

國立東華大學國際交換學生心得及問卷
National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

個人資訊 Personal Info.			
姓名 Name	尤謙涵	學號 Student ID	410983051
所屬系所 Home Department	諮商與臨床心理學系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	410983051@gms.ndhu.edu.tw		
前往國家 Exchange Country	西班牙		
前往學校 Host University	穆爾西亞聖安東尼奧天主教大學 UCAM		
交換系所 Host Department	心理學系		
交換交流期間 Exchange Period	自 From 2023 年 year / 09 月 month 至 To 2024 年 year / 01 月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	2023-04 四月初收到申請相關資訊		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	2023-05-11 收到錄取確認信		
申請所需資料清單 Required Documents	<ol style="list-style-type: none"> 1. 照著學校指示註冊系統、填寫資料 2. 上傳大頭照 3. 護照影本 4. 歷年成績單 5. 西班牙文語言檢定證明（如果只上英文授課則不用） 6. 英文語言檢定證明：換算歐洲語言 B2 能力以上語言能力證明為佳，若只有 B1 也可以上傳，但有些導師可能會否決一些選課。 7. 警察刑事紀錄證明：如果有參與實習、實作課程者，有可能需要上傳刑事紀錄證明，確認沒有性犯罪前科，沒有要修相關課程則不用。 8. 申根保險檔案。 9. Learning Agreement：選課意願調查表。（之後正式選課還要填一張正式的請指導教授簽章。） 		
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee	2600		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	西班牙商務辦事處（台北） （實際上簽證是菲律賓的馬尼拉核發的）		
申請文件 Required Documents	<ol style="list-style-type: none"> 1. 英文財力證明：可以用銀行帳戶內台幣或是歐元證明都可以，而且可以多個帳戶加總，只要總數換算歐元有達到門檻且有為英文 		

	<p>即可。規定額度可能有調整，要自行確認最新的門檻。</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 交換學生資格英文證明函：這是寫信請東華這邊核發的。需要註明申請人就讀科系、獲選為交換生之事實、西班牙交換學校的校名、交換的時間（區間與日期）、是否領有獎學金。 3. 有效的申根醫療保險：時間需要涵蓋所有停留在歐盟內的日子，最好以去程、返程機票日期作為保險開始與結束的日期。額度與必須涵蓋的項目，可以自己查詢核對，且繳交的保險文件需要明確註明的項目也都要留意。 4. 入學許可證：西班牙交換學校給的入學通知確認信。內容應該要有：申請學校或機構名稱、地址、學校聯絡人姓名、聯絡電話、電子郵件帳號、明確的課程名稱（系所）、時間。 5. 長期簽證申請表格：列印兩份。填寫上注意事項可以查詢網路上申請簽證的分享文章。 6. 六個月內大頭貼兩張。 7. 護照正本、影本。 8. 國民身分證影本。
申請時程 Application Timeline	送件後十天內（含假日）後拿到。
課程資訊 Course Info.	
選課方式 Course Selection Method	<input checked="" type="checkbox"/> 線上選課 Online System <input checked="" type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork <input type="checkbox"/> 其他 Others:
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)	無。只有東華規範必須通過兩門課程。
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	<input checked="" type="checkbox"/> 是 Yes <input type="checkbox"/> 否 No <input type="checkbox"/> 其他 Others: UCAM 規範 60% 以上課程需要來自原本申請交換的學系，但在實際選課上不會特別要求。
課程難易度 Course Level	<input type="checkbox"/> 困難 Hard <input checked="" type="checkbox"/> 普通 Normal <input type="checkbox"/> 容易 Easy
住宿資訊 Accommodation Info.	
住宿選項 (可複選) Accommodation Options (multiple)	<input type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 學校配合之校外租屋公司 Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University <input type="checkbox"/> 學校提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University <input checked="" type="checkbox"/> 自行上租屋網站尋找
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	<input type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input checked="" type="checkbox"/> 自行租屋 Off-campus Housing 或其他住宿資訊來源 Other housing sources: <input type="checkbox"/> 學校 University <input type="checkbox"/> 朋友 Friends <input checked="" type="checkbox"/> 網路-網址 Internet-Link : idealista
相關費用 Relevant Costs	

