸易伙伴。2013 年前 4 个月，中巴双边贸易额为 42.39 亿美元，同比上升 14.3%。其中，中方出口额 31.32 亿美元，同比上升 13.9%；进口额 11.06 亿美元，同比上升 15.6%。

巴是中国开展对外承包工程业务的重点海外市场。截至 2013 年 4 月底，中国在巴方累计签订承包工程与劳务合作合同额 255.62 亿美元，完成营业额约 208.19 亿美元。中国在巴方直接投资金额约 21.45 亿美元。巴来华实际投资 6920 万美元。

## 二、法律法规

### （一）外汇管制

根据《2001 年外汇账户（保护）法案》，巴基斯坦没有对外汇实施管制。在巴基斯坦居住的外国人、在巴基斯坦境内设立的

含有外资成分的公司以及在国外登记但在巴基斯坦经营的外国公司，可以在有外汇经营资格的银行开立、使用外汇账户。这些账户可以自由汇入、汇出外汇，也可在本地自由存取现金。允许外国投资者将全部资本、资本所得、红利和利润汇出，上述款项的汇出将征收 10%的代扣税。外国人携带外汇现金和旅行支票出入境没有任何限制。

外资企业与当地企业享受同等待遇。如果外国公司在当地投资或承包工程，需开设美元账户，并需提供抵押或由银行认可的实体机构提供担保，然后需提供现金流文件、财务报表及其他证明公司资质、信用的相关文件。

## （二）税收

税收分联邦政府、省政府和地区政府三级，但税收以联邦政府为主，占 70%左右。联邦政府主要税种包括：所得税、关税、销售税、联邦消费税；省政府主要税种包括：职业税、财产税、车辆税、印花税、土地税等；地区政府主要税种包括：财产税、水资源税、进出口税、转让税、市场税以及其他收费等。巴基斯坦税收又分为直接税和间接税两大类。直接税主要包括上述的所得税、财产税、土地税、车辆税；间接税包括关税、销售税（增值税）、联邦消费税等。

具体来说，金融类企业、国有企业和私人企业所得税的税率为 35%，营业额在 2 亿卢比以内的小企业的税率为 25%，企业可以选择按利润或者合同额纳税。个人所得税税率为 0.75%-200%，起征点为月收入 2.5 万卢比。企业和个人还须缴纳多种形式的代扣税(Withholding Tax)，税率为 0.75%-30%不等。其中，在支付合同款时要代扣 6%的税额，支付房租时要代扣 5%的税额，利息代扣税 10%。

进口商品和巴基斯坦本国生产的商品及保险、广告、邮件快递、会计等服务均需缴纳消费税。税率为 5%-100%，其中，通讯服务税率为 20%，银行、保险服务税率为 10%。部分商品和服务免

征联邦消费税。

### （三）劳动就业

巴失业率较高，是劳务输出大国，对外籍劳务需求不大。外国人赴巴基斯坦工作需持相关证件，如护照信息、专业资格证书、雇用单位资信证明文件等，通过雇主单位向政府相关部门申请工作签证。负责外国人工作签证的是巴基斯坦投资局和内政部，投资局负责工作签证的申请或延展，内政部负责授权和签发。巴基斯坦政府最新规定的工作签证有效期最长为2年（如护照有效期低于2年，则与护照有效期相同）。持工作签证的外国人入境后须在巴基斯坦警方登记备案。

巴每座城市市政府中设有劳务处，负责处理辖区内企业劳务纠纷事宜，并根据巴劳工法规定，巴劳工部向员工数超过100名的国内企业派遣一名专职劳务官，负责协调和处理劳资纠纷。届时劳资纠纷双方如未能通过协商达成一致，其中任何一方均可向当地的劳工法庭提出申诉。法庭做出的判决，双方需无条件执行。

工商业雇主应与雇员签署雇佣合同，合同应对雇佣性质、雇佣期限、职位、工资福利做出规定。对家政、短期雇工等无合约的，如发生纠纷，由法院根据事实确定其雇佣关系。

巴基斯坦实行每周五天半工作制，周五下午为礼拜时间，周六正常上班，周日为公休日。工作时间一般为上午9点至下午3点。年满18岁的雇员，每天工作不超过9小时，每周工作不超过48小时；斋月期间工作时间要相应减少。雇员每年可带薪休假两周（孕产妇6周），事假10天（全薪），病假16天（半薪），公众假期13天（全薪），雇员享受政府临时规定的其他假期。雇员如在公众假期上班可同时享受双薪及串休。根据有关协议，雇员参加朝觐可请假两个月。10人以上企业雇员参加社保计划，雇主需交纳参保职工工资7%。为应对能源危机，夏季用电高峰季节，巴基斯坦一般实施每周五天工作制，周六、日为公休日，政府部门工作时间改为上午9点至下午4点，工商企业晚8点前关门。

