



ViviShanghai

**Relocation kit**

*un primo aiuto per muoverti in citta' ...*

in collaborazione con Mandarina Servizi Shanghai

## I nostri contatti

Lo staff di Vivishanghai e Mandarin e' sostanzialmente lo stesso, per cui potete contattarci indistintamente ad entrambi gli indirizzi.

Vivishanghai	Mandarina Servizi Shanghai
<a href="http://www.vivishanghai.com">www.vivishanghai.com</a>	<a href="http://www.mandarinaservizi.com">www.mandarinaservizi.com</a>
<a href="mailto:info@vivishanghai.com">info@vivishanghai.com</a>	<a href="mailto:info@mandarinaservizi.com">info@mandarinaservizi.com</a>

Phone/Fax: +86(0)21 64183882

MP China: + 86 13636591675

MP China2: + 86 18016478680

MP Italy: +39 3498364367

Add: # 210 Taikang Lu, Bld 5, Room 510, 200025 Shanghai, China

泰康路210弄, 5号楼, 510室 **200041上海**

微博: @玩味意大利

[www.facebook.com/pages/ViViShanghaicom/29167515979200025](https://www.facebook.com/pages/ViViShanghaicom/29167515979200025)

## Dove siamo e come trovarci

Venirci a trovare nella nostra sede e' facilissimo, siamo in centro a Shanghai nella zona turistica di **Tianzifang**, a **Taikang Road**, **Luwan District**.

In **taxi**, da Jing'An Temple o People's Square sono circa 10-15 minuti.

In **metro**, linea 9 fino alla stazione di **Dapuqiao**. Prendi **Exit 1** e tieni la destra passando davanti a Starbucks e proseguendo per una 50ina di metri, l'entrata della zona e' dalla parte opposta della strada al numero **210**.

Cammina per il vialetto di ingresso per altri 50 mt circa fino al numero 5. Siamo al 5nto piano, room 510.

Abbiamo libri in italiano per il prestito, oltre alle informazioni che ti servono accompagnate da un caffe' espresso...

Anche un piccolo shop per vini italiani e olio d'oliva Monini a prezzi che fuori non trovi...



- **BENVENUTI**

- Shanghai generale
- Info e numeri utili
- Orientamento
- Soldi e banche
- Trasporti
- Telecom
- Prendere casa
- Fare la spesa
- Ospedali e sanita'
- Iniziative per i residenti
- Corsi
- Tour & viaggi
- Carta sconto e servizi
- Volontari in VVS

## INFO UTILI

Elettricit : 220 volts, 50 hz.

Time Zone: GMT + 8  
(rispetto a Italia, + 6 in ora solare, + 7 in ora legale)

Prefisso internazionale per la Cina: 0086

## NUMERI UTILI

110 Polizia

120 Ambulanza

119 Vigili delFuoco

63576666 Ufficio pubblica sicurezza servizio stranieri -

51025 Posta (in inglese 24/24)

# Presentazione

Benvenuti a Shanghai, anche se magari non siete ancora arrivati e state leggendo questa piccola guida mentre ancora siete nel vostro Paese. Non importa, fa bene lo stesso sapere prima che cosa aspettarsi quando si viene a vivere in una metropoli come questa.

Se avete già letto qualcosa dalle pagine del nostro vivishanghai avrete già un'idea, ora passiamo nel dettaglio a spiegare cosa facciamo. In poche parole facilitiamo l'insediamento in una città completamente nuova e a molti estranea anche come idea, grande 5 volte NY e popolata come un terzo dell'Italia.

Spaventati? Niente paura, noi siamo qui da oltre 10 anni e sappiamo non tutto ma abbastanza e quello che serve per darvi una mano a muovervi, orientarvi, entrare in contatto con la comunità italiana e aggiornare la vostra rubrica con tutti i servizi disponibili in italiano: dal medico al dentista, ai contatti per l'assicurazione sanitaria, il visto, etc, ma soprattutto vi assistiamo validamente nella ricerca dell'abitazione più adatta alle vostre esigenze.

Il nostro Team composto da personale italiano e cinese vi guiderà nei primi passi di vita nella metropoli, ora rilassatevi e leggete una breve presentazione.