住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	8,500 水費：每兩個月約 20-30 歐，電費：每個月約 40-50 歐。(共租房子平攤計算)
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	50,371
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	17,000
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	旅遊住宿費用一晚約 1000 台幣上下 (平均為 870 台幣一晚)

個人心得分享 Personal Report (1500-2000 字)

申請流程

申請流程是姐妹校會寄送相關申請資訊，照著去做即可，包含註冊系統、選課、上傳資料等。四月初開始申請，五月中拿到確認信。開始跑完簽證流程後，到了近開學會寄信告知（線上）會議時間，會議會提醒要去國際處拿入學通知書（辦交通卡）、繳交文件與選課相關等事宜。也會收到學校系統的帳密等資訊。

選課流程

在姐妹校的申請過程，就會要求交換生進行初步的選課。在這個階段，不會知道課堂上課的時間與實際上會不會在該學期（第一學期或第二學期）開課，算是初步的意願調查。之後還有調動調整的空間，但基本上會在暑假看到系統篩選後，真的有選上的課。

到西班牙後，要再次跟指導教授約開會，指導教授列表網頁 UCAM 國際處會提供，開會目的除了彼此認識以外，最重要的是將正式的選課單請教授簽名，並以電子郵件寄回國際處（有些指導教授可能會代為處理，要跟教授詢問清楚）。目前而言，該國際處是只有一人負責全數交換生事務，且為人工選課，會需要等一些時日才能正式選課完成。如果有急迫需求，可以在網站上跟國際處預約時段親自前往處理。要注意的是，八月是全西班牙度假的月份，很多商店不會開，學校當然也要到九月初後才會陸續開始運作，千萬不要嘗試跟教授約在八月開會，那是不可能的。甚至教授會等到九月才依序回覆郵件，都是非常正常的。

每個科系會有一兩位指導教授（tutor），如果有跨系修課的需求，就要跟該系指導教授聯絡，並請教授同樣在正式選課單上簽名。

雖然開學後會有一個月可以調整課表，但大部分人在一兩週內就會做好決定，這樣也能快一些正式選完課程，擁有存取課程檔案、資料的系統權限。導師會鼓勵你早點做決定，擔心出缺勤沒辦法順利登記而影響期中考的權益（詳見下方說明），但只要跟該堂課的老師、同學溝通聯絡清楚，也是不用那麼緊張。（但就建議課程全勤，讓老師有印象，後續也比較可能願意手動幫忙登錄出缺勤。）

機票

機票看來看去觀望許久，發現在納入班機時間、轉機時間、票價等，整體上只有阿聯酋比較理想。後來認識從台灣過去交換的也都乘坐阿聯酋航空。唯一要注意的是，阿聯酋其實有學生票，不管是進入學生優惠再購買，或是在結帳最後輸入 STUDENT 的結帳優惠碼，都會附帶改機票、行李重、票價九折等學生優惠。沒有用到會十分懊悔的，說的就是本人。

簽證

簽證申請文件已經在上面表格詳細列出。要注意的是，如果是交換半年則為 180 天以下簽證，不需要良民證（刑事紀錄）也不需要健康檢查證明。

學校開學可能碰到的狀況 & 學校學習環境簡要介紹

在秋季班，學校開學日期依照科系會有所不同。每個科系又會因為年級而不同。四年級往往在表定上最早開學，在九月第二週的週一開學；二三年級一起開學，大約是九月第二週週三；一年級十月第二週左右才開學。科系除了醫學系與某些特定科系，大部分是在同樣的時間開學的。然而，真正開學的時候，二三四年級是同時開學的。

每堂課的時間與教室，在開學前一週都不一定有完整課表。或是只有部分課表，或是課表只有時間沒有教室。教室很可能是同一個科系同一個年級一直都在同一個教室。就算有了課表，第一週都隨時會有變動，在科系官網上會更新新的課程檔案，頻繁確認可以大大避免撲空，大概到第二週中後會開始較為穩定。課程安排的紊亂與開學陣痛期強度，與東華前一學期中後就知道下學期課程時間、地點十分不同，會需要調適並隨之應變。若能夠被加入同學的群組，則多少可以避免一些狀況，畢竟在當地讀大學的學位生與教授會有更頻繁的聯繫，也可能已經修過該教授的課程。

