

Life in Oslo

如何選擇交換國家/城市/學校？北歐交換半年要花多少錢？

1. 如何選擇交換國家/城市/學校？

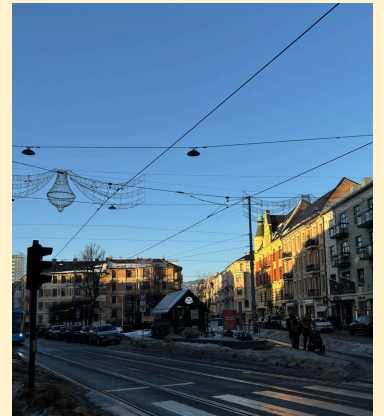
在交換的過程中也有蠻多朋友同學也在準備想要交換，其中最常被問到的問題就是怎麼選國家或城市，或是在抉擇的時候是怎麼衡量的等等，所以就順便分享我的經驗給大家參考！

在選擇交換學校時，我的主要考量點有兩個：「治安跟交通」



治安的話是因為這是我第一次自己離家這麼遠，所以我的首要考量就是**上學、生活的環境要安全**，至少走在路上不用提心吊膽怕被搶！除了小偷之外，還有一個可以注意的是那個城市的毒品氾濫情形，因為我有一個朋友去交換後才發現他那個城市是歐洲毒品交易的重鎮，真的蠻可怕的所以建議在選擇交換學校前，一定要先對那個地方的生活環境做足功課！

第二個考量的點就是交通，向外交通的部分因為我知道自己會想去很多地方旅行，所以我就會選擇**有大機場的首都**，這樣要飛歐洲各個大城市都方便，如果是小機場的話很多就會是要常常轉機或飛到小機場，離市中心可能還會有一段距離，花在交通上的時間跟金錢會多很多。對內交通的話，我會看那個城市的**公共運輸方便性、乾淨程度、準不準時**等等，還有一點很重要的是**到機場要多久時間**，因為在歐洲旅行很多時候應該都會選擇比較便宜的機票，而這種機票通常時間不是很早就是很晚，所以不論是很早就要出發到機場，或是回程班機很晚才抵達，從機場到宿舍的交通都很重要；我有個朋友跟我說過他光從宿舍出發到主要的機場就要搭三個小時的火車，所以每趟出門旅行花在交通的時間跟心力甚至金錢就多出很多，這點也跟大家分享參考參考～



2. 北歐交換半年要準備多少錢？



◀ 奧斯陸必去的MUNCH美術館

除了要怎麼選擇交換學校之外另一個很常被問的問題就是在北歐交換半年的花費，可能大部分的人對於北歐的印象是消費很高，但其實實際生活了五個多月，我發現**花費最多的是去旅行的費用**，單純生活費的話其實跟在台北生活差不多，甚至還可能更低！

以我的經驗，因為幾乎餐餐都自己煮，所以一個月的**主要花費就是超市採買**，有朋友約才會去外面餐廳吃，一個月頂多也就2-3次，跟在台灣比起來實在少很多，所以就算**外食比較貴也比在台灣花的外食費用少很多XD**

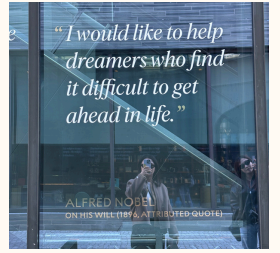
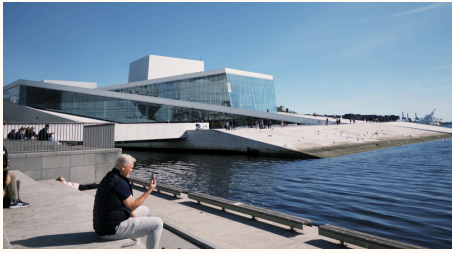
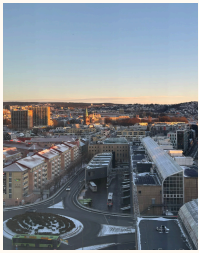
超市物價的話平均大概是台灣的1.5-2倍，像一顆500g的花椰菜大概是台幣60、12顆雞蛋大約台幣170、兩隻雞腿大概台幣240，不過有些品項甚至會比台灣便宜，像是牛奶、優格、草莓等等；我如果整個禮拜都沒有去旅行的話，大概在超市的花費是台幣1500-2000，這還算沒有很省的，認真比價找便宜的超市買的話應該能花更少！而外食的部分大概一餐落在台幣600-800，詳細的外食跟餐廳介紹我會放在電子報（二），有興趣的話可以再去看看～

如何選擇
國家學校
總花費

Life in Oslo

如何選擇交換國家/城市/學校？北歐交換半年要花多少錢？

我的每個月生活費除了吃之外，其他的大概就是生活用品跟購物，購物的部分就因人而異所以沒什麼參考標準（因為我常常亂買衣服）生活用品我也買的不多，大概就是剛到的第一個月會比較常買，但其實一個人生活用量也都不太大所以不太需要補貨，我第一天就買的24卷衛生紙甚至到了最後一天還剩15卷：）洗衣球我也從第一天買了一盒到最後要走還剩4顆



其他花費像是房租我自己的房型是一個月5825挪威克朗（實際費用就依匯率不定，但大概是台幣16000-18000），市區內公共交通月票是1300台幣左右

總而言之，在奧斯陸生活一個月的花費，依據我個人的經驗是落在**15000-18000**，含吃喝、日用、購物、市區內交通月票、偶而咖啡廳/外食，不含房租、旅遊。

撇除生活費，其他花費最多的就是旅行，但旅行也因為每個人旅行方式、地點不同差異很大，以挪威來說缺點就是不在歐洲內陸，所以要去中西南歐國家就得搭飛機，交通的部分花費可能會比較高，不像在歐洲大陸的國家跟國家之間如果搭巴士或火車可能就可以省一點錢；我自己的旅行方式是住宿會省一點，比較重吃跟體驗，該花的就花，該省就省，這樣下來**大概花在旅行的費用是30萬左右**（不過各國的花費差異蠻大的，詳細一點的資訊可以參考電子報（四）！）



總之總之！綜合以上所述，這五個多月以來再加上一些行前費用、來回機票、雜支等等，我花了約台幣60萬，再次感謝爸爸媽媽讓我出來逍遙自在～（我會孝順的 愛拔拔麻麻<333）

