

Université Sorbonne Nouvelle 巴黎第三大學 交換心得

行前準備

簽證

取得學校所寄發的入學許可後，第一件事便是要申請簽證，因為凡是需要在法國待上 3 個月的學生，均須申請長期學生簽證，這個步驟大約需要 3 週的時間，人數多時，可能會耗時更久，所以儘早辦理才不會在出發前一直擔心簽證尚未核發。

申請的第一個步驟即是上「法國教育中心」網站線上填寫資料，另外需要同時上傳入學許可、住宿證明以及法文檢定證書等。這個步驟繁瑣但無須擔心，只要按部就班地完成每一個網站上以及電子郵件中的指示，都可以順利進行到面試階段。

面試以法文進行，主要的問題是前往法國交換的動機以及對於未來的規劃，基本上沒有通不通過的問題，所以需要同時去簽證組繳交 50 歐元的簽證費（以當時匯率換算成新台幣的金額）。這天要將清單上的文件帶齊，可以省去補件的麻煩。

- 以法文或英文填寫長期簽證表格
- 證件照
- 護照正本和附簽名頁之影本
- 身分證正本和影本
- 英文或法文履歷
- 法文或英文說明赴法就學計畫或動機信
- 英文或法文最高學歷正本和影本
- 法國學校入學許可正本和影本
- 財力證明
- 住宿證明

宿舍 CROUS

巴黎三大的網站上有直接申請法國公立宿舍 CROUS 的專區，可以直接網上申請，房租是非常優惠的，每個月扣掉房補後，自己需要繳交的金額為 245 歐元。

必備用品

現在巴黎已有許多營業至晚上 10 時或是午夜的超市，所以很方便購買。

另一方面，必須準備歐規的充電器轉接頭，因為有了手機，遇到問題，才能查詢。

抵達巴黎 開學前

宿舍入住

宿舍報到分為兩個部分，必須先去 CROUS 位於 RER 地鐵線上的 Porte Royale 站的總部報到，繳交與辦理簽證時很多重複的資料，這些資料不一定每一項都要必備，但愈齊全愈好。之後便是到 CROUS 的分區辦公室領取鑰匙，就能入住了。

銀行開戶

可以先準備匯票以及現金，匯票也可以是上述的財力證明之一，在開戶時直接存入，部分現金也可以先存入，預留大約兩至三週的生活費，用於等待開戶程序完成的這段時間。

銀行開戶，可以選擇在住宿或學校附近的銀行或郵局，不如同大家選擇的巴黎營行 BNP 或是 SOCIÉTÉ GÉNÉRALE，我選擇的是 BRED，為法國大眾銀行 BANQUE POPULAIRE 為了巴黎區開設的子公司，所以在巴黎滿常見的。

我是直接走進去問行員預約開戶，到我收到銀行卡 CARTE BLEURE 是兩週內的事情，所以我覺得沒有很多人說的那麼沒有效率。另一方面這家銀行在電子支付方面很方便，有好用的 APP 可以辦理幾乎所有事情，支援 APPLE PAY，CARTE BLEURE 也有 SANS CONTACT 功能。收到卡片之後，我幾乎就沒有帶現金了，也覺得這樣比較安全。

之後的生活費可以請家人直接匯入法國戶頭。

OFII

在開學前這段時間必須去位於 RER 地鐵線的 CITÉ UNIVERSITAIRE 中的 OFFICE FRANÇAIS DE L'IMMIGRATION ET DE L'INTEGRATION 繳交也是跟辦理簽證時重複的資料，並預約體檢時間。這個程序愈早辦理愈好，因為需要體檢的人非常多，所以我是預約到 10 月底才體檢。體檢完後，人員會在護照上貼上類似長期居留的貼紙，有了這張貼紙，代表在簽證的期間內，可以在歐盟區自由走動。

房屋補助 (CAF)

房屋補助需要一個特別的文件「出生證明」，必須拿著從台灣戶政事務所申請的出生證明，再到駐法代表處翻譯以及公證，取得法文版又公證過的出生證明，之後在 CAF 網站填寫資料，並寄出紙本資料。待完成申請之後，CROUS 會直接將房補金額扣除，所以每個月的房租繳交的即是扣掉房補後的租金。