一堂課可能分兩天上，會佔據一周內兩天的時間，如果交錯科系、年級選課一天的在校時間可能過長，例如早上八點有課，晚上六點又還有課。如果是同一科系同一年級的課通常是接著上且較密集的。（有點類似每個科系每個年級都有半天在校時間。）

如果怕衝堂，也可以透過全部選同一個科系同一個年級的課程避免。這邊大學生比較少人跨系修課，除了雙主修的人以外，大部分人都是跟著自己科系該年級的課表跑，這樣負擔也比較輕，比較不會有早上八點半到校，晚上課還要上到八點半，一天待在學校 12 小時的事情發生。即使衝堂，學校有相關應對措施，經過申請手續後，可以選擇一週待在某一堂課，另一週待在另一堂課，且出缺勤不受影響。（出缺勤的用處於後面說明。）

學校使用的線上輔助系統主要有兩個，UCAM APP 主要用來記錄出席，會以藍芽或掃描 QR code 進行，同時可以隨時檢查自己的出席率。但系統資料更新較慢，也時常小故障，登記出缺席後，資料常常需要一些彙整時間才會正常顯示。

如果正式選課與開學前有選到的課有落差，出席率需要等正式選課完畢，才會開始彙整正式選課完成後的資料進入學生帳號。在那之後的一週後仍有問題，要到教務處詢問。這個的帳號需要等學校寄送帳號密碼，並更改密碼後才可以使用。有些人在開學後等了三四週才拿到，最早則大概是開學前一週拿到。該電郵與密碼可以使用 Gmail APP 或網頁登入看信件，多數信件是神父散播愛與關懷，剩下就是一些零星活動、實驗徵求的訊息。

另一個線上平台是 Canvas，網頁使用以外手機、iPad 都有 APP（名字：Canvas Student）。主要是用來看課程資訊，教材資料、課堂通知與繳交作業等。一樣要正式有在該堂課的名單，才會看得到該堂課的資料。

綜上所述，開學前三週有些混亂是正常的，之後會較為穩定。跟老師打好關係、跟同學留聯絡方式是很重要的，這樣即使選課、系統有問題也不用過於擔心。

學校給交換生、外國學生的活動會由語言中心舉辦，大多舉辦在假日或是課餘時間，活動包含：健行、飛行傘、划充氣艇、跳舞課、coffee speed dates 等，有一兩個免費，其他費用也都滿公道划算的，跟在台灣從事相去不遠，可以視自己時間參與。

另外，交換學生、國際學生的歡迎活動辦在十一月中後，因為碩士很慢才開學，早上演講與形式走完後中午會到夜店（夜總會）一路玩到五點解散。舉辦的時候學期已經過了大半，感覺都有些要離別的氛围了，甚是奇妙。

考試與修習課程制度

學校一學期有兩次考試，期中考與期末考。所有非實作、實習的課程皆然。考試制度每一堂課老師會發公告介紹。大多為選擇題為主，選項三個，單選題。要以黑色或藍色原子筆畫卡，錯誤的塗銷選項是在同一個選項下的格子填滿，另外再畫要的正確答案。唯一要注意的是答錯會倒扣。兩題錯的會抵銷一題的分數，有些科系可能是三題抵銷一題，要看老師公告說明。總之，事前思考並制訂適合自己個性的答題策略會較好應對。

期中、期末考試是大家都可以參與。期中考若有通過，則涵蓋的教學內容將從期末考範圍中移除。期中考沒有過也沒關係，期中考試範圍會在期末考期間安排另外時間考。如果到了期末，發現該堂課出席率沒有六成，則期中考不算數（就算有過也是一樣），期末考時要再將期中考範圍考一次。期末考如果沒有通過，可以盡快聯絡老師與系辦重考。

期中考日期往往是老師可以決定的，也可能是系辦統一安排。期末考則一定是系辦安排，如果真的無法參與可以跟系辦申請協調日期。期中、期末考週長達三週，期中考週照常上課，期末考週不用上課。時間可能是該堂課的上課時間，也可能完全是系辦安排的其他時間。若有兩堂課考試時間衝突到，可以申請調開。

