

★ 法餐

比较经济的连锁餐馆，包括河马餐厅(Hippopotamus, [www.hippopotamus.fr](http://www.hippopotamus.fr)), 以河马为标志，主营法式牛排，遍布巴黎各地营业时间较长，人均消费20-30欧不含酒水；还有克莱蒙之家(Chez Clement, [www.chezclement.com](http://www.chezclement.com))主营法国家常菜。



Pour l'amour de la viande

推荐餐馆：

Chez Clement, Opera 见地图标识 11

克莱蒙之家，主营法国家常菜，装饰也比较有乡土特色。人均消20-30欧不含酒水。

17 Boulevard des Capucines, 75002 Paris

[www.chezclement.com](http://www.chezclement.com)

地铁：Opera站(M3,7,8线)

La Coupole 见地图标识 12

装饰精美，众多名人曾光顾于此，像海明威，西蒙·波娃等

102, bd du Montparnasse, 75014 Paris

人均50欧左右

地铁：Vavin站(M4线)

Au Pied de Cochon 见地图标识 13

以猪脚闻名的餐馆，海鲜也不错

6 Rue Coquilliere, 75001 Paris

7天24小时营业

地铁：Chatelet站(M1,4线)

Restaurant Chartier 见地图标识 14

能人居，百年老店，经常需要排队

7 Rue du Faubourg Monmartre, 75009 Paris

地铁：Grand boulevard站(M8线)

★ 咖啡馆

著名的左岸咖啡指的是塞纳河左岸的咖啡馆。这里著名的咖啡馆有地牢的墓穴(le caveau des oubliettes)、小桥咖啡(café du Petit Pont)、选择(le Select)、丁香庄园(La closerie des Lilas)、花之咖啡(café de Flore)、双偶(les Deux Magots)等。

★ 中餐

巴黎的中餐虽然好过欧洲其他地方，但是不可跟国内对比。13区Porte Choisy站(M7线)附近是粤菜及东南亚菜的聚集点，Belleville站(M2,11线)附近是温州菜的聚集点。川菜，湘菜，云南菜，鲁菜也都有。

★ 世界特色

Pizza Pino是24小时营业的意大利pizza店，意大利餐连锁Bistro Romain分店遍布巴黎各处；Leon de Bruxelles则是比利时餐，有来自比利时的新鲜贻贝(青口)；Opera站附近有不少正宗日餐,特别是Rue Sainte Anne一条街；15区集中有正宗韩餐；另外泰国菜和越南菜也能在巴黎找到。

★ 甜点



去巴黎一定得尝的法式甜点就是马卡龙(Macaron)。甜品店的连锁品牌很多，La Duree是传统法式甜点的第一选择，Le Notre则是法国糕饼新派始祖，Pierre Hermé有巴黎最棒的马卡龙Macaron。Angelina的“勃朗峰”和热巧克力也深受甜点爱好者的欢迎。

★ 冰淇淋



Amorino

意大利小天使冰激凌，巴黎最畅销的冰激凌，勾起了无数人的食欲！

Maison Berthillon 见地图标识 15

传说中最好吃的法国冰激凌

地址：31 Rue Saint Louis en l'Île, 75004 Paris

地铁：Pont Marie站(M7线)

★ Tips: 巴黎小吃

布列塔尼薄饼(Crêpe)

分甜味(sucre)和咸味(Salé)两种,一般售价2-5欧一个，也有贵到10欧的街头小店。Rue de Montparnasse可以说是Crêpe一条街。

比利时方块薄饼(Gauffre)

法国北部小吃，牛奶，奶油，糖为主要原料。

法式三明治(Sandwich)

法式长棍剖开，里面夹火腿，生菜，番茄，奶酪，金枪鱼等。注意法棍外面比较硬，不一定能适应。

其他

意大利三明治(Panini)，土耳其烤肉，

希腊三明治 (Kebab/Sandwich Grecque)

