

我和外国房东的故事

苏芷晴参加英国游学项目时寄宿在艾米和西蒙夫妇家。期间，房东夫妇热情地帮助她适应英国的学习生活，苏芷晴不仅在异国他乡体会到温暖，还收获了珍贵的跨国情谊。

艾米和西蒙夫妇和中国有很深的缘分，他们喜欢中国文化，常和苏芷晴一起交流探讨。我们一起听听他们的故事。



苏芷晴（后排）参加游学项目时与寄宿家庭合影。

“期待再来中国看看”

吴沂萱

照顾无微不至

苏芷晴高中时参加了前往英国的游学活动，当时她被学校随机分配到了一户位于巴斯的寄宿家庭中，由此，苏芷晴和房东夫妇的缘分展开。

“房东女主人名叫艾米，她是位和蔼、知性的女士；男主人叫西蒙，他很幽默健谈。他们还有一个女儿叫西娅，刚见面时我就感觉他们都是温柔、善良的人。”苏芷晴回忆道，“能住在他们的家里我感觉很幸运。房东夫妇每天都会开车接送我上学。在那段时间里，他们像家人一般照顾我。来到新的环境，我不免有许多困惑，我向艾米倾诉自己的烦恼，她总是很认真地倾听并给出我建议。”

苏芷晴说：“房东夫妇很关心我的安全，他们夸赞我很有勇气，小小年纪就跨越重洋来游学。



苏芷晴留学时照片。

同时，他们严肃地告诉我，在异国他乡要保护好自己，如果需要帮助，一定要及时告知他们，我感到十分安心。”

在寄宿期间，艾米一家无微不至地照顾苏芷晴。“我刚来到英国没多久就开始想念家乡的饭菜了。艾米和西蒙知道后买了一堆食材，他们不会做中国菜，但为了照顾我的‘中国胃’，兴致勃勃地现学现做。他们在厨房里忙碌，处理五花肉时还有些手足无措，肉放入油锅后，立刻滋滋出香气，厨房里充满了家乡熟悉的味道，这件事让我心里暖暖的。”

除了生活上的照顾，艾米和西蒙还通过言传身教的方式教会苏芷晴许多道理。她说：“一个冬天的晚上，我和房东夫妇一起去逛街，他们买了很多手套和围巾，然后带我来到了一栋建筑旁，这里的栏杆上挂满了各式各样的手套和围巾。艾米说这些手套和围巾是供有需要的人取走，希望他们可以度过一个温暖的冬天，我感受到了赠人玫瑰手有余香。”

中国茶器精美、别致，看到他们这么喜欢我们的茶文化，我觉得很自豪。”

“闲聊时我发现夫妻二人对中国传统服饰情有独钟。”苏芷晴说，“当时我的英语不算流利，我一边比画一边用英语跟他们讲各种中国传统服饰，他们听得津津有味，不停地追问我不问朝代、民族的特色服饰。还有一次，当我们聊起广东早茶时，没想到西蒙不仅可以说出一些点心的名字，还会用粤语讲。夫妇俩说中国文化博大精深，很值得探索，他们期待再来中国看看。”

情谊地久天长

离开寄宿家庭后，苏芷晴和房东夫妇仍然保持着联系。不久前，苏芷晴再到英国读本科，她决定回巴斯看望他们。“在路上时，我已经按捺不住激动的心情了，我真的非常想念他们！”苏芷晴说，“这次回到寄宿家，我觉得很多事情发生了变化，比如妹妹个子高了。但当我走进自己曾经住过的房间，又觉得很多事情没有变，比如房间仍然保留着我之前的布置，家里的宠物们也热情地迎接我。一瞬间，我感觉像回到了自己家。”

“正巧回巴斯的第二天是我的农历生日，我只是随口一提，但房东夫妇却记在了心里。”苏芷晴说，“他们特意带我去吃了中餐。回家的路上，西蒙很会逗大家开心，变换声调为我唱生日歌。那段时间紧张，来不及订生日蛋糕，他们巧妙地用纸杯蛋糕代替。这次在异国他乡度过的生日对我来说是惊喜，也是难忘的回忆。”

在巴斯的第二天，艾米和西蒙一起出门游玩，留下了美好回忆。苏芷晴说：“那天艾米带我去巴斯城镇，她像向导一般带我游览，耐心地讲解城镇历史文化，还带我去了很多别具一格的商店。我们在街边发现了一家新开的奶茶店，艾米听说奶茶在荷兰很流行，她请我一起喝了奶茶，我们拍了许多好看的照片。”

快乐的时光总是短暂的，尽管不舍，分离的时刻还是来到了。“回学校那天，房东夫妇拥抱了我，他们说会去新的学校看望我。”苏芷晴说，“这段寄宿经历为我的留学生活增添了很多色彩，将成为我毕生难忘的回忆。”

