

電子報 (1)

IMBA 97933024 黃方瑩

終於到了要出發的日子，雖然等待 MVV 花了一點時間，但最終仍順利完成。經過這個經驗告訴我們，所有的流程都一定要再三跟荷蘭的助教確認清楚，而且確定所有要正本的文件都要按時寄出並確認對方收到。基本上，荷蘭政府機關的動作還蠻快的，在收到全部文件後，7-14 天內就可完成，不過還是要定時追蹤。因為訂華航的學生機票，有 30kg 的行李可 check-in, 另外手提行李又帶了 1 箱 1 背包，不過因為是冬天前往，光衣服就佔了不少體積。因為這次只有我一個人前往阿姆斯特丹大學，也沒有上一屆前往的學長姐，因此請教了不少有去過荷蘭的朋友，也請 NESO 提供當時正在阿姆斯特丹念 degree 的台灣學生 mail, 出發前趕緊跟大家聯繫並詢問要帶的東西。在這裡，就分享一下我帶了甚麼東西據大家說，我帶著真的挺齊全的。

食

- 泡麵: 懷念家鄉味用，另外剛開始還不熟悉地理環境，還不知道怎麼添購食物時，可以短暫充饑。
- 雞湯塊/康寶濃湯/火鍋湯包...等調味包
- 烹大師(Hodasi):歐洲沒有這一味
- 薑母茶包: 荷蘭冬天風大又濕冷，去寒補氣很有效
- 肉鬆/油蔥酥
- 喉糖: 可以買一點過去，因為歐洲偏乾，水又貴，出門在外很容易口乾舌燥甚至肚子餓，喉糖就成了大功臣，很有效，也避免喉嚨發炎的狀況。因為歐洲比較貴，所以可以從台灣帶一點過去。

衣

歐洲風大，會冷都是因為風帶走身體的體溫。最好在台灣買一件防風防潑水的羽

絨外套(我是到台灣羽絨)買的，長度最好過腰遮到屁股。我是買到小腿肚的長度，雖然非常保暖，但是有時候因為太長，衣服搭配上不那麼方便。另外，很多人會說衣服最好帶暗色系，低調外避免被外國人盯上奪取財物，但其實沒有那麼嚴重，要隨時小心是真的，畢竟我們東方臉孔很突出，但還是可以帶一點有色彩的衣服去做搭配，不然穿深色衣服久了，除了很膩外也會有點憂鬱。不過，不用特別帶很好的衣服過去，除了那件防風保暖的外套很重要以外，帶一些長袖供替換的衣服回國時可以丟在當地即可得衣服。到當地，還可以視折扣季添購一些歐味風格的衣服。

歐洲冬天都有暖氣，所以不用特別帶保暖內衣，因為根本沒機會穿到。即使在戶外，有一件夠力的擋風保暖外套就夠了。不過，內搭的保暖襪或褲襪就很有用，建議多帶幾雙。

阿姆斯特丹不會有大積雪的情況，不過若你會到雪地的國家，建議買一雙防水的靴子，裡面要能穿保暖襪，還有雪釘，這可以幫助不滑倒且不會因雪跑進鞋裡濕掉導致腳凍的難受情形。我也是在一些登山用品店裡買一雙登山雪靴，回國時就丟在那裏了。最後，帽子手套圍巾帶一套過去備用即可。其他可以在當地再購買當地更能抗寒的商品。

住

最好能跟住在當地的台灣留學生購買，除了價格實惠外也方便。另外建議從台灣帶過去的有：國際規格吹風機(旅行時也可帶著很方便)，護髮乳，面膜，隱形眼鏡藥水/食鹽水(那裏很貴也不知道在哪買)，轉接頭數個(台灣很便宜，歐洲一個要快 10 歐)，延長線，網路線(以防萬一)。衛浴用品旅行組(外出旅遊，廉價航空液體有限制，最好帶一個旅行組可以分裝)。最後，防曬乳(歐洲紫外線很強，但是防曬乳係數很低，又很貴，建議從台灣帶一點過去，免得回來成了小黑人)

行

- 腳踏車燈：荷蘭很貴，可以從台灣買過去。
- 40*55*20 的小登機箱：搭廉價航空到處旅行時很方便，也可以到當地再買。

- 睡袋: 寄住朋友家時很方便
- 護頸枕: 搭長途車子/飛機時，讓你有好眠。

宜

1-2 本有興趣的課外讀物。

樂

建議購買 JTB/精英出版社的旅遊書，內容非常詳細強力推薦，是十分適合自助行的工具書。