



東亞教育促進會  
德信中學

P09 《一帶一路北非文化之旅》 摩洛哥  
31-Jan-2026 至 08-Feb-2026

# 簡介會說明

1. 團隊資料-集合地點及時間
2. 行李及證件須知
3. 出入境須知
4. 旅遊須知
5. 行程安排
6. 酒店安排
7. 膳食篇
8. 上網數據卡

## 集合地點及時間

團名： 《一帶一路北非文化之旅》 摩洛哥

出發及集合時間： 2026年01月31日 <20:10>

(請準時出席)

集合地點： 香港國際機場1號客運大樓離境大堂 **D行段**

## 航班資料

航空公司: 法國航空Air France (AF)

去程日期: 2026年1月31日 香港經巴黎(轉機) 至卡薩布蘭卡  
去程航班: 31JAN AF185 起飛 22:40 到達 05:45+1天 (01FEB)  
01FEB AF1896 起飛 07:10 到達 10:20

回程日期: 2026年02月07日 卡薩布蘭卡經巴黎(轉機)至香港  
回程航班: 07FEB AF1597 起飛 16:40 到達 19:55  
07FEB AF188 起飛 23:20 到達 18:30+1天 (08FEB)

**\*\*以上航班時間如有更改最終以航空公司公佈為準\*\***

### 備註:

- 1) 帶有效護照正本 (旅遊證件須有半年以上有效期及須有足夠之空白頁使用)
- 2) 帶身份証正本
- 3) 帶學生證 (以便使用學生優惠票)
- 4) 需自行辦理有效入境簽證 (如須要)
- 5) **免費寄艙行李每人1件 (23 kg) (託運行李的總尺寸不得超過 158 厘米/62 英寸)**

航空公司  
安全規定

- 1) 嚴禁攜帶任何違禁品:如毒品、武器、火藥、易燃物品、盜版光碟或瀕危動物製成品。
- 2) 火機、火柴及暖包類等用品只限於香港登機時作有限度攜帶，回程航班及內陸航班，則一律不可攜帶登機或寄艙。而利器、刀、指甲鉗等，必須放在行李內寄艙。
- 3) 根據「國際民用航空組織」規定，旅客如需攜帶個人自用內含(即安裝於器材之內)鋰或鋰離子電池芯或電池的可攜式電子裝置(手錶、相機、流動手機、手提電腦、可攜式攝錄機等)應作為手提行李攜帶登機；如若旅客需要把含有內置鋰電池的可攜式電子設備放於寄艙行李內，其電源必須完全關閉(不在睡眠或休眠模式)，並必須採取適當措施防止裝置意外啟動及保護裝置不受損壞，如違反者，部分國家將可能處以罰款；而有關的備用鋰電池(即沒有安裝於器材中，包括外置充電器)則必須以手提行李攜帶登機而不可寄艙，並做好保護措施以防短路(如單個放入原裝包裝袋或存放獨立袋或以其他方式將電極絕緣)，每位旅客限帶 20 件備用小型鋰電池(每個不得超過 100 瓦時 Wh 或 2 克鋰量 LC)或限帶 2 件備用中型鋰電池(每個介乎 100 瓦時 Wh 至 160 瓦時 Wh)。凡欠缺標示或沒有清晰列明其瓦時值(Wh)或鋰容量(LC)之鋰電池，均不被允許攜帶登機，詳細規定可瀏覽相關航空公司網頁。
- 4) 根據「國際民用航空組織」指引：所有旅客隨身攜帶之液體、凝膠及噴霧類物品，均需以容量不超過 100 毫升的容器盛載，並應儲存於一個容量不超過一公升、可重複密封的透明塑膠袋內。故容器超過 100 毫升必須放在行李內寄艙。而每名旅客只可攜帶一個裝有容器的塑膠袋。所有藥物、嬰兒奶粉或食品，經查證後可獲豁免。
- 5) 以上提及的液體、凝膠等，包括於入閘前或入閘後購買之飲品、禮品(如韓國人蔘酒、面膜液、化妝護膚品、蜜糖、蜂皇漿/丸等流質用品/食品)、噴霧劑及任何能溢出(如膠囊內有液體)、塗抹或噴灑的物品，均不可帶入機艙內。
- 6) 以上規定將按各國機場之最後公佈為準。
- 7) 詳細資料可瀏覽民航處 [www.cad.gov.hk](http://www.cad.gov.hk) 或機管局 [www.hongkongairport.com](http://www.hongkongairport.com) 網頁