热爱中国文化

“艾米和西蒙对中国文化非常感兴趣。西蒙是位建筑设计师，他年轻时曾到中国旅行，想要领略中国传统建筑和古村落的风采，并从中寻求灵感。”苏芷晴说，“西蒙曾去过北京、四川、重庆等地，他说自己最喜欢的中国建筑是长城和故宫，因为这些建筑有悠久的历史，宏伟壮观。西蒙常称赞中国人的建筑智慧。”

苏芷晴说：“有一次，我和西蒙聊起了家乡广东，西蒙竟然对广州的沙面建筑群很熟悉。他还自豪地告诉我，他曾参与设计了一栋位于广东的建筑，我听后很惊讶，原来他与中国还有这样的故事。”

西蒙不仅对中国建筑感兴趣，还对茶文化着迷。苏芷晴说：“住进寄宿家庭那天，我带了中国茶具当作见面礼，同行的女生送给他们一饼茶。西蒙看到后露出笑容，他先是仔细端详了茶饼棉纸，然后掀起一角闻了闻，便胸有成竹地和我们说这是普洱茶，果然被他猜中了！西蒙还用新茶具为我们冲泡了一壶茶，房东夫妇不停夸赞

留荷期间衣食住行有哪些注意事项？日前，全荷学联整理了一份《留学荷兰手册》，供即将前往荷兰的学子参考。

留学荷兰 收好衣食住行指南

张舟

衣

衣服购物方面，荷兰有两个比较明显的打折季。一个在暑假，一个在圣诞节期间。一般折扣都是7折、5折起。在折扣期时购买的衣物，有的甚至比国内还便宜得多，不过荷兰的牛仔褲通常比较贵。

在非打折季，大家可以在奥特莱斯（被留学生称为“打折村”）买到知名品牌的商品，品质需要认真研究，谨慎消费。打折村商品类型丰富，涵盖服饰、箱包、鞋类、手表和运动户外用品等。在荷兰，最有名的打折村是位于林堡省罗尔蒙德市的 Designer Outlet Roermond。这里有超过200家品牌店铺，这里的商品一般都是低至3折到7折，每年还会有特别的促销活动。

食

荷兰的超市按价格分几类档次，比较昂贵的有公主超市（Albert Heijn），这里的水果、蔬菜、日用品等比其他超市贵0.5-2欧元，但产品质量较好，可以在里面选到其他超市稀缺的货品。除此之外，C1000超市的价格也比较高，同时产品的品质和购物环境都是上乘之选。

平价超市如Dirk、Edah都比较受留学生欢迎。这些超市的商品价格便宜些，质量不错，定期还会有折扣活动。

除了超市，荷兰各城市在指定地点都有大大小小的 Open Market，类似于集贸市场或早市，开市时间通常在上午。天刚蒙蒙亮，商贩们就开始摆摊售卖新鲜的海产品、蔬菜、鲜花、熟食、奶酪等。

住

很多留学生初到荷兰会住在学校宿舍里。一般来讲，学校提供的房子住宿费用比较高，但离学校比较近，而且生活配套设施较好，无需再另付水电费、网费等。

如果自己在外租房，房租会便宜些，但荷兰的住房短缺，尤其是人群密集的大城市（比如：阿姆斯特丹、海牙、鹿特丹）以及留学生密集的城市（比如：瓦格宁根）。很多租房不包含家具，性价比较低。下面给大家介绍在荷兰租房的注意事项和常见平台。

首先，需要考虑租金预算。一般在300-700欧元，留学生可根据自己的需求规划。其次，在租房申请时，租户有义务提供有效的身份证件，如护照、就业合同或学习证明、居留资料 and BSN号。

此外，有一些房子对租房人的收入是有要求的，这一类的房源对留学生来说不适用。荷兰的多数大学会与一些租房平台合作，为学生提供质量较高的房源。DUWO、ROOM.nl 和 SSH 是目前覆盖广、与高校合作多的租房平台。另外，租房合同也是重要文件，在租房签约前，大家要仔细阅读条款。

在校学生如果符合以下条件，有机会申请租房补贴。

- 1、身份要求：申请者必须持有荷兰国籍或者居留卡ID。
- 2、年龄要求：申请者必须满18周岁。
- 3、房型要求：所租的是一个有单独门牌号的房子，配有私人专属的厨房、卫生间和卧室（比如，Studio）。相反，合租房是不可以申请租房补贴的（比如，合租一间卧室，但和别人共用浴室和厨房）。
- 4、拥有合法的住址：地址必须在市政厅注册，并有签好的租房合同。
- 5、每月租金要求：18-23周岁，月租不超过442.46欧元；23周岁以上，月租不超过752.33欧元。（月租=基础房租+服务费）
- 6、资产要求：如只有一人居住，拥有资产不能超过31340欧元；如果有人同住，总资产不能超过62680欧元。