考試計分方式為 0~10 分，5 分算通過，剩下依序分標的。一堂課可能包含 Seminar、考試等等評分項目，每一項目都必須拿到過半的分數，該科目才算通過。Seminar 往往代表要繳交報

告，在修課前可以納入 Seminar 次數作為課程負擔評估的一環。

還有一點是，學校公佈成績的方式是全部人的成績列在同一張表上，統一在系統公佈，對於習慣自己成績只有自己知道（總算撐到大學是如此了）的我，還是有些不適應。後續拜訪了一些大學，也在走廊佈告欄看到一些課堂整班的成績。雖然歐洲普遍注重隱私，但可能因為從小到大覺得成績如何也沒什麼好比的，而在這部分較為隨意。

學校風氣與科系相關資訊

這次交換主要修習的課程是西班牙文課程（語言中心提供）、心理學系課程與體育與運動科學系課程。

西班牙文課程有分成兩種，一種是通常在開學後第二週開始的兩週密集課程，每天三個半小時共九天，需要另外繳交 25 歐的學費。可以從基礎班（A1-A2）與進階班（B1~B2）做選擇。基礎班以英文輔佐上課，會快速跑過 A1 所涵蓋的內容，如果是完全初學者來說，會是很好的概覽；之前稍稍學過的則可以快速複習。進階班則以全西文進行。此課程提供 2ECT 的學分，沒有考試，只看出席率。

初學者可能會覺得密集班進度太快，學得不紮實是很正常的，可以接著上整學期的西文課程。在密集班第二週的週五會有分班考試，包含文法題、閱讀與口說。基本上就會多少寫多少即可（寫錯可能有倒扣機制），只寫了三至五題就繳卷的初學者大有人在，坦誠面對自己西文能力分班到合適的班級最重要。口說只問一些基本題，讓學生自由發揮自由講，也會詢問之前學西文的經驗做為參考。但在分班結果出來後，有些懷疑只是按照當初在選課繳費系統（語言課程的選課繳費是另外的系統）初步按照意願選課的結果進行配發。語言中心會安排一個會議時間，讓同一個程度班級同學自行協調出上課時間，在這個時候如果有臨時想轉班是可以的，但要自己衡量能力，只有 A1 班級會以英文輔以上課。今年開課程度與班級分佈為 A1、A2 兩班、B1.1、B1.2、B2、C1。第一次上課，老師仍可能會再次商討調整授課時間。

西文學期課為 5 ECTS 的課程，通常一週分兩天進行，一天兩個半小時。學費則為 120 歐元。課堂期間會有不定期小考，但沒有期中考，只有在最後一天課程進行的期末考。出席率很重要，只能缺課三次。課本採用 AULA 系列課本，一週教授一單元。聽、說、讀、寫並重教學。

心理學系課程個人是參與英文授課的組別。四年級剛好第一屆的英文組畢業生（2024-06 畢業），非常榮幸繼東華諮商與臨床心理系國際班的最後一屆之後，無縫參與了 UCAM 的第一屆。在這種初始與結尾之際，共通的是會有較多的不確定性與動態調整一切事務的可能，會有較多需要應變與包容之處。四年級在十一月中後就會去實習，所以學期較早結束，但是會以較為密集的上課時數與緊湊的考試填補。開學後一個月即期中考，再一個多月後即是期末考。不過因為是第一屆，也不確定是否後續會更改。修習四年級的課程一方面是本來年級就是四年級，想上一些進階應用或較為專業的課程。另外就是也因為是開天闢地的第一屆，班上成員經過歷年離去已經剩下較少人數，彼此關係因為常常要跟系辦、學校爭取權益而較為緊密，卻同時非常的樂於接納交換生，讓我覺得可以在這樣較小的班級中，有更大的空間參

與課程互動，置身於多文化背景的狀態，學習助人相關之能是我所嚮往的。也因為心理系四年級這樣的學期規劃，期中考會跟其他修習課程錯開，舒緩期中期末考週的壓力。以上考量之下決定雖然前期會有較多的不確定性，仍然跟著四年級一起修課。

心理系的考試多為選擇題，30 題以下，3~4 個選項單選題。兩題答錯抵銷一題。考試題多專注於考記憶知識的部分，應用與思考偏少。會推薦有餘力可以讀文本教材而不只是課堂 PPT，如果只求過則是課堂 PPT 有順過即可，考試並不難，算清楚保底分數最重要。