## 外置充電器及鋰電池注意事項

民航處最新通告：自 2025 年 4 月 7 日起：禁止在航班上使用外置充電器，或為外置充電器充電。外置充電器不得放置於行李架上

嘉賓如需攜帶個人自用內含（即安裝於器材之內）鋰或鋰離子電池芯或電池的可攜式電子裝置（手錶、相機、手機、手提電腦、可攜式攝錄機等），應作為手提行李攜帶登機；如若嘉賓需要把含有內置鋰電池的可攜式電子設備放於寄艙行李內，必須採取適當措施防止裝置意外啟動及保護裝置不受損壞或短路，如：單獨存放於塑料袋或以絕緣膠帶緊貼電源接口或蓋上原裝電源保護蓋。

如電池超出指定限制（>160Wh），其裝置必須完全關閉（不在睡眠或休眠模式）；如若違規，部分國家將可處以罰款。

行動電源及備用鋰電池於航程中全程禁止使用及充電，若行動電源出現過熱或膨脹，須立即通知乘務員處理。

備用鋰電池（包括外置充電器、鹼性乾電池等）規定如下：

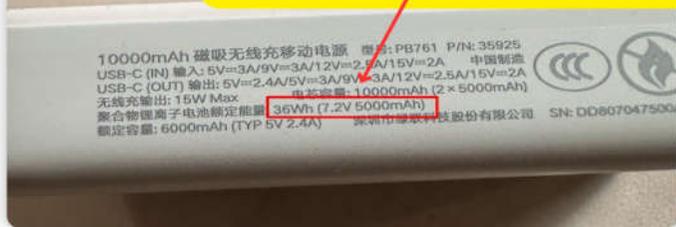
• 任何類型的備用電池必須以手提行李攜帶登機，不可寄艙。

• 備用鋰電池的容量怎麼計算

容量限制(公式「mAh × 電壓 ÷ 1000 = Wh」)

例：一般行動電源：20,000mAh x 電壓 3.7V ÷ 1000 = 74Wh

確保充電器容量單位顯示清晰，如容量單位欠缺表施華字體模糊，均不可攜帶登記

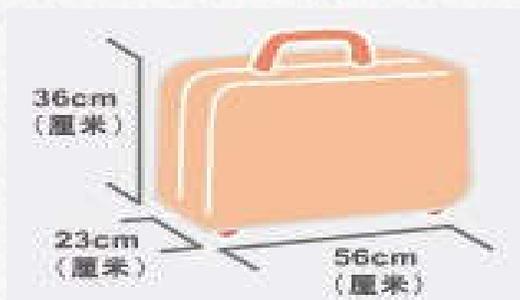


以上所有規定將按各國機場和航空公司最後公佈為準，詳細資料可瀏覽參考相關網頁  
香港民航處 [https://www.cad.gov.hk/chinese/packing\\_tips.html](https://www.cad.gov.hk/chinese/packing_tips.html)  
香港機場管理局 <http://www.hongkongairport.com/chi/passenger/departure/all/airport-security.html>



|                           |                     |
|---------------------------|---------------------|
| 低於 100Wh /<br>2 克鋰容量 (LC) | 可攜帶且無需申報            |
| 100Wh~160Wh               | 需經航空公司事先批准，每人限帶 2 個 |
| 超過 160Wh                  | 禁止攜帶(包括寄艙行李)        |

# 行李須知



## 手提行李

- 1) 每位乘客只可攜帶 壹件 手提行李，體積不大於 45 吋 (22 吋 x 14 吋 x 9 吋 或 56 厘米 x 36 厘米 x 23 厘米)，重量最多七公斤或 15 磅。(包括輪子及把手)
- 2) 除了托運及手提行李限額外, 亦可攜帶 1 件額外小型物品 登機。  
有關物品包括：  
- 小型手袋、手提電腦公事包、小型背包、相機袋或公事包等
- 3) 機場內購買的商品亦會被視作為手提行李。



