

國立政治大學交換學生報告表

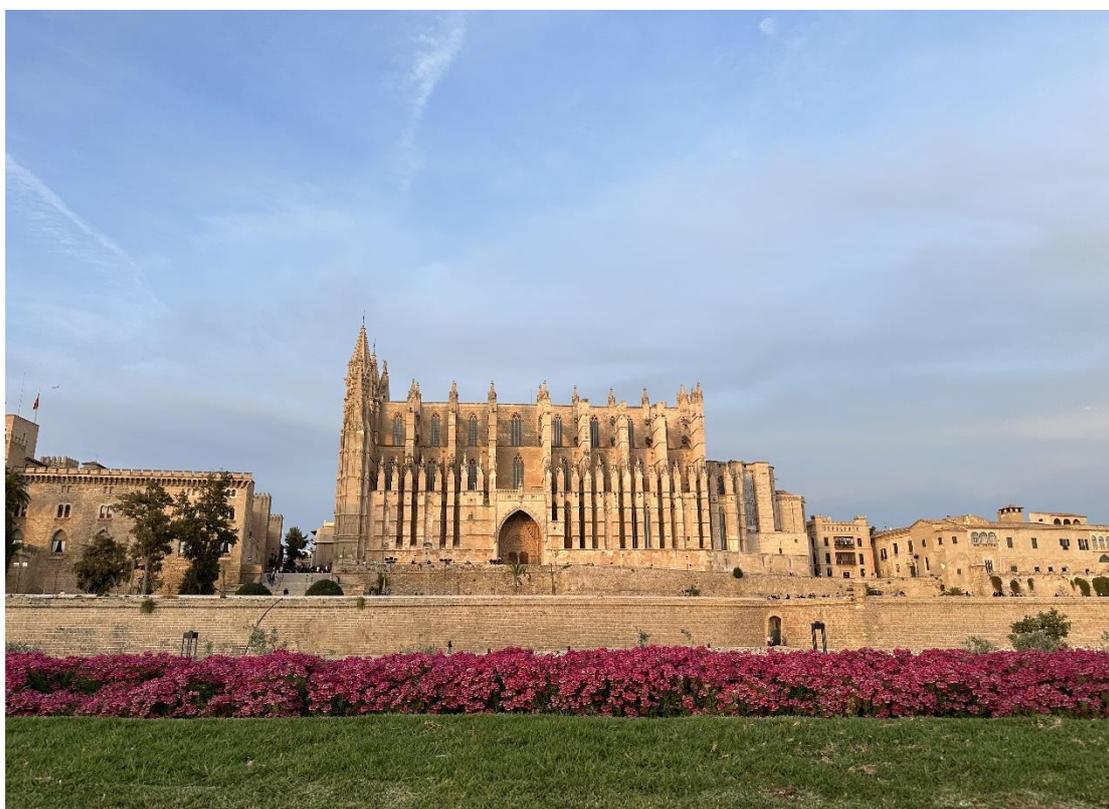
※ 請依序回答題目，並將檔案回傳 outbound@nccu.edu.tw 信件標題請註明 《薦外交換生心得報告》

※ 學生可不依此報告格式回傳文件，但繳交之文件內容至少須有2張 A4 (含圖片)。

※ 本文件將同步公告於國合處 <https://oic.nccu.edu.tw/Category/579#>，以供未來交換之學生參考。

基本資料

1. 系級：歐西五
2. 學號：108509301
3. 姓名：王禹絮
4. 交換學校及系所 (全名)：西班牙 巴爾立爾大學 University of The Balearic Islands
5. 交換學期：自 112 學年第 1 學期起至 112 學年第 2 學期止



(下頁繼續)

交換學生報告 (以下每點敘述至少300字並附上照片)

一、準備篇 (請就出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述)

提名

提名時間根據交換的學期不同(秋季/春季)會有不同的截止日期，像我交換一學年是4月底之前要提名，巴爾立爾大學(以下簡稱 UIB)應該是提名時間截止後全部一起作業，因為3月中旬國合處老師就幫我提名了，但是我直到5月10號才收到回覆 email。再來根據 email 完成以下步驟才會收到入學許可證明：

- i. 在 UIBdigital 系統註冊帳號(之後交換期間也會用到這個系統)
- ii. 寫 email 回覆 UIB 完成系統註冊
- iii. UIB 會幫你開系統權限，再來登錄系統填寫個人資料
- iv. 填寫完畢後如果資料都齊全，就會寄入學許可證明

注：系統填寫個人資料的時候會需要政大出具的**交換生薦送證明(英文內文)**，可以在等提名回覆的時候先跟國合處老師申請。

簽證 (建議完成提名後儘早辦，因為要送到馬尼拉的機關核可，辦理時間約需3週)

