

EXPLORE EUROPE

Netherlands Tilburg University

企四A 黃建蒲 Sean



食

食物的部分其實就是交換的最大開銷，你可以為了省錢，少出去玩一點，但你不能為了省錢不吃東西。而且我的食量很大，所以我很怕我的伙食費會太高。因此我每一餐，早午晚餐都是自己煮，然後一個禮拜會去三次當地的連鎖超市jumbo採買。因為荷蘭外食真的太貴了，一餐幾乎都是500塊台幣起跳而且也吃不太飽。至於出去玩的話，我只會吃必吃的當地美食，像是去法國要吃可頌，葡萄牙要去蛋撻，西班牙要吃海鮮燉飯。一趟旅行大概只吃一到兩次餐廳，其餘時間也都是到當地市場採買回Airbnb或是hostel自己煮。



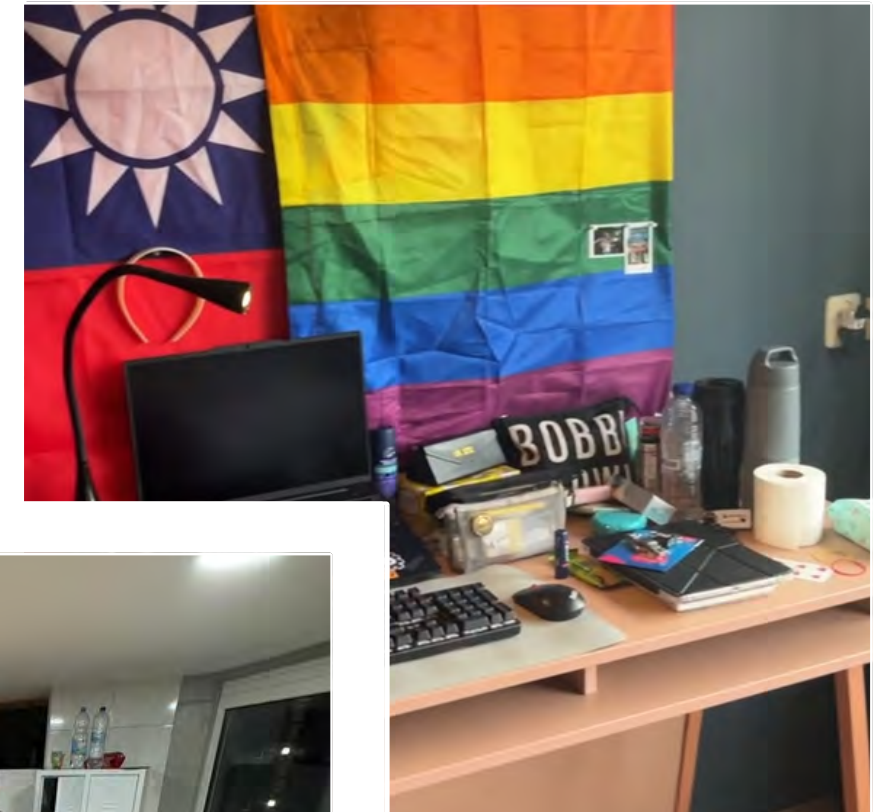
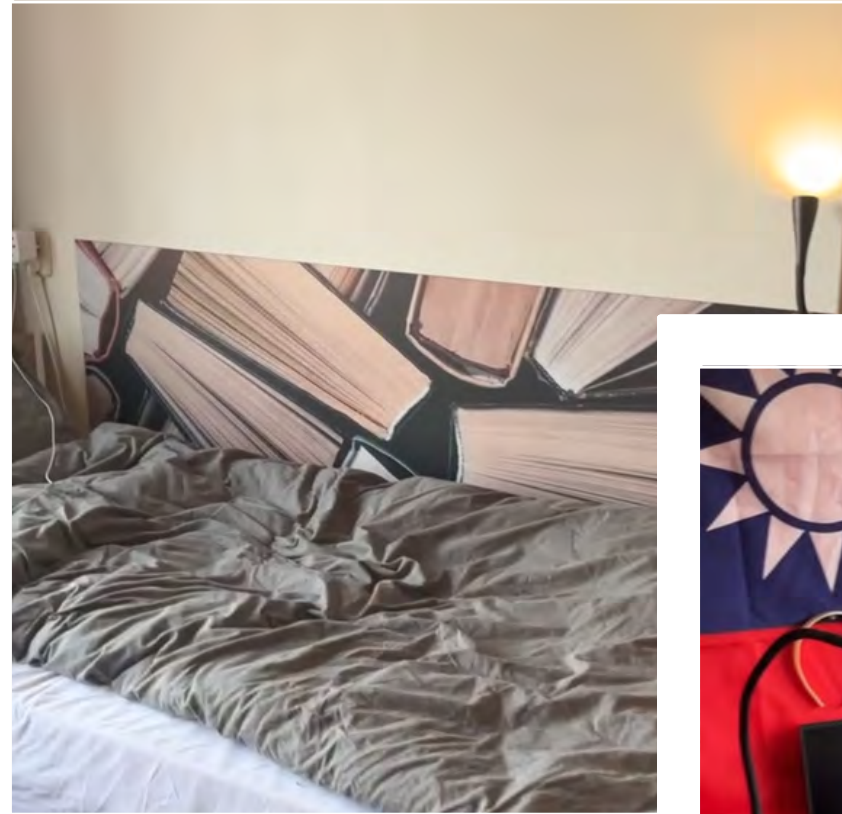
衣