體育與運動科學系環境較為陽剛，除了交換生以外，鮮少有女性，唯一的好處是這邊女廁永遠不需要等，也很乾淨，因為搞不好整棟建築裡也就同時有十位女性而已。但是這是一所運動科學系為代表的學校，足球隊有自己在市區的俱樂部、電競隊有自己的獨棟建築，體育與運動科學系系辦公室也是全校最大的，與其他科系不同，系辦公室坐落在坡上 outlet 所在之處，旁邊坐擁鎮上最大的超市（Mercadona），去年開始才有獸醫系搬遷上去陪伴。位置交通上則有些尷尬，44A 下車後也要走 8 分鐘左右，輕軌也差不多，在校區之間走路交通要抓 12 分鐘較為安全。系上教授數量多但大多教授只教授西語組課程，有教授英文組的課程的老師，可能英文能力也較為有限，也大多有腔調需要適應，不過仍有一兩位教授所學、研究非常精實，有許多可以向其請教並使人收穫頗豐的可能。英文組要求不像西文組高，不過若能加進班群會有莫大幫助（路上撿來的考古題之類的）。考試不難，選擇題與短答題，三題答錯抵銷一題，題數偏少，大概 25 題左右。有讀懂 PPT 的重點架構、理解關鍵的理論與名詞解釋即可。但如果是簡答、申論考試形式，不能只重視理解，一定要將內容列點、背誦清楚並能夠解釋。

整體而言，這所學校大多學生也是出自中產家庭為主，雖然符合西班牙人對於昂貴私立學校的想像，包括是天主教學校等特質，讓許多 Murcia 自治區的人並不那麼喜歡 UCAM。但去到自治區中的城鎮，都還是會看到無所不在的學校 Logo 出現在運動酒吧的裝潢，尤其是籃球校隊。人們似乎對於學校相關的周邊支持度也是恆常不墜，小小的校園裡紀念品／文具／影印店裡的周邊品項齊全，沒有一天沒在路上看到穿學校衣服、用學校水壺的人（不過非常可能是因為學校抓緊機會就會送給你免費周邊）。聽當地同學說，他們前幾年入學的時候，學校會免費發送才造就此榮景，現在則都需要購買（這是學期初期這樣想，後來參加國際生歡迎活動、學校球隊的免費比賽、領取新生禮包都有拿到不少周邊）。也有同學花錢參加馬拉松，只拿了學校週邊禮包，沒有真正下去跑，實際上參加費用也比直接購買學校周邊來得便宜。

班上組成來自眾多國家，交換生的義大利人們會自成一群，據說每個科系也被不同的歐洲學生盤據，例如：OO 系法國人為主、OO 系則是義大利人。班上非洲裔、中東裔學生也不少，印度學生則是每個英文授課組別都至少有 3~4 人，聽印度人說已經相對地球的其他地方少了，英文組西班牙本地人至多就兩三人。碩士班的亞洲學生狀況普遍比學士班更為繁盛了一些，學生源集中來自中國與印度。

到了考試大家還是滿認真讀書的，心理系 7 分約為平均稍低，運動與科學系則為平均偏高，心理系通常全過，但運動科學系就比較因課性質（選修還是必修）而異了。不過相對東華而言，這個學校沒有社團，也較少活動，大家似乎就是交通到學校為了上課，除此之外並不會

久留。

住宿

遺憾的是，學校沒有提供任何的住宿。所有人都得要自行租屋。學校提供的連結通常沒什麼租屋選項，都是滿租的狀態。

只有交換半學年的租屋會較為尷尬，因為一月底鮮少有人會來交換第二學期，房東租給短租五、六個月的人意願也較低，或是會因此收取較高的房租。不過多找幾間還是能找到不錯的房子。

西班牙租屋主要注意幾件事情：水費、電費、網路是否包含。水費不包含通常兩個月算一次，取決於多少人平攤，但多落於 20 歐以上。電費每個月 40 歐起跳不等。網路通常有包含，但也有朋友租不包含的。多少人共用衛浴。押金通常為一個月。仲介服務費 100 歐至一個月房租為正常範圍。有些房地產公司會因為用轉帳而增加服務費用，付現會較為便宜，但這並不是常態，不建議多支付這樣一筆費用。