★ 酒吧 Bar

巴黎的酒吧一般营业到凌晨2点结束。不少酒吧都有happy hour，这个时段酒水比较便宜，或者份量比较足。巴黎的酒吧区主要集中在Bastille附近，顶级酒店都有一些很精致的酒吧。开放的巴黎还有位于Marais的同志酒吧区。

★ Tips: 如何寻找美食

除了上面的指南，在法国，另外一本特别有名的Guide那就是Routard，他们基本找遍了巴黎各个角落各个档次的各种美食。如果你看到哪个餐馆门口贴满了Michelin、Routard及其他推荐标志，那这餐馆就该挺不错的，但是同时可能会遇到排长队的情况的！如有可能最好先预定！



## 住宿

### ★ 综述

从20欧左右的青年旅馆床位到13900欧的Ritz王宫式套房，巴黎有满足不同需求的所有住宿。虽然选择很广，但是由于游客众多，如果要住在市区，最好提前预订，否则旺季时满房情况时常发生。巴黎五星级酒店较少，一般价位是500欧元起。市区地理位置不错的三星级酒店价位一般在150-500欧元。如果偏向时尚购物，建议居住在Opera歌剧院地区，这里是巴黎最适合购物旅游的地区，酒店特别集中，价位偏高。如果偏向更文艺或小资式旅行，左岸的拉丁区将是不错的选择。

### ★ Tips：巴黎酒店贴士

1. 大部分酒店都可以通过订房网站以及酒店自己的网站预订，预订时建议最好注意酒店所在区域是否交通方便，入住客人的评价，市内18,19,20区及近郊93省的治安需要注意，这些地区酒店邮编编码一般为(75018,75019,75020及93XXX)。
2. 巴黎的酒店一般都不带牙刷和拖鞋等个人洗洁用品，所以个人洗漱用品请备好。
3. 酒店房间价格一般不含早餐，早餐需要另外计费，早餐一般分简单套餐Continental和自助餐Buffet两种(一般在5-50欧一人)。
4. 酒店几乎都有无线网络，但并不一定都是免费的，酒店等级越高，网络付费情况越普遍。
5. 少数酒店没有电梯，法律规定二星级的酒店五层楼以上必须有电梯，三星级的酒店四层楼以上必须有电梯，行李多的朋友最好提前咨询酒店。
6. 市内酒店房间面积跟中国相比普遍较小，双人房一般规定不能供三人使用，有些酒店可以加床，有些酒店需要预订三人间或者套房。预订时注意加床费用或者是否许可小孩跟大人同床。

巴黎旅游局的合作网站：[www.hotels-paris.fr/zh](http://www.hotels-paris.fr/zh)  
100家巴黎小酒店：[www.small-hotels-of-paris.com](http://www.small-hotels-of-paris.com)

### ★ Tips：如何在BOOKING网站上预定酒店

预订链接：[www.go2eu.com/hotel](http://www.go2eu.com/hotel)

#### 通过以下分类搜索：

- ▶ 价格范围 (每晚)
- ▶ 星级
- ▶ 酒店类型
- ▶ 设施
- ▶ 酒店主题
- ▶ 区
- ▶ 连锁酒店

打开BOOKING网站，然后直接在黄色方框里输入“Paris”，到达与离开的时间，就可以找到巴黎的几千家酒店。你不但可以根据价格、星级、地点、风格等选项,也可以根据是否有免费无线网络、停车场、机场班车，甚至在地图上直接找到适合自己的酒店。虽然绝大部分需要填写信用卡，但只是担保，并不在预定的时候划款。全部是到酒店现付的。请注意看一下不同酒店的取消条件。

### ★ 经济型酒店

经济型酒店一般分布在近郊市区边缘地带或者治安较差的18、19、20区较多。如果停留时间较长，喜欢自己做饭，可以选择酒店式公寓。自驾者可以有郊外的露营，经济连锁公寓及星级酒店等众多选择，大部分价位在30-100欧之间。普通二星级及以下酒店价格在100-150欧之间，也有100欧左右的经济型酒店。如果提前预订，促销时会有低于100欧甚至50欧元左右。

