

[芬蘭冬天究竟冷不冷?該如何禦寒?]



(像圖片這樣是完全不夠的!負十五度，瀕臨凍死的一天)

芬蘭的天氣比較乾燥，所以雖然緯度高，冬天時溫度極低，但感覺起來的冷度沒想像中誇張。告訴大家一個首要守則:用衣物把全身覆蓋住!正因為是乾冷，芬蘭的寒氣並不會像台灣一樣，硬是要穿過衣服鑽進骨子裡的那種感覺，所以只要有衣服擋著，就已經是做好第一層防禦。接著進行細部的穿著建議。

頭部:一頂毛帽可說是必備，頭是大家最容易忽略的地方，常常衣服穿的厚重，脖子以上沒什麼準備就出門了，這樣的結果通常是:耳朵、鼻子、臉頰都會被凍傷，如果風大，頭還會非常痛，十分煎熬。建議大家選一頂厚實的毛帽(空隙不太大的那種)，戴的時候順便遮住耳朵，如果還是怕耳朵會凍傷，可以先戴一個

耳罩，再蓋上毛帽。此外，建議配戴口罩出門，不僅能保護鼻子和臉頰不被凍傷，也能避免直接吸冷空氣進身體裡，如果覺得戴口罩很麻煩，可以在圍圍巾時，圍得面積大一點，除了圍脖子，同時遮蓋住口鼻。

上半身:裡面穿件薄的衣服，短袖也無妨(因為一進室內暖氣很足，有時穿太厚在室內會狂流汗)，在薄衣服外可以先穿一件薄的防風外套，外面再罩一件大衣外套(裡面有鋪棉的尤佳)；如果還是會擔心這樣不夠保暖，可以去機能性衣服的專賣店(i.g.Traveler,山頂鳥...etc.)購買機能性外套，有些組合是一件羽絨衣搭配一個防風的外套，穿上機能性外套就真的滿足夠的了。

下半身:記得買一些內有鋪棉的內搭褲，緊緊包覆兩條腿，外面想穿裙子就不怕冷嚕，如果還是怕冷可以在內搭褲外再穿一個滑雪褲，就夠暖和了。

鞋子:想當初我來芬蘭的時候帶了兩雙鞋，一雙雪靴、一雙馬丁鞋，結果雪靴底超滑，非常不適合在雪地上行走，我的馬丁鞋因為太硬，也是讓腳吃了不少苦頭。還要提醒大家一件事，如果鞋子上帶了一些雪進室內，雪馬上就會融化，如果鞋子沒有防水功能，就會濕透，當你再度穿上溼透的鞋子走到室外時，會真真切切的感受到芬蘭的冰冷以及腳趾頭的痛楚，當時很羨慕兩個學妹，他們都是穿 **Palladium** 的機能鞋，防水又防滑，真的滿適合在芬蘭穿的，在此附上品牌網址 www.facebook.com/PalladiumBoots.Taiwan，可以自己挑選適合自己的鞋子，穿得舒服又走的安全，才能展開開心的旅程:D

附註:如果衣服帶得不夠，也可以到芬蘭當地去購買，芬蘭的大賣場 **Prisma** 內有 **H&M**，此外，也可以到 **UFF**(芬蘭的二手商品專賣店)購買二手大衣、帽子、鞋子等等，常常能撿到寶喔。