## 行李限額

- 1) 每人1件託運行李
- 2) 託運行李的總尺寸不得超過 158 厘米重量不可超 23公斤

# 證件須知

## 1. 旅遊證件:

學員必須帶備下列有效旅遊證件，並請確認回鄉証 (須在回港當天仍然生效)

- 1) 香港身份証正本
  - 2) 帶有效護照正本 (旅遊證件須有半年以上有效期及須有足夠之空白頁使用)
- \*\*建議將身份證及所需證件多備一份副本並分別存放，以供緊急時備用\*\***



## 2. 吊牌 :

請把名牌掛於襟前，以作辨認及方便過關。

## 海關出入境須知

|                 |   |
|-----------------|---|
| 摩洛哥<br>海關<br>入境 | <p>【摩洛哥入境】</p> <p>海關條例·所有違禁品·肉類(尤其與豬肉有關之制成品)、生果及有根植物均嚴禁入境。年滿 18 歲以上旅客可免稅攜帶· 200 支香煙、1 公升烈酒。另可攜帶價值 2000 迪拉姆(約美元 200)以內的物品作為禮物。個人攜帶現金總值超過 50,000 迪拉姆(約美元 5000)出入境均須申報。</p>  |
| 香港海<br>關<br>出入境 | <p>香港出境如管有總值 12 萬港元的現金及不記名可轉讓票據海關人員可要求就有關現金類物品作出書面申請。詳情請瀏覽海關網頁 <a href="https://www.customs.gov.hk">https://www.customs.gov.hk</a></p> <p>香港入境·如管有總值 12 萬港元的現金及不記名可轉讓票據需經紅色通道入境向海關人員申報。詳情請瀏覽海關網頁 <a href="https://www.customs.gov.hk">https://www.customs.gov.hk</a> 年滿十八歲·可免稅攜帶 19 枝香煙及洋酒一瓶。</p> <p>本港於 2023 年 2 月 1 日起將大麻二酚 (Cannabidiol·簡稱「CBD」) 列為危險藥物·受《危險藥物條例》管制。任何人進口或管有 CBD 產品均屬違法行為·可被判處罰款及監禁。CBD 會被製成各種商品出售·部份例子包括：護膚品、糖果、朱古力、咖啡粉、茶葉、飲品等。一般而言包裝上有標示「CBD」、「cannabidiol」或「大麻二酚」等字眼·或有大麻葉標誌·旅客外遊不應購買有關產品·以免違法。</p> |

## 摩洛哥旅遊須知

|    |   |
|----|---|
| 貨幣 | <p>摩洛哥貨幣是迪拉姆 Moroccan Dirham。</p> <p>1 美元 = 約 9 迪拉姆 或 1 港元 = 約 1.2 迪拉姆 <b>匯率只供參考，請於出發前向銀行或網上查詢。</b></p> <p>港元在摩洛哥並不適用，請於出發前兌換美元於當地兌換(可在當地機場或酒店兌換)。</p> <p>嘉賓出發前兌換美元時，最好能找換一些較小面額的鈔票，方便零用。</p> <p><b>**而國際信用卡在酒店及商店也可使用，但簽賬時要核對清楚單上的銀碼及貨幣單位。**</b></p> |
| 氣候 | <p>摩洛哥由於幅員廣大，地形差別。主要分地中海氣候及內陸沙漠氣候。天氣常有變化，請各旅客於出發前留意天氣報告或致電天文台熱線 1878200 或 瀏覽天氣網站。</p> <p><b>地中海沿岸氣候 (卡薩布蘭加、拉巴特等) 12 月至 2 月：約 8 - 20°C</b></p> <p><b>內陸沙漠氣候 (歐薩薩、馬拉喀什等) 12 月至 2 月：約 4 - 20°C</b></p>   |
| 衣著 | <p>以輕便舒適為主，由於摩洛哥幅員廣大，沙漠區早晚溫差較大，而且天氣變化莫測，請帶備外衣或禦寒衣物、雨具等，以備不時之需。參觀清真寺較為嚴肅的地方時，必須遵照當地規定，不宜穿著短褲、短裙、露肩、露背或背心之衣服。當地氣候乾燥，敬請帶備護膚品、太陽油、防曬用品等。</p>  |
| 時差 | <p>夏季(五月至十月)比香港慢 7 小時，<b>冬季(十月至四月)則慢 8 小時。</b></p>  |
| 語言 | <p>官方語言為阿拉伯語及柏柏爾語，法語亦十分普遍，於旅遊觀光區可以使用英語溝通</p>  |