Per ogni domanda e chiarimento non esitate a contattarci: [info@vivishanghai.com](mailto:info@vivishanghai.com), oppure [info@mandarinaservizi.com](mailto:info@mandarinaservizi.com).  
Tel. ufficio: + 86 (0)21 64183882, Cell. 13636591675 (preferibile, siamo spesso fuori ufficio)

# Brevemente Shanghai...

## BREVEMENTE SHANGHAI, LA CITTA' DELLE DUE RIVE: PUXI E PUDONG

Shanghai letteralmente significa sul mare, ma in realtà dal Mar Cinese Orientale dista un centinaio di km e non è certo famoso per le spiagge...

L'acqua che si vede a Shanghai è quella del fiume Huangpu, tributario inferiore del Fiume Azzurro (Yangtze) che sfocia

nel suddetto mare a poca distanza da Shanghai. Lo Huangpu divide in due la città denominandone le due aree topografiche principali: **Puxi** e **Pudong**.

Puxi, letteralmente ad ovest (xi) dello Huangpu (abbreviato: pu), è la Shanghai vera e propria, la zona in cui si è sviluppata e cresciuta, sede dei locali e intrattenimenti principali. **Pudong** è invece il gigantesco "new district", il cui sviluppo è iniziato nei primi anni '90, e che sta appunto ad est (dong) del fiume. In venti anni il panorama di Pudong è cambiato radicalmente passando da campagna a centro finanziario con grattacieli e abitazioni moderne, locali, bar e centri commerciali oltre che sede del Pudong International Airport (PVG), dove atterrano e decollano tutti i voli intercontinentali. La sua zona più ridosso del fiume è **Lujiazui** sito dell'impressionante e moderno skyline della città. A Lujiazui fa specchio sulla parte opposta del fiume (a Puxi, quindi) il celebre **Bund** (**pron.** Inglese: band), il lungofiume con gli edifici in stile neoclassico, liberty e neogotico che risalgono all'epoca della British Concession, o Concessione Inglese (da metà Ottocento a metà '900 circa), sede di istituzioni municipali e recentemente anche dei più prestigiosi locali e ristoranti alla moda.

Ad oggi Shanghai è suddivisa in 18 distretti e 1 contea (Chongming Island):

Distretti entro la cinta urbana:

Pudong New Area, Huangpu District, Hongkou District, Luwan District, Jing'an District, Zhabei District, Xuhui District, Putuo District, Changning District, Yangpu District

Dei distretti di cui è composta Puxi, quelli di Huangpu, Luwan, Jing'an, Xuhui sono i più centrali. Vediamo nel dettaglio zone e caratteristiche di questi distretti.

Huangpu: corrisponde alla zona che era nota come Concessione Inglese, e a una parte di quella che era invece la French Concession, contraddistinta da architetture europee o albioniche, stradine strette e zone ancora molto popolari. Inizia dal lungofiume noto come Bund, risale verso ovest lungo la Nanjing Dong Lu, e arriva a People's Square. E' una zona molto turistica e il cuore di quella che era la Shanghai prima dello sviluppo degli anni '90.

Luwan: Questo distretto non esiste piu' dato che e' stato incorporato in quello di Huangpu ma ancora ogni tanto compare sulle carte quindi meglio parlarne. Parte di Luwan comprende la zona nota come (ex) Concessione Francese (la Huaihai Lu era allora Avenue Joffre), caratterizzata da casette basse (shikumen, vedi riquadro), ville in stile provenzale e viali alberati. Il cuore di Luwan è la zona di Xin Tiandi, ma anche lungo la Changle Lu, parallela interna di Huaihai Lu.

Xuhui – Xujiahui: continuando sulle tracce del passato, l'altra parte della Ex-Concessione Francese si trova in questo distretto.

A Jing'an: rispetto alle zone di cui sopra questo distretto si trova parallelo ma a Nord, raggiungibile anche a piedi in una ventina di minuti circa. E' un distretto promiscuo con influenze di entrambe le principali concessioni straniere del XIX secolo, a metà tra antico e moderno, molto frequentato e residenziale. Si sviluppa lungo la Nanjing Xi (West) Lu, il proseguimento della Nanjing Dong Lu che parte dal Bund (vedi Huangpu District) e si ferma idealmente al Tempio di Jing'an (importante snodo della metropolitana linea 2).

# Soldi e banche

La moneta che si usa in tutto il paese e' lo Yuan, Y, da non confondere con lo Yen che e' giapponese... Ci sono altri modi per chiamarla, Kuai ad esempio, o Renminbi (RMB), che e' piu' ufficiale, nelle transazioni finanziarie e di cambio e' segnato come CNY (Chinese Yuan). Il cambio attuale con l'Euro e' attualmente di 1 Eur = 8 Y. ([www.xe.com](http://www.xe.com)).

