

DAY&NIGHT

FREN'S HARINGHANDEL

AMSTERDAM

世 \ 界 \ 名 \ 城 \ 实 \ 用 \ 旅 \ 行 \ 手 \ 册 \ 系 \ 列

阿姆斯特丹

AMSTERDAM

白天 & 夜晚

中国旅游出版社 China Travel & Tourism Press

百地福
petitfute

DAY

白天 & 夜晚

阿姆斯特丹

AMSTERDAM



中国旅游出版社

责任编辑: 孙素菊 王 颖

装帧设计: 赵 芳

责任印刷: 李崇宝

特约审校: 周定国

图书在版编目(CIP)数据

阿姆斯特丹 / (法) 奥齐亚, (法) 德·拉海伊,
(法) 拉布尔代特著; 张岚译. — 北京: 中国旅游出版社, 2004.8
(白天与夜晚)

ISBN 7-5032-2433-9

I. 阿... II. ①奥...②德...③拉...④张...

III. 旅游指南—阿姆斯特丹 IV. K956.39

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 087778 号

著作权合同登记号: 图字 01-2003-6510

版权执有者: 法国百地福多出版社 (EDITION DE PETITFUTE)

中国代表——可蒙 (Fabrice Splinder)

书 名: 白天与夜晚——阿姆斯特丹

作 者: (法) 多米尼克·奥齐亚 斯特凡妮·德·拉海伊
让·保罗·拉布尔代特

译 者: 张 岚

出版发行: 中国旅游出版社

(北京建内大街甲九号 邮编: 100005)

制 版: 北京圣彩虹制版印刷技术有限公司

经 销: 新华书店北京发行所

印 刷: 北京盛通彩色印刷有限公司

版 次: 2004 年 9 月第 1 版

2004 年 9 月第 1 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/32

印 张: 4.875

印 数: 5000 册

字 数: 200 千字

定 价: 26.00 元

版权所有 翻印必究

引言 PREFACE

自由、传统、欢庆、前卫，一切、不可能的一切、可能的一切。阿姆斯特丹就是这么一个奇特的混杂体。当然，还有那里受到上帝眷顾的居民，自由、宽容、酷爱啤酒的人们。

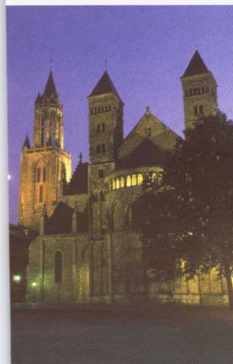
让我们立刻启程去这座光怪陆离的荷兰都市吧，去看那里的违禁药物、千奇百怪的画家、水边的露天茶座、尖顶的音乐厅，还有那个迟迟都不愿来这里居住的华丽的女王。当然，还因为那里肯定不会让您花太多的金钱，也不会让您花冤枉钱。这座城市里到处都有好的去处，您可以怀着十分愉快的心情把这些地方找出来，然后用极低的价格品尝美食饱餐一顿。想尝试阿姆斯特丹，就要接纳它（好了，您是不是开始觉得我有点像鱼贩子了，可我所说的都是有根据的）！

斯特凡妮·德拉艾热





7 光怪陆离的阿姆斯特丹



13 实用信息与交通

25 市区导览

33 住宿指南



49 美味餐饮



购物天堂

71

游览观光指南

91

休闲去处

105

阿姆斯特丹周边好去处

123

重大节日及活动时间

151



白天 & 夜晚



INDE OVDI

光怪陆离的阿姆斯特丹

AMSTERDAM
AMSTERDAM



ESCHIAN

光怪陆离的 阿姆斯特丹

阿姆斯特丹 (AMSTERDAM)

在12世纪它还是水边的一个小村庄，建立在阿姆斯特河旁边，在成为荷兰王国（欧盟成员国，毗邻比利时和德国，面积：41526平方公里；人口：大约1600万，世界第三大人口稠密国。）在成为首都之前，阿姆斯特丹已经走过了漫长的历程。