巴基斯坦工会组织众多,《工业关系法 2002》对城里工会和工会活动有明确规定,仅允许工业生产部门成立工会,而银行、交通、通讯、邮政、教育、医疗等社会公共服务部门不得成立工会。

#### (四) 承包工程

巴基斯坦承包工程市场管理相对宽松,外国承包工程企业进入巴基斯坦市场只需在巴工程理事会(PEC)注册即可。除非获政府特殊批准,外国承包商在巴基斯坦不可承揽涉及武器、高强炸药、放射性物质、证券印制和造币、酒类生产(工业酒精除外)等领域的工程项目。在大型项目建设和管理上,巴基斯坦政府和相关部门多聘请欧美发达国家的公司作为项目咨询,使用和借鉴西方国家的技术标准与项目管理机制,运作比较规范。大型项目基本采用国际公开招标方式确定承包商,以 EPC、PMC 和带资承包方式实施的项目比例逐年提高。此外,政府积极鼓励投资者通过 BOT、BOOT 和 PPP(公私合营)等方式参与项目建设。

巴基斯坦《2002 年公共采购法》(即招标法)规定,外国承包企业必须与当地企业组成联营体参加项目投标,且巴方企业在联营体中所占股份不得少于 30%,由联营体向 PEC 申请投标许可。所有招投标项目的项目计划书(PC-1)和最终招(投)标结果,需获巴公共采购管理局的最后审批。

### 三、风俗习惯

#### (一) 宗教

国教为伊斯兰教,伊斯兰教徒占全国人口总数的 95%。其中,逊尼派自称“正统派”,人数占全国穆斯林的 80%。此外,还有印度教、基督教等,但仅占全国人口的 5%。

#### (二) 风俗习惯、礼仪和禁忌避讳

巴基斯坦属保守的伊斯兰国家。见面时必须先说“阿斯兰姆阿莱姆”,意即“真主保佑”;根据巴基斯坦伊斯兰教规,穆斯林

严禁饮酒，故酒的酿造和饮用在巴基斯坦是被禁止的，违者将遭 80 藤鞭的处罚，即便在巴基斯坦的外国人，也不得在公共场所饮酒，否则也要受到处罚；禁忌与猪有关的图画和食品，穆斯林不食猪肉、动物血液和自死动物，很多传统食品是用手抓食，但只能用右手。一般见面时可握手，亲密的朋友间也可拥抱。

巴基斯坦人着装比较保守，男性多穿传统长袍，但正规场合则穿西装。女性多穿巴袍，亦可不带面纱。12 岁以上的女性外出要戴头巾。在公共场所，无论男女均避免穿着短袖或短裤，但对外国人无此禁忌。穆斯林的主要宗教活动有每年的朝觐、每天五次祈祷、每年的《古兰经》朗诵比赛等。如逢穆斯林斋月，白天进水进食、抽烟尽量避开人群。

伊斯兰教徒特别注意男女有别，在公共场所青年男女互不来往，所以在见到有女士时，男士一般不主动握手，女士主动伸手时，男士才与其握手；尽量不接触女性身体，对蒙面女士不要盯着看，男士不得进入女性卧室；在巴基斯坦，严忌男女当众拥抱或接吻，并认为当众接吻是一种罪恶，须罚款并坐牢一周；女子上街时，严禁穿着过透、过露的服饰，不要穿短裙，最好有男士陪同，禁忌别人为女子或与女子拍照，否则将被视为犯有淫荡罪。黄色会引起宗教界及某些政治势力的嫌恶，因为婆罗门教僧侣们所穿的长袍（礼服）是黄色，居民视黑色为消极，绿色、白色、银色、金色及鲜艳的颜色倍受当地人们的欢迎。被认为不祥的数字是 13 和 420。严禁携带各种酒类、猪肉及猪肉制品等违反伊斯兰教义的物品入境。