還有一個差異是有沒有空調，或是只有暖氣，還是完全沒有。雖然 Murcia 是沒有冷到暖氣為必須，也沒有熱到冷氣是絕對必須，但具備兩者生活會簡單許多。

西班牙有幾件對於台灣人來說可能較為奇怪的事情，例如：洗衣機可能因為省空間，會放在廚房的流理台下。另外，洗衣袋不用買太大，因為這邊洗衣機可能很淺，設定上以裝進單一需要保護的衣物作為思考比較好。浴室可能很小，淋浴間可能做半套的乾濕分離，只有圍住三面之類的，淋浴間也可能非常小，小到洗頭手肘必須垂下來，這部分就要自行評估對於居住半年來說，能夠接受什麼樣的生活環境了。隔音是一個需要注重的要素之一，但在西班牙講求這個有一點無謂，因為隔音都很差，只有分「沒那麼差」跟「真的很差」的區別而已，腳步聲、講話聲都是無可避免的，鄰居起床就一起起床是日常，附近的教堂鐘聲也是生活的背景音。還有即使是新的建築，有個四五十公斤的女生走過去，地板會些許震動也實屬正常。許多租房的房間門會是裡外都是使用鑰匙鎖的，如果習慣鎖門的人可能進出都在鎖門開門。西班牙有許多人類瑰寶等級的建築大作恆更古今，但不代表他們解得開馬桶、門與牆壁的三角習題，常常是門太寬，要進廁所會被夾在馬桶與門之間閃躲兩難，只得貼著牆壁而行。

如果有跟西班牙較年長的房東同住，要注意一些事，例如他們普遍有點潔癖很愛打掃，早上起來會鋪床，浴室保持又乾又淨的技巧是必學。還有西班牙旅行與生活要注意的是，最上層我們覺得像是棉被的東西，往往是防塵的床罩，就寢前會直接拿掉，下面一層像是床單的東西實際上是被子，把被床墊壓著的部分抽起，再將自己塞進去，冬天則會用這層像是床單的東西多包一個毯子就很暖了。據我觀察，床罩、毯子是較少在清洗的，住青旅、舊舊旅店要多注意，隔一層被單會清潔得多。枕頭套不太建議攜帶過來，因為如果是雙人床往往給的枕頭是長長橫亙整張床的長條枕頭（很像等身抱枕的形狀）。

在前往西班牙之間，可以先考慮一件事：怎麼做符合自己的個性。有些人可以接受視訊看房，

確認所有要注意的事情，也請房東出示所有的證件與文件後，就直接匯款押金，過來西班牙即入住。用這個方法要注意這邊有許多詐騙的可能。但也有些人安排提前一週以上過來，在接近日期時開始寄訊息詢問約看房。房子通常在一兩週內就會租掉，所以提前太多在網路上找意義並不大。若日期將近仍找不到合適房子，透過房地產仲介會是一個花錢了事的選擇，通常多聯絡幾個房仲，都還是會有屋況可以考慮且符合所需的選項。

租屋網站部分，[idealista](#) 是最大的網站，主要的房源都會登錄在此，上面也不乏房仲。[Pisocompartido](#)、[Spotahome](#)、[fotocasa](#) 也都是可以參考的租屋網站。一定要先註冊 Whatsapp 帳號，在上面以西文寄訊息詢問，會得到較多的回覆。過程中以 Deep L 與 ChatGPT 擬稿、溝通大致不會有問題。如果只有要租半年也要表明清楚，大多已經標明只租六個月以上的就別打擾。

另外，也有臉書社團可以參考，以 Alquilar Murcia 作為關鍵字搜尋會找到幾個社團，可以參考房源。

最後稍微分析一下 UCAM 的租房狀態。主要分成兩派，住在市中心 Murcia Centro / Murcia Capital 或是住在學校附近的小鎮 La Ñora，還有在學校與市中心間的 Guadalupe，最後有一個比較偏激的選項是住在 Cartagena，以下一一說明住在每個地方的優缺點。注意：所有房租行情皆是以 2023 年九月的價格，僅供參考。