狮子 (LIONS)

狮子是荷兰首都的武器和象征，身上有3个黑色十字架，两只狮子对面而立。虽说它们的来历模糊，它们的形象却处处可见。至于那些十字架，有人说和十字军有点联系，还有些人说象征着1421年和1452年的大火灾以及1421年那场同样可怕的大洪水，那场洪水让这座刚刚诞生不久的城市遭了殃。但是有谁信呢？而至于狮子，解释也不那么清楚：用作标志的狮子最早出现在15世纪初，但那时它是站立的。阿姆斯特丹武器的最后一个象征——王冠，来历要更

▼ 运河边的房子



清楚些。在阿姆斯特丹的圣迹之后，数量众多的朝圣者被吸引到了这个城市，其中有奥地利国王，就是后来的马克西米连皇帝。1489年，从一场大病中康复后，他特别允许自己的朝圣地——阿姆斯特丹使用他的王冠作为标志。后来他把象征的真实版本（实物）送给了西托伦（Westertoren），目前仍然在阿姆斯特丹。

居住环境 (MILIEU)

在阿姆斯特丹和在荷兰的其他地方一样，对待环境保护政府丝毫不含糊，居民们也遵纪守法，不敢不当回事。垃圾的回收是强制性的。控制不是滴水不漏，但是却没有人敢于违反规定。而且事实上，一切都被安排得井井有条，在每条街道的拐角处都有放玻璃或者废纸的专门垃圾箱。在街区改造之后，政府忘不了加上几个垃圾箱。在街上散步的时候，你见到的环保警车比普通警车要更多。

阿姆斯特丹的圣迹 (MIRACLE D'AMSTERDAM)

圣迹是宗教的事，但哪怕您不信仰，也不妨听听。圣迹和其他更具体的事件一起促进了阿姆斯特丹的发展，使它成为今天的样子；因此，它值得我们在这里稍微解释一下。1345年，一个垂死者把一块圣体饼扔进火里，但是那块饼却没有燃烧；这个消息传开后，朝圣者络绎不绝。于是阿姆斯特丹在西方基

督教领域取得了重要的地位。而此前10年，这里发明出一种大量保存鲱鱼的技术，这又使得昔日的小渔村打开国际贸易大门。

布罗杰三明治(BROODJE)

在荷兰，几乎每顿午饭都离不开它，您应该尝试一下。然而并没有任何异国情调，布罗杰不过是一种三明治，区别仅仅在于它用可口的棕色面包代替了软棍子面包，用咸味的高达老干酪代替了橡胶似的卡门贝干酪和塑料一样的火腿。荷兰式三明治比巴黎式的更好吃、更新颖、更充饥、还更便宜。阿姆斯特丹所有的咖啡馆里的菜谱上都有这种三明治。诀窍就是要找到那些布罗杰味道真正地道、价格合理的餐馆。找找看吧。

啤酒(BIERE) ——第三大宗教

啤酒排在三明治之前、新教和天主教之后，是这个国家的第三大宗教。一个阿姆斯特丹年轻人平均每天能喝3~6杯(33厘升，带有很多的泡沫)。在杰拉德·海内肯(Gerard Heineken，是世界最著名啤酒品牌——喜力啤酒的创始人)的国度里，没有什么能让他们害怕，因为他们有两大法宝：喜力啤酒和阿姆斯特尔河。

运河(CANAUX)