### （三）传统节日与节假

开斋节（Eid-ul-Fitr），巴基斯坦最重要的节日，在每年的斋月之后，时间每年有变化，农历七月初三。Youm-e-Ashura（3 月 13-14 日），俗称“赎罪节”。巴基斯坦军人节（ArmyHoliday），每年的 3 月 23 日。EidMilad-un-Nabi（5 月 14 日），先知穆罕默德生日。巴基斯坦国庆日（PakistanDay），每年的 8 月 14 日。

EID-ul-Azha, 又称“古尔邦”节。国父真纳生日 (Birthday of Quaid-e-Azam), 12 月 25 日。

#### 四、实用信息指南

##### (一) 应急电话号码

查 号: 17  
火 警: 16  
匪 警: 15  
救 护: 115

巴基斯坦警方报警电话:

伊斯兰堡 IG: 0092-51-9100058

信德省 IG: 0092-21-99212626-27

旁遮普省 IG: 0092-42-99210062-3

开-普省 IG: 0092-91-9210331

俾路支省 IG: 0092-81-9201366 9201534。

吉尔吉特-巴尔蒂斯坦地区 IG: 0092-81-9201122

##### (二) 中国驻巴基斯坦使(领)馆

地址: DIPLOMATIC ENCLAVE, RAMNA 4, ISLAMABAD, PAKISTAN

国家地区号: 0092-51

电话: 8355059, 0315-6060000(领事保护 24 小时值班手机)