西班牙商務辦事處的簽證辦理不用先預約，但只有周一至周四早上有辦理。建議可以一早辦理時間剛開始就去，我剛開門就去，從進去到辦完出來大概只花了10分鐘。實際收到簽證時間約2週。

準備文件：

- ✓ 簽證申請表(2份)，6個月內證件照(2張，貼在申請表上)
- ✓ 護照正本&影本
- ✓ 身分證影本
- ✓ 西班牙學校入學許可證明
- ✓ 台灣學校交換資格英文證明(直接用交換生薦送證明即可)
- ✓ 醫療保險英文證明(保險效期必須涵蓋在西班牙停留的時間，國內外保險公司皆可)
- ✓ 英文財力證明(出示銀行開立的英文餘額證明&三個月的交易明細，銀行帳戶餘額要有538歐 x 停留月數，如果有其他使用需求，建議可以把錢存放到拿到簽證後再取用，避免檢核不過)

如果停留期間超過180天要加附以下文件：

- ✓ 六個月內的英文版良民證(在警察局申請)
- ✓ 六個月內英文健康檢查證明(推薦聯合醫院和平院區，醫生很專業，說要辦西班牙簽證就知道要檢查哪些項目，當天就可以拿到證明)

機票

台灣到西班牙沒有直飛航班，我是搭阿聯首航空到馬德里(在杜拜轉機)，在馬德里玩耍一周後再搭國內航班到帕爾馬(Palma de Mallorca, PMI)，不過因為很多歐洲大城市都有到帕爾馬的直飛航班，也可以考慮搭直飛航班到其他歐洲城市，再轉機到帕爾馬，這樣可以少搭一趟飛機。

租房

學校有宿舍，含一餐約650歐/月，不過學校在市郊，周邊幾乎沒有其他商店，假日到市區的公車會停駛，地鐵會減班，所以生活機能不是很方便。我自己是在 Idealista(類似591租屋網)上面找的租房，一戶4個房間，2間衛浴，每個房間有自己的獨立冷氣，455歐/月(含網路不含水電)，水電每2個月繳一次，平均25-30歐/月，因為在靠近市中心，大概算是中間偏低的價位。

注：雖然 idealista 已經算是西班牙相對不錯的租屋網，但還是有可能會有詐騙或廣告不實的問題，我原本打算去當地再自己去看房，但後來真的很擔心找不到所以在台灣就先跟房東租了，算是很幸運遇到很讚的房東跟我很喜歡的房間，因為我會西班牙文，跟房東接洽的時候感覺是個很仔細認真的人(他有把水電瓦斯的帳單整理成 excel 費用明細表讓我決定跟他租房子>o<)，在簽約之前有很仔細的看個幾遍，也有請同學跟系上老師幫我確認過合約內容，這樣有比較安心一點。不過如果真的有顧慮的話還是建議自己親自看房比較保險，畢竟防人之心不可無。

居留證 (停留超過180天才要申請)

在台灣拿到簽證後就可以上網預約居留證申請(Tarjeta de Identidad Extranjera)，越早開始越好，因為真的很難預約!!! 不同時間都上去網站刷一下，有開放申請時間就立刻填資料預約，我7月每天刷了一個多禮拜才預約到10月31號的辦理時間。

準備文件:

- ✓ 護照&簽證(正本影本)
- ✓ 住房證明(Certificado de Empadronamiento)，這個也要上網預約辦理時間，也是很難刷，但稍微比居留證好約一點
- ✓ 居留證繳費單(辦理居留證前就要先繳費)
- ✓ 醫療保險
- ✓ 證件照
- ✓ 交換學校入學許可

二、學業篇（請就選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述）

選課註冊

開學之後可以先去 UIB 國際事務處找承辦人，他會幫你辦入學登記，記得要跟他要 Tutor 的連絡資訊(選課需要)。課程資訊學校官網都有，有大概3週的時間可以選課，決定好想要哪些課之後要填寫 Learning Agreement，找 Tutor 跟國際事務處承辦人簽名，最後交到學院辦公室註冊，註冊完之後記得在期限內繳納約1歐的學生保險費(我們的交換協議不用付學費)，這樣就完成選課註冊流程。

課程

Social Variation in Spanish

西班牙文授課，有難度又很充實的一堂課，以語言學為基礎很仔細地拆分不同的西班牙文變體。因為是大三的必修課，需要有很多先備知識，上課的時候就是不斷的在介紹理論跟討論案例，會先跟附近同學討論再自由發表，同學們都超認真，非常踴躍發言，也都很有自己的見解! 老實說有顛覆我對西班牙人的印象，我也在課程中訓練出能對問題很快形成自己想法的能力!