住在 Murcia Centro 的好處當然是方便，超市、交通都相對便捷，去其他地方旅行要去客運站、火車站也較為方便。晚上也較為可能參加各種活動（藝文、夜生活等），尤其是西班牙往往活動從十點才開始，包括在廣場免費的音樂會這樣的性質，都很晚才開始，午夜左右看到親子在外活動也不用太意外。一到週五、週六與國定假期前，空氣瀰漫對派對的躍躍氛圍是藏也藏不住。那些日子，哪怕有人冰封百年，突然甦醒，恐怕都能在五秒鐘內得到的資訊判斷明天放假，今天晚上西班牙人就是要狂歡。西班牙人通常至少要一兩點之後才會進夜店，三點進夜店是常態，五六點才離開，七八點去站著吃 24 小時的 Kebab 是西班牙年輕人的週末日常。北方可能吃 Chocolate con churros 居多，南方因為北非、中東移民多，飲食風貌也受影響較多。因為夜店要入場費，通常是 12 歐含一杯飲料，所以年輕人少會做夜店 hopping，會在一家待整夜到早上，不過倒是會做 bar hopping，吃吃各家店的 tapas。而這一部分的西班牙生活恐怕要住在市中心才有辦法享受，最晚能回到 La Ñora 的時間是晚上十一點多左右，之後就沒有輕軌或公車了。計程車單程約 15 歐，三個人分倒是還好，但大部分人會選擇借住在市中心的朋友家。住在市中心的最大缺點是上學日的通勤。單程至少半小時到一小時。取決於輕軌或公車，輕軌一個月可能會有一兩次有點狀況，公車則沒有到那麼準時。每一天要面對交通上的不確定性是主要住在市區的缺點。輕軌通勤時間人多，西班牙人講話也較大聲吵雜，可能會是一個壓力源。公車則是可能因為修路更換站點，一班與一班之間間距可能較長。住在市中心的房租通常不包含水電，2023 年九月來說，350 起跳居多，租長期可能可以壓低一些。要注意的是，La Fama Market 前面那條街再過去屬於 La Fama 的區域，老舊住宅居多，且為毒品交易活躍區，治安較差，不建議居住。El Palmar 區域也同樣有耳聞可能比較不適合居住，但因為沒有實際逛過那區域的租屋狀況，便不多說。以 [idealista](#) 的區域價格表其實可以略為推測該區域的狀況，建議在租屋前要將此考慮進去。

La Ñora 去學校則是用走的約 20 分鐘（或是坐公車 2~5 分鐘，兩站，但下車微微尷尬），走到體育與運動科學系要快 30 分鐘單程（或是坐公車 5 分鐘 + 走路 8 分鐘）。主要的超市是 Supermercado Nardita Ñora、有販賣新鮮肉品的小超市 Supermercado Tomás。以這兩間超市周圍作為優先考量生活會較方便。平常搭車前往學校、市區的公車站，即在 Supermercado Nardita Ñora 旁邊，同時是路線 44A 的起點、終點站。搭車前往市區視路況短則 20 分鐘長則 45 分鐘。2023 年九月來說，一個月不含水電約 250 歐元起跳，大多落在 300 以上。

Guadalupe 是兩點之間的折衷，走路到學校約 15~20 分鐘，小缺點是沒有銀行（La Ñora 有），且較沒有完整的超市可以採買，但可以往市區方向搭公車幾分鐘到 Mercadona（西班牙主要的超市品牌之一）採買。因為是在 La Ñora 與市區中間，等公車可能要碰運氣。2023 年九月來說，一個月不包含水電 275 起跳。

最後也有極少數人住在 Cartagena，房租可能可以從一個月 100 多歐起跳，有認識兩三位體育與運動科學系的印度同學每天腳踏車通勤，實際上那是一個客運一小時遠的海邊小鎮。另一位在地同學則是因為父母家在那，每天搭月繳的通勤車上下學。這是非常極端的選擇，除非有極度省錢的需求，不然不太建議。

交通

在西班牙活動，以 Google map 都還算準時，當然 Moovit 可以下載來當輔助，每個地方的公共運輸系統也可能有自己的 APP 會更為可靠，不過整體而言，用 Google map 還算省力省時，效率不差。

Murcia 主要大眾交通為輕軌與公車（分成市區的小巴士與路線較長的大公車）。當地人則是開車居多。尤其是在地學生與居住在小鎮的居民。上課期間，蔓延整個坡的停車場滿滿都是車子。

學生交通卡辦起來搭三種主要交通工具都有優惠，不然用現金支付貴到會心疼，買一般卡長期價差累積下來也是不小的數額。端看居住地點與習慣，有些人會選擇購買單一交通工具的月票，例如：輕軌，可以省下一些錢。

以下這幾個地方可以辦理，但實際上還是再在[網頁](#)上進行確認：

Paseo La Ladera, 79, Churra, Murcia (Tranvía de Murcia).

