

法國西部天主教大學交換心得分享

Université catholique de l'Ouest, CIDEF

107-1 至 107-2 , Octavie 程芷琳



CIDEF 教學大樓

1.行前準備

住宿：一般來說，交換生透過系秘跟法國這邊的學校報名成功之後，那邊的秘書就會開始跟你聯繫確認你的住宿需求，通常可選擇的有：

1.寄宿家庭：（供餐和不供餐皆有，價錢會不一樣），供餐大約都是一個禮拜三次供三餐，晚餐要求最少會是三道式，這是學校規定的，所以如果有少可以跟住宿辦公室反應。可以自己和寄宿家庭溝通增減。優點就是你真的跟法國家庭住在一起，有機會看到他們的生活方式，交流文化和飲食，但因為事先無法自己篩選家庭，所以也可能有相處不來，或是覺得彆扭的狀況。聽朋友評價寄宿家庭很兩極，有的家庭很熱情用心，有的就只是想賺錢。

2.宿舍：（供餐和不供餐皆有，價錢會不一樣），這個部分我就不太清楚，聽朋友說有的是只限天主教徒入住，各宿舍規定不同，但大部分是需要自己寫電子郵件給宿舍詢問空房狀況，每間宿舍開始申請的時間也不太一樣，所以要多注意。

3.自己找房：這個應該是最困難的，因為自行租屋通常需要一位保證人（大部分房東會希望是法國保證人），而且交換生大都是短期租約，很多房東會不想租。我們是透過上學期剛交換結束的學姊介紹找到一家跟學校有合作的租屋處（就是只租給我們學校的學生，因為是學校特約所以住宿申請也是透過學校。）離車站很近，有自己獨立的房間（有幾間房間有浴室價錢較貴，除了一樓的房間有廁所，其他都是使用每一層樓的公用廁所，沒浴室的房間就使用公用浴室，不供餐。）

學生簽證

簽證個人覺的很麻煩，最麻煩的是需要交護照過去，但又不能太早開始弄，所以暑假有安排出國的人要特別注意，最花時間的地方就是在填寫線上表單，需要寫很多資料並附上佐證照片，為了節省時間，建議大家都先掃描好這些資料，還有動機信跟履歷表。我在填寫的時候，表格上有些情況與自己不太一樣，所以就空著到時候詢問簽證組人員，不確定的東西絕對不要亂填。去一年的需要 OFII，需要列印下來然後跟著簽證資料交過去，要有台灣法協的蓋章後去法國才能辦理。記得一定要帶著 OFII 表格去法國！！！！

書面之後會有面試，照著網路上的教學去做都很容易的，面試的時候根據不同人有英文或法文面試，（沒學過法文就是英文面試）會問你一些自我介紹，法文學多久，為什麼選這家學校，以後有沒有繼續深造的計畫...之類的，聽朋友說都是大概這些問題，正常的話面試後一個禮拜簽證就好了，會傳簡訊通知。（寒暑假期間的等待時間可能會更長，還需要注意法協的上班時間），建議大家多留一點時間給簽證作業，不要拖到最後一刻。

OFII：這個建議大家一到法國立刻辦理（網上都有教學文），因為最少都要等三個月，這裏就能感受到法國的效率，我大概 9 月底就自行寄出，到 12 月聖誕假期前才拿到。OFII 表格可以自己寄出或是交給 CIDEF 一起寄出，有需要出國旅遊的人絕對要特別注意相關的規定，不然可能影響到出國。有人說跟學校一起寄會比較快也省麻煩，但我個人比學校的同學們都早拿到，也會根據同學們的到達和繳交時間（通常是開學第一個禮拜跟大家收），學校幫忙一起寄出，但就算是同一天交給學校，也不一定保證能同時拿到 OFII。

2.到達

交通：Angers 從巴黎搭 TGV 大約一個半小時，可以選擇從 CDG 機場搭直達大約兩個半小時，或是進巴黎市區搭車（班次較多），因為法國很大，所以車站都是有分目的地的，要看想去哪裡，再選擇車站。例如 Angers 的話，要去 Montparnasse 車站，而歐洲之星是在北站之類的。可以事先在台灣用 SNCF 的 app 訂票，這裏要注意的是在法國的交通票都是越早訂越便宜，價格是會浮動的，而且價差非常大。

銀行和電信：個人選擇 CIC 銀行，因為房東介紹的，離家也很近，很建議辦一張法國銀行卡，因為真的很方便，如果在法國沒有銀行卡，很多事都不能做。例如租腳踏車一定要綁法國銀行卡，買東西付錢的時候也不用一直找零錢，去別的歐盟國家也都可用！

電信的話有很多家，可依照個人需求來選擇電信公司和方案，法國大部分都是吃到飽，家裡和學校也都有網路，我用網路用很兇，但都沒有不夠的問題。去歐盟國家也都可以通用，我的電信公司在其他國家使用時就是打開漫遊就可以了，但在其他國家收費會有點不一樣，要注意一下。我原本是使用 free 電信，但後來改成跟銀行同一家的 CIC 電信，因為我是他們的銀行用戶又遇上促銷，所以比 free 便宜，後來就轉電信公司了。轉換的時候是由銀行員幫我操作，法國電信的

