

## 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](mailto: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. 填表日期：2024.10.09
2. 系級：歐法五
3. 學號：108509115
4. 姓名：吳旭硯
5. 交換學校及系所 (全名)：巴黎多菲納第九大學
6. 交換學期：自 112 學年第 1 學期起至 112 學年第 2 學期止

## 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)

**選擇巴黎的原因：**開始前先跟大家說為什麼我選擇巴黎。大家對巴黎的想像不外乎是既浪漫又危險，扒手的傳聞層出不窮。法文組的我也有這個顧慮，因為你不用聽別人說，教授也會和你說巴黎有多危險。我在這一年有遇過嗎？答案是有的，只不過都是從旁看過吉普賽集團在犯案，我自己沒被偷過任何東西。我當初想申請到巴黎的原因是因為奧運，我想當奧運志工，若是在當地有個固定的住所對我無疑省了一大筆花費。然而事與願違，我並沒有被選上，不過卻讓我理解為什麼大家都趨之若鶩要來花都體驗生活。這一年下來，我並不後悔自己選擇這裡，甚至會想推薦大家，勇敢地來巴黎闖一次吧！

**簽證：**當確定交換學校後，首先要申請學生簽證。地點在101法國在台協會，務必先上網預約，網址如下：<https://france-visas.gouv.fr/zh/taiwan>。上樓前先到大廳聯繫他們並取得訪客證才能上樓。面試流程很簡單，大概問去哪裡交換、動機、住宿等等問題，可選擇用法文或英文回答，後續聊天都是中文。出來之後要用悠遊卡繳費，費用隨匯率會有些微不同，所以上樓之前可以先儲值兩千在裡頭，我那時候錢不夠還跑去三十幾樓的小七充值，但如果想去這麼高的小七看看也可以故意存不夠錢(亂教)。

**盡量在六月底、七月初就搞定好，以利後續買機票安排行程。**

**機場到市區：**許多人會提前幾天到巴黎，建議大家能找宿舍附近的飯店住個幾晚，先適應一下，若是行李太多請直接叫車，巴黎地鐵站相當不友善，絕大部分的車站是沒有電梯與手扶梯的，除了14號線與幾個大站，叫車是最安全快速的方法，費用大概55-65歐。

**Caf房補：**我一個月申請到230歐，差不多是房租的三分之一(房租715)，流程好像有更改所以就不部贅述，大致上是到戶政事務所申請出生證明，給民間公證人獲法院公證，再給法國的台灣翻譯師翻譯。我們舍監人很好，主動問資料，並幫我們建立帳戶，但要自己上傳所需文件以及追蹤進度。切記：要得到 **société général** 的號碼，才能有效追蹤。

### 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)

九大會告訴你所有的課程名稱、大綱及如何選課，不過上課時段只有到選課開始時系統上才看得到。我選的都是法文的 **FLE 語言課**，從 A1到 C1都有，老師都很認真可愛，同

學來自世界各地，講的法文和英文都有自己獨特的腔調，對我來說相當新鮮。在課程中老師會鼓勵多發言，會問同學問題，你會發現西方學生非常熱衷回答問題，但亞洲人士很少主動的那位。既然選擇出國交換，就是跳脫舒適圈的開始，所以我到後面也開始試著回答問題，我發覺同學都會認真地看著你讓你發表，或是點頭表達同意，讓我對主動回答或詢問問題不再畏懼。

### 三、社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

**社團：**九大在新生週時會為各位介紹各社團或體育方面的項目，只要繳70歐年費就能參與所有體育項目跟健身房，我也因為這樣誤打誤撞進了排球校隊，每週四晚上和隊友們到各個大學參賽，最後拿到巴黎大區冠軍，四月到雷恩參加全國賽。球隊裡只有我一個外國人，平常說話與訓練都要用法語溝通，其實挑戰性相當大。我有時無法聽懂大家說什麼，但很感謝每個人都很接納我，不厭其煩地和我說法語，讓我練習聽力會話。



**旅遊：**身為歐洲交換生，沒到超過10個國家旅遊真的不要說你在歐洲交換，歐洲方便的地方就在於無邊界感，一班高鐵或是巴士就能讓你到另一國家體驗不同文化。我選擇巴黎的另一個原因是：它是歐洲的交通樞紐。無論去哪，你幾乎不用轉車、轉機。且廉航機票和 Flixbus 都很便宜，也因為廉航只能帶一個背包，大家都能被訓練到精簡旅遊，五天一個包就能搞定。巴黎有三個機場、七個火車站、好幾個巴士站，沒有地方是一班車到不了的，所以若是有遇到假期，或是排課集中在二、三、四，不妨找個地方去探索！