**DOVE CAMBIARE** Si cambia in tutte le banche, agli sportelli di cambio in aeroporto, negli hotel. Gli esercizi non accettano valute diverse dal RMB se non ai mercati del falso (operazione non consigliata). **Importante:** portare sempre con sé il passaporto per le operazioni di cambio in banca.

## BANCHE, DEPOSITI E ATM (BANCOMAT)

Le banche principali in Cina (e a Shanghai) sono:

Bank of China (BOC)

中国银行; **pinyin:** Zhōngguó Yínháng

China Construction Bank (CCB)

中国建设银行, **pinyin** Zhōngguó Jiànshè Yínháng

Agricultural Bank of China (ABC)

中国农业银行, pinyin Zhōngguó Nóngyè Yínháng)

Industrial and Commercial Bank of China (ICBC)

中国工商银行; pinyin: Zhōngguó Gōngshāng Yínháng



Orari: tutti i giorni (festivi, o sabato e domenica le filiali sono aperte a turno), dalle ore 9 alle 17.

**Depositi bancari** Presso le banche cinesi è possibile aprire un conto fornendo il solo passaporto, non è richiesta residenza. Aprire un conto costa in media 50 RMB, che comprende anche il rilascio del **bancomat** (consente prelievi e addebiti in tutto il paese). Si possono effettuare operazioni in RMB, o in valuta straniera, sia in uscita che in entrata (fino a un massimo di USD 50.000/ anno). Non ci sono spese di conto trimestrali o annuali...

**ATM, alias il Bancomat** Disponendo di un bancomat cinese (vedi sopra) si possono effettuare prelievi dal proprio conto nella relativa banca locale, su tutto il territorio cinese. Altrimenti, dagli sportelli bancomat (che sono però noti con l'acronimo anglosassone di ATM, Automatic Teller Machine) si possono effettuare prelievi addebitabili al proprio conto nella banca italiana o altrove usando la **carta di credito (VISA, MASTERCARD** o altre principali). Gli ATM non danno valuta straniera ma l'ammontare selezionato in RMB. Per ritirare valuta straniera bisogna recarsi agli sportelli di una delle banche principali. Il costo del prelievo con carta di credito internazionale è Spesa media: del 5%, applicato dalla carta stessa.

**Prelievo con bancomat italiano** Solo se del **circuito CIRRUS**, per il costo informarsi con la propria banca (Spesa media: 5-7 euro/prelievo, tetto 200 E a transazione, se non accordi diversi con la propria banca).

**Sicurezza dei prelievi** Shanghai è una città molto sicura e gli episodi di aggressioni in centro città e rapina sono rari. I prelievi bancomat sono quindi a molto basso rischio ad ogni ora del giorno come della notte, tuttavia è sempre meglio non indurre in tentazione e se proprio necessario farlo nelle zone più in vista e frequentate.

**TRASPORTI** Shanghai pur essendo una metropoli si mostra sorprendente per la rapidità degli spostamenti da un punto all' altro, soprattutto grazie alla vastissima rete metropolitana. I trasporti in superficie sono invece congestionati nelle ore di punta.

**Taxi** Oltre 50mila perennemente in movimento notte e giorno, operanti sotto diverse società ma accomunate da un' unico modello di auto, l' inossidabile VW Santana, in circolazione ormai da oltre 20 anni. Il servizio generalmente è buono ed economico, anche se le auto non sono il massimo della pulizia. Durante le ore di punta (la mattina dalle 8 alle 9 circa, la sera dalle 5.30 alle 7.30) è difficile trovarne di liberi, stessa cosa nei giorni di pioggia. I taxi si possono prenotare con chiamata, ma nelle condizioni di cui sopra il risultato cambia poco.

## Tariffe taxi in Shanghai

Diurna ore 5AM-11PM

Notturna ore 11PM – 5AM

RMB 14 minima per i primi 3 km, 2.4 RMB ogni km successivo

RMB 18 minima per i primi 3 km, 3 RMB ogni km successivo

**Sicurezza** I viaggi in taxi sono considerati sicuri a Shanghai, non sono riportati casi di soprusi o altro nei confronti dei passeggeri. Tutti i taxi hanno meter. Ci sono tuttavia casi riferiti di tassisti abusivi i cui abusi sono limitati all' applicazione di tariffe fraudolente. La polizia di Shanghai è però molto attiva su questo fronte.

