

電子報一

Lancaster University 生活須知篇

開戶

在英國有一張 debit card 是非常方便的事。大部分的商店都可以使用，即使一鎊兩鎊的小額付款也都能刷卡，省了很多找零的麻煩。而且網路上刷機票、購物也都很方便，用 debit card 還常常可以免去額外手續費。Lancaster 校內有兩間銀行，可就近選擇一家開戶。若不滿意也可以自己去鎮上開，鎮上有更多間選擇。開戶只要先向學校申請 bank letter，帶著去向銀行申請就可以了。開戶大概需要等一周左右才能拿到自己的信用卡，因此建議可一開始帶一些生活費在身上，額外帶一些旅行支票或開戶後再請親人匯錢過來。要注意有的銀行可能會每月加收帳管費，可是海外匯錢不用手續費，有的不用多收帳管費，但每次匯錢另外收手續費，可以依自身需求多加考量。

運動

Lancaster University 本身占地廣大，校園前是一片廣大翠綠的草地，甚至還有池塘和森林，有一次我就在校園內的草坪發現野兔和松鼠呢！圍繞校園更有幾條 footpath，很適合慢跑或散步。另外，學校內有蓋了一棟很高級的 sport center，裡面有游泳池健身房等各種設施，要使用需加入會員並繳費，但收費並不便宜。學生會也很貼心的提供了 Just Play 的活動，讓有興趣的學生用一鎊體驗各種運動，而不用繳交年費。每周都有固定的時間表，可以用一鎊去使用 sport center 的各項設施，體驗沒試過的運動，非常划算。



生活用品購買

學校內本身有兩家超市可應付日常所需。其中一家 Spar 較有規模，有賣基本的蔬菜水果、肉類和罐頭食品等等，有時也會有特價水果，可以下課沒事就去晃晃。在英國外食非常昂貴，去餐廳最少都需要花到 10 鎊左右，因此大部分的學生都會自己煮。學校也有提供訂餐選擇，以周計價，一餐也是要 4~6 鎊，是懶得煮飯、懶得每周採買的人的好選擇。至於要大量採買的話就必須搭公車去鎮上，每天都會有公車來往鎮上，來回 2.45 鎊，若是想省錢的話也可以搭每個禮拜三早上十一點開始整點前往鎮上最大超市 Sainsburys 的免費專車。但要注意回程時可能要早一點去等車，不然有時會發生公車客滿司機不讓你上車的窘境。另外禮拜三鎮上也會有市集，可以以非常便宜的價格採買蔬菜水果，或是各種蜂蜜果醬等產品。除了這些之外，鎮上的 poundland 也是留學生的好朋友，所有東西每樣

都是一鎊，可以在那邊找找需要的生活用品。另一家食品超市 Iceland 則專做冷凍食品，可以在那買到便宜的雞蛋牛奶和微波食品。當吃膩了義大利麵，開始想念東方料理時，可以去鎮上的中國超市購買豆腐、香菇、調味料等食材，買到一定的價格或是有買米的話，甚至還可以請老闆幫你運到學校，不用自己辛苦扛回宿舍。基本上想買的東西在 Lancaster 鎮上都找得到，The Body Shop、Clark、Lush、Accessories 等在鎮上也都有店，甚至 Primark 也將在明年開幕。只是如果想去逛 H&M 或 Superdry 之類的話，可能還是要去鄰近的 Preston、Manchester 或是採用線上購物就是了。

列印

可在圖書館或電腦室進行。基本上學校有提供給每位學生基本的額度(大約可免費印 20 張左右)，超過的就要自行上網儲值或是用圖書館的機器自行加值，在這邊影印的價格不算便宜，因此也可以看到教室內也很多人攜帶平板或筆電等去上課，直接把筆記打在講義旁。