### ★ 青年旅馆 Hostel

学生的首选，适合认识新朋友，缺点是条件一般，有时候一个房间甚至十几个床位，有些还有年龄限制35岁以下。价格一般15-35欧左右一个床位，有些含简单早餐。

巴黎旅游局推荐青年住所：  
[en.parisinfo.com/paris-hotels/young-paris](http://en.parisinfo.com/paris-hotels/young-paris)

### ★ 法国人家庭旅馆 chambre d'hotes

是否想让让本地人带你游巴黎，了解法国人日常生活？有些法国人把自己家或者一间几间房来招待客人，房屋条件一般都有统一规定，屋主一般都要求会英文，了解当地景点，餐馆，有些还可以在家为你做法餐，价格适宜，让你更深入法国，这种住所一般在巴黎叫chambre d'hotes，其他地区叫Gites。

巴黎旅游局推荐住所：  
[www.parisinfo.com/hotels-paris/chambres-d-hotes-b-b-1](http://www.parisinfo.com/hotels-paris/chambres-d-hotes-b-b-1)

### ★ 短租公寓

想呆长一点时间，家庭式的生活，短租无疑是一种不错的选择，巴黎比较大的两家机构：  
[www.citea.com](http://www.citea.com) [www.residhotel.com](http://www.residhotel.com)

### ★ 华人家庭旅馆

巴黎有不少华人家庭旅馆，条件看起来很诱人：省钱、性价比高，而且不用担心语言问题，店家可以用汉语向你介绍旅行路线。但是住进去究竟好不好，很大程度上要碰运气了。有的住过条件很不错的华人家庭旅馆，但是遇到问题的也不在少数：空间狭小、卫生糟糕、位置偏僻，而且不少店主的态度很恶劣。出了问题也常常投诉无门，因为大多数这样的旅馆是没有营业执照的。

这样的华人家庭旅馆，一般是留学生或在法国工作的中国人，为了补贴收入在租的房间里开设的，并非正规的旅馆。条件究竟好不好，就完全要靠自己判断了。而且预定程序也很不正规，一般在qq或msn上进行，不论是店家还是预订者都习惯于临时更改日期、房间。

### ★ 沙发冲浪

CouchSurfing，或sofa surfing，通常翻译为沙发客、沙发冲浪或者沙发旅行。这是一个全球性的公益网络，简单的说，如果你旅行到当地时，你可以作为一名沙发客住在当地会员家；如果有别的会员来你的城市时，你可以接待他们住你家，既可以省钱又能进行文化交流。即使不能提供住宿，你还可以选择“出去喝一杯”，即做免费导游带他们逛你的城市。除此以外，还有沙发客举行各种聚会。这个全球性的沙发客网站已经有了200多万注册会员。

## 购物

### ★ 综述

巴黎是购物的天堂，一年中冬夏两个打折季更是让众多人为之疯狂。Chanel、BV、Gucci、LV等欧洲名牌相比亚太区是便宜了许多，退税后比香港都要便宜不少。如果时间少，需要购买的品牌多，可以选择在老佛爷或春天等百货公司，一次性采购，一次性办理退税单。如果专注于某个心仪品牌，那么去她的旗舰店，购物环境会更舒适。时间比较充裕，专门来购物的话，那就选择适合自己的购物商圈去尽情享受。Outlet位于远郊，去之前查查看是否有您中意的品牌。如果偏向Zara、H&M、Mango等平价品牌，可以去香榭丽舍或者Opera附近。一年冬夏两个打折季更是让众多人为之疯狂。高端护肤品可以在百货公司、Sephora、Marionnaud等连锁店及机场采购，一般来说美国日本品牌不是特别划算，药妆在Pharmacie药店都有出售，价格相对亚洲特别实惠。当然巴黎也有不少古董二手店等，可以淘到您的珍宝。法国的电子产品普遍较东亚地区较贵，不宜采购。

