

電子報 1：行前打包清單

因為在出國前打包行李讓我傷透腦筋，結果帶去的東西很多其實沒有必要，所以和大家分享一下我的打包清單和最後我覺得那些東西的需要程度，希望能幫助到大家。

◆ 文件類

文件類的東西最重要的是將它們通通掃描成電子檔，放在雲端、手機裡，若需要用到的時候可以隨時拿出來看、供查驗。影印出來的必要性我覺得沒這麼大，也可以節能減碳愛地球。除非像是為了要申請居留證、開戶而需要準備的紙本，這種就請把東西備齊之後分用途使用資料夾或信封袋收好帶去。

文件	份數	必要性
護照	1	V
護照影本	2	護照影本若真的要印就印一份和護照放不同地方就好，最好與大頭照兩張放一起。護照遺失時用
符合護照規格大頭照	15	
航班表	1	
土耳其電子簽證	2	當初印兩份怕不見，但其實有點杞人憂天！根本沒必要！
土耳其飯店證明	2	
銀行財力證明	2	
Aalto 入學證明正本	1	
Aalto 入學證明影本	1	用不到
政大英文成績單	1	沒用到
SIP 學生健康險證明	2	
ACE 申根國家保險英文影本	1	
ACE 申根國家保險申根證明影本	1	
芬蘭宿舍契約書影本	1	沒用到
緊急聯絡人清單	1	也包含了信用卡掛失等重要電話

◆ 證件

證件	卡號	掛失專線	必要性
國際青年旅館卡			根本沒用到
國際學生證			
身分證			不需要帶出國
健保卡			不需要帶出國
旅行支票			
額度:			

◆ 包包類

包包	數量	必要性
零錢包	1	
皮夾	1	
肩背大包包	1	
小包包	1	
隱形腰包	1	旅行時把部分現金、金融卡貼身收著分散風險
大行李箱	1	

◆ 生活日用

生活日用	數量	必要性
卸妝乳	1	
洗面乳	1	
隱形眼鏡	1	
眼鏡	2	
衛生棉	4	其實芬蘭買的到衛生棉，但我個人覺得沒很好用，所以看個人喜好，反正就塞行李空隙。
夜用衛生棉	2	
毛巾	2	
化妝水、乳液	1	歐洲氣候真的很乾，要用 保濕型 ！

牙膏牙刷旅行組	1	
鏡子	1	
護唇膏	1	
隨身化妝品與化妝包	全部	
保溫瓶	1	
小包衛生紙	一袋	
肥皂	1	
指甲剪	1	
熊寶貝衣物香氛袋	2	
熊寶貝衣物清新噴霧	1	
棉花棒	一小袋	帶夠用就好，一盒太多了！
泡麵碗	1	可以去 ikea 買一組有四五種 size 的保鮮盒組代替，用途還比較廣，也很便宜。

◆ 電子用品

建議不要帶延長線，因為電壓不同所以蠻危險的，事實上房間插座超多也用不到延長線。(我住 ida 1F)

電子用品	數量	必要性
S3	1	
S3 充電器	1	
筆電	1	
筆電充電線	1	
USB	2	
外接隨身硬碟	1	
滑鼠	1	
筆電提袋	1	
圓形插座轉接頭	2	芬蘭的  接頭太

舊型手機&充電器	1	
網路線	1	
耳機	1	

◆ 衣物、鞋子

因為是 Fall term 去，所以到的時候其實不會是大家想像中的那麼冷，穿著大概是短袖長褲配上防風的一般外套就好，不過路上也不會有人穿夾腳拖就是，就連拖鞋也很難在芬蘭買到。在芬蘭要買褲襪很貴，所以若大家有習慣穿褲襪的就多帶幾雙吧！也可以帶發熱衣發熱褲，若真的覺得很冷的時候加在裡面。

平常就是洋蔥式穿搭，因為室內有暖氣。覺得很冷的時候穿多層一點會比只穿一件很厚還要溫暖，因為層與層之間可以 keep the heat。鞋子的部分，在雪地裡有毛的鞋子還是會比較溫暖，不過如果覺得穿有毛的鞋子太熱，也可以選擇買羊毛氈的鞋墊墊在鞋子裡，隔絕濕濕冷冷的氣穿透鞋底透上來。然後靴子在冬天可謂是必需品。

衣物	數量	必要性
GORTEX 大衣兩件式	1	其實羽絨外套就蠻夠用的了，冬天到的時候自然就會去採購一番了，我覺得不用花大把鈔票買這個，但去北極圈的時候我覺得有一件防水材質的外套很棒，這樣就可以躺在雪地上。
薄圍巾	1	
大圍巾	1	圍巾在 H&M 其實蠻多便宜貨喔！
灰色毛帽	1	
內衣		要帶幾套大家見仁見智，不過因為氣候乾燥所以內衣褲基本上一個晚上就會乾了。
內褲		
襪子	4	
薄外套	2	
短袖上衣	5	
長袖毛衣	4	

長褲	3	
睡褲	3	
背心	3	
紙內褲	6	因為在土耳其轉機有出境去玩厂厂
套裝襯衫	1	我選的課即使要上台報告大家也穿的很隨興，所以根本沒用到。洋裝部份記得要考慮到冬天還是配個黑褲襪比較不會冷死。
套裝裙子	1	
正式場合洋裝	1	
厚毛襪	2	要買的話要買羊毛材質的才夠保暖喔！綿的到北極圈無用！
手套	1	<p>入冬之後才會用到，在赫爾辛基不需要戴到太厚的手套，中等就可以，材質一樣很重要。不過到北極圈的話請記得戴兩層手套，外層請買防水材質免得碰到雪溼掉之後害手指凍傷，最好是買像右圖那種，讓手指可以在裡面活動、摩擦生熱。</p> 
泳衣	1	去桑拿的時候會用到喔必帶！
拖鞋	1	
運動鞋	1	
平底鞋	1	
墨鏡	1	

◆ 文具

文具	數量	必要性
鉛筆盒	1	若習慣用立可帶的要記得帶補充帶
行事曆	1	
筆記本	2	在 Kamppi 裡有間店叫 tiger 其實可以買到便宜筆記本(1~3 歐)
釘書機	1	

可書寫膠帶	1	
-------	---	--

◆ 藥品

藥品	數量	必要性
感冒藥	一大包	
防蚊液	1	芬蘭沒有蚊子！！！！
碘酒棉棒	1	
OK 蹦	1	
B 群維他命	1	

◆ 台灣小禮物

其實可以不用帶太多，真正會熟到想送紀念品的應該就只有室友、tutor 跟平常一起出去玩的幾個人而已。平溪小天燈吊飾很可愛又可以跟他們介紹天燈、粽子吊飾(包中)也是可以介紹端午節又祝人學業進步都算是不錯的禮物。筷子其實蠻常見的，他們吃壽司也都會用筷子喔雖然用的不是很好。

◆ 食物

食物的部分我只帶了康寶濃湯、豆干跟大甲乾麵一包。其實芬蘭中超蠻多泡麵的，而且香港的出前一丁好好吃！沙茶醬、金蘭醬油膏在中超也買的到。所以如果要帶的話可以帶個肉鬆！這樣可以自己做飯糰厂厂