|      |   |
|------|---|
| 酒店設施 | 酒店不設牙膏、牙刷、拖鞋等個人衛生用品，請自行帶備。可按個人需要自行帶備風筒，水煲等日用品。請各位嘉賓於出發前先向所使用之供應商查詢詳細服務內容及收費，以便與親友聯絡，<br>(免費 WIFI) <b>溫馨提示:由於公眾 WIFI 容易被黑客入侵，建議自備數據卡</b> |
| 飲用水: | 酒店自來水不宜飲用，可飲用瓶裝礦泉水。酒店與餐廳普遍有瓶裝的礦泉水售賣。  |
| 藥物   | 香港旅遊業監管局建議工作人員不要隨便提供藥物給客人,最好請客人自備必需藥物以策萬全。假如需要長期服用指定藥物，出發前宜先準備足夠分量，以保持健康狀態。若客人於當地感到身體不適,工作人員可協助前往當地醫院求診。                                |
| 旅遊保險 | 旅遊期間如發生任何意外，可會引致龐大醫療費用、財物損失及其他開支。本公司強烈要求閣下購買旅遊綜合保險。而有關各項保障及賠償均依據個別保險公司所列明之賠償細則。   |
| 特色手信 | 摩洛哥堅果油、玫瑰精油、化石、皮革製品、手織地毯、手工藝品、棗、乾果、傳統尖頭便鞋(Babouches)等   |

電壓

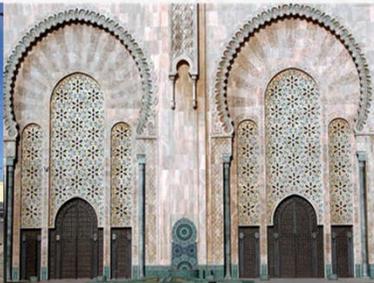
電壓為 220 伏特，而大部份插頭為兩腳圓插(並凹入牆身)



# 摩洛哥旅遊地圖



# 行程安排

|                 |   |  |
|-----------------|---|--|
| Day 1<br>31 Jan | 香港機場集合 ~乘坐法國航空 (AF) 前往卡薩布蘭卡 CASABLANCA (須經巴黎轉機)   |  |
|                 | 集合時間 : 20:10<br>集合地點 : 機場離港大堂 D 航段集合(辦理團體登機手續)<br>出發航班資料 :<br>31JAN AF185 香港~巴黎 (轉機) 起飛 2240 到達 0545+1 天<br>01FEB AF1896 巴黎~卡薩布蘭卡 起飛 0710 到達 1020   | ON PLANE<br>航機上  |
| Day 2<br>01 Feb | 抵達卡薩布蘭卡(穆罕默德五世機場)~哈桑二世清真寺 (Hassan II Mosque) ~ 穆罕默德五世廣場 (Mohamed V Square) ~ 中央市場 (Central Market) ~聯合國廣場( Place des Nations Unies ) ~入住酒店  |  |
|                 | <p>&lt;今日看點&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>【哈桑二世清真寺】</b>，伊斯蘭世界第三大清真寺,建築面積2公頃，長200米，寬100米，屋頂可啟閉，25扇自動門全部由鈦合金鑄成，可抗海水腐蝕，寺內大理石地面常年供暖，是世界上最現代化程度最高的清真寺。</li> <li>◆ <b>【穆罕默德五世廣場】</b>，穆罕默德五世廣場是卡薩布蘭卡城的中心樞紐，其政治地位相當於天安門，但面積卻只有天安門廣場的百分之一，廣場附近還有不少受穆斯林風格和裝飾派藝術影響的政府建築，可以說這裏是感受市井生活和欣賞裝飾派與伊斯蘭結合風格建築的好去處。</li> <li>◆ <b>【聯合國廣場】</b>，是摩洛哥卡薩布蘭卡市中心的一個公共廣場。它一直是卡薩布蘭卡歷史的中心。由法國建築師和城市規劃師亨利·保魯斯於 1915 年設計</li> </ul> <p>早餐：航機上                      午餐：摩洛哥雞肉塔津鍋                      晚餐：海鮮燴飯</p> | 卡薩布蘭卡:<br><br>ODYSSEE<br><br>Boutique<br><br>Hotel<br><br>Casablanca |
|                 | <p>【穆罕默德五世廣場】                      【哈桑二世清真寺】</p>     |  |