荷兰阿姆斯特丹大学校园。

资料图片

行

自行车是荷兰城市中必不可少的出行工具。自行车一般售价在199-599欧元，二手车费用便宜许多，一般在40-90欧元，是许多留学生的性价比之选。

城市与城市之间出行一般乘坐火车、地铁和公共汽车。荷兰的火车线路很发达，基本遍布各大中城市，出行之前登录 www.ns.nl 或 www.92920v.nl，可以查到详尽的火车线路及换乘车次信息。在中小城市，火车和公交车的发车频率比较低，大概30分钟一趟，出行时一定要提前安排好时间。火车票的价格比较昂贵，不过留学生可以购买火车打折卡，公交和地铁在荷兰也有专门的打折票出售，十分方便。

荷兰使用的是申根签证，因此也可以出行至申根国，比如德国、卢森堡、比利时等国家，坐火车就可以在当天往返。荷兰各个航空公司在不同时间段也会有廉价机票，有时只需花很少钱就可搭上飞往其他国家的航班。

留学记

全力以赴 奔向热爱领域

孙涛

几年前的夏天，余明沁从对外经济贸易大学毕业，进入一家银行工作。随着对工作的逐渐熟悉，她慢慢感到工作内容重复，失去了兴趣。就在那段时间，余明沁感受到自己更愿意从事探索性和创造性的工作。于是，她暗下决心，开始筹备读博。余明沁坦言：“读博是一件很有挑战的事，不过我相信这能帮助我成长，探索新的机会。”

凭借流利的口语、优秀的工作经验及科研经历，余明沁被澳大利亚新南威尔士大学录取，如愿奔赴深造。

余明沁是一个喜欢尝试的女孩，这一点在她的学业道路中体现得尤为明显。作为一个理科生，她本科学习信息与计算机专业，隶属于理学院。在研究生阶段时，她瞄准了之前没有尝试过的文科领域，选择金融学。大学期间，她参加过不少社会实践活动，当过志愿者，还做过联合国难民署的学生代表。

一直以来，余明沁学的知识都是围绕数学、金融、计算机展开，她一直保持着对这些交叉领域发展的关注。在申请博士时，考虑到自己过往的学术经历与研究兴趣，她选择了新南威尔士大学计算机工程博士的科技金融（FinTech）方向。

作为新兴领域，科技金融在过去几年得到了快速发展，一直颇受关注。余明沁说：“科技金融会借助一些计算机或大数据技术为金融业提供服务和产品。比如，移动支付就是典型例子。随着大数据时代的到来与计算机性能的高速发展，一些科技金融企业涌现，同时传统的金融机构对这方面的专业人才需求也在日渐增长，我看好这个专业未来前景。”

博士项目的课程不多，余明沁每学期需要上两门研究课程并完成对应的学术研究。三年半的博士项目，留给她个人的时间相当充裕。但余明沁依然把日程排得满满当当，一方面，为了完成科研项目，她需要投入很多时间和精力阅读大量学术资料；另一方面，她希望可以提前毕业，那

么每个学期学院规定的科研项目就需要超前完成。此外，她还担任了两门本科课程的助教，承担了部分教学任务。

面对紧凑的时间安排，余明沁觉得动力满满，攻读博士不仅需要较强的自我学习能力和研究能力，还需要较好的心理素质 and 适应能力。余明沁所攻读的博士课程不仅是一个学术项目，也是一个校企合作项目，因此她还要与业界不同部门和团队会议交流，以此推进项目。

“我的研究方向是设计一个 ESG（环境、社会和公司治理）量化分析的可持续金融软件，帮助决策者和企业进一步推进全球可持续金融的发展。我希望在公司实践的历练中，能把握项目的运行，源源不断地将自己所学转化为社会实践。”余明沁说。

除了科研和学术活动外，余明沁平时喜欢参加一些集体活动，身兼数职。她既是工程学院研究委员会唯一的学生代表和

工程学院学生会学生代表，又是计算机学院学生组织的组织者，还曾受院长邀请作为学生代表在学院研究会议上代表博士建言献策。

余明沁还参与了多次季度、年度不同主题的活动策划，比如圣诞节、跨年时，她邀请学院的学生交流近况和兴趣爱好等，增加学生之间的互动。她说：“大家平时专注于自己的科研，互相交流的机会比较少，这种活动正是相互了解的好机会。”

工作之后再读博，余明沁一直不停下对未来的思考。在她看来，读博是象牙塔里最后一段攀登而上的阶梯，离外面的世界相当接近，但又依然能以学生的身份心无旁骛地学习，获得自身的成长和提升，这是一段宝贵的时光。

“我会全力以赴，奔向热爱的领域。”余明沁说，“希望博士毕业后能发挥所学，将理论应用于实践，为社会发展出一份力。”



澳大利亚新南威尔士大学校园景色。

资料图片