

## 電子報三：秋季行李

因為自己是比較怕冷的人，出發前很煩惱要帶哪些衣服，因此製作一篇電子報供大家參考！

我是從 8 月初待到 12 月底，體驗了 Bergen 從夏天到冬天的天氣！

衣物	生活用品	日用品
防風防水羽絨外套	手機退卡針	化妝品
羽絨外套	酒精	卸妝水
薄外套	酒精	保養品
薄長袖	耳塞	隱眼
長褲	洗衣袋	刷具、粉撲
手套	橡皮筋	化妝棉
圍巾	衛生棉	痘痘貼
毛帽	棉花棒	防曬
毛衣	牙線棒	護唇膏
發熱衣	水壺	人工淚液
毛巾、浴巾	雨傘	護手霜
睡衣		
睡褲		
內衣褲		
襪子		
拖鞋		
運動鞋		
泳衣		

重要文件	電器類	文具	藥品
護照	充電線	鉛筆盒	感冒藥及喉糖
挪威簽證	耳機	手錶	止痛藥

入學信*2	電腦	計算機	胃藥
機票	ipad	訂書機	維他命
歐元現金	行充	膠帶	優碘
有國外交易功能的信用卡或金融卡	電腦架	剪刀	生理食鹽水
保險資料	轉接頭	資料夾	棉花棒
網路卡（或可買 eSIM）		筆記本	酸痛貼布
			ok 蹦

- 以下為不必要但以防萬一可帶上

- 護照內頁影本
- 挪威簽證影本
- 宿舍合約書
- 大頭貼照片
- 國際學生證

- 其他

- 鎖頭
- 購物袋

我自己建議可以帶一件 GORE-TEX 的羽絨外套，外加一件 GORE-TEX 的衝鋒衣，因為 8 月到 9 月的氣溫還是蠻舒適的，但是卑爾根經常颶風下雨，能有一件可以防風防水的衝鋒衣是最方便的。後面冬天我自己穿發熱衣加一件 GORE-TEX 的羽絨外套就還蠻夠的，另外我覺得一定要帶發熱衣，因為朋友沒帶他就覺得蠻冷的，提供一下參考。另外就算是秋季來也要記得帶泳衣！否則沒辦法桑拿會很可惜，我也有跟朋友去健身房的恆溫泳池游泳。因為挪威的 hiking 風氣真的很盛行，不管有沒有這個習慣幾乎所有來這裡交換的人都會去爬山，所以如果有要去挑戰一些比較有難度的山例如巨人之舌這種，一定一定要帶 hiking boots，雖然也可以在這裡買，但我自己覺得蠻麻煩的。Bergen 冬天的時候路上結冰會蠻滑的，但我自己是覺得沒有到一定要買雪靴的程度。另外因為這裡蠻乾的，建議可以帶護唇膏還有比較保濕的乳液，我自己因為這裡太乾所以一直流鼻血。行李清單僅供參考，實際上還是根據大家的情況調整！