

國立成功大學

高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：112 學年第 1 學期赴法國里爾天主教大學出國報告書

出國期間：2023 年 08 月 07 日~2024 年 01 月 02 日

單位：國立成功大學管理學院企管系

職稱：學士

姓名：林言芯

中華民國 113 年 02 月 10 日

目次

一、摘要.....	p.3
二、心得.....	p.4
I. 住宿.....	p.5
II. 課程.....	p.6
III. 課外活動.....	p.6
IV. 旅遊.....	p.7
V. 里爾生活.....	p.8
VI. 交換之後（續居留）.....	p.9
VII. 外食推薦.....	p.10

摘要

同樣為交換之名卻有百百種生活方式，不論初心為何我都推薦大家有機會與能力的話就往外走走看看。儘管一切大小事宜都是自己安排但以學生身份在外遊走一切都會更單純，不論是有現成的學校資源、社會對於學生的極高包容與友善度再加上處在高度國際化的群體裡能夠給予你一個在極短時間內就接觸到不同文化與價值觀有人的機會；大家都抱持著非常開放並樂於分享的心態，故很有效的能幫助你跳脫既有的思維、重新審視人生的規劃。事情沒有絕對，並不是國外的月亮就一定比較圓，但在尚未親身體驗過之前誰都沒有評判的能力。因此我非常建議大家不要對出國有太多的想像或預期心理，作為交換生的最大目的便是體驗人生，只要有付出便必會有收穫這是無庸置疑的，如果你有任何一點想出去外面世界看看的想法那便不要猶豫儘早規劃吧！

Abstract

The whole exchange student experience has been enriching, regardless of what your motivations are, it will all be an experience worth having. The easiest way to see the world is from exchange student programs; the society is friendlier, useful access to the schools resources, plus you will be mixed in a diversified group of people from all around the world who shares similar goals and mindset. Not escaping the cliché, but it is very crucial to be openminded and extra courageous during the time of exchange. One semester is very short that one won't have the luxury to not give in him or hers all in the beginning; either social-wise or travel-wise. It's okay to have close relationship with the people who speak your mother tongue, but be aware to not isolate yourselves from constantly speaking in it in public, after all, the core of the program is to exchange.^[1] Lastly, in some sense this could be the last chance of carefree one can enjoy before facing the reality and stress so make the most of it and really embrace the life. There are no identical experiences so you will need to make them yourself. Don't hesitate, grasp the opportunity and take action.

心得

里爾天主教大學下的 IESEG 是一所非常適合前往交換的學校，里爾本身就是個大學城因此納有眾多的學生同理也有很多交換生，城市並不繁忙不是觀光勝地但是個生活舒適的好地方。我最慶幸的是這邊的人們都很友善完全打破了我對法國的刻板印象，懂法語必定是加分項，但學好 Bonjour, Bonne journee, au revoir, pardon, excusez-moi 基本上就生活無阻了。儘管城市相比鄰近的巴黎並不繁華，但卻是前往境外交通極為便利的城市之一，有旅遊考量的人可以著重考慮。之於交換生它分為碩士部與學士部，我本人推薦大學部學程的主因是在於校內交換生的比例大多數在學士班，因此在學士班會有更多也更多元的相處交流對象。來法國不用太過緊張，只要保持危機意識東西真的不會被搶被偷。

行前準備網卡，可以買短天期的就足夠，多數留學生會辦 Free 的卡而這個是你一到法國就可以辦理所以網卡也沒比要多買幾天，我當初是買了五天的 Esim。

資料影印，可能會用到的資料影本在台灣印好帶來，這邊黑白一頁就要 0.5 歐。

建議帶：文具用品、行李秤、轉接頭、自熱保溫瓶（我在淘寶買了 Philips 的，電壓一樣要喝熱水很方便）、台灣的零食泡麵和料理湯包（這種消耗品真的不嫌多，吃完還有行李空間裝伴手禮回家且文化交流很好用。雖然明文規定不能帶泡麵，但基本上不抓這種，韓式泡麵這裡有不用帶）、太陽眼鏡（必需品，除非想來再買）、Carry-on（方便旅遊用，不論是行李箱還是大的行李袋）、雨傘（會下雨）、帽 T 或有帽子的外套（有時候會下很小的雨或是有風，會讓人不知道該不該撐傘）

