

電子報（二）隔離

交換學校：北京清華大學

交換期間：2021 年秋季

由於北京的隔離政策為，防疫旅館隔離21天+7天自主管理，所以決定先飛上海隔離（14天防疫旅館+7天自主管理）。抵達浦東機場後，防疫人員會根據入境時填的住址，依區域分配，分配後就是漫長的等待，等到往該區的人數能夠坐滿一輛大巴時，才會出發，因此等待時間不一定。我當時選擇的+7旅館在徐匯區，所以防疫旅館被分配在徐匯區。防疫旅館是隨機的，我住的那間價格相對高，500/晚含三餐。隔離餐如下，因為旅館規定不能點外賣所以吃了14天防疫餐。

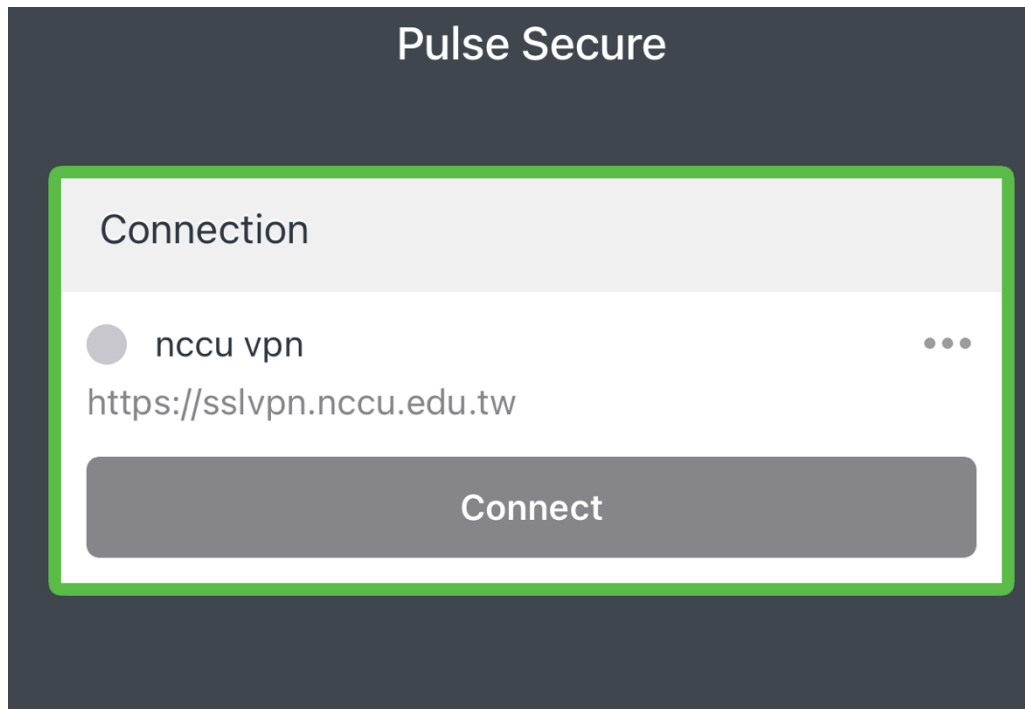


大陸每個省份都有自己的健康碼，上海的健康碼叫隨申碼，一般來說，入境14天後，健康碼會由紅碼轉綠碼，+7旅館通常根據綠碼決定讓不讓入住，但也有不接受港澳臺身份的旅館，如有需要，記得事先線上詢問。另外，在大陸不能沒有電話卡及銀行卡，基本上每個app都需要手機號碼或者大陸身分證才能註冊。當時因為沒有銀行卡跟電話卡，支付寶跟微信支付都不能使用，被app問

題困擾了很久，所以14天隔離結束後，第一件事情辦電話卡跟銀行卡。

關於VPN

在我使用的免費&付費vpn中，政大vpn的效果是最好的！不過政大vpn不能多個設備共用。



關於核酸檢測

2021年8月，我的流程是這樣的，但大陸的防疫政策基本上一直在變，所以給大家一個經驗，不一定一模一樣。在台灣出發前做一次鼻拭子，抵達浦東機場做了鼻拭子跟咽拭子的檢測，抵達防疫旅館後在第3\6\13天會各做一次鼻拭子，+7期間再到附近指定醫院做兩次鼻拭子，總共七次。