



交換學生電子報 (一)：行前準備

1. 簽證

交換學生要申請波蘭的簽證時，其實有一點麻煩，雖然波蘭是申根國家，但是只肯發 Type D 的簽證，就是說交換學生只能在波蘭境內走動，不可以到其他的國家，因此如果想要去西歐國家玩的話，要再去申請一個其他申根國家的 Type C 簽證，所以之前的學長姐和我都是 C 簽 D 簽分開申請，建議可以來到波蘭後再去申請德國申根簽證，雖然目前德簽在台灣很難拿，但到波蘭申請的話，只要寫好完善的旅行計畫就很容易申請，而且早上送件、下午就取件。

UWAGA!

從 2010 年 4 月 1 日開始，波蘭的 D 簽也具有申根效力了，可到其他申根國家待 90 天！

2. 衣服

今年波蘭的天氣異常，是幾十年不見的寒冬，我到的時候是 2 月，溫度大約負 5 度左右，仍在下雪 (現在寫這篇報告時已 3 月中了，外面仍是白茫茫的一片)，由於室內有暖氣，波蘭人們都是穿著薄長袖、外套加大衣的洋蔥式穿法，出門再戴圍巾、毛帽和手套。平常最好要準備兩件大衣，下雪弄濕的時候可以交替穿，建議一件防潑水羽絨衣、一件毛大衣，而且長度要夠長，至少要到屁股以下，可以先帶一件應急，到這邊再買另外一件。關於褲子的部分，女生我覺得穿褲襪、套牛仔褲再加一雙厚襪子就夠了，想穿裙子的話就穿兩層褲襪，但一定要穿靴子比較保暖，不一定要買登山用的雪靴，波蘭的靴子選擇很多，可以來到這邊再買。

3. 化妝品和保養品

如果去賣場的話，貨架上最多的是妮維雅、卡尼爾、可伶可俐等歐美品牌，而且大部分都只有波蘭文標示，店員和經過的路人也不一定會講英文，我第一次去購物時就傻傻得站在貨架前不知道該買什麼，如果平常用慣日韓品牌的話，最好自己帶過來。因為天氣很冷，乳液、護唇膏和護手霜非常非常重要，我在台灣時覺得擦了會太油的乳液，現在完全不夠力，還要再加一層乳霜，護唇膏和護手霜也是隨時補。

4. 文具

SGH 附近的文具店，是像古早的雜貨店那樣，你進去跟老闆講你要什麼，他再拿給你(當然他只會講波蘭文)，大部分會需要的文具這裡都買的到，只是用不用的習慣的問題，波蘭也有一家很大的連鎖書局—empik，在各大購物中心或是中心都有分店，裡面就是自助式的，可以慢慢挑。

5. 個人藥品

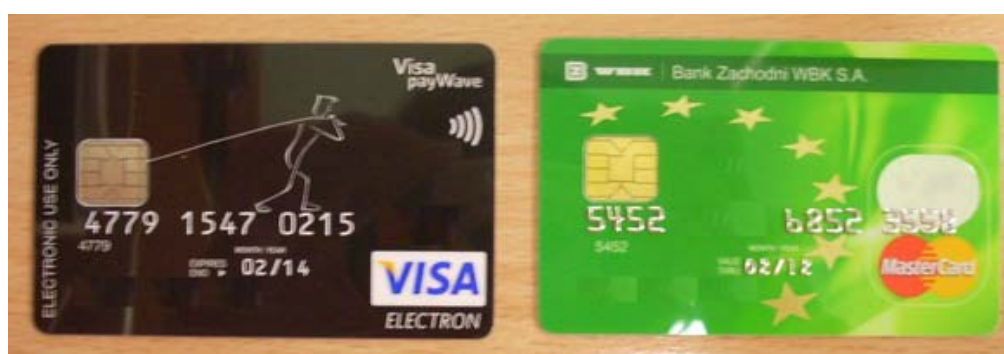
雖然在波蘭常常都有 Apteka (藥局)，但不一定每個藥師都會講英文，而且還是吃自己熟悉的醫生開的藥比較好，因此出國之前我有準備一個月份的藥，像是感冒發燒、拉肚子、止痛藥等等。

6. 打電話

台灣買的手機到波蘭可以使用，所以可以自己帶一隻過來，SGH 的 ESN (Erasmus Student Network，性質有點像政大的學生大使) 這學期有發給每個交換學生一個內含五塊波幣的手機門號，可以網內互傳簡訊不用錢，錢打完再去買儲值卡就好，不用綁約很方便。如果想打電話回台灣的話，出國前可以台灣手機的國際漫遊打開，但要注意打電話和接電話都要錢，也可以用波蘭的門號打，一分鐘約 4 塊波幣。

7. 用錢

在波蘭的銀行開戶有一點麻煩，因為之前學姐們的建議，我請 Buddy 帶我去 BZ WBK 開戶，首先你要提供護照和個人資料，然後等一個小時給他們準備開戶所需要的文件，再來會簽一大堆波蘭文契約，其中有一張英文聲明絕不會在波蘭待超過半年，之後要等一個禮拜過後再去拿帳戶卡片，我開了一個波蘭幣帳戶、一個歐元帳戶，要用哪一種錢就請家人電匯到那個帳戶即可。銀行餘額可上 BZ WBK 的英文網站查，去購物時可用波幣卡付錢，而要去其他國家玩時可用歐元卡預訂旅館，兩張卡片都很方便。



上塗黑色的是波幣卡，綠色則是歐元卡，要注意波幣卡每個月會扣 1 波的管理費(若未在商店購物達三次則扣 3 歐)；歐元卡不需要管理費，在波蘭境外付帳也不需手續費，但提款就要扣 1.5 歐的手續費。