

這裡主要討論飲食、購物、電信、銀行及交通。

一、飲食

波蘭物價不高，外食的話一餐約 200 台幣左右就可以吃到一個主餐，如果自己煮可以超級省錢，封城期間我每天自己煮，一個月菜錢才四五千，而且還包含我亂買的一堆零食。

波蘭的飲食習慣跟台灣很不一樣，但華沙市區有很多亞洲餐廳，所以不用擔心吃不到想念的料理。如果想自己煮台灣菜，亞洲超市是好選擇，但市區的亞洲超市通常規模不大，有些甚至不會出現在 Google map 上，也可以去 Zlote tarasy 的 Carrefour，有亞洲醬料如白醋、龜甲萬醬油、泰式甜辣醬等，也有米和白麵。

波蘭的奶製品、雞肉很便宜，但是海鮮就很貴、看起來也不太好吃；想吃水果的話，蘋果是最常見的選擇，香蕉、奇異果、橘子也不貴，到了夏天各種莓類會變得超便宜，也有西瓜、鳳梨、芒果等熱帶水果；我個人比較不習慣的是葉菜類選擇不多，而且價格比較貴，雖然馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥都超便宜，但是沒有綠色蔬菜就覺得怪怪的。

二、購物與超市

如果住在華沙市區，有很多購物的選擇，最有名的超市應該是 Bierdonka 小瓢蟲超市，在 centrum 附近有滿多間分店，價格也不會很貴，是我最常去買生活用品的地方；另外也有大型商場如市中心的 zlote tarasy，西邊的 blue city(有 ikea)，北邊的 arkadia，地下室都有 carrefour 或其他大型超市可以逛，電器的話可在大型商場裡面的 media kart(紅白招牌)購買。

Rossmann 是德國品牌，類似台灣的寶雅、屈臣氏，在市區也是隨處可見。便利商店最常見的則是 zabka(綠色招牌)，也有小間的 carrefour express 可選擇。

三、電信選擇

波蘭有幾間比較大的電信公司：Orange(橘色)、Play(紫色)、Plus(綠色)，出境後在便利商店櫃台後就可以買到 sim 卡，我是買 "Plus" 第一個月 30GB、之後要定期儲值的方案，在便利商店 zabka 或網路上就可以儲值，但是強烈建議買其他間公司的，因為 Plus 的 app 沒有英文介面！跨國網路的話之前朋友推薦 vodafone(西班牙公司)，但我沒有用過，想了解的話可以去查查看。

四、銀行帳戶

(一) 實體銀行

常見的銀行有 Millennium、PKO、ING、Santander 等等，Kozminski 裡面有 Santander 的辦公室，Orientation 時會有人去宣傳、鼓勵你開帳戶。因為住處離 Millennium 比較近，我選擇辦這家的帳戶。它有學生帳戶的選擇，除了波幣之外也可以再開歐元帳戶。

Millennium 開帳戶步驟：先找附近的分行，上網預約開戶，沒多久就會接到行員的電話，跟你確認是否要開戶。沒記錯的話只要帶護照、學生證就可以開戶，開戶過程很快，大概等一兩週後收到郵寄的實體卡片。如果要歐元存提款要去分行才能辦理，波幣部分一般提款機就可以，不收手續費(但不知道為什麼我後面兩個月有被收帳戶管理費，沒有很多就懶得處理了)。

這間銀行的 app 滿簡潔的，開戶時行員也會指導你如何使用，開帳戶手續也簡單到不行，帶著護照去分行辦理，15 分鐘就可以解決，當日 30 天後帳戶會自動關閉，關閉日前都可以正常使用。

(二) 網銀

另外想介紹一家網銀 revolut，下載 app、填完資訊後等幾週就可以收到實體卡片。存錢進去有幾種方式可以選擇：一般轉帳、手機支付、刷信用卡或金融卡，但如果是直接刷台灣的卡會收另外收大約 1.5% 的手續費！在波蘭幾乎所有商店都可以刷卡，網銀方便的地方是可以隨意開不同幣別的帳戶，舉例來說，我開了歐元帳戶，去歐元區就可以直接用這張卡刷歐元，平時也可以直接用 app 換匯。