**Day 3** 卡薩布蘭卡~前往【拉巴特】(約 1.5 小時車程) ~【烏達亞堡】Kasbah des Oudayas. ~【穆罕默德五世陵寢】Mohamed V Mausoleum ~午餐~前往藍色小鎮【舍夫沙萬】Chaouen (約 4 小時車程) ~酒店

- ◆ **【烏達亞堡】** · 位於摩洛哥首都拉巴特 · 是一座建築在海角上的軍事要塞 · 俯瞰拉巴特市和壯闊的大西洋。
- ◆ **【穆罕默德五世陵寢】** · 位於首都拉巴特的市中心 · 是城市內知名的景點之一 · 修建於 1962 年 · 並於 1971 年竣工完成 · 這裏安葬著現在國王的父親與祖父 · 整個建築由大理石建造 · 具有濃厚的摩洛哥風格與特色。
- ◆ **【哈桑塔】(外觀)** · 哈桑塔是阿爾默哈德王朝於西元 1196 年所建 · 其建於 12 世紀 · 長 183 米 · 款 139 米 · 據說毀於一場災難中 · 從僅存的 312 根大石柱仍可想像昔日的雄偉。

早餐：酒店早餐

午餐：烤魚餐

晚餐：酒店晚餐

舍夫沙萬  
Hôtel ZIRYAB

【烏達亞堡】



【穆罕默德五世陵寢】



【藍色小鎮-舍夫沙萬】



Day 4  
03 Feb

早餐後遊覽藍色小鎮~【舍夫沙萬】Chaouen ~前往【菲斯】Fes (約 4.5 小時車程) ~途中午餐 ~【菲斯古城麥地那】 Fes el Bali ~酒店

- ◆ **【藍色小鎮-舍夫沙萬】** 作為摩洛哥的旅遊勝地，純淨清爽的空氣和似乎永遠為藍色的天空，與錯落有致的阿拉伯城市交相輝映，勾勒出一幅天然的藍色畫卷。
- ◆ **【菲斯古城麥地那】**：參觀被美國著名雜誌 ( Traveler ) 評為全球最浪漫的 10 大城市之一的九世紀的菲斯古城。探訪那裏的中古世紀老城區 ( 1981 年被聯合國教科文組織 UNESCO 列為世界文化遺產 ) 的傳統手工藝著名景觀**【皮革染坊】**。

前往 **【古蘭經學院 Bouanania Medersa】**，  
**【The King Palace 菲斯皇宮】** ( 外觀 )，  
**【Borj Nord Fort 北堡】** ( 外觀 )

**【菲斯古城】**



菲斯  
Across Hotels  
& Spa Fez

早餐：酒店早餐

午餐：摩洛哥塔津鍋

晚餐：摩洛哥的庫斯庫斯 ( Couscous ) 「北非小米飯」

Day 5  
04 Feb

【菲斯】Fes ~ 前往【米德爾特】Midelt (約 3.5 小時車程) ~ 午餐 ~ 前往【梅祖卡】  
Merzouga (約 4 小時車程) ~ 入住沙漠營地

<今日看點>

- ◆ 【米德爾特】中途經過休整，享用午餐。後前往伊爾福德 Erfoud，大型遊覽車必須在此轉乘 4\*4 吉普車進入沙漠，來到可稱為摩洛哥撒哈拉沙漠區之中最美的地方梅祖卡。

早餐：酒店早餐

午餐：特色烤鱒魚

晚餐：營地晚餐



梅祖卡  
Merzouga  
Stays：

沙漠營地  
Royal Oasis  
Camp  
沙漠營地

Day 6  
05 Feb

【梅祖卡】Merzouga -清晨可拍攝沙漠的美景，迎接日出 ~ 酒店早餐後前往【托德拉峽谷】Todra Gorge (約 3 小時車程) ~ 午餐~ 前往【瓦爾紮紮特】Ouarzazate (約 3 小時車程) ~

