

電子報四：品牌推薦、酒文化

保養品：

波蘭的天氣很乾冷，這裡的水據說很容易斷髮，我確實也有覺得髮質變乾變脆弱，所以重視頭髮的記得多購入護髮產品，有在波蘭生活的台灣學姊推薦髮油跟冬天的時候要擦身體油，波蘭的日用品相當便宜，購買上最大的挑戰就是不知道瓶瓶罐罐的功能是什麼，因為全部都是密密麻麻的波蘭文。建議大家剛到波蘭的頭幾天可以規劃一兩個小時查字典買洗髮精化妝水等等的產品。

波蘭最有名的保養品牌就是 Ziaja 了（念作加雅，台灣叫做齊葉雅），在去波蘭之前就知道有這個牌子，也知道台灣跟波蘭的價差很大，剛剛一查台灣跟波蘭同產品的價差更是被嚇了一跳。例如蘆薈面霜，台灣賣 580 元波蘭竟然只賣 5 茲（台幣約 40 元），當初去的時候買一桌瓶瓶罐罐大概 650 台幣而已。



據波蘭友人們說，波蘭的保養品幾乎都講究天然，懶得多加什麼化學物質，所以大家可以安心地用。（但右四那瓶藍綠色的化妝水我與其他亞洲友人不建議買，好像跟亞洲膚質不合，會長痘痘），波蘭的面膜蠻多都是一袋袋的乳液面膜，用塗的十五分鐘後洗掉，一小包可以用個兩次沒問題，才兩茲。

酒文化：

雖然去之前就有聽說，但波蘭的酒文化真的讓人大開眼界，每天幾乎午晚餐都會喝酒，乾杯的時候還會說 Na zdrowie，意思是 on health 的意思，真的是很健康的飲酒觀念。波蘭的啤酒伏特加都很便宜，喝酒除了心情好以外，也是社交生活很重要的一部份，據說波蘭人要成為親近的朋友就要一起喝醉酒個幾次（有點像韓國），出去喝酒的時候都會一次跑好幾家店，有名的連鎖學生酒吧像是 Bania Luka 跟 Pijalnia Wódki i Piwa 都是相當便宜的熱門學生聚會場所，各大城市都有，也是跟其他交換生促進感情、文化交流的好方法。



圖片來源 google

去的話一定要試試看波蘭有名的各式口味伏特加 Soplica (在波蘭 500ml 不到 200 塊，台灣 540 塊)、monte、野牛草伏特加配蘋果汁，還有便宜到不行的啤酒，喜歡酒的朋友的朋友不要錯過了。



圖片來源 Google