

美食、衣著與消費篇

企管四 黃聖傑

歐洲的物價很高，通常外出吃一餐都要台幣四五百塊以上，所以交換學生必備技能之一就是上超市買食材然後自己煮飯。如果原本不會煮飯也不用太擔心，因為許多人都是來到這邊才自己摸索，基本上照著網路上的食譜做，應該都不會有太大的問題。超市的部分，在葛洛寧恩有幾間比較大的超市如 AH，LIDL，JUMBO，價格的話是 AH 高於 JUMBO 高於 LIDL。另外也有一間亞洲超市叫做東方行可以買到很多亞洲食材、泡麵、米、煮飯用的電子鍋等等。如果對自己的廚藝比較沒有把握的話，可以從台灣帶一些方便料理的咖哩塊、湯包等等，可以在一開始還不熟悉上超市買食材前，簡單的做一些能填飽肚子的料理。除了連鎖超市外，市中心有魚市場 Vismarkt，可以買到新鮮的食材包含蔬菜水果、魚和各種肉類。魚市場也有賣一些現做的荷蘭特色小吃，如荷蘭餅、生的鯡魚及炸魚薯條等。

衣著方面，我是在下學期來到荷蘭，因此一到這邊的時候天氣就十分的冷，大概都是零度左右，偶爾還會下雪，如果本身是比較怕冷的人，建議可以多帶一些比較貼身保暖的衣服，如發熱衣和發熱褲，並且帶幾件厚的棉 T 或帽 T，以及最重要的，會陪伴你度過整個冬天的羽絨衣。羽絨衣可以在台灣就先買好一點的，能防風防雨的厚外套。除此之外，也不要忘了戴圍巾和手套，因為在荷蘭常常下

雨天還必須騎腳踏車，如果不戴手套的話會非常的冷！比較麻煩的是，除了厚衣服，下學期來交換的同學也要帶一些短袖短褲，因為歐洲的夏天雖然不會比台灣熱，但也會到 27、28 度左右，因此如果沒有打算大量購物的話，可以先把短袖短褲都放進行李箱。

有關於消費，一開始到葛洛寧恩，學校就會協助在 ING 開戶。有了 ING 的卡，你可以在日常生活中使用它來消費，因為幾乎全荷蘭的商店都是可以刷的，因此出門都不太需要帶現金在身上。另外，這張卡也可以在歐洲各國有刷卡機的商店消費，非常方便！比較需要注意的是，因為到其他國家玩需要訂機票或者青年旅社，這種需要線上刷卡的消費方式是不能用 ING 刷的。所以一定一定要從台灣帶一張信用卡來荷蘭，不然到時候出去玩就會非常麻煩！