传真: 0092-51-2872708

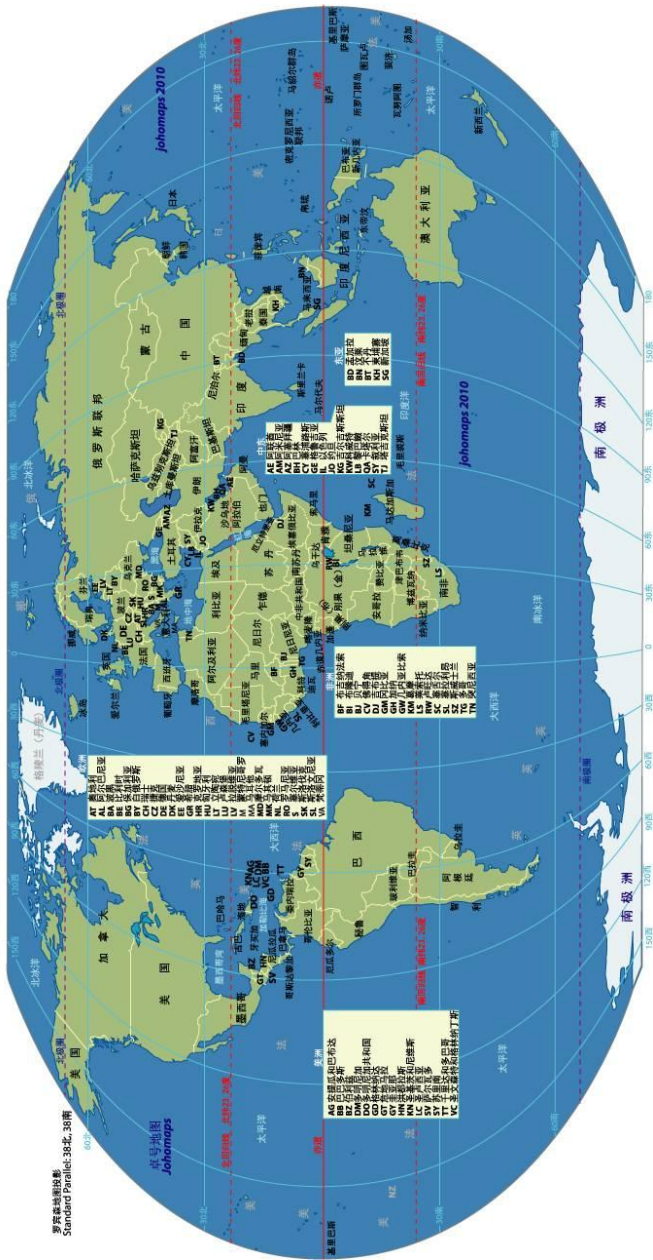
网址: <http://pk.chineseembassy.org>

邮箱: chinaemb\_pk@mfa.gov.cn

附录

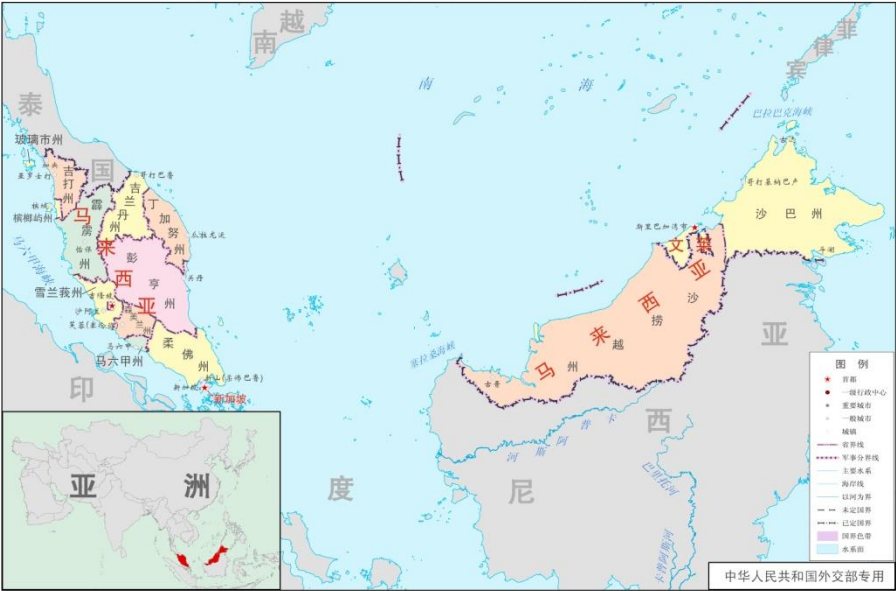
附录 1：地图、国旗、国徽

一、世界地图

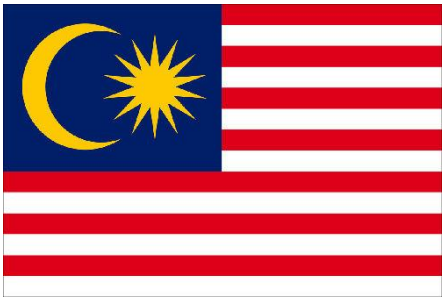


(一) 马来西亚

马来西亚、文莱、新加坡示意图



国旗



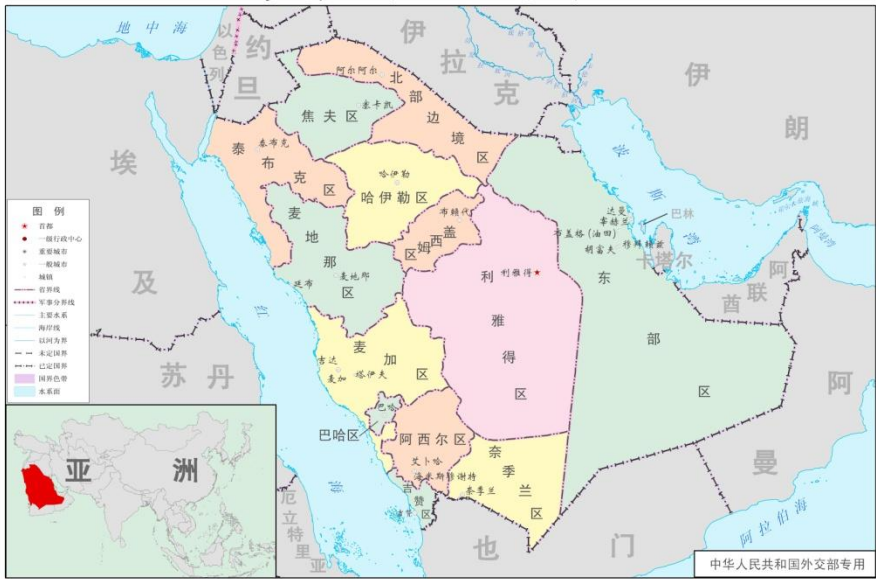
国徽



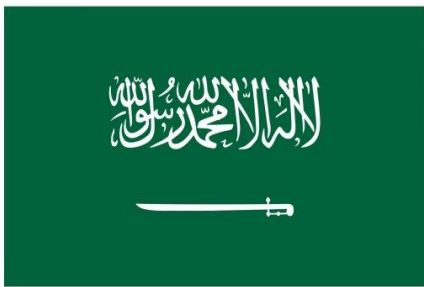


(二) 沙特阿拉伯

沙特阿拉伯示意图



国旗

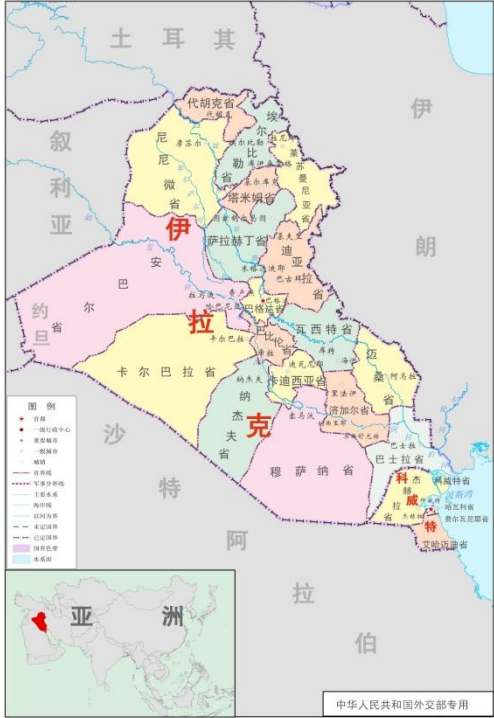


国徽



(三) 伊拉克

伊拉克、科威特示意图



国旗

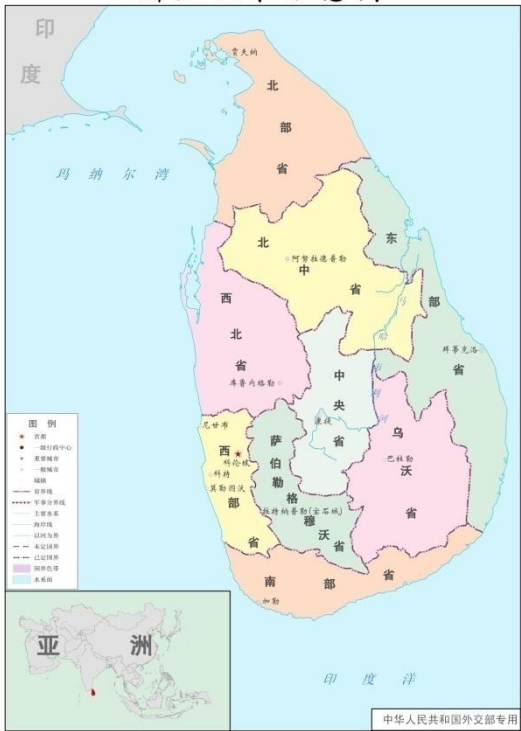


国徽



(四) 斯里兰卡

斯里兰卡示意图



国旗

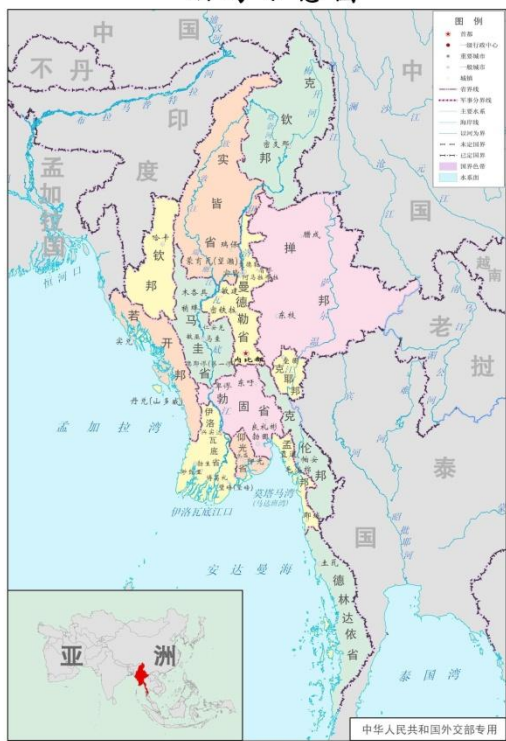


国徽



（五）缅甸

缅甸示意图



国旗



国徽



## (六) 印度



国旗

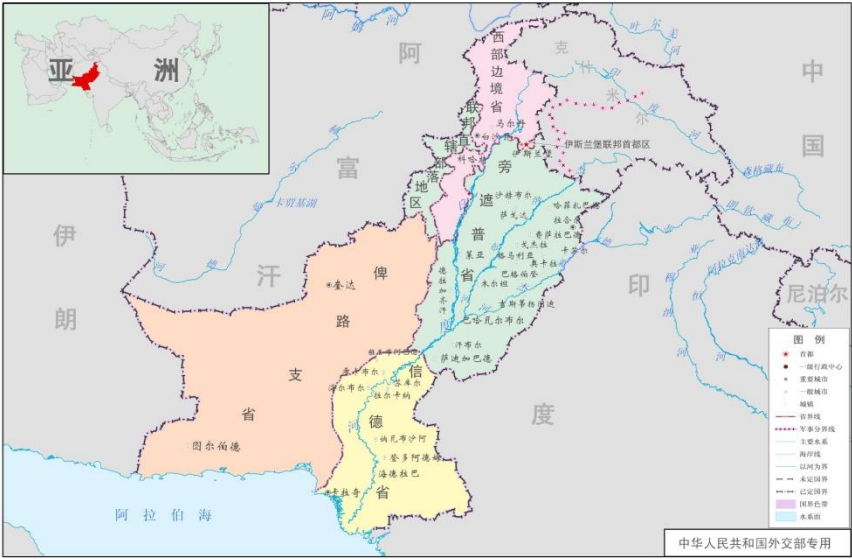


国徽

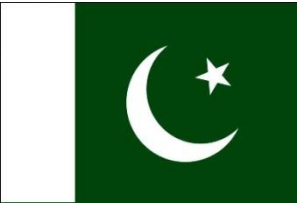


(七) 巴基斯坦

巴基斯坦示意图



国旗



国徽



附录 2：对外投资合作企业主要证照样本