构成了阿姆斯特丹不可抵挡的魅力。最早被开凿的运河中有旧城前护城河(Oudezijds Voorburgwal)。在14世纪，旧城后护城河(Oudezijds

Achterburgwal)在现在的红灯区位置上被开凿，辛厄尔(Singel)的情况也是如此。在15世纪，阿姆斯特丹人开始对运河进行加固；17世纪，在城市化的过程中，人口的爆炸使城市往外扩建。就是在这个时代开凿了绅士运河(Herengracht)、皇帝运河(Keizersgracht)、王子运河(Prinsengracht)，沿着这三大运河居住着这个城市里最富的人们，他们沿河修建了许多豪华的住宅。环绕着新居民区的辛厄尔运河(Singelgracht)也是挖掘于这一时期。19世纪，出现了新的人口发展和少量的人口回流。为了方便到达中央车站，新城前护城河(Nieuwezijds Voorburgwal)及丹拉克河(Damrak)的一部分就被填平了。今天，运河几乎已经失去了商业用途，但是它们促进了旅游业的良性发展。在这个居住面积奇缺的国家(阿姆斯特丹有3000个船屋，但是市政府为了保护环境和历史遗产而采取措施进行限制)，它们还提供了优良的可居住空间。这些漂浮的住房以及贵族住宅和船仓，成为在运河旅游中的一道迷人的风景。欲进一步了解荷兰的运河和排水系统，请看“博物馆”一栏。

▼ 游船





足球

足球在荷兰应该与啤酒并列排在国民爱好排行榜的第三名。无论您是球迷与否，来到这里的土地上都不应该对阿贾克斯毫无所知，它是这个城市的俱乐部，非常棒的俱乐部（要一直这么说），它获得过 30 多个国内冠军。

同性恋

阿姆斯特丹也被称为“玫瑰之城”。在这里，同性恋们把生活看作玫瑰色。总是超前宽容的荷兰政府已经允许他们结婚、领养以及获得世界其他地方同性恋们还在为之斗争的其他诸多权利。结果是，阿姆斯特丹成为世界上最具有活力的同性恋之城。不那么有趣却是必须知道的一点：阿姆斯特丹是为纪念第二次世界大战以及其他时代对同性恋的迫害而树立纪念碑的惟一城市。



小知识

“达赫”（DAG）或
“杜伊”（DOEI）

两者都可以被“德马泽尔”（de mazzel）代替，（意思是“好运”之类，仅仅在年轻人、熟人之间使用）替代，这是一种非常城市化、非常阿姆斯特丹化、非常年轻化的说法。因此它们是在商店里相遇或者朋友之间说“再见”的不同方式，而前者还有“你好”的意思……荷兰语就是这样。

汉斯·布林克 (HANS BRINKER)

下一次您的孩子或者小弟弟（对侄子、侄女和其他被您照看的孩子也同样奏效）不想做作业的时候，您就给他讲汉斯·布林克的故事。汉斯·布林克，一个 8 岁的小不点儿，他住在阿姆斯特丹郊区的哈勒姆市，是他把荷兰从 14 世纪的一次洪水中拯救出来。发现堤坝中有一个洞后，他凭着勇气、顶着寒冷和疲惫，用手指把这个洞堵了整整一晚上。他就这样拯救了他的国家，成为了传说中的英雄。

刺柏子酒（JENEVER）

荷兰的杜松子酒，其实是刺柏子烧酒。装在高大而沉重的粗陶瓶里，无论是新出的还是陈年的，品尝刺柏子酒都像掉了舌头一样辣。话虽如此，即使事先得到了警告，每个人都还是想尝尝滋味如何。在阿姆斯特丹有一些酒吧专门让人品尝这种酒。最厉害的人喜欢拿啤酒和这种烧酒掺着喝。这叫“科普斯托特”（kopstoot），没错，您准会钻到桌子底下，非常有趣。

咖啡（KOFFIE）

咖啡不仅是饮料，喝咖啡要有传统的程序，有点像古代日本的茶道，不过没那么复杂。首先，在咖啡馆、酒吧、餐馆里喝咖啡要用大杯子，如在家里则用木杯子喝；在这里，咖啡应当是有品味的。其次，一家像样的咖啡馆或者饭店所提供的这种高级饮品应该

伴有下列物品：方糖或粒糖（无论您加不加，这不是问题）、一个加糖的勺子、咖啡牛奶（粒状的精炼牛奶），以及一块小点心（koekje，通常是比利时冰糖饼干）。最后，虽然说喝咖啡可以在任何时候，但最佳时间还是在夜幕降临之时，嚼着饼干喝。