法國房屋補助要申請出生證明，就算是半年也可以申請房補。出生證明的申請手續滿蠻雜的不過補也是滿補的，可以自行評估要不要。

巴黎——里爾，我當初最擔心的問題之一就是出關是否趕得上前往里爾的 TGV。我搭乘的是阿聯酋航空（13:30 抵達並搭乘 16:07 的 TGV），估計出關到領完行李並抵達火車站（機場內輕軌）至少要抓兩個小時，出海關的早晚沒有很大的差異因為到頭來都要等行李。記得要上班日抵達才有辦法辦理租屋處的入住。

住宿

這方面可以向學校詢問，他會寄給你一封列舉租房推薦的信件，建議不要拖到太晚再找，六、七月需要申請簽證的話前一兩個月就要找了。我個人是先抽了 ALL LOGEMENT（7/15 之前取消，行政手續費都可以退款）；里爾天主教大學旗下的宿舍，但因為抽到的宿舍距離學校並非步行能及因此我改申請 IESEG 的外包宿舍其與學校的距離步行約 15~20 分鐘。

以下列舉了選擇租房的建議：

1.IESEG 宿舍（Concordia）是 Studio 型的房間，含水不含電這是我認為其中最麻煩的事情，我是在交屋的第一天請了仲介幫我打電話去開電又或者你可以打 EDF 的英文客服請他幫你開電，基本上隔天就會有電可以使用，如果電來了但是熱水器沒有運作可以重複把電源開關切換，基本上這樣熱水器就會開始燒水了。不含電的另一個問題就是冬天暖氣不敢開太久再加上如果剛好房間裡面的電磁爐是舊型的，聽說這中很耗電所以我到最後就自己買了一個電子鍋煮飯了。再者洗衣服一次要三歐，以上就是住這的缺點。而其優點就是有舍監（會講英文、人也很友善）；安全性很足，離地鐵站和家樂福非常近；生活很便利，擁有自己的衛廁和小廚房（有微波爐和小冰箱），整體空間很足。這種房型房補申請的金額頗多，我收到了近兩百歐。（鑰匙用丟了直接去找舍監，一組重打 50 歐。Been there, done that.）

2.ALL 宿舍是一個遍佈在里爾的學生宿舍組織，每學期可以登記志願並抽籤，具體房型可以上網去看（[ALL LOGEMENT](#)），缺點就是多數皆為雅房（房補少），並且有些離學校有些距離。沒什麼令人非要不可的優點，就是有些宿舍離學校很近並且有時候會聚辦一些活動，宿舍的公共空間也很方便邀請朋友來煮飯同樂（但「理論上」禁酒），同樣為宿舍因為這個儲放衛浴共用所以會比較有學校宿舍人際交流的感覺。

3.在外自己找房多數會是合租房，學校的清單上會有幾個推薦的仲介網站，就憑藉自身需求去找，請務必看好房型是韓衛浴和廁所還是僅有衛浴並且要共用廁所。這種租房選項也很不錯，運氣好的話能交到非常知心的朋友，同樣就是找學校附近的更能保障同居人都是學生，而這種租房另一個優點就是你有空間邀請朋友到家裡玩並且限制少很多，這是我住宿舍非常羨慕的一個重點條件。總結，推薦離學校近的住宿；不論是安全性或是便利性都更有保障。選擇包水包電的比較省事。記得習慣他們凡事都要行政費，仲介費兩三百很正常。