一、对外劳务合作经营资格证书

对外劳务合作经营资格证书

证书编号: L3070220050008

企业名称: 青岛国合对外经济技术合作有限公司  
QINGDAO GUOHE INTERNATIONAL ECONOMIC & TECHNICAL COOPERATION CO., LTD.

英文名称: QINGDAO GUOHE INTERNATIONAL ECONOMIC & TECHNICAL COOPERATION CO., LTD.

经审核, 同意持证企业经营本证书登记范围内的对外劳务合作业务。

NO. 00000052

企业法人营业执照注册号	3702002807333	
企业代码	370272560886	
法定代表人	王孔源	
企业类型	有限责任公司	
企业地址	青岛市南区香港中路6号A座1011室	
注册资本	500万元	
经营范围	向境外派遣各类劳务人员(不含海员)	
批准文号	青商检字[2011]352号	
发证机关	青岛市商务局	
资格证书有效期	自 20 11 年 01 月 11 日至 20 17 年 07 月 10 日	
年审情况		
(公章) 年 月 日	(公章) 年 月 日	(公章) 年 月 日
签批人: 王孔源	签批人:	签批人:
(公章) 年 月 日	(公章) 年 月 日	(公章) 年 月 日
签批人:	签批人:	签批人:

二、对外承包工程经营资格证书

中华人民共和国  
对外承包工程资格证书

编号: J10020080414

单位名称: 中国建设股份有限公司  
CHINA STATE CONSTRUCTION ENGINEERING CORPORATION  
英文名称: CHINA STATE CONSTRUCTION ENGINEERING CORPORATION