**Metro** La regina degli spostamenti in città: comoda, veloce, affidabile, economica, pulita. La metro di Shanghai conta attualmente 9 linee funzionanti, altre sono in rapido completamento. Gli interscambi principali sono People's Square, Jing' An, Zhongshan Park, Shiji Dadao (Century Avenue, a Pudong).

Sito ufficiale della metro di Shanghai: [www.shanghaimetro.com](http://www.shanghaimetro.com)

Sito interattivo: <http://www.exploreshanghai.com>

**Jiaotong ka (交通卡), la carta trasporti per pagamenti comodi** A Shanghai i trasporti (taxi, bus, metro, ferry) si possono pagare anche con la tessera prepagata che si acquista agli help desk delle stazioni metro. Si ricarica anche alle macchinette automatiche sempre nella metro o ai 24 ore per importi fino a RMB 9.999. La carta costa RMB 30, che vengono resi in caso di restituzione. Averla evita di dover fare il biglietto ogni volta e di maneggiare monete e banconote. E anche bene accetta come regalo al posto dei contanti....

**Biglietti** (3 - 11 RMB) si acquistano con monete o banconote ai box automatici alle stazioni, i cui display sono in inglese e cinese. Gli assistenti intervengono provvidenzialmente in caso di bisogno. Il biglietto si acquista alla tariffa corrispondente all'itinerario nel display, se si sbaglia tariffa o si cambia idea durante il tragitto niente paura, potrete fare l'upgrade del biglietto senza sovrapprezzo all'uscita. La tariffa si può pagare anche ai tornelli in entrata usando la Jiaotong ka (vedi a fianco)

# Trasporti/da e per aeroporti

**Da e per aeroporti Shanghai** Shanghai ha due aeroporti, il primo quello che abbiamo già visto e' sigla PVG ed e' il Pudong International Airport dove atterrano e decollano tutti i voli intercontinentali e alcuni voli anche da e per Hong Kong (HK d'ora in poi). Come e' collegato col centro citta':

**Taxi** Prendere un taxi all'aeroporto e' facilissimo, evitate gli abusivi che vi si possono avvicinare mormorando "ta-ke-si, ta-ke-si" e uitate le indicazioni, nell'area ufficiale si fa la fila ma e' un attimo, e un addetto in divisa prende il numero di targa del vostro taxi lasciandovi anche un piccolo depliant in inglese coi numeri da chiamare in caso di bisogno. Così siete sicuri, non ci sono problemi. La tariffa media giornaliera dal PVG al centro citta' e' tra i 150 e 200 Yuan, 18-23 Euro, circa). All'arrivo fatevi sempre rilasciare la ricevuta (fapiao) che se dimenticate qualcosa e' facile rintracciare la macchina.

**Bus navetta** partono da entrambi i terminali, a voi puo' interessare la linea 2 che va in centro, terminal a Jing'An Temple. Circa 20 yuan

**Metro:** anche la metro collega il PVG al resto della citta', il percorso e' un po' lungo, circa 90 minuti fino al centro citta', da evitare pero' se avete bagagli ingombranti, ceste del gatto e soprattutto se orario di punta. Costo 9 yuan.

**Maglev**, la giostra a levitazione magnetica: e' un treno sopraelevato che parte dalla stazioncina tra i due terminal, si raggiunge comodamente a piedi all'interno del PVG, costa 50 yuan per tratta ma non vi porta al centro citta' perche' fa capolinea sempre a Pudong, a Longyang Lu, alla Fiera Internazionale (SNIEC). Da li dovete prendere un taxi o la metro per continuare.

# Trasporti/da e per aeroporti

**Abbiamo già parlato del PVG, ora presentiamo lo SHA, ovvero Hongqiao International Airport** che si trova molto più vicino al centro città (15-20 minuti in auto) e dove arrivano e decollano i voli domestici e quelli per alcuni paesi del Sud-Est asiatico. vediamo come e' collegato col centro città':

**Taxi** Vale quanto detto per il PVG solo che lo SHA e' molto più vicino, bastano un 50-60 yuan circa di giorno.

**Bus navetta** partono da entrambi i terminali. Circa 10 yuan

**Metro:** come per il PVG, anche questo e' collegato dalla stessa metro linea 2 (verde) ma bastano 8 fermate e mezz'ora appena per arrivare in centro. Visto che sono sulla stessa linea metro i due aeroporti sono collegati, solo che il tragitto puo' essere lungo, anche oltre 2 ore! Costo 11 yuan.