衣服的部分我覺得可以不用帶太多，因為到歐洲各國旅遊逛街的時候一定會不小心手癢買好多件，歐洲比台灣還要流行 **vintage**，很多二手古著店，價錢都非常的便宜。有時候也會有 **vintage** 市集，會有很多人自己擺攤把家裡不要的衣服拿出來賣，這種的都很便宜，甚至還可以殺價。我就成功在阿姆斯特丹的 **vintage** 市集買到了一件500塊台幣的厚外套。但如果你不能接受穿別人的舊衣服，一定要買買新衣服的話，衣服跟厚外套就可以戴好戴滿了！因為歐洲的**ZARA**或是**H&M**那種快時尚大品牌價錢都是台灣的一點五倍到兩倍。當然也是有像台灣一樣，這些品牌為了清倉會有打折的時候，但打折的那些款式我覺得都沒有到很好看，所以我在歐洲幾乎都沒有在買這些大品牌的衣服。

住

我是住在**Verbs**學生宿舍裡，一層樓17個人share一個大廚房，三個浴室兩個廁所，每一個人都會有自己獨立的房間。**Verbs**我真的是大推特推，價錢非常的便宜，東西跟設施又很齊全。而且宿舍氛圍非常的好。交換生總共有兩棟，一棟各自有五層樓，大家幾乎都不會鎖大門，所以就可以去不同的樓層煮飯、派對或是聊天。**Verbs**是可以認識很多人的一個環境，雖然有一些樓層可能會非常的吵鬧，每一天開派對，或是有一些人樓層的人衛生習慣不佳會把廚房搞的很混亂。所以還是看自己的運氣問題囉～～我的室友們就非常的乾淨，一個學期只開過一次**floor meeting**，但我有一個朋友的樓層非常的髒亂，在**floor**的**group chat**講了很多次還是沒有改，甚至還直接在**group chat** 裡面互嗆。



行

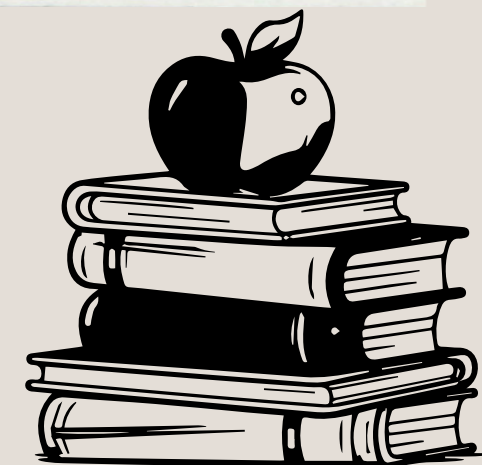
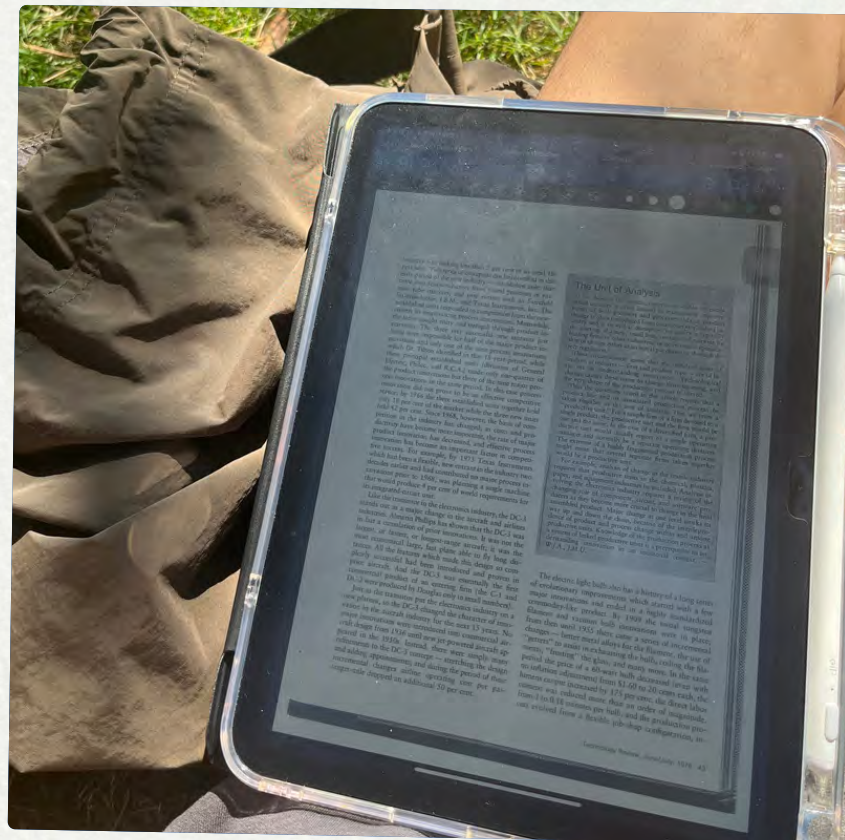
荷蘭眾所皆知的就是腳踏車大國，這裡腳踏車比機車和汽車還要多。所以來荷蘭交換的話一定要先學會騎腳踏車。可以選擇用租的也可以買二手。我是買二手的花了80歐，但我後來還花了大概40歐維修。不過因為我來荷蘭交換一年所以買二手的比較划算。但如果只來半年我會推薦租腳踏車。