经审核, 同意经营本证书登记范围内的对外承包工程业务。

发证机关 (公章)  
二〇一〇年 月 日


企业法人营业执照注册号 或事业单位法人证书号	150000000041376	单位代码	1100710903185
法定代表人	葛军	单位类型	工程建设
单位地址	北京市海淀区三里河路15号		
注册资本或开办资金	3000000 万元		
经营范围	1. 承包与其实力、规模、业绩相适应的国外工程项目; 2. 对外派遣实施上述境外工程所需的劳务人员;		
批准文号	商合证[2008]183号		
发证机关	北京市商务委员会		
监督检查情况			
审查合格, 同意换证		2010 年 12 月 28 日 (公章)	
		年 月 日 (公章)	
		年 月 日 (公章)	
		年 月 日 (公章)	
		年 月 日 (公章)	



附录 3：赴境外务工主要证照

一、国际旅行健康检查证明书

国际旅行  
健康检查证明书  
CERTIFICATE OF HEALTH EXAMINATION  
FOR INTERNATIONAL TRAVELLER



中华人民共和国出入境检验检疫局  
ENTRY-EXIT INSPECTION AND QUARANTINE  
THE PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA

编号 / No. 32010001

姓 / Surname 名 / Given Names

性别 / Sex 出生日期 / Date of Birth

男 Male

国籍 / Nationality 血型 / Blood Type

中国 Chinese O RhD(+)