**Maglev:** qui non c'e', forse un giorno...

**Telefono fisso** Il prefisso internazionale di chiamata per la Cina è 0086, il prefisso urbano di Shanghai 021. Per chiamate da estero, dopo lo 0086 il prefisso cittadino omette lo zero, quindi nel caso di Shanghai sarà 0086 + 21 + numero da chiamare.

Le chiamate dentro Shanghai vengono effettuate senza prefisso, per chiamate verso altre città va composto il prefisso di località seguito dal numero di telefono. Per chiamate internazionali, comporre prima il prefisso internazionale del paese (0039 per l'Italia), seguito dal prefisso urbano desiderato e il numero di telefono (con lo zero del prefisso urbano).

**Internet, ADSL e Wireless** Non mancano le connessioni pubbliche **wireless**, praticamente in ogni hotel (comprese o meno nella tariffa della camera), in molti ristoranti e bar del centro. Starbucks, Costa Caffé, Coffee Beanery, e molti altri sono dotati di free wireless.

**Connessione ADSL** facile da ottenere, avendo già una linea telefonica installata, sarà lo stesso proprietario di casa a farne richiesta per voi, il costo è di circa 1.000 Y / anno, pagabili anche a rate mensili a un costo leggermente maggiore. Il principale operatore internet è China Telecom. Banda standard 2 giga.

**Cellulare** I telefoni cellulari GMS internazionali funzionano anche in Cina sia in roaming che con scheda SIM cinese. Gli operatori a Shanghai sono China Telecom e Unicom.

**Dove acquistare una SIM** E' facile acquistare una Sim cinese, se si va nelle rivendite ufficiali China Telecom o China Unicom bisogna dare il passaporto per la registrazione della scheda a vostro nome. Altrimenti si possono acquistare anche negli stand di accessori alle principali stazioni metro o nei vari negozietti per strada, si attivano con una telefonata e non sono richiesti dati.

Costo di una Sim: varia in base alla combinazione di numeri della scheda, più sono presenti degli 8 o dei 6 più costa. Il motivo è legato al significato beneaugurante di certi numeri, specialmente in materia di lunga vita, successo, etc.

Spesa media per chi non e' superstizioso: dai 60 RMB in su, con 50 RMB di carica compresa.

**Ricarica della scheda** La Sim si ricarica col prepagato che si trova (50, 100, 200 RMB) sempre nei negozi ufficiali o negli stand e negozietti per strada, anche nei 24 ore. Ricaricare è facile, viene dato un numero da chiamare, il servizio è anche in inglese. Con una scheda a contratto standard si possono ricevere chiamate dall' estero ma non farne. Gli sms invece si possono spedire e ricevere, anche se l' affidabilità del servizio non è sempre una garanzia. Il contratto standard inoltre scala un certo importo al minuto (6 mao / minuto) sulle chiamate in arrivo. Si può sempre richiedere un nuovo contratto che di solito parte da inizio mese successivo, a condizioni più favorevoli (gratuità di minuti, sms e altri servizi) accettando un prelievo mensile fisso dalla propria ricarica (tra i 45 e 70 RMB).

**Acquistare un telefono cinese?** Se il vostro telefono non e' dotato di lettura in cinese non sara' possibile leggere i messaggi che vi arrivano in lingua locale. Il che non e' un problema direte voi se tanto non capite il cinese, pero' spesso e' utile per muoversi in città ricevere SMS con indirizzi in cinese da mostrare al tassista

# Prender casa...

Affittare un appartamento è facile, le strade pullulano di agenzie immobiliari al vostro servizio. La maggioranza degli agenti parla solo cinese ma alcune agenzie che operano specificatamente per trovare alloggi per stranieri usano normalmente l'inglese, i cui prezzi e standard sono ovviamente diversi rispetto ad un'agenzia normale. I contratti hanno di solito validità di un anno o due, raramente vengono concessi dai proprietari per 6 mesi o meno, se non a prezzo superiore. Le tipologie abitative più diffuse sono ovviamente appartamenti, ma si trovano anche ville e abitazioni tipiche restaurate. Gli appartamenti sono in compound sorvegliati da guardiani (baoan), spesso anche con portineria e fully serviced per ogni necessità, con piscina, palestra e club house.

