

食衣住行在德國

食：

一開始第一個月上德文課每天下課都去 **Mensa** 吃午餐，據說科隆大學的 **Mensa** 是全歐洲大學裡最大的學生餐廳，价格便宜公道，三歐就可以吃很飽，但是轉盤裡的時候看起來清一色重口味，有一次點了一碗看似羅宋湯的東西卻鹹到難以下嚥，後來才知道原來德國的湯不是用來喝的，是用來配麵包吃的，想喝湯還是自己煮不要在餐廳輕易點湯。約莫過了兩個月，發現樓下有營養好吃的沙拉吧，剛好樓上轉盤裡的食物都吃膩了，就開始轉戰沙拉吧，自己覺得健康多了：)

自己煮的話很省錢，一來到德國超市又驚又喜，覺得這價格太平易近人了，尤其是奶製品、水果、馬鈴薯和巧克力，明顯比台灣便宜，買得很開心，超市裡應有盡有，種類繁多，吐司就有一整櫃不同的品牌，其中還可以買到 **Ja** (**REWE** 超市自有品牌) 一條 0.5 歐的吐司，便宜又好吃。亞洲超市離我家較遠所以較少去，裡面也可找到熟悉的調味料、泡麵（不用帶太多）等，若想吃日本味則可前往 **Düsseldorf** 日本超市選購，順便去超有人氣的拉麵店吃碗拉麵（推薦 **TAKUMI** 匠）。

另外，德國的水是硬水，德國人都說可以生飲，但還是建議買個濾水器比較安心，濾芯記得定期更換。來這裡我也發現髮質變且差髮量變少的跡象，詢問朋友發現有蠻多人都遇到一樣的問題，原來是硬水洗頭的關係，因硬水中含有多種礦物質如鈣鹽、鎂鹽等。洗髮時，這些礦物質遇到肥皂就生成不溶性的脂肪酸鈣和脂肪酸鎂，沈積於頭髮上，不僅破壞了肥皂的作用，減弱了去油污的效力，還能使頭髮乾燥發硬，後來朋友推薦了一罐抗硬水的洗髮精（**DM** 就買得到），使用過後馬上見效，掉髮問題改善許多。



衣：

今年科隆天氣異常，到了七月底氣溫都還是只有十幾度，且時常陰雨綿綿，夏天的衣服真正穿到的次數很少，都是穿去別的國家旅遊。春季班一開始還正值冬末，到了四月份到漢堡玩還遇到一場小雪，不可小看德國冬天的長度，但這邊的十度漢台北的十度感受大不同，因為台灣溼度高寒風刺骨難耐，這邊的乾冷相較之下稍微好

一點，來這邊發現我原來沒有很怕冷，當我穿著普通外套時，路上德國人外面都穿一層超大的夾克，像要去登山，覺得自己好像蠻健壯的，但基本的保暖外套、手套、圍巾2還是必備。

住：

科隆大學學生宿舍很多，離學校近的走路十分鐘，遠至坐車四十分鐘的都有，我就是住在離學校四十分鐘（包含轉車），位於 **Rodenkirchen** 的宿舍，單人房，九人共用一廚房及四間衛浴，房租一個月 168 歐，是我目前聽到房租最便宜的宿舍，六個月下來比別人省了很多錢，位置較偏遠和房間較小都是它便宜的原因，但一個人住起來蠻舒適的，外面環境是一片森林和寧靜住宅區，安全無虞。然而，最令人困擾的就是房間門是自動鎖，出房間一定要記得帶鑰匙，開廁所門、廚房門也都需要鑰匙，這點蠻不便的，忘記帶鑰匙白天幸運的話可以去找宿舍辦公室的人求救（辦公室不是每天都開），晚上的話進不了房門只能等隔天或是去找一個唯一持有萬能鑰匙的人，但她幫你開門會和你索取 25 歐。

行：

持有科隆大學學生證在 **Nordhein-Westfalen** 州境內除了 ICE、IC 不能搭乘外，其餘暢行無阻，不但可免費搭乘所有交通工具往返州內所有城市（**Aachen, Bonn, Düsseldorf, Münster, Essen...**），平日晚上七點到隔天凌晨三點和假日整天皆可帶另一人同行，不是每個州都這樣的，所以覺得我們的學生證很有價值，不然電車單趟是 1.8 歐起跳，交通費也會是一筆可觀的數目。有智慧型手機的人記得下載一個叫 **DB Navigator** 的 app，用 **Trip Planner** 幫你規劃從 A 站到 B 站的轉乘路線，月台、所需時間、時刻表一目瞭然，非常方便。

科隆每個月某一週末都有一次的二手腳踏車市集，要買記得殺價，有台腳踏車天氣好的時候騎去萊茵河畔是很棒的經驗。

