

約克大學交換電子報(二)

一、 日常生活：

加拿大的日常生活物價較台灣高，一加幣約為 25 台幣，且約克大學所在的多倫多消費稅高達 13% 幾乎是全加拿大最高，以麥當勞套餐來說，一份大麥克套餐大約是 250 台幣左右，平均日常物價在台灣的 2~3 倍左右。

(一) 食：

Meal Plan: 在約克大學宿舍分為兩種，一種是有廚房可以自己煮菜，另一種則是沒有廚房要強制購買學校的食物計畫(meal plan)，一個學期的 meal plan 大約是一千二加幣(一千稅後額度+兩百未稅額度)，meal plan 的規則非常嚴格，只能在校內使用且並非所有商店適用，例如學校裡面的藥妝雜貨店便不能夠使用 meal plan，針對消費品項也有規定，稅後額度僅可用在食物(炒飯、漢堡套餐、披薩等)，飲料(牛奶、可樂、奶茶等)非食物的品項則是計算在未稅額度，是要另外扣稅的，meal plan 也不可用來支付酒精飲料，一般一餐在校內餐廳大約 10~12 塊，若和同學在學校吃飯大概要花 20~25 塊不等。基本上 meal plan 是會在學期結束前花完，但若是自己帶電鍋煮菜則有可能會用不完。

自己煮菜：沒有廚房的宿舍雖然規定不能煮菜，但是電鍋或是單一按鍵的加熱用具(熱水壺、電湯匙)是可以接受的，我當時在出國的時候有帶單人的電鍋，由時候可以自己滷肉或是煮一些湯或是麵。在加拿大外食雖然貴(人工貴食物便宜)，但是超市的食材卻很便宜(學校附近有一間 walmart)，有些品項的價格比在台灣還要便宜，所有肉類跟海鮮(尤其是龍蝦干貝)都非常便宜，蔬果青菜價格略貴一點，所以自己煮飯一餐平均價格大概是 5~8 塊錢。如果有 meal plan 的話要妥善分配自己煮菜的次數，我當時就是因為太常自己煮，最後 meal plan 差點用不完(meal plan 是無法退錢的，如果有剩下錢就歸學校)，只能找好朋友幫忙一起吃。

外食：學校位處多倫多郊區，周圍沒有什麼特別的餐廳，要吃餐廳就要到市區去吃，外食看吃什麼決定價格，最便宜的大概就是 china town 裡面的幾間餐廳，一餐含稅跟服務費 15 塊可以吃飽，再貴一點的話就是一般美式餐廳大概一餐 30~40 塊錢，最貴的是牛排館(The Keg、茹絲葵)，午餐一餐要 75 塊左右、晚餐大概 120，不過有些餐廳雖然貴，但還是值得一試，像是 The Keg 是加拿大最大的高級連鎖牛排館，午餐真的有 75 元的價值，有機會可以試試。

(二) 衣：

冬天的服裝：我這次是冬季交換，多倫多的冬天最冷可以到零下 20 度，所以一件好的外套是必要的，至於買哪一種就到百貨公司跟店員說妳要去多倫多過冬，他們就會把要去北極的全套裝備幫妳拿出來，外層防風防水是基本，內層通常都是可拆式的羽絨衣，方便因應各種溫度；外套也可以選擇到加拿大再買(但要確定衣服有帶鉤)，加拿大的外套比台灣便宜而且選擇更多，當中最有名的是 Canada Goose 這個牌子，雖然一件要 400~500 加幣，但是品質好到連普丁都在穿，是真的很保暖衣服也很有設計感。

除了外套，發熱衣跟發熱褲在冬天也是必備，發熱衣買 UQ 薄的就行，褲子的話要買厚的，基本上室內都會有暖氣，所以如果發熱衣穿太厚也會熱。鞋子的話可以看自己的需求買雪靴或是一般防水(gortex)的登山鞋，雪靴的好處就是雪地專用比較防滑，但是底非常硬，而登山鞋則是穿起來比較舒服，但防滑沒有雪靴那麼好。就我自己的經驗，我比較推薦防滑的登山鞋，雖然沒有雪靴那麼防

滑但也已經夠用，穿起來又比較舒服。鞋子的部份可以在加拿大買，大概比台灣便宜 1/3-1/2。冬天要準備的衣服大概就是這些，只要過了 1~2 月最冷的時候，其他時間大概都不會低於零下十度。哪裡買衣服包包：加拿大因為在美國旁邊，所以很多美國牌子在加拿大也都非常便宜。衣服包包這些最便宜的都在 OUTLET，價格大概是一班市價的一半或是更低，離學校最近的 OUTLET 是 PREMIUM OUTLET，可以坐 UBER 過去或是到 UNION STATION 搭接駁車。除了 OUTLET 之外就是百貨公司，多倫多有兩間最著名的百貨公司，一間是 Yorkdale 跟地鐵 Yorkdale 站相連，離學校比較近，大概 30 分鐘就可以到，另一間則是在市中心的 Eaton center，也跟地鐵站 Queen 相連，Eaton 是市中心最大的 mall，也與世界最大的地下街多倫多 PATH 相連，基本上要找的牌子都在這兩間百貨，如果這兩間都沒有的話大概在多倫多就沒有分店了。

至於哪些牌子特別便宜下面幫大家列舉，COACH(至少台灣七折)、MK(至少台灣七折)、Kielh' s、倩碧、CK、Polo、Roots 等美加品牌。