“尼德维特” (NEDERWIET)

“尼德维特”是一种荷兰土地出产的用来抽烟的草。大部分的咖啡馆，出售来自世界各地的产品，在它们的目录里就推荐这本地仅有的烟草。

早餐 (ONTBIJT)

早餐是一天最重要的一顿饭，它要提供一天活动所需要的尽可能多的能量……这一教训荷兰人记得非常清楚。这种饮食和文化的习惯并非阿姆斯特丹独有，但是您在这里却可以清楚地感觉到它的存在。有两种早餐是为人所知的，全干酪的早餐是大家的传统早餐；另一种是孩子的早餐。前者是由面包组成的，褐色面包、全麦面包、粗粮面包……吃饭的人把切得很细的豪达干酪片放在上面，再加上肉或肉制品就做成了，但是这并非一成不变。当然，还要有咖啡来佐餐，而喜欢喝茶的人就装作没看见就是了。在周末，羊角面包代用品会出现在饭桌上，但好看却不一定好吃。另一种早餐，也就是孩子的早餐，糖的含量可以达到“欧洲大陆”的味道。面包仍然是大明星，但这次它可以抹上黄油了（供选择）或者撒上“hagelslag”，



小知识

“赫泽勒” (Gezellig)

如果说有一个荷兰语单词需要学习的话，就是这个。绝对是基础的、文化的和日常的，它是一切社交的基础。它的使用无处不在，当用来说某个地方、某个装饰或者氛围时，可以被翻译为“热情的”。例如，当被您邀请去餐馆的那位美丽的荷兰女郎一进餐馆就惊呼“oh wat gezellig”时，就是说“很好，您眼光真好。”同样，在一个晚会、一个会面或者晚饭之后，当地人在离开您的时候会说“het was erg gezellig”，意思就是说“实在太棒了。”简言之，只要一听到“赫泽勒”，您就微笑吧，成功了。

这是一种巧克力粉条，而在其他地方只用来装饰蛋糕。

抽烟 (ROKEN)

这是本地居民惟一违背他们天然而运动的生活方式之处。可以在公共场合（餐馆、电影院、某些商店、理发店）抽烟，在餐馆和咖啡馆里没有无烟区，因此在这些地方总是烟雾腾腾的。面对这么多宽容，那些本来就为数不多的美国抽烟游客肯定要幸福得发疯，



▲ 栖息的天鹅



▲ 农民和他的自行车

不抽烟的人也不觉得难受，大家相安无事（我们没有荷兰人得肺癌的确切数字）。

宽容 (TOLERANCE)

荷兰人和阿姆斯特丹人长久以来就以宽容而闻名（荷兰是自由哲学的王国）。在国家和政府的层次，具体结果如下：对同性恋人群和一般的“少数群体”的承认，或对卖淫的制度化。在地方（阿姆斯特丹）和日常的层次上，比如：可以长得矮小、肥胖甚至丑陋不堪，这对你融入群体构不成大问题；把音乐开到最大、在阳台上裸体行走、住在四楼上也可以跺脚，您有权力这么做，条件也是让邻居做同样的事情。您可以是一个女孩（甚至年轻而且漂亮），您可以穿上裙子，您还可以在公园里拿上本书来读，而不必担心在10分钟内有3个小伙子上来搭讪。

烟花 (VUURWERK)

阿姆斯特丹人对烟花很疯狂，并且无处不放烟花，以至于政府不得不下令

禁止，只有在新年时才可以燃放。于是新年时，首都的大街小巷里到处都热闹非凡。无需到市中心就可以参加官方的欢庆，如果仅仅只想看一下，只需走出饭店大门就可以了。所有的居民大概都已经在节日前就储备好了“武器弹药”，都来到街上，“放火”阿姆斯特丹。耳听是虚，眼见为实。

