

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	戴昱樺	學號 Student ID	41103a022
所屬系所 Home Department	觀遊系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	41103a022@gmail.com		
前往國家 Exchange Country	法國		
前往學校 Host University	雷恩商學院		
交換系所 Host Department	Supply Chain Management		
交換交流期間 Exchange Period	自 From _2023_年 year / __9__月 month 至 To __2024_年 year / __1__月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	4 月		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	4 月中		
申請所需資料清單 Required Documents	英文能力證明、在學成績、在學證明.....等，會寄 Gmail 通知。		
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee	面試：8000 簽證費：1663		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	法國在台協會		
申請文件 Required Documents	面試所需文件 1. 有效期六個月以上護照正本。 2. 英文或法文最高學歷（畢業證書或在學證明）正本及影本一份。		

	<p>3. 已取得入學資格者：載明就學期限之法國學校（預）註冊證明或入學許可紙本正本及影本一份。</p> <p>辦理簽證應備證件：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 護照正、影一份，護照效期應比所申請簽證效期多 3 個月並至少有兩空白頁。 2. 填寫長期簽證(有效期限為 3 個月至 1 年)表格並簽名 3. 2 吋彩色照片(護照照片尺寸)一張，照片黏貼於表格上。 4. 身份證正、影本一份。 5. 學校預註冊證明或入學許可，正、影本一份。 6. 學習動機和日後生涯職業規劃的說明 7. 個人學經歷(CV) 8. 英文或法文最高學歷（畢業證書或在學證明）正本及影本一份。 9. 財力證明，正、影本一份（檢查正本後歸還，簽證組保留影本）。
<p>申請時程 Application Timeline</p>	<p>獲得姐妹校錄取通知後，就可以上網登記申請。</p>
<p>課程資訊 Course Info.</p>	
<p>選課方式 Course Selection Method</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 線上選課 Online System <input type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork</p> <p><input type="checkbox"/> 其他 Others:</p>
<p>選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)</p>	<p>最低 15 學分</p>
<p>是否可以跨系選課 Any major restriction for course</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> 是 Yes <input type="checkbox"/> 否 No <input type="checkbox"/> 其他 Others:</p>

selection?	
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 checked="" 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"/> 校提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	<input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input 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 type="checkbox"/> 網路-網址 Internet-Link :
相關費用 Relevant Costs	
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	22770 (crous 每個月 165 歐，總共四個月)
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	43294
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	25 萬，包含旅遊、生活、娛樂
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	
個人心得分享 Personal Report (1500-2000 字) <p style="text-align: center;">事前準備</p> 語言能力： 建議要去交換的同學可以提早準備自己的語言證明，以方便申請交換。 雷恩商學院雖然位處法國，但課程都是用全英授課，是一間非常國際化的學校，有八成以上的老師都來自世界各國，學生也都是國際學生較多 (我們班的法國人只有兩個)，溝通上基本也	

是英文為主，在校園內英文暢行無阻，討論報告、作業也都是以英文交流，期末考是考英文申論 (我的學程)，因此在台灣可以先準備好自己的語言能力，才不會太辛苦。

簽證：

確定申請上交換學校之後就可以開始安排申請簽證 (網路上有些文章說要一到兩個月才能拿到，但我和朋友都在面試完一個禮拜內就收到領簽證的通知，我是大概 7 月初去面試的，時間其實沒有想像中的久) 但要記得先上網預約面試時間，領到簽證之後也要記得看簽證的到期日，有些簽證時間比事先定好的回程機票還早 (我就有遇到這樣的狀況)，那就需要去非申根國改成旅遊簽或更改機票的回程時間，可以在發現時提早準備。

簽證的價格大概是：面試 8000 元，簽證費 1600 元。

住宿：

我是住在學校提供的宿舍 Crous，住宿的價錢是 165 歐到 244 歐不等，有 5 個不同的宿舍，分別在不同的位子，可以依照自己的需求選擇，考量到旅遊的需求 (可能要搭夜間巴士，或是坐第一班高鐵去旅遊，早上捷運還沒開，住別的地方不太方便) 我選擇住在離雷恩車站最近的 Saint helier crous，也是最靠近市中心的 Crous，如果有經常旅遊需求或是喜歡去市中心逛逛、跑 Party 的非常推薦！但去學校大概要 40 分鐘路程 (走路 25 分鐘，坐車 6-10 分鐘)，上早八都要 7 點出門，滿累的，如果想修多一點課的通勤上可能比較累。

