



Maastricht University

交換生活-電子報一

2025 fall. 國貿三 張恩喬

食衣住行小tips

這篇是我在歐洲待七個月得出的心得，有一些必須帶、建議帶，跟生活上相關的小提醒或撇步！

衣服怎麼帶？

如果是跟我一樣在秋季交換的話，除了八月是炎熱的夏天之外（我自己八月就來了），其實九月開始就差不多可以換成薄長袖了！所以通常八月中後期來的話不用帶太多短袖，除非你超怕室內暖氣很熱；薄長袖我覺得是最實用的衣物類型，因為歐洲室內都有暖氣，所以穿太厚反而會熱，經濟能力許可的話甚至可以到這邊感受一下自己的接受程度再添購衣物，把握黑五折扣季的話可以買到很多好衣服！我自己帶來的厚長袖反而沒什麼穿，因為我一月去北歐氣溫只有-17度，台灣的厚長袖其實根本不夠用，馬斯這邊一、二月也會下探到體感-10左右，所以有打算去比較冷的地方玩，或本身比較怕冷的人我會推薦從台灣帶Uniqlo的發熱衣褲（最暖的那種），還有其他機能型的外套、純羊毛衣，會更實用一點，這邊也都可以買到但就是小貴，尤其是Uniqlo!!

然後身高的關係這裡褲子也比較難找，可以多帶一點，我來這裡之後褲子只買了一件，衣服倒是買了一堆哈哈

帽子、圍巾、手套超重要的一定要記得帶或是買，馬斯的風有時候很大手很容易凍到紅，頭部比較敏感的也要注意頭痛的問題！！

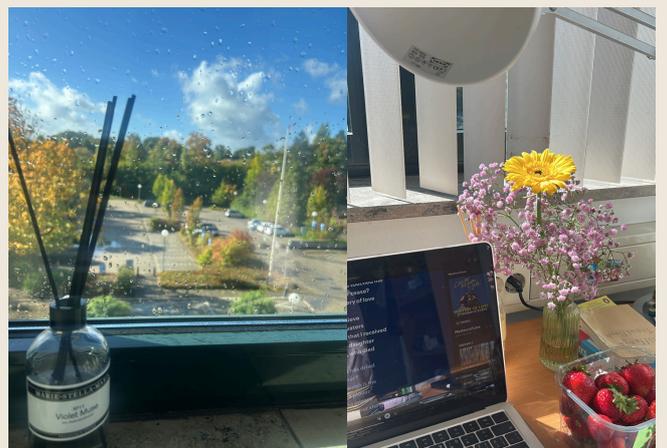
跟我一樣愛打扮的女生想帶不同的靴子我很推薦Timberland的防潑水靴，很好搭而且下雨下雪都不怕濕腳；包包的話可以帶背起來差不多夾在腋下長度的手提包，比起斜背包更難偷自己帶出去也比較安心。

食住

泡麵的話這邊的亞洲超市有很多韓國泡麵，我自己是帶維力炸醬麵跟來一客來，但其實有找到人一起煮飯的話煮飯也是滿好玩的，調味料基本上亞洲超市都可以找得到！電鍋的話這邊也可以找到所以不用特別從台灣帶，只有零食在這邊比較難找到台灣同款（義美小泡芙之類的），所以有這類鄉愁的可以帶。

我是住Guesthouse C building的單人房，需要跟其他十幾個人共用衛浴跟廚房，枕頭床墊等基本家具Guesthouse都會提供，也會給全新的床包枕套，只是是全白所以我自己有另外買有花紋的，衣架幸運的話上一個租客通常都會留，Guesthouse也會提供全新一組個人餐具（沒有筷子），理論上是可以直接入住的；洗衣烘衣是跟整層的人共用，不用另外投錢，我自己有從台灣帶洗衣袋來用，推推！

保養品化妝品如果肌膚比較敏感的我會建議從台灣帶，因為氣候不同歐洲保養品有些還是比較滋潤，不一定適合每個人，彩妝的部分強烈推薦眼影盤要自己帶！！除非你熱愛煙燻妝，不然很難在這邊找到適合的眼部彩妝。



在荷蘭移動 (+ 馬斯附近景點)

在馬斯因為最後決定不騎腳踏車所以我主要是用走路，不過公車也很方便，荷蘭公車上下車直接刷信用卡或手機感應支付都可以，火車也是（不過要注意不同路段營運的公司不同要刷的機器也不同），火車的話我通常還是會用官方程式買電子票，短程區間車才會用刷卡的，不過馬斯有些公車是計次的不用下車刷卡，所以如果當地居民或司機跟你說不用刷卡相信他們就是了！接下來要介紹的是馬斯垂克附近適合一日遊的地方！

1. Valkenburg

搭火車十分鐘就可以到的小鎮，有城堡跟洞穴遺跡，聖誕節的時候也有著名的洞穴聖誕市集，整個小鎮十一月多就會是聖誕裝飾了，還有滑梯跟纜車可以玩，非常適合一日遊！

我自己常常去這邊小晃一下，很多溫馨的咖啡廳可以去。



2. Aachen

搭公車360一小時可以直達的德國小鎮！！公車行駛路線也很漂亮體感不會那麼久，亞琛算是離馬斯最近又方便的德國景點，大教堂很漂亮也可以去DM買便宜的德國藥妝，很適合安排一日遊走走，我自己沒看過但聽說聖誕市集也很不錯！（如果是禮拜六日去店家營業時間要查一下喔）