五、交通

(一) 實用工具

Google map 是好用的工具，但僅限大城市，有些城市無法透過 google map 查大眾運輸資訊(像是到目的地的公車路線)，當地學生推薦應用程式 Jakdojade。跨國交通的話除了基本的 skyscanner、各家公司的 app，也可以下載 Omio，建議多方比較、參考。

(二) 境內交通

1. 華沙市區交通

華沙的大眾運輸系統非常方便，分為 zone 1 和 zone 2，買 zone 1 的票就可以了(這半年我應該沒去過 zone 2)，市區有 2 條地鐵、數條電車及公車路線，幾乎靠電車就可以抵達所有想到的地方。在路邊的 kiosk、地鐵站、電車或公車上都可以買到車票，有時車站旁也會有紅色售票機(上面寫"bilet")，但有些

車上的售票機只接受刷卡付費，這部分要注意。波蘭的票是以時間計算的，分為 20 分鐘及 70 分鐘，需要先查好到目的地需要多久時間，在依據所需時間買車票，在時間內可以自由換車，地鐵、電車、公車都可以搭。

除了單次票，也有三日票、月票、三個月票等各種選擇，所有票種都有學生折扣(半價)，90 天的學生票只要 140pln，超級便宜！拿到當地學生證就可以買學生月票了，記得買完月票第一次搭車要找到車上的打票機過卡，學生票才會被啟用；如果是買紙本票，上車一定要打票，就算有買票但忘記打票也會被視為逃票，我遇過滿多次查票的。

2. 市區的其他交通選擇- 腳踏車、電動滑板車

華沙的租賃腳踏車系統叫做 Veturilo，每年三月到十月間開放使用，租金是 20 分鐘內免費、20-60 分鐘 1pln，下載 app、註冊完帳號之後即可租借，使用前要先儲值 10pln。有一點要注意的是，註冊時要輸入” pesel number”，但通常交換學生不會申請這個號碼(有點類似在波蘭的身分證字號)，所以要另外寄信給客服說自己是外國人，請客服幫忙開通帳號。

另一個選擇是 scooter(電動滑板車)，lime 是其中比較常見的公司，一樣是下載 app、綁信用卡，據說滿有趣的，但時速不低，騎乘時要注意安全。

3. 波蘭國鐵

波蘭的火車事先買可能會比較便宜，Google 搜尋 PKP 就可找到購票網站，跟台灣的火車一樣，有類似自強、莒光、區間車的選擇，所有車種的二等車廂(普通車廂)都可以選擇學生優惠，驗票時須出示波蘭的學生證，會有 51%的折扣！在網路上購買可選擇是否要靠窗、廂式車廂(一個小房間八人座)或一般列車旅遊，基本上一定會驗票，所以不要心存僥倖逃票。

(三) 跨國巴士

Flix bus / Lux express

如果要在歐洲旅遊，跨國巴士對於學生來說是一個不錯的選擇，價格便宜、班次選擇多，Flix bus 應該是最有名的一家巴士公司，車身是綠色的、非常好認，可以下載 Flix bus 的 app，直接透過 app 訂票、查詢車子動態，華沙的乘車點在華沙西站。如果旅遊目的地是波海三小國，Lux express 也是熱門的選擇，舒適程度跟價格都比 Flix bus 高一點，乘車地點在市中心 zlote tarasy 旁邊。

搭乘跨國的路線一定要攜帶護照，有些司機看到你沒護照會直接拒絕你上車，

搭這些巴士最好載乘車前 15-30 分鐘抵達，因為他們不等人的。長途巴士的缺點除了乘車時間長，也滿容易 delay，所以比較適合時間彈性大的學生族群。

(四) 廉價航空

Ryan air/Wizz air

因為我遇到疫情，沒什麼機會出國，也沒搭乘廉航，只能分享當初查的資料。

Ryan air 是很多學生在歐洲旅遊的好夥伴，但如果要從華沙出發，要記得它配合的機場不是華沙蕭邦機場，而是市區北邊的 babice 機場！疫情爆發之前，持 ESN 卡可以免費攜帶一件托運行李，但這部分可能改變，要購票前再確認。

Wizz air 是另一家有名的廉航，這家就是從華沙蕭邦飛了。