

國立臺灣科技大學海外研習心得

姓名：歐○豪

系所：專利所

學號：M10205509

研習學期：

103 學年度第 2 學期



交換國家/學校：法國



研習學校授課語言：英文



研習期間：


2015/1/08~ 2015/6/17

2000字報告必須包含下列幾項：

- 一、行前準備
- 二、修課介紹
- 三、生活面臨的困難與解決方法
- 四、心得分享
- 五、給學弟妹之建議
- 六、附說明之出國研習照片12張

* 篇幅若不夠請自行複製使用







心得內容：

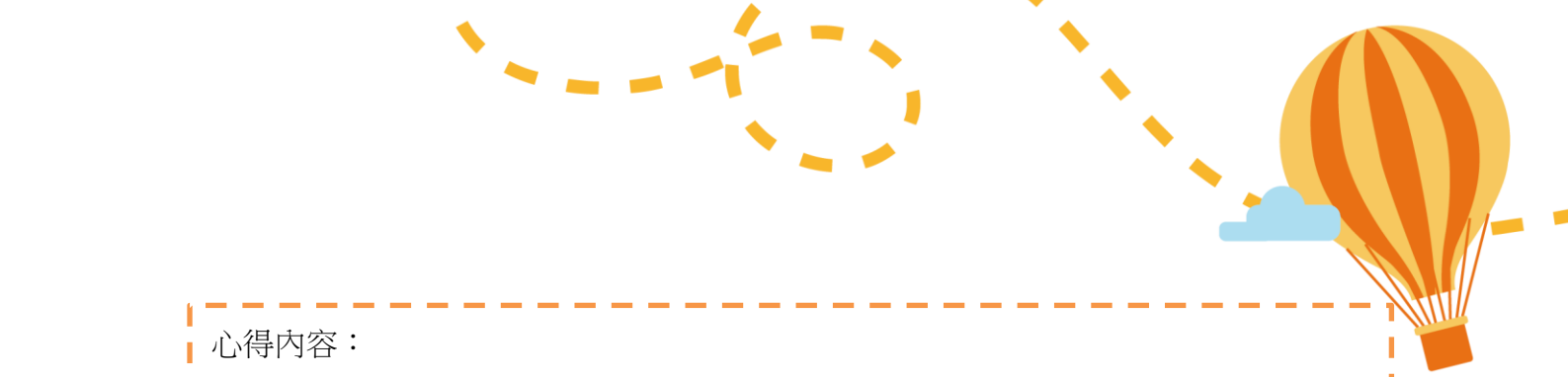
● 行前準備:

- 簽證:法國簽證稍微麻煩一點，但其實不會刁難，網路上關鍵字:交換學生法國簽證一步一步來就好，但要特別注意整個過程幾乎需要一個月，如果你是第一學期去的話剛好遇到暑假辦理簽證的 OFFICE 會特別忙碌，所以儘早處理是要注意的!!另外簽證費 7500，比較特別的是財力證明要記得準備，可以請父母先放入你的戶頭，等拿到證明結束後即可。
- 機票:機票我建議真的不要讓旅行社做買的代理，不是因為比較貴而是因為如果要改機票的話，有些航空公司會要買機票的那間旅行社幫你改，這樣非常麻煩，幾個去交換的朋友都先訂好回程機票(買來回的話這是必須的)，但大家最後回程都會視自己的情況延長或提前回台灣，所以如果能自己線上改機票會方便許多(非常簡單)，另外機票其實各家價錢不會差很多，除了找便宜之外，看行李可以攜帶的重量非常重要，我認為轉機地點還好，畢竟都要辛苦做 10 幾個小時，轉機的地點也不太可能讓你出境。
- 行李:行李真的不要帶太多東西出去，因為在法國當地買任何東西都非常便宜，當然外食、名牌、交通貴，因為地大，法國超級市場東西幾乎比台灣便宜，還有一些相對平價的牌子例如:H&M，在法國很常見，便宜大家可以到時候再到法國買衣服，冬季衣服更不用擔心，在那邊也非常便宜。所以只要帶必需品、衣服帶足夠，或者有心可以到當地再買，質量不差。

● 抵達法國後(生活困難&解決):

我們交換到的地方是 EISTI，在巴黎第 95 區 CERGY 塞爾吉，如果把巴黎當做整個大台北，中心是羅浮宮等景點區，EISTI 大概就可以當作是淡水，算地點偏僻，但跟其他區相比已經算很安全了(法國治安不太好)，附近風景漂亮，有湖、公園可以散步。

- 住宿:去之前請跟 EISTI 的負責人約一下，我們去的時候他們有帶我們去宿舍，總之保持聯絡是很重要的，宿舍其實沒有大家想像這麼美好，但看樓層，像三樓就很不錯，一二樓燈光相對昏暗，內部設施也比較差，可是黑人大媽會幫你安排房間，如果可以選請盡量選三樓。房間都有廚房，市場就在附近，抵達的時候相信大家都會告訴你如何去市場與學校，另外要先付押金 250 元，還有負責宿舍的黑人大媽不會講英文，完全不會，有問題的話請找會法文朋友一起去找她。
- 
- 