話，一綁約就算是把那個號碼賣給你，所以就算換電信公司，號碼還是一樣沒有變。要停止合約的時候，就跟銀行員約時間關戶和停止電信，不會太困難，就是戶頭的錢要先領出，然後可能小零頭無法領出，我關戶的時候大約還有 32 歐元在戶頭中，但扣掉月繳電信費和其他一些手續，也沒剩多少，轉回台灣戶頭的手續費可能比餘款更高，所以就沒要求他退款給我了。

開學：

CIDEF 開學是 10 月初，但是新生會需要先去進行分班考試，上午會講解學校的規定和設施，考完之後的下午會有大學部的學生帶著新生在 Angers 散步介紹。分班考試的時間有一個最晚的時間限制，也就是說一定要在那個日期前到達學校並進行考試，除非有特殊原因，否則逾期的話就沒辦法拿到學校的修業證明。

分組考試有聽力、閱讀測驗跟寫作，每一個程度都還會細分，例如 B1 程度還會有 B1-11，B1-21 這樣的差別，21 比 11 程度好，大概是這樣分，但是同一級數其實程度差不多，可是語言必修課和選修都是照程度開，所以在適合自己的級數會比較好。每一學期都會重新考試分班，所以兩學期的導師和選修老師都會不同，只有藝術史或少數選修都是同個老師。我覺得下學期的分組沒有很精確，情況很混亂。換組的難度又高，覺得太難要往下調整比較容易，反之就很難。第一個禮拜都是讓你試聽課程，再決定是否換組，所以在意分班的人考試要認真寫。

課程：

我兩學期都是選藝術史，聽力，口說以及寫作，都是每週三小時的選修課，再加上必修 Langue 課六小時，每天都有課。基本上要達到輔大最低課程時數就是必修加上 4 堂選修，語言課一週 6 小時是拆成三堂 2 小時，選修一週 3 小時是拆成一堂 1 小時，另一堂 2 小時這樣上。

我超愛藝術史，能感受到老師的知識和熱情，是結構完整又充實的課程，非常建議修一年的課!!! 喜歡藝術的同學一定要修! 真的能學到很多藝術的知識，去參觀這些博物館或是教堂的時候真的很有收穫。老師上課步調很棒，筆記有抄考試認真背，成績都不會太差!

聽力就是一直練習看影片和音檔，類型很多種，也有不同語速和口音。想考法檢的同學必修! 我的聽力一直都是罩門。這堂課真的讓我進步很多。

口語和寫作兩堂課就是跟大家想像的一樣，和同學練習各種對話，角色扮演，還有講解新聞。寫作的題材會把實用的寫作和有趣題材作結合，例如幫吸血鬼寫履歷讓去應徵嚇小孩的工作，第二學期我的寫作老師是法檢考官，所以課程就比較困難，第二次期中考是寫一篇法文小說。但因為他的課真的讓我進步超級多！法檢 B2 寫作拿到 21 分！

必修課 Langue 類似系上讀本課，教這堂課的老師基本上就是你這學期的導師，所以導師約談也會是這位老師。每一班用的書和內容都會不一樣。但是我們會討論法國很多傳統和習慣，聖誕節有巧克力，新年的時候有國王派，我們依照傳統由班上年紀最小的同學躲在桌子下指定切好的派要給誰，真的很有趣！這堂課蠻用心讓各國學生們感受到法國社會和文化！

選修課有很多類型可以選，語言類的聽說讀寫，還有藝術社會類，商業類，B2 程度還有哲學和神學。大概照自己喜歡的選就可以。這邊的老師告訴我一個很重要的觀念是，不要因為你害怕就逃避，如果你聽力最爛，就應該去上聽力課，而不是一直去舒適圈。我最少需要考過 B2，所以都選語言類的選修來加強自己的程度。真的非常有幫助！這裏是語言學校，而且老師都經驗豐富，教過各國的學生，會比一般的法文老師更懂我們的困難點，課程架構也都扎實。最棒的是老師們會一起制定課表，會彼此配合上一樣主題的課程！例如上電影主題，寫作就是寫影評，聽力就是看坎城影展的影片，口語就是介紹喜歡的電影，全方位的學習非常有用！這一點比台灣好很多！

日常：

Angers 當然沒有巴黎熱鬧，但是酒吧什麼的還是很多，逛街的話特色小店也都有。而且大家都很有親切，是很宜人居住的城市！每週不同日在不同地方也都有不一樣的市集建議大家都去逛逛，會看到很多神奇的食材，乳製品便宜到不可思議而且都超好吃，市集的雞蛋和蔬菜有很新鮮，建議大家多方嘗試！

Angers 是老城，除了有名的城堡之外，也有植物園，現代美術館，大教堂和修道院，很多草地適合野餐和散步。學生身份參觀很多地方都免費，一定要多加利用。去巴黎也不遠，但治安超好玩到凌晨都不用擔心。文藝活動也不少歌劇院和電影院都有學生票，Angers 還有每年舉辦電影節。聖誕節也有聖誕市集。生活機能真的很不錯。