签发地址 / Address of Issue

江苏省南京市白下区白下路一号  
NO.1 Bai xia Road Nanjing Jiangsu P.R.China

1

一般检查 / General Check

身高 Height	厘米 cm	体重 Weight	千克 kg	脉搏 Pulse rate	72 次/分 times/min
血压 BP	124/70	毫米汞柱 mmHg		体温 Temperature	36.1 °C

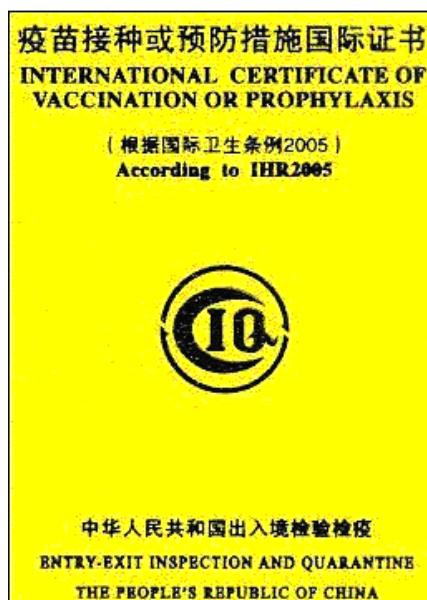
内外科 / Medicine & Surgery

皮肤、巩膜、淋巴结 Skin, Sclera, Lymph Nodes	正常 Normal
头部和颈部 Head & Neck	正常 Normal
胸部和肺部 Chest & Lungs	正常 Normal
心脏 Heart	正常 Normal
腹部 Abdomen	正常 Normal

2



## 二、疫苗接种或预防措施国际证书



## 三、各类赴境外务工的职业资格证书



四、外派劳务培训合格证


持证人  
Bearer of this certificate

性 别 男  
Sex M


出生日期 年 04 月 27 日  
Date of Birth 27 Day 04 Month 1955 Year

出 生 地  
Place of Birth

职 务  
Position



164466  
外 专 用 章  
Foreign Language



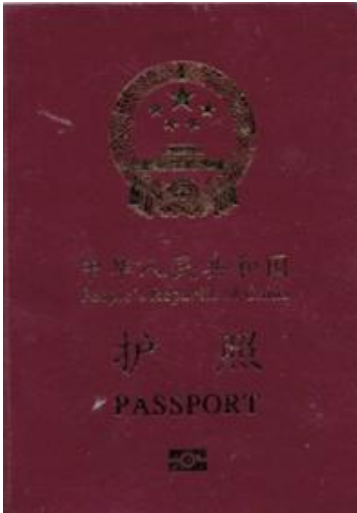
中华人民共和国  
外派劳务培训合格证

持证人参加外派劳务培训，经考试合格，特发此证。

This certificate is issued to the bearer who has attended the training courses for overseas Chinese workers and has passed the relevant examinations.

## 附录 4：各类出入境证件及表格照片

## 一、护照



## 二、目的国入境签证（以马来西亚为例）



### 三、入境登记卡（以印度为例）

**印度入境卡**  
**ARRIVAL CARD FOR PASSENGERS**

**A**  
**08 16360938**

Print name in CAPITALS only. One character in one box as shown below.  
请用大写字母填写。如下所示，每个空格内只填写一个字母。不要写出线外。

1. Name (as in passport) Leave one box blank after every part of the name/initial  
姓名（与护照一致）在名字的每一个部分后面一个空格。

2. Sex (tick appropriate box)  
Male ☐ 男 Female ☐ 女

3. Nationality 国籍  
C H I N A

4. Date of Birth (DD/MM/YY)  
出生日期（日/月/年）

5. Country of Residence 居住国家  
C H I N A

6. NRI/PIO/OCI Status (tick appropriate box)  
NRI/PIO/OCI 状态（在方框内打✓）  
NRI ☐ PIO ☐ OCI ☐ None

7. PIO/OCI Card No., if any  
PIO/OCI 卡编号

8. Passport Number 护照号

9. Date of Issue (DD/MM/YY)  
签发日期（日/月/年）

10. Flight Number 航班号

11. Port of Boarding 登机港口

12. Date of Arrival (DD/MM/YY)  
到达日期（日/月/年）

13. Countries visited in last 6 days  
过去6天中到访的国家

14. Address in India 在印度的地址

说明：NRI：非居住印度人  
PIO：印度本地人  
OCI：印度海外公民  
(注：6-7 不需要填)