自行车(VELO)



在阿姆斯特丹骑自行车，就是入乡随俗，就是环保，就是省钱，就是舒适。骑起来还很容易，因为这座城市非常平坦，而且还可以讨女孩子喜欢(是吗?)。

船屋 (WOONBOOTEN)

这是二战后由于住房危机而发展起来的。极其舒适，因此被竞相效仿。在阿姆斯特丹有将近3000个船屋。其中有一艘变成了博物馆，游人可以饱览船上生活细节。好处：新颖、舒适、自然；坏处：有患幽闭恐惧症的危险，会排放到运河里垃圾，用炉子取暖。

▼ 阿姆斯特丹运河边的房子



实用信息 与交通

AMSTERDAM



实用信息

阿姆斯特丹既不是亚马孙丛林也不是北极地带，文化冲突在这里不是特别明显。因此不需要带上全套的救生设备，但是读读下面的一点建议大概对您有所帮助。

货币

换汇

下面的换汇地址可能比较可靠，汇率也合情合理。

波特换汇所 (POTT CHANGE)

◆地址：丹拉克 95 号

Damrak 95

☎：020 626 32 58

开放时间：周一至周六 08:00~20:00，周日 09:00~20:00。一般来说，这里的交易是整座城市最好的。对现金和旅行

支票(欧洲)不收取手续费。其他营业所：伦勃朗广场 10 号 (Rembrandtplein 10)。

托马斯·库克 (THOMAS COOK)

◆地址：丹拉克 1 号

Damrak 1

☎：020 620 32 36

对旅行支票没有手续费，但对现金收取手续费。其他营业所：丹街 23~25 号 (Dam 23 - 25)。

银行 (GWK)

◆地址：中央车站

Central Station

☎：020 627 27 31

24小时营业。对现金收取4.5%的手续费。其他营业所：斯希普霍尔机场 (Schiphol, 24小时营业) 和莱登广场223号 (每天 08:00~24:00)。在这里硬币也可以兑换，这是一个特例。

气候

阿姆斯特丹不是夏威夷，这很明显；但也不是西伯利亚，不能太夸张。气候是温和的，有时好 (阳光明媚、晴空万里) 有时坏 (刮风、下雨)。无风的日子比沙漠里的雨水都少。

商店营业时间

各家商店的确切营业时间不尽相同，但是一般而言，周一从 13:00~18:00 (在市区从 09:00~10:00 左右开始营业)，

在阿姆斯特丹，几乎到处都用现金付款 (大部分餐馆和咖啡馆都不接受信用卡)。出发前别忘了准备些现金啊！

对骑自行车者的建议

夏天防晒霜和太阳镜十分必要，在冬天手套和围巾也不可少。

周二到周五从 09:00~18:00, 周四营业到 21:00, 周六从 09:00~17:00; 在市内, 商店在节日不再遵守这一规则, 而是从 10:00 营业到 17:00 左右。大多数餐馆午餐时不开门, 而是从 17:00 开始营业; 餐馆关门也很早, 22:00、22:30 就打烩。

旅游信息



旅游咨询中心 (VVV) 兼官方和私人的旅游管理机构。主要办事处位于中央车站的出口的左边。在夏天, 你就等着长时间地排队吧。请尽早试试旅游咨询中心办事处吧, 它位于车站内, 2 号站台上或者莱顿广场 1 号 (在市中心, 阿姆斯特丹旅游的首要地点)。营业时间通常为每星期中的 6~7 天, 从 09:00~18:00 点, 但夏天营业到 21:00。工作人员很热情、耐心, 几乎会回答所有的问题。在其众多的手册之中, 旅游咨询中心出版了有关阿姆斯特丹市区观光的袖珍旅游手册, 这些册子针对那些历史和建筑的爱好者, 对于团队则不适合。也有一个中央电话号码, 0900 400 4040 (周一至周五 09:00~17:00), 但每分钟话费为