### ★ Tips: 巴黎四大购物商圈

#### 黄金三角 Triangle d'Or

位于香榭丽舍旁边，乔治五世大街 Avenue George V、弗朗索瓦一世街Rue Francois 1er、蒙田大道Avenue Montaigne构成了巴黎最奢华的黄金三角，这里聚集了近乎全部知名的顶级名牌：Gucci、LV、Dior、Chanel、Dolce&Gabbana等。

地铁：George V站(M1线)，Franklin D.Roosevelt站(M1,9线)，Alma Marceau站(M9线)

#### 圣·多诺黑街 Rue Saint-Honoré

这里是巴黎时尚的最前沿，新老时尚势力的融合与碰撞在此上演。这里曾是贵族居住区，街上汇集了众多奢侈品店和古董店，丝巾专家爱玛仕(Hermès)更是从1837年起就落脚此地了。此外Chanel、Dior、Gucci、Versace等聚集于此。新近宠儿LV前设计师自创品牌Marc by marc jacobs也在此：19 Place du marché Saint-Honoré 75001 Paris。一定不能错过的是位于此街的213号：COLETTE，这家概念店吸引了无数时尚达人的眼球。

地铁：Pyramides站(M7,14线)，Palais Royal-Musee du Louvre站(M1,7线)

#### 旺多姆广场 Place Vendôme

这里的珠宝店在19世纪初就已经名闻遐迩。那些闪得让人眩晕的珠宝是当之无愧的主角。珠宝商们在此云集，一些巴黎的老字号固守这里，后来者如Chaumet、Dior、Chanel等名牌也毫不逊色。

地铁：Opera站(M3,7,8线)，Tuileries站(M1线)

#### 圣日耳曼 Saint Germain des Pres

这里不光以左岸咖啡有名，Armani、LV、Dior、Ralph Lauren等为您提供一个闲适的购物环境。Sevres-Babylone有最高档的百货公司Bon Marche。除了购物外，还可以去Armani以及Ralph Lauren里悠闲地喝杯咖啡。

地铁：Saint Germain des Pres站(M4线)，Sevres-Babylone站(M10,12线)

### ★ 购物中心、购物街

#### 老佛爷百货公司 Galeries Lafayette Haussmann

见地图标识 16

[www.galerieslafayette.com](http://www.galerieslafayette.com)

巴黎最大的百货公司，平均每日有10万人次光临，建于1895年，如今中国游客超过日本美国，成为此百货公司的第一大客户群，外国人(非法籍)可以直接在柜台免费索取10%折扣卡，也可以从某些酒店，或者Paris Visite观光卡直接获得，除了红点商品(LV、Chanel等奢侈品牌、食品红酒)外都可以打折，同时还可以获得12%的信用卡退税，或者10.8%的现金退税。

旗舰地址：40 Boulevard Haussmann, 75009 Paris

营业时间：周一至周六9:30-20:00，周四9:30-21:00

地铁：Chaussee d'Antin站(M7,9线)，Havre-Caumartin站(M3,9线)

RER：Auber站(A线)

#### 春天百货 Printemps Haussmann 见地图标识 17

[departmentstoreparis.printemps.com](http://departmentstoreparis.printemps.com)

建于1865年的春天百货紧靠老佛爷，3栋楼27层，43500平米，每年接待750万人次，其中20%是外国游客；外国人(非法籍)直接在网站或者前台索取10%折扣卡，巴黎旅游局刊物等都附有折扣券，还可以获得12%的信用卡退税，或者10%的现金。但Gucci等奢侈品牌，食品、红酒不能打折。

旗舰地址：64 Boulevard Haussmann, 75009 Paris

营业时间：周一至周六9:35-20:00，周四9:35-22:00

打折期间或者圣诞新年假期前，某些周日营业

地铁：Havre-Caumartin站(M3,9线)

RER：Auber站(A线)

#### Outlet ---La Vallee Village



全年365天开放，所有商品至少33%的折扣。

有Armani、Burberry、Dolce&Gabbana，Kenzo等品牌。

营业时间：10:00-20:00(周日10:00-19:00)

