

生活電子報-3：實用生活資訊

平常生活所需像餐廳、衣服、娛樂基本上都在市中心，離 Aston 約 10 分鐘路程，bullring 再走遠一點有個 China town，那區也有一些餐廳、超市可供選擇。以下我大概介紹平常生活上最常去的店：

超市類：Sainsbury local、Sainsbury、Tesco、Tesco Express、co-operative

Sainsbury local 和 Tesco Express 像是台灣的 7-11 隨處可見(學校裡面有 Tesco Express，市中心有 Sainsbury local)，販賣簡單的食物和日常生活用品，Sainsbury 和 Tesco 也有自己比較大型的購物商場，類似台灣的大潤發，價格應該是沒有比小家的貴，但選擇性多很多，在 bullring 附近有一家大型的 TESCO。Sainsbury 和 Tesco 這兩家超市的商品價格我覺得差不多，雖然網路上有人說 Sainsbury 便宜，但我自己是看不出來。Co-operative 是另一家大型連鎖超市，在市中心沒有，但在我住宿的附近有一家，去其他城市旅遊時也常常可看到，食材比 Sainsbury 和 Tesco 便宜一些，從住宿走到 co-operative 大約 20 分鐘。

雜物類：poundland、B&M、saver

這裡的超市大多只有販賣食物和廚房相關用品，其他超市沒有的東西可以去市中心的 poundland 和 B&M、和露天超市附近的 savor 找，尤其 B&M 有很多便宜的大包裝零食很划算。

藥妝類：boot

Boot 是像隨處可見的連鎖藥妝店，有賣女生的化妝品、沐浴等等日用品(就是英國版本的屈臣氏)。

食

在這裡我很少進餐廳吃飯，進餐廳一般大概都要 5 鎊以上，速食類 3、4 鎊，而且英國最 local 的食物就是 fish&chips (炸魚和薯條)，整體而言這裡的食物我自己不是吃得很習慣且又貴，我大多還是自己煮或去 TESCO 買三明治(我住的地方房東有提供各種廚房用具)。午餐的話學校 main building 有學生餐廳，再走裡面一點也有一家咖啡廳，賣的食物大同小異，都是些炸物、西式餐點和咖啡，但我自己覺得又貴又不怎麼好吃，咖啡的話這裡人手一杯 costa，但以台灣的物價來看和一杯 starbucks 差不多貴，我覺得若要省錢可以用保溫效果好的保溫杯，自己泡好咖啡帶出門，因為在英國或歐洲國家，出外幾乎找不到熱開水，餐廳會提供免費的 drinking water，但都是水龍頭的水(平常打開水龍頭的水就可以喝)，喝不習慣的人可以自備濾水壺。

衣

我 9 月中去的時候天氣已經蠻冷的，帶的短袖和薄長袖(很薄的那種)完全用不上，不過在宿舍裡冬天暖氣開很強，還是有機會用到。平常穿衣洋蔥式的穿法最有效(多穿但不要太厚)，建議可以多帶不同厚度的外套，還有保暖用具(毛帽、手套、厚襪子、棉口罩...)要帶齊全，歐洲的冬天比台灣的冷好幾倍，要做好保暖措施。另外，我去的季節很常下雨，多是下 5~10 分鐘就停的那種，有些人乾脆不撐傘直接帶帽子，所以除了雨具還可以帶連帽防潑水外套、防潑水鞋。

住

只交換半年的學生是不能申請學校宿舍的，Aston 當年度交換學生社團(學校會提供網址)可能會有人在揪團一起找住宿，還有 Aston 會提供住房網站，包括所有和學校合作的住宿，不過聽說不是很多屋主願意提供短期租約。我是住在先前學姊住的地方，是在伯明罕的近郊，離市中心大約有 20 分鐘的車程(要買公車卡)，一方面是懶得自己找住宿，一方面找可信任的屋主，對於女生而言安全也比較有保障。在我住的住宅區中我是唯一的華人，我一開始覺得很不習慣，但其實也沒有不安全，因為印度人並不會真的對你怎麼樣。中國人大多住在市中心，但市中心的房價貴很多，不過生活機能很好完全用不到公車，china town 也有一些住宿可以去詢問。另外，英國冬天大概 3,4 點天色就變暗，可以考量一下自己的生活型態選擇住宿地點。

行

生活最常用到的交通工具是公車，從我住的地方到學校要買一學期的公車卡(160 鎊)，不然公車很貴，單趟 2.4 鎊、一日票 4.6 鎊，公車卡是所有當地的公車路線都可以用，還有可以下載 West midlands app 查公車時刻表，因為這裡的公車沒有像台北那麼頻繁，尤其住宿到學校只有一班公車可以到(65 號公車)，最好查好時間再出門。