

一、挪威文化

整體而言，挪威人是非常和善且親切的，在挪威也不用擔心東西會被偷，非常的安全，而且雖然挪威的語言是挪威語，但是他們的英文普遍都非常好，如果只會講英文的話在當地生活是完全沒有問題的！如果是希望無煩惱的到歐洲交換非常推薦到挪威！

到挪威交換的話要注意的可能是他們的風土民情跟台灣不太一樣，甚至跟歐洲其他國家也不一樣，一般人會開玩笑說挪威人無論是生氣、開心，還是難過都只會有他們的一號表情，就是「面無表情」，而他們唯有在喝酒的時候才會敞開心胸跟你交流，這或許講得有點誇張，但是他們很需要自己的空間，還有是靠喝酒在交流這兩句話絕對沒有錯！所以如果你覺得他們有時候會跟你保持距離不用太放在心上，這就是他們的正常表現，他們有他們自己的安全社交距離！還有可以先有心理準備會喝一些酒，當然你不會喝酒也沒關係的！他們也有意識到自己太愛喝酒，會很客氣的跟你說不用免強～

既然講到酒了，也提醒一下，避免你們發生我在那邊遇到的尷尬情況，挪威的酒是非常貴的，所以不像在台灣會直接約在外面聚會，通常他們會先約在其中一人的家裡先 pre-drink，這時候是需要自己帶飲料去的！千萬不要像我一樣，兩手空空的出現，讓他們誤會你不想跟他們好好交流哦！


二、校園生活


BI 是一所私立的商學院，一般挪威的大學是不用交學費的，所以應該可以想像得到會來 BI 唸書的挪威本地人會是比较有錢的人，所以如果有跟他們一起出去玩的話不要被嚇到了。

我自己覺得 BI 在課業學習以外，校內外活動的部分設計得很好，在開學前一週學校會安排 buddy week，我們這學期特別改成會把國際生跟本地生打散混在一起分組，聽說之前都是本地生和國際生分開，之後是不是還會這樣不一定，在這一週我們會跟新生一樣跟大一的本地學生一起玩整整一週的活動，包含在學校內認識校園，還有到校外帶著你跑市區內的熱門遊樂據點等等，因為挪威本地生幾乎不太會來選英文授課的課程，所以這可能是這一學期你在 BI 唯一可以認識挪威朋友的機會了，所以如果有這個目標的話可以好好把握！

另外，BI 會舉辦非常多的活動，包含校內講座、就業博覽會、娛樂性的猜謎活動等等，有些活動他會說有學生會 (BISO) 會員的話有折扣，而加入學生會會員是需要交學生會費的，加入會員的確有一些好處，但是對於只待一學期的交換生而言我覺得成本效益不高，整體而言不推薦加入 BISO 會員哦！

三、交通資訊


在挪威奧斯陸市區最主要的交通方式有五種，公車、tram、T-bane (捷運)、小船 (往返小島)、和火車，其中，除了火車以外，只要買學生月票就可以免費搭乘所有交通工具！在奧斯陸建議下載  Ruter，是他們當地其中一個最大的交通運輸公司，可以直接在程式當中購買電子票，無論是到期後要續訂，或是在交通工具上要查票都比較方便！


另外，從機場往返市區這一段的交通票是要另外購買的，你可以選擇搭火車 (RE12，使用 Ruter 購票)，也可以選擇搭  FYG 機場快捷 (使用 FTG app 購票)，兩者的搭乘時間差不多，都是大約 20 分鐘，但是火車會比較便宜一些，購票方式兩者都可以直接下載程式，使用電子購票會最方便，在這裡提醒一下，如果平常就有買月票，並且想要搭乘火車往返市區和機場的話，記得在 Ruter 中選「再購買 additional ticket」，價格才會比較便宜哦！

其他小提醒，除非那條路上只有一個路線的公車會經過，不然挪威的公車是需要招手的。還有，挪威的捷運如果要上下車的話是需要按下車開關鈕的，大部分歐洲的市區交通工具也是這樣，如果沒有人按按鈕的話，即便停車了，門也不會自己開啟～

四、購物生活

如果要買蔬菜水果，在捷運 Groland 站可以買到便宜又新鮮的，除此之外，這一站也有亞洲超市，如果想念亞洲美食可以到這邊來買，要注意這一區相較其他區可能會比較亂一點點，可以獨自前往但是要多注意安全！如果是其他一般食品的話，建議到  Kiwi 或是  Rema 1000 這兩間超市買會是最便宜的！尤其在 Kiwi 可以多尋找  First Price 這個品牌，從零食到魚子醬或鮭魚都可以看到這個品牌的商品，不僅不難吃又都是最便宜的，真心推薦！

要買衣服的話，挪威的  H&M 固定都會有特價品，可以不定期去看看有沒有適合的服飾，如果是特價品價格可以跟台灣差不多，H&M 在捷運 Jernbanetorget 和學校附近的 Storo 站都有，建議如果想要悠閒地逛的話可以到學校附近的 Storo 分店逛，市區的分店通常人會很多，而且店內環境也會比較雜亂。

如果要買日常用品如洗髮乳和乳液等等，可以到  Normal，他就像台灣的屈臣氏或康是美一樣，販售各式日常用品和彩妝品，也會賣一些零食，基本上在市區都會看得到這間店的身影。