

電子報一

交換生交流活動

Welcome Week

NHH 的學生會會為交換生舉辦為期一周的歡迎活動，早上就會簡單介紹選課制度、宿舍須知、簡單的挪威語入門以及體育館簡介等等，下午及晚上就會將所有的交換生打散分成小組的方式競賽或是進行活動。第一天就是認識小組內的人，誠如之前的學姐所說，這是與外國交換生打成一片的好時機，第二天就是各組的 Mentor 帶小隊員到 Bergen 市區逛逛，這是相當好的觀光機會，因為可以透過 Mentor 的介紹很快的認識這個挪威的第二大城，第三天是到體育館進行小隊間的躲避球及其他體育競賽的活動，其他天則是會帶你看看挪威的夜生活與玩闖關遊戲，最後一天則是爬山，當初爬山最難忘的就是覺得是我有史以來爬過最艱難的山路，畢竟在台灣也很少有機會登山，而學生會帶領的山路也不是平坦好走的山路，所以記得穿雙耐走防滑的鞋子，因為一月份的時候路上還有結冰，加上下過雨後的泥濘，要特別小心，但是登上頂峰之後的美景也是讓大家連連讚嘆的，而且會為自己感到些許的驕傲。

World Dinner

這也是辦給交換生交流感情的活動，藉由來自各地區的交換生料理出的不同美食享受這一夜的晚餐，可以吃到不同國家的美食真是很幸福的事情，而且與隊友們一起努力做出料理也可以增進彼此之間的感情，當天吃到日本的壽司、韓國的紫菜包飯與韓式煎餅、加拿大的焗烤、希臘的千層麵、奧地利的湯與西班牙的甜點等等，真的是個難忘的夜晚。

National Day

這是類似政大外籍交換生向政大學生介紹各自的學校的活動，當時也有參與，不過參加的交換學生並不多，NHH 的學生也比較少前來詢問，不過還是一個相當難得的機會，可以趁這個機會好好想想台灣的優勢與來政大交換的特別之處。因為當歐洲學生想選擇亞洲交換，一定會比較大陸、新加坡、香港、日本、台灣與韓國哪一個國家比較有吸引力，所以必須深思的是台灣與政大有什麼特別之處是值得好好推廣給歐洲或其他學生。