語言課

上課地點不在市郊的主校區，在另一棟比較靠近市區的教學樓，除了交換學生也會有校外人士報名上課，上課氛圍很和樂，有很多分組交流意見的時間，每次會跟不同的同學討論，所以課程進行到中後段的時候大家幾乎都互相認識，有幾次周末下課後交換生們都還會一起約去吃飯。

Comprehension and Interpretation of Academic Texts in English

英文授課，是大一的必修課，在解釋比較難的概念時老師還是會用西班牙文補充，基本上就是在講解英文學術文體的撰寫跟應用，上課主要依據的論文格式系統是 Chicago，跟台灣習慣的 APA 系統不一樣，所以實用度沒有到很高。

三、社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

ESN Balears

幾乎歐洲所有大學都有 ESN 組織駐點，常常會辦很多讓交換生們互相交流的活動。我有報名開學第一個月的 Welcome Pack，只要繳40歐就可以參加這整個月所有的活動，平均一個禮拜有2-3個活動，而且可以認識很多新朋友!

活動非常多樣，像是：參觀城堡、坐船出海玩、沙灘排球、特色小鎮導覽、Flamenco 教學、異國飲食交流等，整個月活動結束的時候還有 Farewell Party，整個酒吧包場，大家可以在裡面無限暢飲。

ESN 卡搭 RyanAir 有20公斤的行李優惠(不過要提前一個月訂票)，以及歐洲跨境客運公司 FlixBus 的9折優惠，所以就算沒有參加活動也很建議辦一張 ESN 卡，出去玩的時候超划算!

四、日常生活篇（請就**交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食**等事項進行陳述）

環境

帕爾馬(Palma)所在的馬略卡島(Mallorca)是歐洲很有名的度假勝地，幾乎每天天氣都很好不太會下雨，溫度濕度非常舒服，旅遊旺季的時候路上幾乎到處都是遊客，市區大馬路或者逛街的老城區走到底就是帕爾馬主座教堂(西班牙建築大師高第也有參與這座教堂的改建工程)，教堂就在海邊，港口停了非常多私人遊艇跟郵輪，生活步調非常悠閒愜意。

住宿

我的租屋處位置非常棒，距離市中心走路約15分鐘，最近的超市走路只要5分鐘，另一個方向走路5分鐘就可以到地鐵站搭車去學校，生活機能非常方便，去最近的海邊走路也只要半個多小時，無聊的時候就可以走去海邊吃晚餐看完夕陽再回家。

交通

市中心的車站就是小島最大的轉運站，有地鐵、火車跟長途巴士。如果想去小島另一邊的景點，搭巴士也只要一個多小時，而且班次也算密集，只要先看好時刻表就可以很自由。如果想去其他國家旅遊的話，帕爾馬機場也非常方便，它是西班牙第3大的國際機場，僅次於巴塞隆納跟馬德里，因為是歐洲有名度假勝地的關係，基本上到歐洲各大城市都有直飛航班，飛行時間大概也都落在2個小時左右。

飲食

我覺得西班牙的飲食我吃起來蠻習慣的，最有名的就是 Tapas，有各式各樣的小食可以點，幾乎每一樣都會放在小陶盤上，馬略卡島有發展出自己的 Tapas 特色，加泰隆尼亞語叫 Variat，可以挑3至4種 Tapas 放在一個稍微大一點的陶盤中加熱上菜，我很喜歡點這個，因為可以同時吃好多樣，又不會太飽。馬略卡島還有個特色甜點 Ensaïmada，是撒上糖粉的螺旋麵包，表面酥脆內裡鬆軟，製作過程有加豬油所以非常香，主要是當早餐吃，但其實一整天都有人吃，當地人吃法是點一個原味的 Ensaïmada 再配一個自己喜歡口味的冰淇淋，很特別的組合但真的很好吃!!!



五、文化交流篇（請就與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗分享）

最開心的就是跟我的2個室友變成好朋友，我們會一起出去吃飯跟參加活動，跟她們一起聊天也學會了一點義大利文跟法文，有一次假日大家都有空的時候，我們還一起包水餃，出乎我意料的是義大利室友很會擀水餃皮(因為我完全不會)，我負責調製肉餡，最後完成品嚐的時候大家都覺得很滿足，一起度過了愉快的一天。

雖然她們都只有來交換一學期，但我們一直到現在都還有聯絡，下學期我也有去她們各自的國家玩，她們也帶我去嘗試了一些當地的食物跟文化，有在地人當地陪兼翻譯真的玩得很盡興!



六、費用篇（請就參加交換計畫曾支付的費用、每月生活支出及獎學金進行陳述）

簽證：NTD 2600

居留證：EUR 17

當地交通：*我停留期間西班牙政府有補助，全部免費

電信：每月15歐(西班牙境內100G+歐洲漫遊8G)，如果沒有常常出國可以用更低的費率

住宿：455歐/月，水電瓦斯約25-30歐/月，4房/戶，自己住一間

飲食：自己煮跟台灣差不多，甚至更便宜，超市採買一個禮拜大概25-35歐(但我每天只吃2餐)，外食大概15-20歐/天，但已經算是在歐洲相對便宜的國家了