## **Commissioni e depositi**

Normalmente i contratti sotto gli 8mila RMB prevedono una commissione del 10% all'agenzia distribuita al 50% tra proprietario e inquilino. Oltre quella cifra, la commissione per l'agenzia è invece interamente a carico del proprietario. Il valore del deposito solitamente va dalle 2 alle 3 mensilità, a seconda del valore dell'abitazione. Normalmente l'affitto viene regolato non su base mensile ma bimestrale o trimestrale.

## **Costo utenze**

Acqua, luce, gas, telefono (e internet) sono ovviamente a vostro carico, e si ricevono su base mensile. Il pagamento è agevole perchè oltre alla posta si possono pagare nella maggior parte dei negozi **24ore** (Alldays, Lawson, Family Mart, C-Store, etc). Attenzione, il pagamento oltre la scadenza sulla bolletta non comporta una mora ma costringe ad effettuarlo alla sede più vicina delle società di utenza (sono indicate nel retro della bolletta), di solito non proprio in centro città. Conservare le bollette pagate per almeno 12 mesi, le società possono chiedere una verifica, oltre al fatto che se lasciate l'abitazione il proprietario ha bisogno di verificare se i pagamenti precedenti sono stati regolari.



# Prender casa...

Hot-line Rete elettrica: 95598

Hot-line Acqua: 962450

Hot-line Gas: 962777

**Ayi, la colf cinese** Praticamente tutti hanno una Ayi in casa, residente o ad ore, che ripulisce e all'occorrenza prepara i pasti. Donne provenienti dalle zone meno agiate del paese, svolgono lavori domestici ad un compenso che si aggira tra i 10 e i 20 RMB/ora. Raramente conoscono qualche parola di inglese, sono fornite dal management del palazzo stesso su richiesta, dal proprietario di casa, da agenzie specializzate, o più spesso avvicinate dal passa parola. Serve pazienza e attenzione iniziale per spiegare le vostre esigenze ma una volta capite tutto dovrebbe filare liscio. Se avete preziosi in casa o affidate le chiavi alla Ayi è consigliabile avere delle referenze prima e fotocopiare la sua shenfenzheng 身份证, la carta d'identità cinese, per ogni evenienza.

**Attenzione: registrazione in polizia** Una formalità importante (in tutta la Cina, non solo Shanghai) che molti trascurano è l'obbligo di registrazione entro 24 ore dall'arrivo in un posto. Per chi alloggia in hotel o altra struttura ricettiva, la registrazione viene effettuata dalla reception (conservare quindi fattura dell'hotel). Per tutti gli altri casi la registrazione va fatta al più vicino ufficio polizia. La proceura è semplice e veloce: basta consegnare copia del passaporto (e del visto) e una copia del contratto di affitto o proprietà di chi vi ospita. L'agente vi consegnerà un modulo bianco formato A4 da conservare (con cura).

## Fare la spesa e alimentari...

Shanghai ha una buona varietà di negozi e centri commerciali (Carrefour, Tesco, Auchan, Metro, Wallmart etc), supermercati cinesi (in cui si trova sempre più merce straniera), ma soprattutto negozi 24ore.

**L'importanza di esserci 24 ore – I convenience store** Alldays, Family Mart, C-Store, Lawson, 7Eleven, sono i nomi di alcune delle catene di piccoli negozi in cui trovi di tutto. La caratteristica principale di questi negozietti è che sono aperti 7days/7, 24h/24, poco più cari di un normale market diurno ma comodissimi ad ogni ora. Si trovano praticamente ad ogni angolo di strada.

### LIBRERIE

**Garden Books Bookstore** Sicuramente la libreria straniera più fornita di Shanghai, centralissima, a due passi dalla Huaihai Zhong Lu, offre anche internet wireless nel piccolo café all'interno. Anche agende Moleskine, libri illustrati su Shanghai.

Tel: 021-5404-8728, Fax: 021-5404-8729

Indirizzo: 325 Chang Le Lu, presso Shaanxi Nan Lu, 200031, Shanghai

### Shanghai Foreign Language Book Store

Indirizzo: 390 Fuzhou Lu, presso Fujian Zhong Lu. Tel: 021 6322 3200.

**Libreria Vivishanghai**, abbiamo una vasta raccolta di libri lasciati dai vostri predecessori, potete passare da noi per un prestito, ah sono tutti in ITALIANO!