0.45 欧元, 而且有时还让人久等。爱上网的人可以上 www.vvv.nl, 上边提供了旅游咨询中心各个营业点的详细地址及网址, 提供一个实用的饭店及文化的 (博物馆) 搜索工具。全部都是 24 小时开放, 免费使用, 无需等待。

报纸



一进入市中心, 就不难找到外国报刊。所有的报摊上都有那些主要的国际报纸, 有些报摊还有某些杂志。下面所列商店有最多的选择。

布鲁纳 (BRUNA)

◆地址: 莱顿街 89~93 号

Leidsestraat 89-93

☎: 020 622 05 78

营业时间: 09:00~21:30。经营所有日报和许多外国杂志; 但遗憾的是排列得很差。为了寻找自己喜欢的那本女性杂志, 我足足花了半个小时, 才在一本德国音乐杂志和一份西班牙新闻杂志之间找到。

常用电话号码

信用卡丢失 / 被盗

Amex 卡

电话: 504 85 04

欧洲卡 / 万事达卡

电话: 030 283 55 55

Visa 卡

电话: 660 06 11

对方付费电话

电话: 0800 0410

公共交通信息

电话: 0900 9292

出租车

电话: 020 677 77 77

SOS 急救

电话: 0900 503 20 42

急事 (警察, 救护车, 火灾)

电话: 112

书店 (THE BOOKSHOP)

◆地址: 莱顿街 106~108 号

Leidsestraat 106-108

☎: 020 624 00 02

营业时间: 09:00~20:00左右, 周六到21:00。这里有最多的女性杂志。各种书刊按照国家排列, 因此很方便查找。

雅典娜书店

(ATHENAEUM NIEUWSCENTRUM)

◆地址: 斯珀伊 14-16 号

Spui 14-16

☎: 020 624 29 72

www.athenaeum.nl

营业时间: 周一至周六从 08:00~21:00, 周日从 10:00~18:00。位于一个阳光灿烂的小广场上。因此走出该店就可以找到一个长凳安安静静读自己的杂志。生活难道不是美好的吗? 这家地理位置优越的书店可谓琳琅满目。但法语书籍却屈指可数。

节 日

1月1日(元旦)、圣周五(goede vrijdag)、4月30日的女王日(koninginnedag, 前女王的生日)、耶稣升天节(hemelvaartsdag)、周日和周一的圣灵降临节、圣诞节(12月25、26日)

夜间商店



仅仅为紧急情况才去(例如, 要买啤酒), 因为价格是日间的两倍。主要的夜间商店有:

“米尼翁”(MIGNON)

◆地址: 费泽尔街 127 号

Vijzelstraat 127

☎: 020 626 90 69

营业时间: 周一至周五从 16:00~01:00、周六从 13:00~01:00、周日从 18:00~01:00。售货员很热情, 货物对于一家夜间商店可谓丰富。

“阿冯德市场”(AVONDMARET)

◆地址: de Wittenkade 94~96

☎: 020 686 49 19

营业时间: 16:00~01:00。价格最合理、商品最多。

斯泰克 (STERK)

◆地址: 滑铁卢广场

Waterlooplein

营业时间: 16:00~01:00。经营快餐、沙拉、干酪和饮料。

邮 局



邮票在邮局、烟草店、报摊以及超市(在款台或在靠近入口的烟草柜台)可买到。如果您把信件直接放到邮筒(红色)里, 注意: 右边的投信口是国内信件, 左边的才是国际信件。想知道关于荷兰邮局的更多信息, 请打 0800 04 117 (免费) 顾客服务处。

中央邮局

◆地址: 辛厄尔街 250 号

Singel 250

☎: 020 556 33 11

营业时间: 周一至周五 08:00~18:00, 周四营业到 21:00, 周六从 10:00~10:30。中央邮局(以及许多行政部门、服务商店及中央车站的国际窗口)的服务方法: 在主要入口的左边取一张号码票。乖乖地等