【阿特拉斯電影製片廠】 Atlas film studio ~ 入住酒店

沙漠營地清晨可拍攝沙漠的美景，迎接日出。酒店早餐後乘車前往瓦爾紮紮特。

<今日看點>

- ◆ 【托德拉峽谷】途徑托德拉峽谷，抵達後享用午餐，午餐後峽谷觀光 ( 遊覽約 30 分鐘 )
- ◆ 【阿特拉斯電影製片廠】阿斯特拉影城建於 1983 年，是北非一家影視基地，佔地 20 公頃。先後有《角鬥士》、《亞曆山大》、《波斯王子》等近百部電影在此拍攝，除了電影實景搭設可供參觀外，另有撒哈拉民俗演出等活動。



早餐：酒店早餐

午餐：肉串餐

晚餐：酒店晚餐

瓦爾紮紮特  
Ouarzazate  
Stays :

Al Baraka des  
Loisirs 或同級





## 酒店資料

酒店： ODYSSEE Boutique Hotel Casablanca

電話： +65 6809 0000

地址： Angle Rue Kamal Mohamed-Avenue Des F.A.R, Casablanca, 20000, Morocco



酒店： Hôtel ZIRYAB

電話： +212 5 39 98 64 88

地址： Av. Ras Elma, Chefchaouen,



### 酒店資料

酒店： Across Hotels & Spa Fez

電話： +212 5 35 94 06 06

地址： 76 Boulevard Chefchaouni, 30000 Fès, Morocco



酒店： Royal Oasis Camp

電話： +212 644 977048

地址： Merzouga, near Ksar Tanamouste, with the postal code 52202



### 酒店資料

酒店： Al Baraka des Loisirs

電話： +212 5 24 88 40 41

地址： 380 Rue Al-Mansour Ad-Dahbi, Ouarzazate 45000



酒店： Hotel Ayoub & Spa

電話： +212 5 35 94 06 06

地址： 76 Boulevard Chefchaouni, 30000 Fès, Morocco



# 膳食篇

在摩洛哥旅行時，飲食是一大文化體驗，但其口味、習慣與衛生標準與亞洲有顯著不同。

以下是為亞洲旅客（特別是東亞及東南亞）整理的重點提點：

## A) 飲食安全與衛生注意事項

### 1. 飲用水：

- 絕對不要直接飲用自來水，即使當地人可能這麼做。請全程飲用瓶裝水，並檢查瓶蓋是否密封。
- 避免在飲料中加冰塊，除非你確定冰塊是用淨水製成的。

### 2. 生食與蔬果：

- 水果務必去皮後食用，如蘋果、梨子等。

### 3. 腸胃藥必備：

即使再注意，飲食改變與香料可能仍會造成輕微不適，請準備腸胃藥。

## B) 飲食禮儀與習慣

### 1. 共享文化：

- 傳統上，塔吉鍋或庫斯庫斯會放在中央，大家用麵包或勺子從自己面前的部分取食。

### 2. 右手進食：

- 若以傳統方式用手吃（如吃庫斯庫斯或蘸醬汁），務必使用右手，左手被視為不潔。

### 3. 接受款待：

- 受邀至當地人家用餐，主人常會不斷勸食，適量接受是禮貌的表現。至少嘗一點薄荷茶是基本禮節。

### 4. 酒精飲料：

- 摩洛哥是穆斯林國家，酒精飲品不普遍。主要在高級酒店、旅遊區餐廳或特定酒類專賣店才能購得。

## C) 口味與亞洲的主要差異

### 1. 香料為王：

- 核心香料為小茴香 ( Cumin )、薑黃 ( Turmeric )、肉桂 ( Cinnamon )、番紅花 ( Saffron )、辣椒粉 ( Paprika )。菜餚常呈現金黃或紅褐色，帶有濃郁複合的香氣，而非亞洲的「麻辣」或「酸辣」。

### 2. 甜鹹交融：

- 許多傳統菜餚會將肉類 ( 如雞肉、羊肉 ) 與水果 ( 李子、杏桃、無花果 ) 或果乾、堅果一起燉煮，形成獨特的甜鹹風味 ( 例如經典的「雞肉佐橄欖與檸檬塔吉鍋」與「羊肉佐李子塔吉鍋」即為對比 )。對亞洲人來說可能需要適應。