電子報二

旅遊資訊

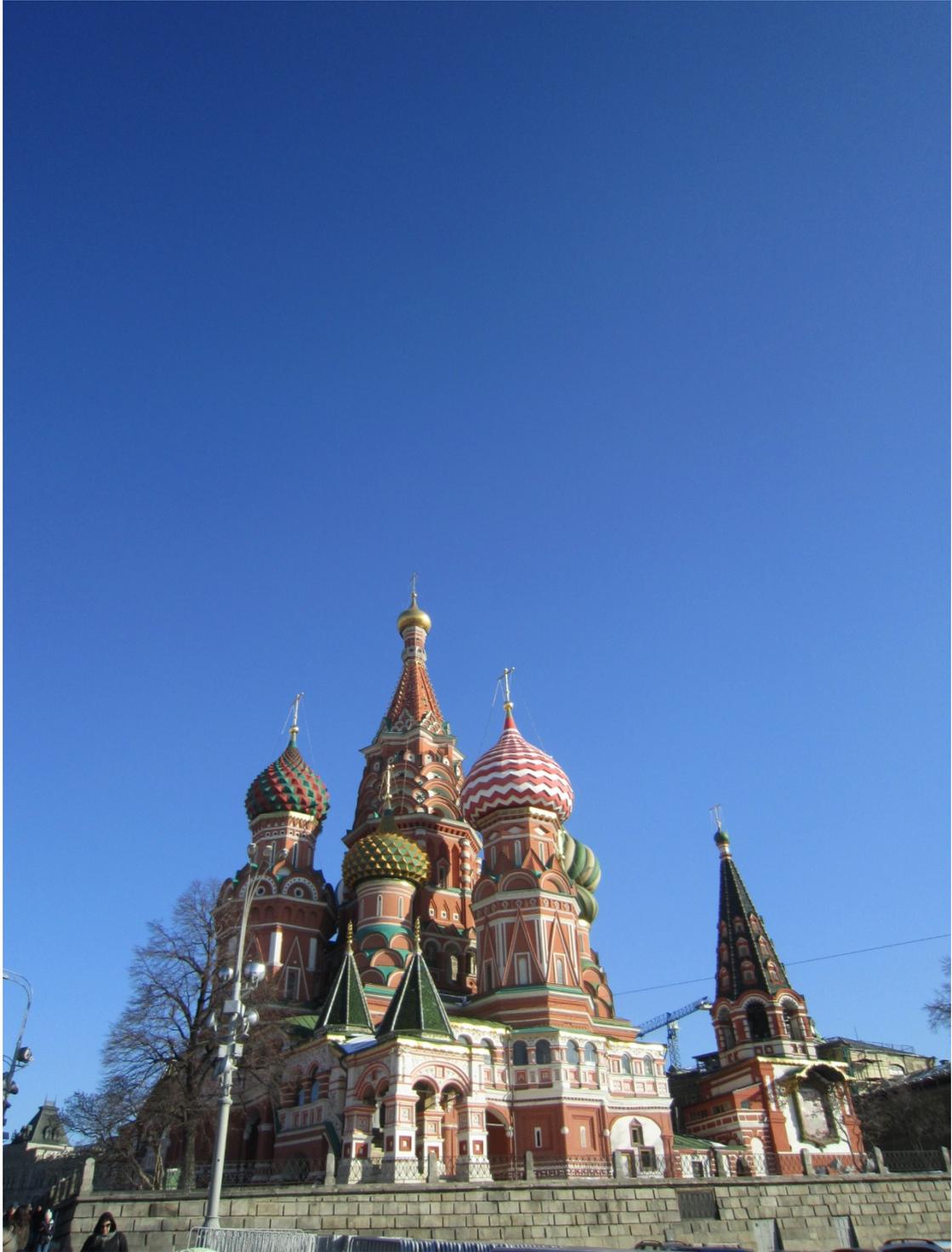
俄羅斯之旅

我有參加 NHH 交換生與其他國家交換生的俄羅斯團體行，當初參加的原因在於俄羅斯與北歐相連，不趁在交換期間到訪這個神祕的國度是相當可惜的，另外，台灣到俄羅斯須辦理簽證，旅行社也會幫您代辦，我參加的是需要簽證的全程旅行，為期十天，從瑞典斯德哥爾摩出發，沿途經過芬蘭首都赫爾辛基、愛沙尼亞與拉脫維亞首都，最後會抵達俄羅斯的聖彼得堡與莫斯科，參加團體旅遊有好有壞，好處在於可以認識很多世界各地不同的人、壞處就是行程會被旅行團所限制，較自我規劃的自助旅行彈性較差。印象最深刻的則是俄羅斯與波羅的海等小國的食物較北歐平價許多，約為台灣的物價，因此可以盡情享受外食與逛街；另外，因為物價較低，所以在俄羅斯境內住宿可以住到五星級的飯店並且享受豪華豐盛的早餐 Buffet，這是比起在歐洲旅遊很難得的經驗。

【圖】俄羅斯餐廳 Teremok 的傳統食物布林餅(Blinis)，有甜有鹹。



【圖】俄羅斯首都莫斯科 Red Square 的教堂



電子報三

旅遊資訊

挪威自然景觀極光

在挪威境內，必看的就是自然壯觀的景色峽灣與神秘的極光了。觀看極光的地方有挪威的 Tromso、瑞典的 Kiruna 與芬蘭的 Rovaniemi，可以選擇想去的地方，在觀看極光之前，極光的活躍期大約為冬季，所以要好好把握，另外在觀看極光前幾天要注意極光預測網站，預測指數三以上觀看到極光的機率很高，我當初是三月初跟日本與韓國交換生一起去挪威北方的一個漁港小鎮博多看極光，博多是比 Tromso 緯度低一些的城市，因為挪威境內的機票不便宜，因此退而求其次選擇這個寧靜的小鎮。然後我們很幸運的，在那週末的極光預測等級為三，因此看到了畢生難見的綠色極光，真的是一個很棒的回憶。

【圖】博多的漁港景觀



挪威自然景觀峽灣

峽灣最美麗的時刻就是在夏天了，五月六月可以規劃，挪威最大的峽灣就是松恩峽灣(Sognefjord)，從 Bergen 可以藉由火車與公車等大眾交通運輸完成一日遊，另外可以規劃到挪威的第四大城 Stavanger 爬上聖壇岩眺望裡賽峽灣(Lysefjord)，值得提醒的是看峽灣的行程規劃記得注意當日的天氣預報，晴天的景色當然是最美不過的了。

我在一月時看了冬季的松恩峽灣雪景與六月時夏季的裡賽峽灣，峽灣真的是非常美的景色，但是夏天的 Bergen 也不遑多讓，因為 Bergen 是被七座山環繞的城市，右鄰近北海，所以面山背海，夏季晴天的景色真的非常美麗，陽光將樹木照射的綠油油的、太陽倒映在蔚藍的海面波光粼粼、還有湛藍的天空，放眼過去皆如同明信片般的美麗景色，而且每日的夕陽餘暉也總是看不膩，現在回想起來，真是覺得何其幸運可以生活在這麼美麗且美景渾然天成的國家半年。

【圖】裡賽峽灣(Lysefjord)



電子報四

旅遊資訊

大英帝國

英國是個非常適合自助旅行的國家，景點也有很多，包括廣為人知的大英博物館、大笨鐘(Big Ben)、倫敦塔、倫敦塔橋、倫敦眼以及中國城等等，在倫敦一定要去的就是看音樂劇，像悲慘世界與歌劇魅影等都是相當熱門且音樂劇，在挑位子時，就是視野越好的越貴了，不過也可以試試看當地的半價亭，說不定也可以挑到不錯的票價。而且因為英國的母語為英語，所以在旅行上並不會有語言上的障礙，另外，地鐵等交通運輸工具相當便捷，每個地鐵站出來也會有地圖指引你想去的景點，因此，若是一個人旅行也不必太過憂慮。

【圖】英國倫敦的倫敦塔橋

