

## 聖加侖大學交換----電子報(三)

98305006 企管系姚靜如

### 在瑞士生活(食物篇)

瑞士的高物價眾所皆知，聖加侖的餐廳一餐動輒台幣四五百，就算學校自助餐廳隨便拿也要將近三百，因此除了寥寥無幾的朋友聚餐外我幾乎不在外面吃。瑞士的超市有 Coop, Migros, Denner, 最便宜的是 Denner 但最多人去的是 Migros, 在車站附近的 Migros 整修之後變的超大，裡頭應有盡有，想省錢的話可以買自有品牌，牛奶，優格等乳製品在瑞士買就可以了，這裡相當便宜。



(義大利麵 CHF15)

(P. S Marketplaz 附近有 Kebab 約 CHF10 或是泰式吃到飽 CHF16)

如果要買肉或蔬菜可以在星期四晚上搭火車到德瑞邊境的 Konstanz(開到十點)，一出車站就有 Lago 大型商場，裏頭的 Aldi 可以買到便宜的食物，或是可以搭公車(2.2 歐)到遠一點的 Kaufland，這家是我覺得最大最好買的超市，東西都很便宜，很多學生都會到邊境採買一個月的存糧。



(一次都買超級多，德國 25 歐以上可退稅喔)

### 在瑞士生活(衣服篇)

剛到瑞士的時候天氣很好，每天都出大太陽有時還會覺得有點熱，基本上短袖加件外套就可以了，但是到了十月底十一月會逐漸轉涼，今年十一月才開始下雪算是有點晚了，一下雪溫度就會直直落，保暖衣物要準備好，羽絨防水外套一件必備，我自己準備的衣服有長短袖上衣各七八件，長短褲各三四件，毛襪四雙，厚外套三四件(其實最多兩件可替換就好)，其他像是發熱衣，帽子手套圍巾等也要有比較好。在家裡有暖氣但冷的時候還是會穿室內襪和外套。

鞋子方面雪靴一定要有，不但可以防滑也有保暖功能，我還帶了一雙布鞋，一雙平底鞋和夾脫，來到瑞士後在這裡又買了一雙短靴和雪靴替換穿。

另外來瑞士保濕的乳液和護唇膏也要帶，這裡超級乾的，我剛開始就是因為沒認真擦乳液導致全身發癢過敏，還跑去藥局買藥膏，女生的話也可以帶點面膜來敷。

### 在瑞士生活(住家篇)

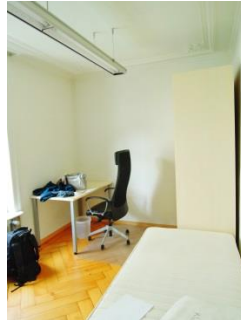
我的房子是請學校幫忙找的，這樣比較方便又安全，建議學弟妹在申請的時候就要把學校清單上的房子資料看清楚，自己的需求要寫清楚以免被分到又貴又不合心意的房子。我的作法是按照喜歡的程度列出地址給學校，我是寫要住在學校和車站中間但靠近車站(如果有要到處旅遊的話這很重要!!)的房間，在附上四個房間的地址，以下是我的房間，很推薦這間喔，地址是 Rosenbergstrasse 74，就在火車站對面，走路三分鐘，是剛整修好的房子相當新穎(圖一)，我的房間在二樓比一樓安靜但又不用搬行李搬的很辛苦，這棟的格局是樓梯上來右手邊有一間(圖二)，另外三間還要在隔一扇門，好處是比較有隱私也安靜一點，缺點是比較貴喔(最貴有到八百多)。



(圖一)



(圖二)



(圖三)



(圖四)



(圖五)



(圖六)

如果選擇住在外面這間記得進出都要鎖好門，否則下場就是跟我一樣東西被偷QQ除此之外我覺得這間沒甚麼缺點，房間就像圖三那樣，空間不大但已經足夠，床單被套都是剛洗好的，照明也很充足(不用在開檯燈的意思)，大大的書桌和董事長椅XD，衣櫃裡有棉被和數個衣架。另外一頭是檯燈，置物櫃和兩個電腦椅(圖四)。公共空間是一間乾濕分離大浴室(圖五)熱水冬天一開即有非常重要，和一間廁所，廚房(圖六)用品也是應有盡有，大冰箱和一人一個大食物櫃(真的非常大)，就像照片上看到的一樣很乾淨整齊。

P. S. 其他介紹請看此 <http://b714212003.pixnet.net/blog/post/223394048>

基本上拿到鑰匙後即可入住，開學一個禮拜左右會有人來家裡簽契約和給繳費單，要自己到郵局繳(還要多付保證金)，其中會有兩次公共空間檢查，務必要保持乾淨，回收甚麼的也要做好，期末搬離時檢查私人房間要回復到原來的樣子否則會被扣保證金，目前聽到沒有人沒被扣的，好像大部分都會被扣個CHF50。

P. S 鑰匙切記要保管好，瑞士丟鑰匙很麻煩的，還要賠CHF85。