

阿姆斯特丹大學
98 學年度 第二學期
97357015 財管碩一 謝宛純

交換學生電子報第一期

事前準備

到一個完全陌生的國度，事前的準備是非常重要的，瞭解的越多準備的越充分，剛開始到的時候就比較不會慌張。以下分為兩大部分分別在出國前半年時，可以注意的事項。

蒐集資訊：

首先，可以在網路上搜尋一下是否有之前的人出國的經驗談，重要的是了解當地的食衣住行。首先在 OIP 網站上已經有為數不少學長姐的心得分享，尤其是可以從助教那裡，得到已經回來或是正在那裡交換的學長姐連絡方式，可以電子郵件的方式請教他們相關的問題，不過要記住，出國交換的學長姐並非義務替你解決問題，且交換學生的時光對他們來說也是非常珍貴的，所以非到真的找不到答案，否則不要三天兩頭就寫信問問題，畢竟學長姐可能正在到處出國旅遊呢！另外 OIP 所辦出國前的各式各樣的學長姐經驗分享，也建議一定要參加，因為可以在裡面得到非常多有用的資訊，也可以藉此認識要一起出去的同伴們，因為在半年的旅程中，他們是非常重要的！

另外，*荷蘭在台教育中心 NESO* 也是對去荷蘭求學的學生非常重要的一個組織，也是其他國家沒有的優勢。裡面的工作人員都非常好，你所有的資訊都可以不厭其煩的問他們，舉凡簽證到玩樂，他們都會非常的有經驗，並在他們的網站上提供非常詳細得資訊。另外他們也會辦一些行前說明聚會並請學長姐回來傳授一些在當地生活的小撇步，真的是非常受用，而且從荷蘭留學回來的人都會齊聚一堂就跟一個大家族一樣，非常的有組織，非常的溫馨可愛！

最後，還有大學生常上的 PPT 中的 StudyinNL 和 Holland 板中，也是提供要過去荷蘭生活或求學的重要資訊交換場所，也有一些二手買賣物品的租屋的資訊，可以多多利用歐！

荷蘭在台教育中心：<http://www.neso-taipei.org.tw/>

荷蘭觀光旅遊網：<http://www.holland.idv.tw/>

出發前準備：

如果有參加 NESO 所舉辦的說明會，都會給你一份資料提醒你有關行前需要準備什麼東西，如何辦簽證等，所以只要按照其準備的資料準備，通常不會漏掉太重要的物品，不過以下是一定要先準備的東西。

1. 衣物：在下學期過去的學生通常都會遇到歐洲最冷的一二月，所以保暖衣物就非常的重要，不過由於歐洲到處都有暖氣，所以歐洲人最常見的洋蔥是穿法就非常的重要，以防進入室內之後非常熱又無法脫掉任何衣物。所以最常見的穿衣方法即是層層疊疊來保暖，通常裡面不要只穿一兩件超厚的毛衣，寧願穿五件較薄又好穿脫的針織衫(當然還是要有基本的保暖程度)，只要外面的大衣或防風外套夠暖，加上一條大大的圍巾即可。

由於阿姆斯特丹時常會下雪，雪在地面會積成冰，所以一雙好的鞋子就非常重要。通常歐洲人會穿靴子，可以保暖，而台灣人流行的雪靴也是非常好的選擇。值得注意的是，盡量不要穿布鞋，因為布鞋容易濕，當水氣濕進鞋子後加上溫度超低，腳受凍的機會就非常的高，所以選擇皮的鞋子較好，而購買雪靴時也要問清楚其質料與內層是否有特殊防潮設計，通常來自歐美的牌子較會注意到這一塊。另外，由於路面結冰會非常滑，所以選購鞋子鞋底紋路與材質也是選購重點，如果能有防滑的鞋釘裝置，就更理想了。

2. 文具用品與美妝保養用品：這兩類的東西在歐洲都是貴到驚人，尤其是文具用品可能飆到台灣價錢的十倍，所以建議相關文具用品一定要帶齊，筆記本剪刀膠帶等東西也不要忘記。另外美妝保養用品也非常重要，尤其在荷蘭通常標示的都是荷蘭文，如果無法選購自己膚質適合的用品會非常麻煩，所以盡量都帶齊。
3. 歐洲火車通行證：EURail PASS 通常在旅行書裡時常被提到，它可以讓你在歐洲之間搭乘火車旅行時，有較優惠的價錢，其規定是在境內買不到，所以通常在台灣可以請旅行社代訂。有關於此通行證的選購技巧，由於是在之後的旅行之中體會，所以將在接下來第四期的電子報中提到。