#### 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）

**住宿：**第九大學會在五月寄歡迎信，會告知選課流程、住宿等等。他們有提供尋找住宿的服務，花180歐（說白了就是仲介費）會幫你們找到適合的住宿，會根據你的價格區間與地區偏好幫你分配，有可能是公立 Crous 或是與其他公司合作的宿舍，房租一個月介在400-800歐不等。我被安排到 Arpej 公司的 **Saint-Ouen Liberté** 宿舍，入住時才剛蓋好，在一個重劃區，非常舒適。我的 studio 房型比較大，每月715歐，走路5分鐘到

**Saint-Ouen** 地鐵站，有**14號線與 RER C**，14號線是目前巴黎地鐵唯一21世紀的產物

(13是1930左右蓋的)連通小巴黎區中心，站距較長也很乾淨，到學校時搭 RER C 四站就到，相當便利。附近有 **L.eleclerc** 超市，是法國價格很低的超市。十分推薦沒有經濟壓力的人申請這間，舍監也會幫忙申請房補等等，若是想省錢志願序能填500歐以下。

**房屋保證人與保險：**九大的信中會提到要用公立 **Visale** 還是 **garantme**，不管怎樣都要申請到 **Visale**，因為不用錢！**garantme** 要300多歐，麻煩把錢省起來拿去吃好吃的。

保險的話可以上網搜尋幾家，價格座落在50-100左右，我已經忘記我的公司。

**交通：**若是取得了當地地址及入學許可信，可以在出發前到 **ile-de-france mobilité** 巴黎地鐵局申請 **imagine R** 年卡，是學生專用的，效期一年1-5圈巴黎區任你搭，去迪士尼、機場都是用。八月能儘早申請比較好，因為開學後申請人數會暴增，不知道要等多久才拿得到，現在一趟單程票已經要2.15歐，若是持續買單程票或月票會是一筆不少的支出。

#### 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）

我當時住宿時整棟宿舍都是九大的學生，本地生和交換生都有，且都是待一整年，所以後來感情日漸變好，都會一起去上課、煮飯、開派對，或是出去吃飯、逛街，認識了來自世界各地的同學，還有吃到他們的特別料理，常做珍珠奶茶和他們分享。

與當地人相處，我盡可能地和眾說法語，畢竟這是我出國的動機，當地人聽你說法語也很樂意與你交流，偶爾還是有人會知道你不是母語者而主動和你說英語，畢竟巴黎觀光客太多了。但當一開始他們和你說英語，你用法語回答後，他們還會主動和你道歉，這是我覺得法國人很有禮貌的地方。在地鐵上、路上他們也是隨時把 **Pardon** 掛在嘴邊。我覺得巴黎人沒有大家想像的那麼冷漠，但千萬不要跟他們吵架，你是絕對贏不了的。



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

) 出發前 (台幣) :

| 日期 | 類別   | 項目       | 支付方式 | 金額    |
|----|------|----------|------|-------|
|    | 文件   | 簽證面試     |      | 8000  |
|    | 文件   | 簽證費      |      | 1683  |
|    | 文件   | 出生證明     |      | 20    |
|    | 文件   | 交換甄試     |      | 600   |
|    | 文件   | 保證金      |      | 5000  |
|    | 文件   | 出生證明驗證   |      | 400   |
|    | 文件   | 出生證明公證   |      | 500   |
|    | 房租   | 房屋仲介費    |      | 6000  |
|    | 交通   | 去程機票     |      | 25000 |
|    | 交通   | 交通卡      |      | 13000 |
|    | 醫療   | 旅平險      |      | 8914  |
|    | 其他   | 房屋險      |      | 2000  |
|    | 日常用品 | 家具       |      | 3000  |
|    | 房租   | 入房費      |      | 1750  |
|    | 日常用品 | 電話卡      |      | 280   |
|    | 文件   | 出生證明翻譯   |      | 1295  |
|    | 交通   | SNCF 青年卡 |      | 860   |
|    |      |          |      | 78302 |

日常支付 (歐元) :

房租每月715歐

生活費每月500-700歐

平均每月7萬台幣含房租、旅遊、購物，若是省一點一個月五萬以內。(我太揮霍)