心得內容：

- **網路&手機:**到當地的話相信大家一定想要報平安以即使用網路，建議辦理 B&U 這間電信公司，宿舍旁的超市裡面就有門市，但不是像台灣這樣吃到飽，所以如果妳在房間需要網路，通常有兩種方式，第一種是看看隔壁有辦理網路盒的朋友是否可以 SHARE，第二種就是自己去辦理，一個月大概是 30 歐，但如果取消合約(回台灣)要另外收取費用。
- **銀行:**在法國，我建議大家一定要辦理銀行卡，DEBITCARD，裡面有多少錢就可以刷多少，因為在法國沒有人在使用現金!!!這點非常重要，幾乎都刷卡，除了觀光客，另外皮夾裡面有錢千萬別讓人看到，妳去那邊的時候大家都會提醒，因為法國治安真的不好，別讓別人知道你皮夾有超過 20 歐，所以辦卡很重要，在 EISTI 最方便的就是 LCL 這間銀行，沒有什麼缺點，但至少櫃檯服務人員會講英文，這點就很重要了，地點就在宿舍到超市的路上，走路約 10 分鐘，辦銀行需要法國學校的一些證明文件，相信學校人會提醒你，或者主動問，辦卡片不是問題，另外去法國不要帶太多現金，一千歐以內(250 宿舍押金&200 電腦押金)，就可以過活前期，等辦理銀行後再請家人匯錢到法國帳戶，方便又安全(有手續費不高)。
- **超市:**超市離宿舍很近，其實學校離宿舍也很近大約都是 20 分鐘以內的走路，其實是一個超級綜合賣場，裡面除了有賣吃的之外，手機網路、衣服、等等都是綜合在賣場內，平常我都走去當散步的地方，另外盡量在超市裡買東西，因為其實好吃程度差不了多少，但便宜超級多，另外在綜合賣場外面有一些外食，例如:KABEB 土耳其的食物，一份 5 歐(在法國每個東西幾乎都有含薯條)，還有越南餐廳，我也常去吃，只是自己煮一餐通常 5 歐內，但出去吃一定超過，宿舍走路約 15MIN 有間 KFC 有學生套餐 7.9 歐多一個小漢堡，還算不錯。
- **房屋補助 CAF:**在法國只要租宿舍都可以申請 CAF 房屋補助，但他的規定是六個月以上的簽證才可以，所以我就沒申請了，但我上一屆的學長住的比我短，還是申請到了，所以有申請有機會，建議試試看，一個月大約可以補助 100 多歐，需要提前準備的文件比較特別的是出生證明，好像要英文版、還是法文版，這部分還需要公證單位蓋章，請自行上網研究一下吧!







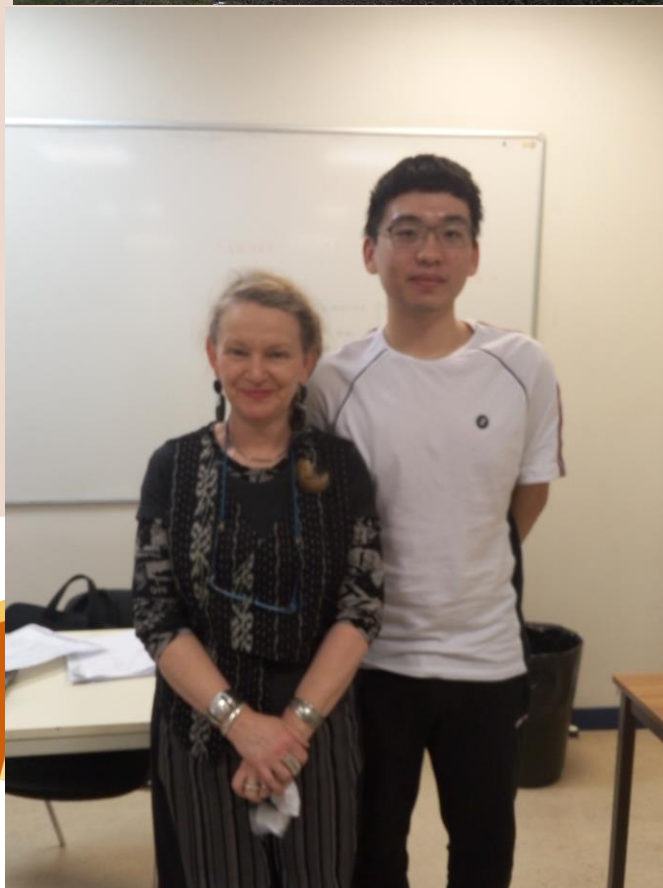
照片說明：

EISTI 的大門進去前的招牌



照片說明：

校園隨拍，校園其實很小只有三間建築物，但附近還有湖很美



照片說明：

我跟法文老師的合照，老人人非常好，會很多國語言



照片說明：

校外教學在蒙馬特區
全員拍照大部分都是國際
學生



照片說明：

巴黎有名的愛之牆



照片說明：

宿舍是每個人一間房間，小
小的，廚房在裡面





照片說明：

巴黎最棒的就是一堆美術館，我只截取一張羅浮宮的雕像放上來



照片說明：

在聖心堂前面，法文課的國際生們一起拍照



照片說明：

朝著鏡頭笑的女生就是一起交換的劉同學



照片說明：

那時候是台灣在過年，邀請外國友人跟中國學生一起在房間開小過年晚會