

食

泡麵：會四處旅遊的話這半年過得不算慢，想念台灣泡麵的話，巴黎的亞超及Le Havre亞超也買的到維力炸醬麵，加上自己帶的少量泡麵的話，其實是夠吃的。

米：我喜歡吃飯非常大於義大利麵及麵條，所以我不後悔有帶，法超的米多為泰國米，我覺得不太好吃。

調味料：我覺得可以帶台灣的醬油，因為亞超的醬油偏鹹(大陸的生抽老抽)，但牛頭牌沙茶醬在Le Havre亞超就買的到。

至於胡椒、鹽...在法國超市不貴，我也會拿不少速食店裡的胡椒，這樣就滿夠用了。

茶/粉圓：我帶了不少台灣的茶包，但最後台灣茶包基本上拿去送人...粉圓在亞超也買得到。

鍋具：租屋處有可能有附，可以先確認以免增加行李重量，巴黎也滿多人會出售鍋具所以不一定要從台灣帶。我自己有帶不沾鍋是怕使用房東提供的鍋具時造成損傷而要賠錢，最後離開法國時是在巴黎賣掉。

其他食物我認為可以在法國超市或亞超買即可。

衣

我待法國的期間是8月中至隔年2月，溫度算是從最熱到最冷並開始回溫的時候，因此我覺得夏季衣服可以帶少一點，因為夏季衣物應該是10月降溫後就完全穿不到。且這裡冬天挺冷的、風也大，甚至1月時有下雪(之前交換的學長說不會太冷，所以可能這裡有變冷...甚至比巴黎冷一些。)

冬天時我會穿一件內搭衣、一件外搭的長袖大學T加一件可防風外套，去北歐時再加一件保暖外套在裡面即可。

且因冬天不太會流汗，我覺得只有內搭衣可以帶多一點，套外面的長袖大學T類似衣物可以帶少一點，因為會很少換XD

在法國時，衣服方面我只買了一些禦寒衣物便足矣，都是可以去冰島、挪威等零下十幾度的地方穿的，因此可以來這裡看個人忍受寒冷的程度再準備，基本上這些也都可以帶回台灣穿。

外套：我買學校附近的狄卡儂的三合一衝鋒衣(70歐)，挺保暖，是water durable所以可在下小雨時穿。

因為這件分成一件絨內膽跟外面較薄的防水外套，因此分開來穿的話並不會厚重，回台灣後也可以繼續穿。

褲子：迪卡儂的20幾歐防水褲雖然只有薄薄一層，但是滿防風、保暖的，因此冬天去北歐時裡面再穿一件加絨加厚緊身褲便足夠(可以在Primark買到)。

襪子：在Primark可以買到保暖的毛襪，2.5歐兩雙。

手套/圍巾：我在台灣完全不用手套跟圍巾，但歐洲的冬天冷風讓我很需要...

床具：可在Gifi購買，或事先詢問房東，真的太冷又不想花暖氣費的話可以在臉書或小紅書面交電熱毯。

行

大眾交通工具：主要的大眾交通運營商(包含tram、公車)是Lia，買單張票/10張票可在tram的機台買(公車站通常沒有機台，除了火車站及市政府那邊的公車站。)，另外一個買票的方式是透過app或是發送簡訊。

在市政府附近有其辦事處agency，辦學生月卡(20歲以下的年輕人和學生(28歲以下))的話需攜帶身分證、學生證明去那邊填表格、辦卡(我去的時候都有一位會講英文)，每月20號以後便可以去辦事處儲值下個月的，並從下個月的1號才開始自動valid。

弄丟卡的話須去辦事處重新申請並付10歐左右的卡費(比巴黎地鐵還貴)，上述內容詳情可以去官網搜尋!

電動滑板車(**scooter**)：Lime是這裡的租借scooter品牌，這是一個電動滑板車(scooter)的租借品牌，也可以在uber上操作，單次使用的話在uber上借車比較便宜，但在Lime app上可以購買會員，使用線上簽帳卡/信用卡自動扣款。

腳踏車：這裡沒有像Lime一樣的單次租借腳踏車，但似乎可以去Lia租借腳踏車(應該是稍微長期一點的)，agency是在市政府附近。

補充(個人覺得法國較買不到但滿實用的物品):

腰包、水餃包

折疊式旅行衣架

長版手機掛繩：我以為歐洲有賣，但發現他們是賣短版的，長版的很貴! 加上每學期去法國交換的朋友都有人被偷手機...

隱形眼鏡

手機攝影支架+遙控：因為將手機交給陌生人幫忙拍照有些風險&還是自己喬角度比較安心，獨旅時及跟朋友合照都可以用。