課程

儘管在這的學分都不會轉回去成大，我仍舊選了不少的課因為這是最容易與其他學生相處的方式，我每堂課都去都是為了要去見朋友。網路上資料很多所以我就不多贅述，簡而言之 IESEG 有分密集型課程和非密集型課程。密集性課程的特別之處就是一個禮拜 (Mon-Thur, 8 a.m-12 p.m)就結束一門，非常緊繃高壓，但仍舊很多人會選是因為他能提公你一整個學期很好的時間彈性，在沒有可的那週就可以放寬心去安排旅行。IESEG 的國際生課程基本上跟正式學生的學程是分開的，因此我們屬實會處於一個國際生的泡泡之中，跟當地學生接觸的機會除非很主動不然並不多。

選課我認為以是否對課程內容有興趣為主，正課方面我沒有什麼特別推或是不推的課，建議大家仔細看完課程大綱再決定。法文課我便很推薦學校的發音課，老師很專業不過非常注重出席率，如果沒有全勤老師會明確表現出他的不滿。

課外活動

作為交換生也是可以參加球隊或是學生組織的，這裡的學生組織活動很豐富，如果有想要與當地學生有交流就可以嘗試加入。IESEG 的學生組織性活動非常多不過多數都是針對當地法國生。其中我參加過一次近似運動會的活動；白天比賽、晚上派對，需要搶 Shotgun (入場資格 25 歐，特別節日類似萬聖節的名額都是秒殺的)，白天供點心飲水、晚上無限量非軟性飲品。現場一、兩百個人大概只有我和我朋友這四、五個國際生，儘管如此也是非常有趣好玩。雖然這其實也就是普通的派對沒有什麼特別之處，但如果有機會的話還是可以參與體驗看看。社交方面，幾個重點管道就是課堂、學餐和派對，在短短的一學期如果有想要把握機會和來自不同地方的人教朋友就是得主動，課堂之間很少人會留在座位滑手機，都是到教室外面透透起與朋友們聊聊天。要記住所有人都是交換生，幾乎所有人都是很樂意也很希望認識新的人，所以突然跟身邊的人搭話、自我介紹真的是很稀鬆平常的事，不要太畏縮；認識不代表會成為朋友但不認識就可能錯過很好的朋友。



Halloween



WIUC Paris

旅遊

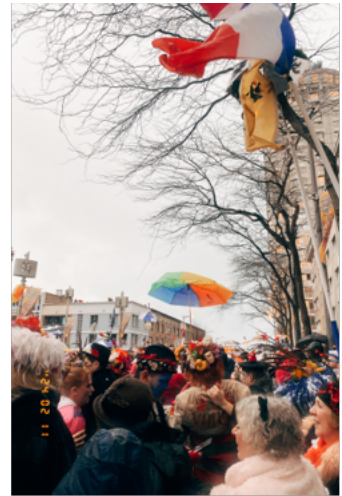
可以去辦 ESN 卡，搭乘 Ryanair 九折加四次行李額度等等優惠。法國在期中都會有一週的溫書假，到期末的時候如果你有非密集的課程你就必須等期末考時間出來才能安排旅程，其次就是抓緊沒有密集課程的那一週出去玩。週末安排旅遊的話可以考慮 Erasmus，適合那種想無腦旅遊低成本踩點的人，相比 IESEG 的 International Club 所辦的旅遊，我個人認為 Erasmus 更好。可以提早瞭解一下有什麼地方想去和什麼嘉年華活動想參加，里爾自身在九月的第一個禮拜有法國最大的二手市集，到了晚上市中心的街道會變成室外的派對現場。



聖誕節時的東歐之旅
(大推煙圈卷)



里爾春節時的(很)小廟會



敦克爾克嘉年華
(記得裝扮)

里爾生活

在里爾我主要的交通工具就是雙腿和地鐵，有時候為了省地鐵票錢就會用走路的，如果評估自己再里爾生活的時間算滿多；也就是沒有常常要出外旅遊，就可以考慮去辦腳踏車卡（網路上資料很多），省錢又方便。里爾雖然著名的陰雨綿綿，不過如果八月來好天氣有機會持續到十一月，這時候會開始真的冷起來並且下雨。天氣持續不好到一月達到最差最冷，四月回暖。因此我認為第一學年度來是最合適的；體驗感很好，陽光明媚的天氣能夠為你的社交精力加持好天氣也能讓你更享受旅遊。



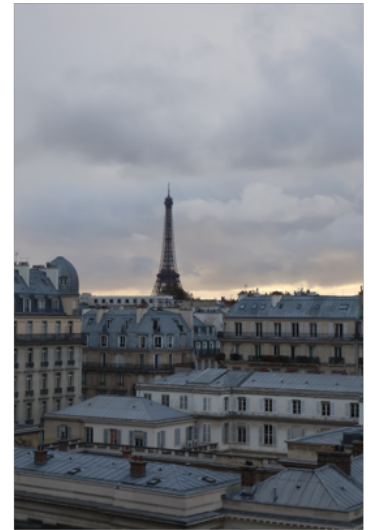
八月的巴黎



九月的芒通



十月的蘇格蘭



十一月的巴黎



十二月里爾第一場雪（一天）



十二月西班牙Fuerteventua



一月里爾第一場雪

交換之後

我一開始想來法國的初心就是想要學習法語，但因為在交換期間玩得太快樂因而荒廢了法語的學習，我便考慮要繼續留在語言學校學習。我幾乎找不到相關的經驗，為此我也費了一番苦工，所以在這裡提供給大家。（前情：在我撰寫這篇時我的居留證還沒審核下來，所以我還不確定之後還會遇到什麼樣的問題。）

首先他的概念就是一個學程學習結束後又續加（換）一個學程。如果你的學生簽證是VLS-TS就有資格延長居留資格（Renew of Residence Permit），一切手續會在網路上繳交資料並進行。他要求在簽證過期前四到三個月就要提出申請，如果在那之後才申請就必須罰款（180歐）但只要在簽證正是過期之前都還是可以申請的。申請了就不用像多數學生那樣想要留在歐洲就需要飛去英國換乘旅遊簽，不過在居留證配發下來前如果你沒有去換簽就不能離開法國。如果有旅遊需求就仍舊要去換簽，反之如果不介意在漫長的等待後再出境旅遊也是可以不用換簽的。申請延長居留需要法國這邊的電子大頭照檔（ePhoto），自己以前拍的相片檔案是不能用的，必須是認證的一組id碼；平常在火車站或是大眾場所看到的拍照亭都會給你如此的號碼，但我當初在申請的時候人不在法國並且也等不了回法國才申請，所以我找到一個官方認證的app可以幫助你用手機拍照就獲得這組號碼，提供給大家參考（[Photo idendite](#)）尋找學校的話可以透過這個網站找有資格頒發簽證的學校（[Label Qualite](#)），我當初是因為不想搬家所以就從里爾唯二兩間有資格的學校挑了我還能申請的（Lil'langue）。如果想申請另一間就必須提早去注意它（里爾三大）的報名期限（我記得是到十月）。他的教學方式近似台灣英語補習班（外師，優能、何嘉仁）一樣很友善、鼓勵是學習，平日每日（9:30-12:30 a.m）費用低一般大學點。總結，如果確定有這個規劃那便越早申請越好，其次就是漫長的等待他審核。

還有什麼想了解的可以寄信給我，這是我的信箱：annlin90012501@gmail.com

外食推薦

YOL (韓式)

JOJO GRILL (韓式)

Bistrot Tao (稻香館中餐廳，消費可用地下室包廂KTV)

Restaurant Chinois Tiger (中餐廳)

Pho (越南河粉)

Chez Veli (Kebab)

Nefs Berliner (Kebab)

Ciao Ragazzi (Pizza)

Papa raffaele (Pizza)

Crêperie Beaurepaire (可麗餅)

Bloom Cafe (法國吃到最不甜的蛋糕，平日可用電腦)

Coffee Makers

Paddo Cafe (不可用電腦)

Takk (飲食很普，但是環境好且可用電腦)

Bring Cafe (死亡芭比粉的裝潢，但東西意外好吃)