有兩大牌子可以租swafiet 跟unibike。
swafiet 在市中心，蒂爾堡車站附近，價錢比較貴但是車子壞了，比較不會坑你錢。
unibike就在學校裡面，價錢比較便宜，但是維修費用比較高，而且還會動不動坑你的錢。



育

荷蘭的大學一個學期會再分兩個block，因此有一些課程是一個block的課，有一些是一個semester 的課。一個block的課程會比較緊湊，一週可能不只一堂課。而且教授會在七個禮拜內塞非常多知識給你，蒂爾堡大學又是研究型大學，因此會有很多paper需要自己花課外的時間研究，所以在安排課程之前請三思，一個semester 的課就比較輕鬆一點。蒂爾堡大學還有minor課程，一個minor會由三堂課程組成然後必須在一個block裡完成。所以壓力非常的大，我當時就讀到快要瘋掉了，壓力非常的大。但最後三堂課都pass的話，會拿到通過這個minor的證書，看到這個證書的當下覺得一切都值得了。未來也可以放在履歷裡，打破企業覺得交換生都只是出國去玩的迷思。



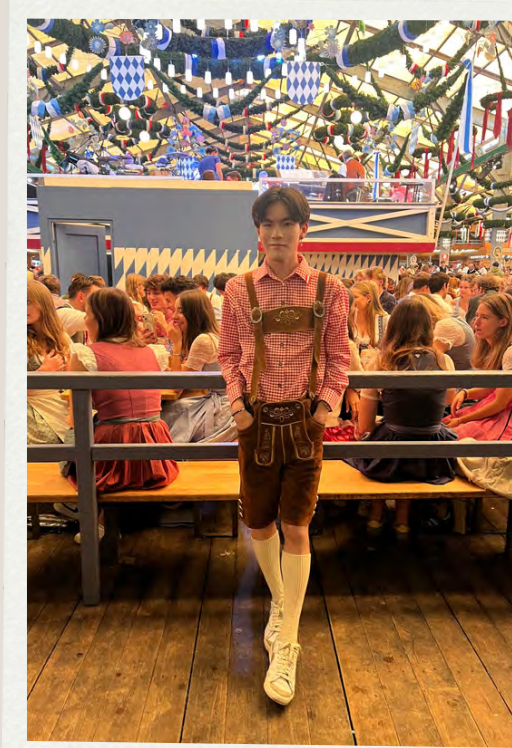
樂

我想在歐洲各國遊玩應該都是各個交換生選擇在歐洲交換的主因之一吧。因為我會在荷蘭交換一年，因此我比其他只去交換半年的交換生時間還要充裕，所以我只去了11個國家。



其中我有三個國家是自己獨旅的，獨旅我覺得其實不會到很危險，也有可能是因為我是男生，所以我其實沒有碰到太多危險，但還是有遇到騷擾的問題。假如是女生的話，我覺得選者治安較好的國家獨旅比較好，因為蠻常聽到幾個女生一起出去玩仍然被騷擾的故事。

最後的建議，因為是窮遊的關係，往往都會搭夜車或是在很早的時間搭飛機，住宿可能也只能住hostel，所以其實每一次的旅行結束後都會很疲憊，我都會癱在床上耍廢一整天。因此如果你已經計劃要旅遊很多國家的人，可以把課程排少一點，不然可能真的會應付不大過來。



交換是我一生中目前做過最棒的決定，我為當初這麼堅持的自己感到非常的高興。出去交換一定会有很多擔憂，畢竟要離開自己的舒適圈，也會更大家所謂的「正常道路」不一樣，我在出國前的前一個月，每天都在懷疑自己的選擇到底是不是對的。是不是應該要選擇一個對於人生安排較為安全以及保守的道路。但出國交換後，跟不同國家的人聊天後，我的思想整個不一樣了。我只想跟各個還在考慮是否要出國交換的人說，放手一搏吧！這趟旅程你會獲得各種意想不到的收穫。以及那些已經決定要出國交換但但有許多事情的人說，你已經比很多不敢踏出舒適圈的人還要勇敢人，所以請相信自己一定能夠獨自在異鄉生活，並且適應當地的文化的！

有任何問題的話，非常歡迎私訊我，我會盡可能的為大家解惑的。但也請大家私訊我的時候注意禮貌，不然我不會理你噢！然後個人不是很愛回訊息，因此回訊息的速度可能會比較慢,請各位見諒！

IG: [_sean.0224](#)

