

## 生活篇

初到阿姆斯特丹，最重要的事情就是照顧好自己。以下整理了實用的店家資訊：

### ● AH

AH 是最常去的超市，記得要跟收銀員拿 **bonus card**，這樣才會有折扣，或者結帳時要說折扣之類的，不然有些店員不會主動幫你打折，平常會吃的青菜水果肉類和一些日用品都可以買得到。必買：優格、牛奶、各種奶製品都要吃一遍、藍莓、荷蘭餅(我都是買紙盒子裝的那款)、酪梨  
還有另一家超市叫 JUMBO 比較不常見，會比 AH 便宜一點點。

### ● Lidl

Lidl 是大型賣場，他是德國的超市，商品跟 AH 賣的不太一樣也比較便宜，通常位於比較不熱鬧的地方，我都是在考試時會特別注意考場附近有沒有 Lidl，因為考場通常都很偏僻，如果發現附近有 Lidl 可以順便去晃晃！JWS 校區附近有一家，若不幸在那裡上課的話，Lidl 會是你的小確幸。

### ● 東方行

這間是我最常去的亞洲超市，它的蔬菜看起來比較新鮮，一開始不太會煮菜時覺得東方行沒什麼好買的，但自從開始精進廚藝後，每次去東方行都買到差點提不回宿舍。必買：豆腐、菇類、咖哩塊、味噌。如果沒有帶電鍋但又想買電鍋可以到亞洲超市購買。

### ● Etos、Kruidvat

這兩家類似台灣的屈臣氏，常有買一送一的活動，可以趁機買盥洗用品、乳液囤貨。(OP=OP 是買一送一的意思= 2e Gratis 是第二件免費)

### ● Sostrene Grene

是家賣日用品的商店，在熱鬧的購物街上，外觀看起來很有質感，但是一點都不貴，可以先逛完這家店後，再去別家店尋找沒買到的東西。可以買小鏡子、馬克杯、砧板、毛巾等等。

### ● HEMA

可以買到文具、日用品、保鮮盒和價格合理的鍋碗瓢盆。

### ● BLOKKER

與 HEMA 類似，但多了大型的日用品，室內曬衣架可以在這裡買。