結語

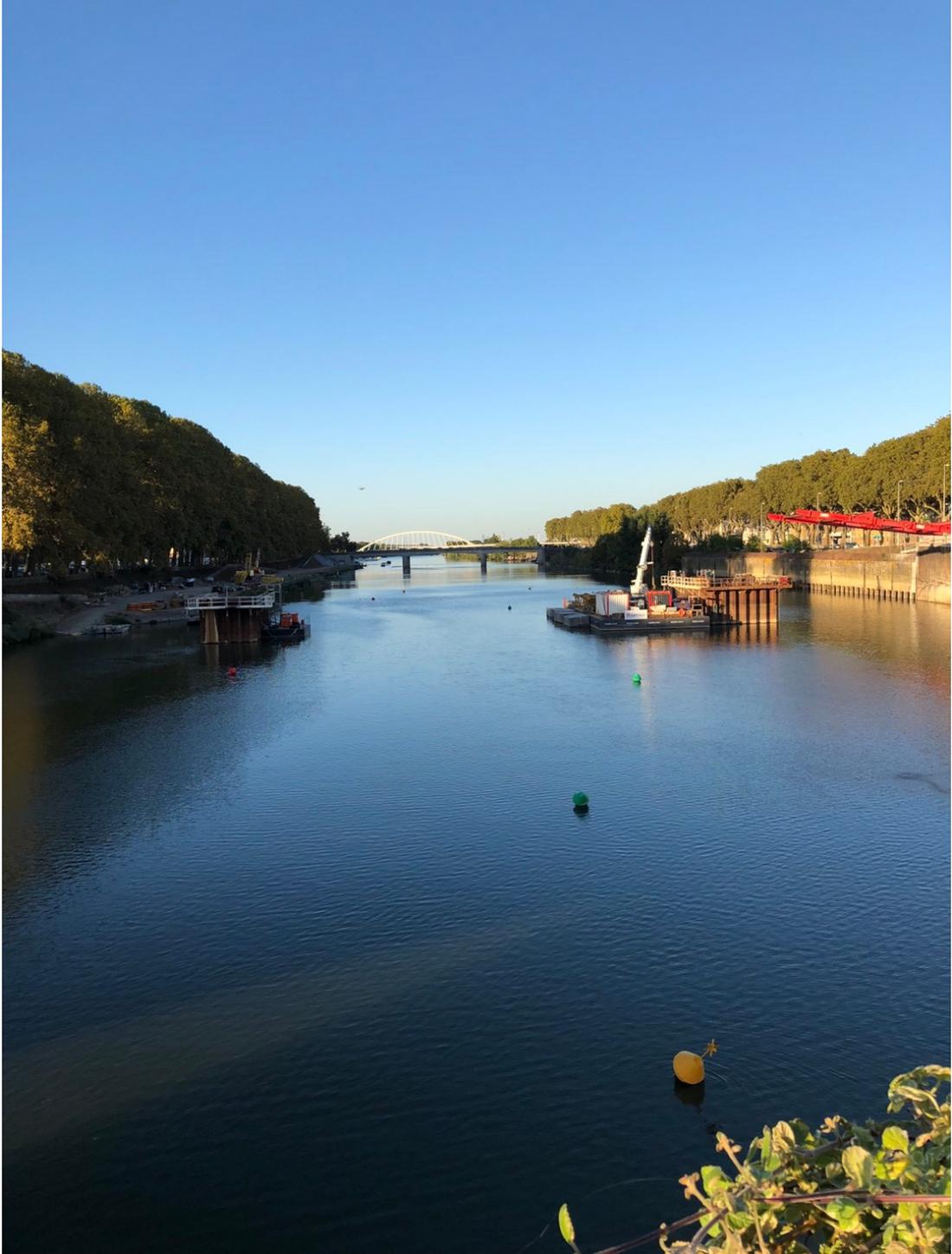
很高興當初聽了學姊的推薦選擇這裡，雖然學費很貴，但真的不後悔，課程扎實有收穫，假日也都很認真的玩樂，建議大家有時間和能力一定要在交換期間多多出去探索，申根國內多運用廉航就可以去很多地方。我去丹麥過聖誕節，在倫敦跨年，春假去了義大利周遊後飛往匈牙利，最後到荷蘭。好好運用時間，讀書和玩樂盡量都去做。還有多交朋友，可以瞭解更多有趣的異國事。來法國交換讓我的語言程度真的明顯提升，交友也更多元。第二學期時，一起從輔大來交換的朋友們都回台灣了，我也沒有其他能說中文的朋友，真的是每天都全法語環境。但口語表達也就更圖飛猛近了哈哈。總體來說，大學最後一年在法國度過真的是很棒的經驗。感謝一路上幫助我的各位。很開心自己鼓起勇氣來走這一趟奇妙美好的留學旅程！

照片

Angers 車站



河岸風景



最愛的麵包店之一！瑪德蓮超級好吃！



親切的市集牧場攤販阿姨！



住處附近的街景



感謝閱讀！