**Oppure attrezzatevi con un Kindle e scaricate online i libri da Amazon, e' la via piu' facile, economica e veloce**

# Ospedali e cure sanitarie

## OSPEDALI E CURE SANITARIE

In Cina le cure mediche **anche in emergenza** sono a pagamento (e per regola anticipato!) per cui è fortemente consigliato a chi viene in Cina per turismo o affari di stipulare preventivamente una assicurazione di viaggio (Elvia, Europe Assistance, Globy etc). I costi di una visita, intervento o pronto intervento salgono vertiginosamente se ci si reca nelle sezioni a pagamento (dette anche per stranieri, ma in realtà disponibili a chiunque se le possa permettere), più moderne e vivibili di quelle popolari, dove i medici e paramedici parlano inglese. Non esiste in Cina un servizio di medico condotto nè di guardia medica. Per ogni necessità anche una visita ci si reca negli ospedali pubblici o nelle cliniche private.

Maggiori ospedali e cliniche in zona centro città:

**Shanghai DeltaWest Clinic (SDC)**, clinica sino-americana polispecialistica tra le più all'avanguardia e recenti di Shanghai, vanta uno staff di caratura internazionale e di livello. Particolarmente **attrezzata per il trattamento di malattie cardiovascolari e vasocircolatorie**, esegue esami specialistici di ogni tipo, diretta dalla Dott.ssa Kyoko Morishita, medico di nazionalità italiana.

### **Huashan Worldwide Medical Center Foreigner's Clinic**

Uno dei più grandi ospedali di Shanghai, con ampia e attrezzata sezione per stranieri.

Di recentissima costruzione, anche la parte pubblica è ben organizzata.

Indirizzo: 15th Floor, Zong He Lu, 12 Wulumuqi Lu Tel: 62483986

### **Ruijin Hospital, Shanghai Second Medical University**

Altro ospedale rinomato del centro città, con sezione per stranieri.

Indirizzo: 197, Ruijin Er Lu Tel: 64370045

**United Family Hospitals** [www.unitedfamilyhospitals.com](http://www.unitedfamilyhospitals.com)

Ospedale di standard internazionale aperto nel 2004, SHU offre servizi in/outpatient

Indirizzo: #1139, Xian Xia Lu, Changning District, Shanghai

Tel:(021) 6291-0917

E-mail: [shumarketing@ufh.com.cn](mailto:shumarketing@ufh.com.cn)

**Shanghai East International Medical Center (PUDONG)**

Servizi specialistici per stranieri, medici e paramedici internazionali, anche sezione chirurgia.

Indirizzo: 551 South Pudong Lu Pudong, Shanghai 200120

Tel: (86 21) 5879-9999

Website: [www.seimc.com.cn](http://www.seimc.com.cn)

# Medici di lingua italiana

**Medici italiani a Shanghai** Recentemente in citta' sono giunti dei medici italiani, come e dove si trovano:

[Dr.ssa Kyoko Morishita Accame](#), medico generico, doppia nazionalita' giapponese e italiana, laureata in entrambi i paesi, ha prestato servizio a Milano per una ventina di anni prima di venire a Shanghai come direttrice sanitaria associata della DeltaWest Clinic. In poco tempo a Shanghai e' diventata un punto di riferimento per la comunita' italiana.

**Kyoko Morishita Accame, MD**  
Associate Medical Director

Tel: 021 – 2213 9777  
Mobile: 15618856931  
Hotline: 2213 8771

kyoko.morishita@deltahealth.com.cn  
www.deltahealth.com.cn

**Shanghai Delta-west Clinic**  
2558 West Yan'an Road, New Building 4/F,  
Shanghai 201103, China

上海德西门诊部  
上海市延安西路2558号B座4-5层, 201103

# Medici di lingua italiana

[Dr Francesco Silvagni](#), **Medico Dentista**, laureato in Odontoiatria all'Università di Tor Vergata, nel 2008 e' approdato negli Stati Uniti per frequentare un corso di specializzazione in implantologia e parodontologia presso la New York University. A Shanghai esercita presso lo studio **Jsmiles** sulla centralissima Nanjing West Rd.

[Simona Renzoni](#), **Psicologa e Psicoterapeuta** iscritta all'Albo della regione Marche, la dott.ssa Renzoni è arrivata a Shanghai dopo un'esperienza in nordafrica di oltre 2 anni. Da espatriata essa stessa, conosce bene le difficoltà di adattarsi in un paese straniero: parlare con qualcuno che sa di che cosa si parla è sicuramente più incoraggiante ad affrontare lo shock culturale e gli stati d'animo negativi che possono scaturirne.