### 3. 主食不同：

- 麵包 ( Khobz ) 是每餐必備，用來蘸取醬汁或燉菜，替代了亞洲的米飯角色。
- 庫斯庫斯 ( Couscous ) 是一種極細的粗麥粉，通常作為週五家庭餐或節慶主食，常搭配燉蔬菜與肉類。
- 米飯較少見，若有，通常是作為配菜或特殊菜餚 ( 如「羊肉派」 Pastilla )。

### 4. 醬汁與口感：

- 許多燉菜 ( 塔吉鍋、燉肉 ) 醬汁濃郁，但不如亞洲勾芡明顯，味道主要來自食材本身與香料。
- 酸味常來自醃漬檸檬，這是一種發酵過的檸檬，風味獨特，與新鮮檸檬不同。



塔吉鍋



庫斯庫斯

## D)常見食物與體驗建議

### 1. 必試經典：

- 塔吉鍋 (Tajine)：慢燉鍋料理，匯集肉類、蔬菜與香料。
- 庫斯庫斯 (Couscous)：週五限定，家庭風味。
- 薄荷茶 (Moroccan Tea)：國飲，綠茶加大量薄荷與糖，非常甜，是待客必備。
- Pastilla (羊肉派/鴿子派)：酥皮包裹肉類、杏仁與肉桂糖粉，甜鹹交織的極致體驗。

### 2. 早餐選擇：

- 通常較簡單：麵包、橄欖、多種果醬、奶酪、煎餅 (Baghrir/ Msemen)，搭配薄荷茶或咖啡。

### 3. 甜點警告：

- 當地甜點 (如各式酥皮點心) 極度甜膩，通常搭配不加糖的薄荷茶食用。

### E)給亞洲旅客的實用貼士

總結：在摩洛哥用餐，謹記「熟食熱食、飲用瓶裝水、水果去皮」安全三原則，並對甜鹹交融、香料豐富的口味保持開放心態。享受用手分享食物的樂趣，並以一杯甜滋滋的薄荷茶作為每餐的完美句點。祝你有個美味難忘的摩洛哥之旅！

# 上網數據卡

**1GB 可以做什麼???**  
睇YouTube片，播放720p標準畫質，  
可以播放一小時，用咗700MB，  
再如下300MB，可以用whatsapp  
sent 1500張相出去！

香港通訊事務管理局

流動數據的使用量，通常以GB、MB或kB為量度單位-

- 1GB = 1000 MB
- 1MB = 1000 kB

你需要多少流動數據?

每個消費者所需的流動數據量均會因應他使用互聯網的方式而有所不同。串流影片及音樂和某些網上遊戲，通常會使用較多流動數據，例如觀看一小時標準畫質的串流影片及一小時高畫質的串流影片，分別需要約700MB及3GB的流動數據。另一方面，發送一個沒有附件的電郵所需的數據則較少，大約只需要15kB的流動數據。

下表列出一些網上活動大概所需的流動數據用量參考資料 -

| 活動                 | 流動數據量 ( 只供參考 ) |
|--------------------|----------------|
| 發送一個沒有附件的電郵        | 15 kB          |
| 使用即時通訊流動應用程式發送一張照片 | 200 kB         |
| 於社交媒體上載一篇包含照片的貼文   | 200 kB         |
| 瀏覽一網頁              | 1 MB           |
| 收聽五分鐘普通音質的串流音樂     | 4 MB           |
| 觀看一小時標準畫質的串流影片     | 700 MB         |
| 觀看一小時高畫質的串流影片      | 3 GB           |



## 5G/4G 無限

### 15day/30day

沙特阿拉伯 土耳其 埃及 摩洛哥  
Saudi Arabia Turkey Egypt Morocco

以色列 孟加拉 以色列 巴基斯坦  
Israel Bangladesh Israel Pakistan

### PLUG TO GO

\*隨插即用 免登記 可充值  
\*保留SIM卡可【循環充值】  
全球多國使用



掃描查詢使用/充值

**15日 首5GB 5G/4G  
其後無限  
每張HKD\$100**