Edificio Abenarabi del Ayuntamiento de Murcia (Oficina de Transportes)

Plaza Camachos, 1 (Transportes de Murcia)

Punto de información de MONBUS, en Avda. de La Libertad.

<https://www.um.es/web/estudiantes/vida-universitaria/transporte>

<https://www.tranviademurcia.es/bono-murcia-estudiante/>

最方便是到 El corte inglés 英國裁縫百貨公司旁邊申辦，就在步行街上的一個小亭子，搭公車前往十分方便。不過有可能遇上八月不營業的狀況，我自己是到 Plaza Camachos, 1 (Transportes de Murcia) 成功申辦。

申辦需要攜帶：護照影本、入學通知（證明）書、大頭照一張、六歐現金（一歐申辦費用，五歐最低儲值金）。

學生卡效期為一年。

後續儲值最方便的方式是在學校前面的輕軌站用機器可以儲值，可以使用現金儲值，也可以刷卡，十分方便。

至於到其他近郊小鎮或是城市，大多在 Estación de autobuses 搭乘客運前往。當然也可以搭鐵路，不過火車站搭公車稍微比較不方便了些，加上客運大多準時又便宜，大多時候除非必要，不然都會選擇以客運作為出遊的第一選擇。

旅行交通路線上可以用 Omio 先查路線，但因為該平台會收手續費，又是第三方訂購平台比較沒有保障，除非有必要不然通常不會考慮在這邊購買，而是確認路線後到該公司的官方網站購買。

ESTACIÓN DE AUTOBUSES DE MURCIA

Calle Sierra de la Pila, nº 3

Barrio de San Andrés

30005 - Murcia

另外，學校周圍的行人斑馬線，是可以按燈的，只有行人按按鈕了，才會切換號誌讓行人通過，建議可以少點猶豫，有需要就按下去。

氣候

氣候不算超級舒適但絕對還算好應付。

八月下午兩點到五點是出門腦袋會過熱發燙當機的程度。極少會下雨，下雨也就局限一天內下雨，隔天就像沒事一樣。下雨可能會下得又大又急，但八月九月合計也就遇過三天。

九月會開始吹起秋天的風，但仍然很熱，動不動當日高溫就是三十度。直到十月中後，日夜溫差開始加劇，白天最熱可能 25 度，但起床時只有 12 度，睡覺期間可能會開始開暖氣。可能會有不定期風大的日子。

Murcia 在地活動

Murcia ESN card

九月中左右開放申請後會比較好以 ESN card Murcia 搜尋得到。在網路申辦、繳費 10 歐以後，可以到 UM (Universidad de Murcia) 領取。需要一寸照片與護照，因為開放領取時間很短暫，只有週三兩個小時（每個月可能不同，IG 會更新時段），是可以請人代為領取的。不知道為什麼他們網站不是很可靠，常常掛掉，也許反而指望 Instagram 帳號更新的資訊還比較可靠（但私訊不會回）。

Instagram Account: <https://www.instagram.com/esnmurcia/>

申請到的卡就是一張塑膠卡寫上生日、有效期限、貼上照片與護背膠膜，會當場製作。

申請這張卡主要是為了一些折扣，例如：Ryanair 廉航。

卡片背面寫的 Badulake 似乎是當地 Erasmus 的酒吧。Erasmus 是歐盟境內交換計畫的名稱，比起說自己是 Exchange Students，跟當地人說自己是 Erasmus 學生會更容易解釋一些。即使在 UCAM 的規範下我們其實算是 Exchange Students (Overseas)。Erasmus 酒吧是許多人會選擇過去認識人的地方，似乎每週一、四有活動。