**Email: [simona@communitycenter.cn](mailto:simona@communitycenter.cn)**



**Potete contattare il Dr. Silvagni per un consulto o un appuntamento via email o tel.:**

**[drsilvagni@jsmiles.com](mailto:drsilvagni@jsmiles.com)**

**[www.jsmls.com](http://www.jsmls.com)**

**Tel: 021-3530-6320**

**Hot line: 400 630 6320**

**Jsmiles Dental, No.1038 West Nanjing Road, Jingan District, presso incrocio**

**Jiangning Rd**

**上海市南京西路1038号梅龙镇广场1206室**

**Linea metro 2, uscita Nanjing West, circa 300 mt.**

## Assicurazioni sanitarie e altro

Come si diceva prima le prestazioni sanitarie di ogni genere sono a pagamento in Cina, e non sono certo economiche, specie se ci si rivolge alla sezione "per stranieri" degli ospedali, o alle cliniche private.

E' quindi necessaria una assicurazione sanitaria che copra malattie e infortuni in Cina e non dimentichiamo anche durante i viaggi che farete soli o con la famiglia in altri paesi.

Il nostro consiglio e' di stipulare sul posto un'assicurazione, a Shanghai sono presenti diverse compagnie assicurative internazionali , oppure anche prima della propria partenza contattandole gia'.

Le assicurazioni stipulate in Italia di solito coprono solo nelle condizioni di un viaggio e per un tempo limitato, poche assicurano sulla residenza all'estero, in ogni caso verificate il tipo di convenzioni che hanno con ospedali del posto e se danno il cosiddetto direct billing, ovvero il pagamento della prestazione addebitato direttamente all'assicuratore, per non dover anticipare voi i costi. In ogni caso, molte compagnie internazionali a Shanghai hanno persone sul posto in grado di seguire il decorso delle pratiche piu' gravi e complesse, anche questo e' un fatto da considerare.

Fortunatamente a Shanghai sono presenti diversi italiani che lavorano nel campo della consulenza in lingua anche per polizze contro furti e infortuni a terzi, o per altri servizi.

Segnaliamo il team di Pacific Prime, broker assicurativo in grado di offrire un consulto e preventivo sulla polizza piu' adatta al vostro caso.

**Marta Olivotti - Pacific Prime Shanghai**  
**15, Dongping Rd, Suite 608, Shanghai 200031**  
**Tel + 86 (0)21 64671304**  
**Mobile 0086 13816537682**  
**Email: [marta@pacificprime.com](mailto:marta@pacificprime.com)**  
**[www.pacificprime.com](http://www.pacificprime.com)**

# Iniziative per i residenti

## ***“La cucina del mese” pranzo /cena di incontro***

Organizzato periodicamente (1 volta al mese circa) e' un' occasione di incontro per conoscere nuove persone e stringere contatti, scambiare esperienze e avanzare proposte e provare insieme *la cucina degli altri paesi* presso i vari ristoranti etnici di Shanghai

## ***“Scopriamo la città insieme”***

Organizzato periodicamente (1 volta al mese circa) ha l' obiettivo di *far scoprire la città* per condividere sensazioni e far nascere nuove amicizie

## ***“Godi Shanghai - Card”***

Grazie alla *convenzione* con ristoranti e negozi i residenti possono ottenere uno sconto pari a 10% sulla spesa effettuata

## ***“Shanghaimcum”***

*Guida tascabile* contenente le informazioni principali per vivere nella grande metropoli



Corsi in LINGUA ITALIANA per presentare aspetti e particolarita' della cultura cinese attraverso attivita' di gruppo:



Cucina Cinese  
Te'  
Majiong  
Pittura  
Calligrafia  
Paper cutting  
altro.....



sia altri corsi di interesse piu' generale:



Cucina Italiana per stranieri  
Cucina Internazionale  
Fotografia  
Online shopping  
Strumenti I.T. (word, excel, photoshop, blog)  
Conversazione in inglese periodica con madrelingua

## Organizzazione di escursioni durante la settimana o nel w.e. (in elenco quelle attualmente in previsione)



- Jinshan e la pittura rurale e la pesca sul fiume
- Visita alle piantagioni di te' (collegare al corso)
- Suzhou, citta' delle perle e della seta
- Visite a musei e zone di Shanghai (*Iniziativa "Scopriamo la città"*)
- Tour di più giorni in zone esterne