

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. 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，我盡可能地和大家說法語，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)