

University of St. Gallen

金融四 葉三榮

2015 Fall

## 食物

外食太貴了, 便宜的 Kebab 大概 CHF 10, 中餐廳的湯麵 CHF 16 元起跳, 如果是在學生餐廳用餐, 大概 8-16 元不等, 可以飽餐一頓, 選擇也很多, 在學校的話除了學生餐廳還有另一選擇就是 Bamboo 中式飯盒, 8 元的飯或是麵, 上面淋上醬汁(含肉與蔬菜)。

我多半時間都是自己煮, 公寓裡的煮飯器具都很齊全, 不用從台灣帶來, 不過可以自己準備環保餐具, 公寓裡不一定提供筷子。

Zum Goldnen Leuen 是我推薦的餐廳, 這裡有我在聖加倫喝到最棒的啤酒!

## 購物

不用懷疑貴是一定的, 食物採買的話車站旁有 MIGROS 和 DENNER 兩家來自同一個集團, DENNER 稍微便宜一點但是選項比較少, 我自己的做法是坐車到 LIDL, 這個連鎖超市不在市區, 離市區大概十分鐘車程, 幾乎所有東西都比 MIGROS 便宜一點。

MIGROS 不賣酒, DENNER 與 LIDL 有賣, 這幾家都是週一到週五營業至晚上七點, 禮拜四 MIGROS 到晚上九點, 禮拜六到五點, 禮拜天基本上所有店家都是關門的。若是禮拜天實在物資缺乏可以去車站附近的 coop pronto 便利超商, 跟 coop 超市不太一樣, 價格會稍貴一些但是又比 Kiosk 便宜。

閒來無事可以造訪 Konstanz, 這是離 St. Gallen 最近的德國城市, 物價會讓你覺得舒服, 車站旁的 Lago 地下一樓有 ALDI, 過橋之後有 Kaufland, 兩家都可以買到便宜的肉以及酒。注意禮拜天沒開! 肉類攜帶回瑞士有重量限制, 不要太誇張, 被抓到要罰錢的!

說到這個酒, 來瑞士喝酒就對了, 啤酒我從 LIDL 買它自有品牌 65 分錢, 比水還便宜, 一天一瓶 OK 的, 紅酒也能買到實惠的, 來自義大利或是瑞士的紅酒都能買到 300 元台幣以下的好紅酒。

其他便宜的東西還有牛奶, 可能這裡牛多吧, 奶就便宜了點而且特別好喝。

想念亞洲食物的話, 離學校附近有一間亞洲超市 ASIAWAY, 裡頭可說是應有盡有, 牛頭牌沙茶醬, 咖哩, 麻油, 米酒, 亞洲泡麵, 上海陽春麵, 刀削麵, 擔擔麵, 老抽...很多東西啦。另外一間亞洲超市在車站附近叫做東南亞商店, 稍微貴了一些選項比較少, 還有一間叫做白天鵝在 MIGROS 那棟建築物裡面, 比較像雜貨店, 也提供中式餐點(不便宜)。

除了食物外我在 Konstanz 買過鞋子, 可以退 19% 的稅(記得帶台灣護照, 居留證沒用), 也比瑞士便宜許多可以考慮, 衣服的話 H&M 沒有比台灣便宜, 但是商店許多可以慢慢探索。

如果要網購的話可以選擇 Amazon.de 或是 Zalando。

## 運動

學校開學前會給你體育館各種運動的開放時間, 也可以使用健身房(好像還有教學), 籃球, 網球, 排球, 足球(室內&室外), 羽球, 桌球... 很多種給你選擇, 體育課不像政大有學分, 可以自由報名, 有些需要費用, 游泳的話學校沒有自己的游泳池, 但是在聖加侖有游泳池, 你可以再問一下當地學生。

喜歡健行的朋友有福了, 聖加侖附近就有 Säntis 這座高山, 其中冬天時能夠夜間漫步在雪中, 特別浪漫。

\*籃球鞋不好買, 建議可以從台灣帶過來

## 衣物

我是秋天學期, 所以八月底到的時候將近 30 度, 短袖短褲沒問題, 天氣在九月至十月開始轉冷, 冬天 12 月開始氣溫大概 2-10 度, 聖加侖是山城容易下雪, 衣物可以選擇防潑水的登山外套或是羽絨外套也可以, 我的經驗是穿一件保暖內衣外面加一件襯衫或是 Hoodie, 再加一件外套, 必要時再加上圍巾。

我帶了西裝以及皮鞋來, 這裡的人似乎報告不用穿正式服裝跟 ETP 教的不一樣... 可以準備厚襪子以防下雪冷到腳, 鞋子的部份因為常下雨甚至下雪, 可以準備防水的靴子。

如有問題 歡迎詢問

葉三榮

Email: [martin.yeh@outlook.com](mailto:martin.yeh@outlook.com)

Facebook:

