

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：114學年第2學期赴法國古斯塔艾菲爾大學出國
報告書

出國期間：2026年01月10日~2026年7月10日

單位：國立成功大學_工學院_系統及船舶機電工程系

職稱：學士

姓名：林羿萱

中華民國115年7月12日

摘要

這篇記錄了我去法國古斯塔夫·艾菲爾大學當半年交換學生的點點滴滴。內容按照時間線，把校內申請、準備簽證行李、抵達法國後的交通與入住手續，一直到回國前的待辦事項整理出來，以及分享了學校選課、宿舍生活、巴黎娛樂和學法文的心得。

法國的教育很注重獨立思考和批判分析，跟來自世界各地的同學一起上課。雖然處理那些繁雜的行政手續常常讓人很焦慮，但希望透過這份詳細的流程整理，能幫未來想去交換的學弟妹打劑強心針。這趟交換不僅讓我獨立生活和語言能力大進步，更讓我在迷惘的未來裡找到方向，是一段非常寶貴的人生體驗。

This post documents every little detail of my journey as an exchange student for a semester at Gustave Eiffel University in France. Organized chronologically, I've mapped out everything from the internal school application, visa preparation, and packing, to my arrival (navigating transportation and check-in procedures), all the way to the must-do checklist before heading home. I also shared my insights on course selection, dorm life, entertainment in Paris, and learning French.

The French education system places a strong emphasis on independent thinking and critical analysis, and I had the privilege of taking classes alongside classmates from all over the world. While dealing with the notoriously complex French administrative paperwork was often anxiety-inducing, I hope this detailed, step-by-step guide can serve as a reassuring shot in the arm for future juniors planning to go on exchange. This journey not only drastically improved my independent living skills and language proficiency but also helped me find my direction in a once-blurry future. It was truly an invaluable, life-changing experience.

目次

目的.....	4
過程.....	5
心得.....	8

目的

我當初會選法國當交換學生，除了因為那裡的工程教育很有實力、學術資源很豐富之外，很大一部分原因是我自己對法國文化真的嚮往很久了。

我之前去衛武營看過法國改編的音樂劇《羅密歐與茱麗葉》和《鐘樓怪人》，當時真的被那種細膩的人性刻畫，還有音樂跟戲劇結合的藝術張力給深深震撼到！也就是從那時候開始，我對法文和歐洲的歷史文化產生了超濃厚的興趣。

對我來說，法國不只是工程和設計的強國，更是藝術、建築和人文交織的文化搖籃。我希望透過這次實地去那邊生活和讀書，可以親身去感受法國社會的多元與包容。我相信這樣的跨文化體驗，不只能幫我開闊眼界，以後如果進入國際職場或跨國團隊，也會讓我更有同理心、更懂得怎麼跟不同背景的人溝通。

過程

1. 交換前準備

大約 10 月初學校將提名名單交給國外學校進行審核，大概 10 月底會收到對方學校給的一些注意事項，包含去線上註冊資料、提交成績單、個人簡歷、動機信、選課清單，以及選擇是否要住宿舍(CROUS)等等重要事項，這段期間請務必注意自己的信箱，我那時候就是晚了兩星期注意到，所以很晚才處理完這些事情，導致比別人晚很久才拿到入學通知，差點趕不上交換時程前拿到簽證。

最麻煩的莫過於是準備簽證的期間，整體辦理時間大約需要一到兩個月。首先，必須等到收到古斯塔艾菲爾大學寄來的官方入學許可，這是開啟後續所有流程的核心文件。拿到入學許可後，第一步要前往法國教育中心官網建立 Etudes en France 系統帳號，選擇「已取得入學資格（交換生）」方案，並將法國學校的入學信與台灣母校開立的英文版在學證明上傳送審。當線上資料通過審查後，系統會通知說要繳交約新台幣 8,000 元的面試行政規費，匯款確認後便可預約面試時間。在前往面試前，還必須到 France-Visas 官方網站填寫正式的長期簽證申請表，並將其列印出來、貼上兩吋大頭照並簽名。面試當天必須攜帶完整的申請材料，包含效期比預計回台時間多出至少三個月的護照正影本、France-Visas 簽證申請表、法國學校入學許可正影本、英文或法文版在學證明正影本、面試當場領取的面試收據，以及英文財力證明正影本（金額規定每月至少 615 歐元，例如交換半年建議存足相當於 3,700 歐元以上的台幣）。此外，現場需要以悠遊卡刷卡支付約 50 歐元的等值台幣簽證費，並會當場採集指紋與拍照。遞交文件後護照會被簽證組收走，要自行到簽證網站上搜尋是否完成，屆時再前往領回印有正式法國學生簽證的護照即可。

2. 抵達法國

抵達之後我沒有辦法及時入住宿舍，因為我的簽證太晚下來導致我的房屋保險很晚才能申請，所以宿舍不能住，只好在旁邊的飯店住了兩晚，等整個流程都處理好之後，才順利入住宿舍。安頓好之後，才去國際處進行報到，有問題都可以問他們，他們是少數在學校裡面會講英文的單位，要好好把握資源。國際處會提供電信、銀行、交通卡、超市等很有用的資訊，電信建議去辦 FREE，直接到門市去請店員辦理即可，選擇一個月法國 100G、歐盟 30G 的方案即可；銀行可直接

線上辦 REVOLUT，轉帳給朋友也很方便；交通卡建議辦 Navigo imagine R 學生年票比較划算，待要離開前在進行取消即可；超市方面宿舍對面就有一間 ALDI，裡面東西很便宜，商品還算齊全，但是若要買一些不同的食材，需要做到前一站地鐵站去家樂福進行購買。

3. 註冊+修課經驗

抵達之後會有兩到三星期的時間讓我們四處去旁聽自己喜歡的課程，可以不用選跟自己當初送出的課程清單一樣的課，我最後選擇三門課，分別是

- FLE(法文課)

這堂課會依照法文能力分班，老師是法國人，會很鼓勵學生發言，也喜歡與學生互動，點學生起來回答問題，是小班制教學，所以被點到的機會很多，跟在台灣的教學模式很不一樣，口語會進步很快，因為老師會及時糾正發音，每次下課都會有作業要完成，也有期中期末考筆試，要記得複習就好。

- Chinois Cultures et sociétés(漢語圈文化)

老師是中國人，老師會很常問學生的想法，想透過這樣的方式，讓課堂上的法國學生有更多可以練習口語的機會，期中是個人的 20 分鐘口頭報告，老師會給題目，每個人要單獨上台報告 20 分鐘，期末是筆試，針對整學期的上課內容進行考核。

- Chinois-négociation(漢語商務談判)

老師是在法國住很久的台灣人，上課很輕鬆，每一節課都會有不一樣的主題要同學們討論，然後下節課會要大家上台進行談判演示，在談判過程中要得到雙贏的結果，期末考就是抽兩個人上台進行中文談判，會針對使用字詞進行評分，這對中文母語者構不成太大的問題，不要太緊張與對方慢慢地說就可以了。

4. 生活方面

食：大部分時間我都是去家樂福買好幾天的食材回宿舍自己煮來吃，因為歐洲物價真的很貴，吃一次餐廳都要 20 歐起跳，而且也不一定合我的亞洲胃，所以我 90% 的時間都自己煮，但是法國也有很多東西值得一試，比如：馬卡龍、各種法式甜點、青醬蝸牛、一整套法餐、可頌、法棍、可麗餅，有機會都可以去市區吃吃看。

衣：我認為發熱衣可以在台灣多買幾件帶去，因為在巴黎買真的很貴，而切歐洲冬天又真的很冷，所以可以買幾件厚外套帶著，我個人最後冷到受不了，在巴黎買了一件長大衣。

住：我是被分配在住在 Condorcet，蠻多台灣人住在這一棟的，因為都是在古斯塔艾菲爾大學的交換生，這裡地理位置很好，對面有超市，走路六分鐘有地鐵站，走路十分鐘就可以去上學。會跟一個室友一起共用廚房、廁所、浴室是公共區，但是各自的房間是分開的。

行：巴黎的地鐵網路很發達，出門搭乘地鐵加上走路就可以到各個地方，所以辦好 Navigo imagine R 很重要，如果要去德國、英國等地方，也可以提前訂好票去搭乘歐洲之星，很快速也很方便，但是因為價格是浮動的，越早訂越便宜。

樂：有歐洲國家的簽證到歐盟國家旅遊很方便，搭乘飛機入境都不需要護照檢查，而且機票很便宜，所以我就利用課餘時間去了 19 個國家，從北邊的冰島、挪威到南邊的埃及都去過，非常推薦大家可以利用時間去走走，如果怕找不到旅伴，也可以去臉書的交換生社團去找找看有沒有志同道合的人一起玩。

5.生活費

如果很常出國玩，這部分經費就會比只待在法國巴黎的多出很多，因為人在外面肯定是會想嘗試當地料理，並且會購買當地特色食物作為伴手禮等，所以我覺得必須要準備至少兩張額度高一點的信用卡或是一張信用卡、一張金融卡比較保險，因為我時常聽到朋友們把額度兩萬元的信用卡刷爆了，所以多待一張卡與現金還是很重要的。

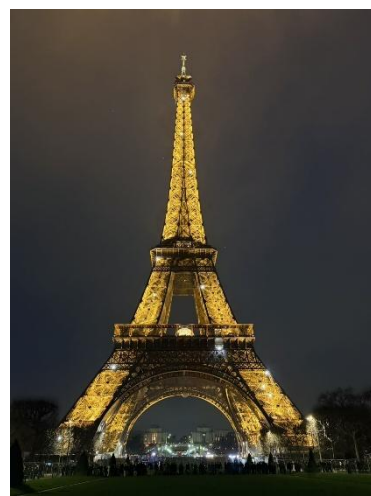
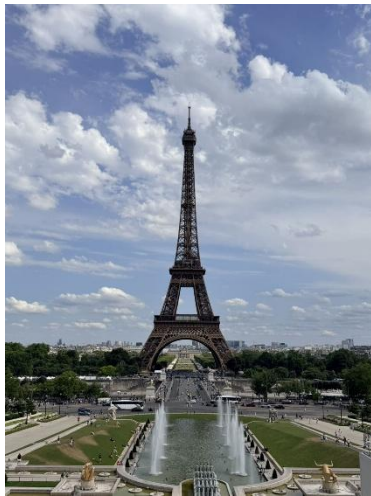
6.返國前手續

回國前一個月，要先去宿舍辦公室預約離宿清點，不能到要離開前一天才說，否則會面臨鉅額歐元罰款，宿舍要徹底清掃完畢，水龍頭上的水漬也要清理乾淨，清點人員會請我們現場把他刷乾淨才可以走；電信可以透過網路線上取消方案；Navigo imagine R 則需要跟學校申請的文件上傳到官網去取消年卡，否則會被一直扣款，revolut 須等到所有退款都結束再把銀行關閉，因為他們都不能直接退到台灣的銀行，都需要退到 revolut 才能再退到台灣的外幣帳戶。

心得

這次出國交換應該算是人生中最魯莽但是最值得的決定，當初完全不會法文但是就想去巴黎看看，所以就抱著想踏出舒適圈的心態就送出申請了，直到上飛機的前一刻才有「真的要去歐洲了」的感覺。這次旅程學到最重要的兩個字是「珍惜」，以前總是覺得歐洲很漂亮很先進，但其實歐洲整體來說蠻不方便，而且他們也時常罷工，導致很多時候沒有地鐵可以搭，在台灣 24 小時都有食物可以買，不會怕太晚抵達會沒有東西可以吃，而且歐洲小偷猖行，義大利的某些餐廳甚至會貼公告要遊客們小心包包，在台灣反而是把包包放桌上也不用太過於擔心的程度。另外，在熱浪期間，在宿舍、餐廳、百貨公司、地鐵、商店全部都沒有冷氣，白天高達 39 度的高溫，在搭乘地鐵的時候都覺得自己是被送進烤爐的沙丁魚，晚上睡覺的時候，宿舍沒有冷氣沒有電風扇在 30 度的夜晚完全是輾轉難眠，台灣雖然炎熱但是隨時都可以找的到冷氣吹，台灣這點真的做得很好。我覺得錢還可以再賺，但是不可能再有機會在 21 歲的時候看了冰島的火口湖、挪威的峽灣、波蘭的奧茲維辛集中營、奧地利的哈修塔特、捷克的天文鐘、布達佩斯的國會大廈、巴黎鐵塔、凱旋門、凡爾賽宮、倫敦的大笨鐘、德國的國王湖、巴塞隆納的聖家堂、義大利的多諾米蒂、羅馬競技場和米蘭大教堂、瑞士的少女峰和馬特洪峰、克羅埃西亞的十六湖、埃及的圖坦卡門木乃伊。

照片



巴黎



冰島



埃及



義大利