15. Telephone No. 电话号码

(16-18 仅由印度人填写) **To be filled in by Indians only**

16. Does your Passport carry an ECR stamp? (tick appropriate box) 17. Whether employed overseas (tick appropriate box)  
☐ Yes ☐ No ☐ Yes ☐ No

18. If answer is yes to 17, reason for return (tick appropriate box)  
☐ Completion of Employment ☐ Others

**To be filled in by foreigners (including PIO/OCI) and NRIs**

19. Visa Number 签证号

20. Date of Expiry (DD/MM/YY)  
签证到期日（日/月/年）

21. Type of Visa 签证类型

22. Expected date of Departure (DD/MM/YY)  
预计离境日期（日/月/年）

23. Purpose of visit (tick appropriate box) 到访目的（在方框内打✓）

商务 ☐ 运输 ☐ 公务 ☐ 工作 ☐ 教育 ☐ 会议 ☐  
Business Transit Official Employment Education Conference

访友/探亲 ☐ 医疗/保健 ☐ 宗教/朝圣 ☐ 休闲/度假 ☐ 体育运动 ☐ 其他 ☐  
Visit Friends/Relatives Medical/Health Religion/Pilgrimage Leisure/Holiday Sport Others

**\*Not to be filled by NRIs**

Signature of Passenger

入境印章

**CUSTOMS 海关**  
ON ARRIVAL HAND OVER THIS PART OF THE CARD TO THE CUSTOMS OFFICER IN INDIA WHILE LEAVING THE AIRPORT / CHECKPOST  
离开机场时将此部分交给印度海关官员

1. Name in full 全名

2. Flight No. 航班号

3. No. of checked in baggage(s) 托运行李数量

4. No. of hand baggage(s) 手提行李数量

5. Total value of dutiable goods being imported 入关携带应交关税物品总价值

6. (a) Are you carrying any plants/seeds/fruits/flowers/vegetables/bulbs/other planting materials? Yes/No  
您是否携带任何植物、种子、水果、花卉、蔬菜、球茎或其他种植材料？ Yes/No

(b) Are you carrying any meat & meat products, fish or fish products, poultry products? Yes/No  
您是否携带肉、肉类制品、乳制品、鱼类或观赏鱼、家禽或家禽产品？ Yes/No

Signature of the passenger 签名



## 四、出境登记卡（以印度为例）

**印度出境卡**  
**DEPARTURE CARD FOR PASSENGERS**

Please write in CAPITALS only. One Character in one box as shown below.  
请用大写字母填写。如下所示一个空格内只填写一个字母。不要写出线外。

**D**  
**06874178**

1. Name (as in passport) Leave one box blank after every part of the name/initial  
姓名（与护照一致）在名字的每一个部分后面空一格

2. Sex (tick appropriate box)  
☐ Male ☐ Female

3. Nationality 国籍  
C H I N A

4. Country of Residence 居住国家  
C H I N A

5. Date of Birth (DD/MM/YY)  
出生日期（日/月/年）

6. NRI/PIO/OCI Status (tick appropriate box)  
NRI/PIO/OCI 状态（在方框内打√）  
☐ NRI ☐ PIO ☐ OCI ☐ None

7. PIO/OCI Card No., if any  
PIO/OCI 卡编号

8. Passport Number 护照号

9. Date of Issue (DD/MM/YY)  
签发日期（日/月/年）

10. Date of Boarding (DD/MM/YY)  
登机日期（日/月/年）

11. Flight Number 航班号

12. Port of final destination 目的地

13. Occupation 职业

说明：NRI：非居住印度人  
PIO：印度本地人  
OCI：印度海外公民  
（注：6-7一般不需要填）

14. Address in India 在印度的地址

15. Telephone Number 电话号码

(16-17仅印度人填写) **To be filled in by Indians only**

16. Does your Passport carry an ECR stamp? (tick appropriate box)  
☐ Yes ☐ No

17. Purpose of visit (tick appropriate box)

<input type="checkbox"/> Business	<input type="checkbox"/> Transit	<input type="checkbox"/> Official	<input type="checkbox"/> Employment	<input type="checkbox"/> Education	<input type="checkbox"/> Conference
<input type="checkbox"/> Visit Friends/Relatives	<input type="checkbox"/> Medical/Health	<input type="checkbox"/> Religion/Pilgrimage	<input type="checkbox"/> Leisure/Holiday	<input type="checkbox"/> Sport	<input type="checkbox"/> Others

Signature of Passenger  
签名

Immigration Stamp  
入境印章