註冊與選課

外籍學生歡迎會是第一次進入校園的時刻，這個活動建議一定要參加，會介紹如何辦理註冊，如何選課等，甚至有申請 CAF 的流程介紹。

之後便是依照每個系所指定時間到系所辦公室繳交保險費，我選擇的是 SMERP 這家保險公司，效率比想像中的好很多，之後也用他們的回郵信封寄出護照影本以及證件照，取得 CARTE VITALE (類似台灣的健保卡)，看醫生時直接使用這張卡，就沒有之後再申請補助的問題。

選課的部分必須依照每個系所的指定時間到指定的辦公室選課，因為外籍生還不能網上選課，可以先去辦公室拿課程介紹的資料，當天排隊選課時直接將課程代號告訴他們。因為也會有同一個課程太多人選的問題，所以有非常想上的課程，當天早一點到吧！

學習生活

因為是交換生，我們可以選擇所有課程，沒有年級的限制問題，可以多選擇與自己論文相關的主題的課程。

第一學期印象最深刻的課程是 *Récits de la maladie*，課程內容從三本小說切入，前面四堂課老師以主題的方式導入，例如：心理、畸形、遺傳、時間、老化、死亡等，第五週上課之後，上課的前半部由學生報告，下半部的時間老師針對報告與學生們討論。因為這門課的主題與自己的論文內容有關，所以選擇它。而這堂課必須做報告，而且是口頭報告，也必須考期末考，對我來說，剛開始會覺得非常緊張和吃力，幸好碰到的組員非常友善，幫助我非常多。

第二學期印象最深刻的課程為 *Chronique culturelle*，非常推薦這一門課。這門課每週都要交一篇文化專欄的文章，老師會指定我們去看一個展、一部電影，以及在期末前要求我們完成一本小說的評論當作期末報告，這門課對於我來說幫助非常大，特別是書寫的部分，更能夠從這些展覽或電影中了解更多文化、社會等等的議題。

另一方面也可以選擇專門為國際學生開的課程，我選擇了 *Cinéma et*

philosophie，老師每兩週會更換一位哲學家或是思潮，讓我們能夠以不同的角度看一部電影，因為是開給外籍學生，內容都能讓我們能夠理解。同時，這也是與其他國家學生交流的機會，也能夠交到朋友。

因為希望重新好好了解一次從前在法文系所學的內容，所以兩個學期都有選修文學史，課程當中有以前就學過的，也有更加深入的，非常充實。

旅行及藝文活動

巴黎能夠參觀的博物館以及美術館非常多，所以從來都不會覺得假日或是空閒時間沒有事情做，不管是常設展區或是特展，都非常值得一看再看。只要帶著學生證，26 歲以下幾乎都是免費參觀的。另一方面，如果喜歡電影，可以到 UGC 電影院辦一張月卡，26 歲每個月只要 17,9 歐，便可以無限看，因為是一家連鎖的電影院，所以更加吸引人，沒有事時，進去練聽力就值得了。

旅行方面除了 Easy Jet 等等的廉航，法航也常常推出優惠票，來回機票都不超過 100 歐元，可以選擇在一個城市待個三四天，到處走走。

心得

這一趟交換學生的旅程，有碰到困難，也有剛開始的焦慮，但是完成之後能夠體驗的，能夠了解的卻是更多更多。讀了法文系之後，覺得一定要來法國待上一段時間，有人會說為什麼不直接來這邊讀書，而是選擇交換的方式，自己曾經也因為這個問題煩惱過，但是我想兩者都各有好的方面，因為交換生比較沒有學分上的壓力，我們能夠有時間以及精力去體驗、去參與更多的藝文活動，甚至是旅行。同時也能夠讓自己思考這樣的的文化是不是適合自己，社會氛圍有沒有與自己心中想的一樣。在交換的這段時間中認識了法國的朋友，甚至是各個不同國家的交換學生，了解到彼此的不同，但最重要的是讓我更加珍惜自己所擁有的。