宿舍都是單人房，沒有室友，我的這間空間算大，平常可以和朋友兩人在宿舍跳有氧舞蹈，綽綽有餘，雖然是共用衛浴，但外國人不常在晚上洗澡，所以不太需要搶洗澡間。

宿舍資訊會用 gmail 的形式傳送，搶宿時間快到的時候記得常常注意手機，以免錯過搶宿，看到訊息後最好在 10-30 分鐘內快速回覆，才有機會搶到宿舍，在外面找房子偏貴又麻煩，不太推薦。

抵達時的住宿、交通：

從戴高樂機場有直達雷恩的 TGV (也就是法國的高鐵)，建議直接買直達車 (行李很重很重，

法國地鐵都沒有電梯和手扶梯，扛著 40 公斤看到樓梯會很絕望) TGV 的價錢是浮動的，越早買越便宜，記得盡快下手，覺得下飛機就直接坐車很累的話機場附近也有很多酒店，可以先稍做休息一晚再出發。

學校有提供 Welcome team 的接待服務，建議預約。

學期間生活

課程：

我選的是三年級，供應鏈管理的課程，其中有三門課加一門選修（也是自己選的）聽說這是雷恩滿推薦的學程，我自己上起來也覺得老師很用心，認真學可以學到很多。

我修的分別是必修 Supply chain management、Purchasing management、Inventory and warehousing 以及 International Business environment。

課程內容和 ppt 可以在 MOOLDE 上找到，可以在開學前熟悉軟體，因為未來很多報告、資訊都是上面繳交、獲得。

期末考四科都考英文申論題，問題不會太難，但用英文寫申論滿有難度。

休假：

雷恩的課程很彈性，上課時間隨時會更改，所以每天基本上都要確認課表，我的學程課都是連上五天再休四到五天，很適合安排旅遊，我在學期間就已經去了七個地方玩。有時候也會有兩天的休假，很適合安排雷恩附近的地方一日遊 e.g. 聖米歇爾山、聖馬洛。

娛樂、美食：

雷恩最著名的就是可麗餅，有分甜和鹹，可以嘗試一次，份量滿大很好吃。其他外食也很不錯，推薦的有：LES SAKURA（日式料理超好吃）、SIAM（推薦煲仔飯）、GRILL INN（吃到飽很划算），但因為外食很貴，大家基本上都自己煮，雷恩有很多超市很方便，想台灣的話也可以去逛亞洲超市，裡面有很多思鄉食物。星期六早上在 SAINT ANNE 站有早市，很大很好逛雖然價錢沒有超市便宜，但有新鮮的海鮮可以去吃。

娛樂的部分，雷恩有滿多夜生活的 Bar 或是夜店，可以去體驗，我自己比較喜歡在公園走走、野餐，雷恩很多清幽的公園很適合躺一個下午。也有其他娛樂像是：保齡球和溜冰（週四晚上有打折）還有一個很好玩的超大規模溜索，非常推薦，在 PARC DES GAYEULLES 公園。聖誕節時，會有大規模的遊樂設施以及食物來擺攤，可以去逛。

學期結束

學期結束之安排：

大部分人在學期結束後都會規劃約一個月的旅遊，我也不例外，想推薦大家一些我覺得很值得去的國家！

大推：瑞士、尼斯（南法）、哈修塔特（奧地利）

瑞士：

風景真的超級優美，儘管物價很貴，但登上少女峰的那刻就會覺得花的錢都非常值得！推薦一定要去少女峰或馬特洪峰。

尼斯：

南法的一個城鎮，擁有蔚藍海岸，推薦 9-10 月去，可以在地中海裡游泳，冬天太冷了可能沒有辦法，推薦順路去埃茲和摩納哥，埃茲風景超美，摩納哥可以欣賞名車。

哈修塔特：

明信片上會出現的夢幻地點，儘管交通較不方便（從維也納要坐車 3 小時）但很值得遊玩，記得提早購買鹽礦山的票，不然可能會被搶購一空。和朋友都哈修塔特覺得比瑞士漂亮。

以上是我去歐洲 13 個國家旅遊後，和朋友都很喜歡的地方（會想二訪，推薦給要交換的大家）

終止電信、銀行帳戶：

記得寫信結束電信、銀行帳戶，不然電信會一直收錢。

總結

出國交換真的是很棒的體驗，很推薦大家在學生時期踏出舒適圈，給自己一份不一樣的體悟，在國外遇到的所有事情，有好有壞，都將成為人生中的養分。祝福所有想去交換及準備要去交換的同學，勇敢跨出這一步，並好好享受這趟交換生活！