RER：Auber站(A线)

#### Fauchon 见地图标识 18

甜点巧克力，法式茶叶，葡萄酒等法国土特产的购物点。

地址：24-26Place de Madeleine, 75008 Paris

营业时间：周一到周六9:00-21:00

地铁：Madeleine站(M8,12,14线)

### Tips: 打折季 Soldes

一般一年有两次大型的打折季，冬季打折一般在圣诞新年假期后，持续3-6周，夏季打折则一般在6月底和7月初，持续一个月左右，大部分品牌都有30%-70%的折扣，不过LV、Chanel不参加打折行列，Gucci、Burberry等品牌一般都有商品打折促销，近年因为经济萧条，非打折季时有些商家也有不同程度的促销。春天百货、老佛爷有时都有一周左右的打折，部分品牌低到50%。

2012年冬季打折法国大部分地区从1月11号开始至2月14日结束。



★ 纪念品、小店



法国的普通纪念品如明信片、冰箱贴、纪念币、钥匙扣、恤等都可以在书报亭买到，蒙马特地区比较集中。而法国的土特产一般比较昂贵，比如葡萄酒、鹅肝酱、黑松露、甜点巧克力等，Madeleine教堂附近比较集中。药店Pharmacie不光卖药，还卖化妆品，价格比国内便宜不少，有些贴着Taxe Free的商店还可以享受退税。

CITY PHARMA 见地图标识 19

据说巴黎最便宜的药妆店  
地址：26 Rue du Four, 75006 Paris  
地铁：St. Germain des Pres站(M4线)

★ 超市



巴黎常见的小超市便利店有家乐福、Monoprix、Franprix、ED、DIA等等，前两者营业时间较长，但一般周日不营业或者上午营业。夜间或者周日节日可以去阿拉伯人便利店，价格较贵。

★ 退税销售 TAXE FREE

如果购买者的长期居住地是非欧盟成员国(持少于6个月的短期签证)而且购买商品属于观光零售性质，而不使商业经营性质；同一天在同一可退税商店购买商品的含税价格在175欧元以上，就可以在购买商品中从价格减除增值税(TVA)。



信用卡退税：一般是12%，大约2个月后退回账户；  
现金退税：扣除手续费一般是10%-10.8%  
注意：机场办理退税时，在海关检查以前请勿将商品托运。

安全

欧洲通用急救电话：112  
医疗急救服务SAMU：15  
警察救援电话：17  
火警消防电话：18

★ 中国大使馆 见地图标识 20

中国驻法国大使馆本部  
第八区乔治五世大街11号(11, avenue George V, 75008 Paris)  
0149521950  
www.amb-chine.fr

中国驻法国大使馆领事部  
第八区华盛顿街20号(20, rue de Washington, 75008 Paris)  
0153758831

★ 丢失护照怎么办

向当地警察机关报案，并记得索取报案证明(Police Report)。再持报案证明向中国驻法国大使馆领事部申请补发护照。

如果您需要前往中国驻法国使馆领事部大楼，乘坐地铁1号线在乔治五世站(Station George V)下车，从香榭丽舍大街出口(Sortie Avenue Champs Elysées)出站后向协和广场方向前行20米即可进入华盛顿街，再前行150米即到领事部。

★ 医疗应急 医院 见地图标识 21

在欧洲医院看病，基本都是医生开具处方，病人自己到城市药妆店

根据处方买药。在医院排队挂号服务等待时间较长(包括急诊)，如需

紧急医疗服务，推荐呼叫SOS医生急救电话：3624(0.12欧/分)，

届时将会有医生提供紧急上门服务，但收费较高，请同时保留好单

据，以作日后保险理赔。

药房

1. Les Champs Dhéry药房24小时营业，(84 avenue des

Champs-Élysées)，地铁George-V站(M1线)

2. Pharmacie Européenne药房24小时营业，(6 place

Clichy)，地铁Place-Clichy站(M2,13线)