



電子報（三）：學校生活與生活資訊

學校生活

納瓦拉大學校園相當遼闊，幅員廣大，內部有大片綠地與樹林，可說相當美麗，秋有楓紅冬有白雪，春夏想必也是綠意盎然美不勝收。此外納瓦拉大學是朝聖者之路的一站，在校園內經常可以看到拄著登山杖、揹著登山包的朝聖者們，及在整個潘普洛納都可以看到的朝聖者標誌們，相當有趣。

• Orientation

學校在開學前會有迎新活動orientation，每次的時間不一樣，我們這次為期五天，前兩天是讓交換生們前往問問題，包括開戶等各種問題。其餘包括城市導覽、破冰活動等等。

• 學校建築物介紹

因為是商學院交換計畫，故政大交換生過去之後即隸屬於經濟商學院的學生，以下為交換生會最常出入的建築物。

-Amigo：商學院，商學院的課上課所在地，採光良好、挑高的設計讓整個空間相當舒服且有設計感，在裡面念書很愜意。地下一樓有販賣機及微波爐，約莫一點時常可以看到微波爐前大排長龍，師長及同學們都在排隊加熱自己的午餐。學校的販賣機有販賣微波食品、飲料零食、現泡熱咖啡等，還有洗手臺，相當方便。一樓則有Rodilla餐廳，很推薦那裏的雞肉沙拉！很好吃～Amigo是我在學校最喜歡也最常待著的地方。

-Fcom：傳播學院，傳播學院課程的上課所在地，內部很有藝術感，中間擺著很多大型雕塑。Fcom的學餐據很多同學說是學餐中最好吃的，中午時間經常坐無虛席，推薦大家可以去嚐嚐他們的甜點。

-Central Building：行政大樓，是交換生們剛抵達潘普時最常出入的地方。orientation的資訊台就辦在這裡，同時也是學校行政單位的主要所在地。我自己很喜歡Central Building的學餐，便宜又吃的飽，推薦！

-Library：圖書館，ILCE辦公處及上課教室所在地，在Central Building 跟Fcom中間。雖說是圖書館但我及身邊的朋友多半仍在Amigo讀書討論報告。

- 社團

學校的社團都是由學生自己組織起來，在orientation上可以看到某些社團在招生如Spanish club、運動社團等。我參加的是Cooking Club，因為通常在女生宿舍的廚房聚會，故Cooking Club只有女生。每次社課交2歐，可以學到各式菜餚，例如第一次社課是我教大家煮咖哩，有一次則是學做西班牙當地小點Tordilla馬鈴薯烘蛋、一次是義大利交換生教大家做義大利傳統義大利麵等。除了聚在一起廚藝交流外，也會約在學校外聚會，我透過Cooking Club認識了很多朋友，是很棒的體驗！

除了校內的社團外，有個社團叫做AEP，是Navarra省的兩間學校，UPNA及我們學校UNAV的學生共同為交換生創建的社團，經常舉辦大大小小的活動，如去巴塞隆納旅遊、保齡球比賽、international dinner等。參與AEP舉辦的活動可以認識非常多來自各地的交換生及西班牙本地生，也能充實交換生活。有興趣的話可以先加入他們的facebook社團通過申請，我們這屆的社團名稱為“AEP Erasmus Pamplona 2018-2019 first semester”。

生活資訊

- 氣候

潘普洛納位於西班牙北部，夏冬溫差比南部大，我抵達時是八月底一直到九月中都還算炎熱，直到九月底才變冷，到了冬天甚至會下雪，大家來這裡要先查好天氣資訊，短袖跟保暖衣物都要準備好。

- 交通

潘普是個小城市，代步工具除了腳踏車就只有公車，沒有地鐵輕軌，相當單純。公車一次搭乘現金要1.35歐，用公車卡搭一次只要0.7歐，划算很多。公車卡可以去當地賣煙的商店Tabacco買，辦卡一張兩歐，每次儲值則最少要五歐。

- 電信

我是到了當地之後才去電信行買預付卡。潘普洛納比較大且常見的電信有Vodafone、Orange。我用的方案是Vodafone的Social Pass y Chat Pass incluidos預付卡，一個月2G、30min歐盟通話15歐，通訊軟體可以無限使用。建議可以去多家電信多比較，Vodafone也會不時推出優惠，像去年聖誕節他們就推出15歐6G的優惠方案。我當初會選擇Vodafone是因為他訊號不僅在西班牙在其他國家也很好且是大公司即使要去其他國家臨時也不難找到。

- 寄明信片

在西班牙寄明信片，2018年的行情是一張郵票1.4歐，郵票可以去郵局或Tabacco買。潘普洛納的明信片在城區有很多小店可以買到，根據我的經驗，我明信片寄到台灣超過一個半月才寄到，我朋友在郵局旁的郵筒一個月就到了，也有兩個月才到的案例，從潘普寄明信片要有需時很久的心理準備。

- 銀行開戶與提款

因為海外提領手續費相當高，加上兩個戶頭可以分散風險，因此我到潘普沒多久就去銀行開戶。我在台灣時先換了1500歐的現金放在身上，為了避免開戶需要時間並因應第一個月房租等開銷。

潘普當地比較大的銀行有BBVA、Caxia、Santander，學校開學前的orientation也會介紹。學校告訴我們開戶可以去有跟學校合作的Santander，但我們的經驗是去開戶的時候一開始銀行行員說要有居留證才能辦，後來看我們的台灣護照說不能辦。後來去Caxia行員就願意幫我們辦！注意開戶是免費的哦，只有家人從台灣匯錢進去會被收手續費。最後交換結束後返台前別忘了把銀行戶頭關掉另外在台灣的時候要記得去銀行開通金融卡跨國提領及四碼pin碼，歐洲很多刷卡時會要求你按pin碼。並申辦網路銀行，這樣即可隨時知道自己的戶頭裡剩下多少錢。

• 飲食

即使是歐洲物價偏低的西班牙，生活開銷比起台灣依然可觀，因此留學在外的交換生難免會需要自己下廚，餐廳一餐幾乎都要6歐以上。這裡介紹幾家超市及亞洲超市。BM、Dia、Carrefour、Eroski等等，價格都還算便宜，其中尤以BM商品種類較為齊全。而台灣交換生的命脈—亞洲超市，在潘普洛納我知道的只有兩家，而且都不大，但足以餵飽留學生的思鄉之情了！一家在Iturrama的壽司店Kai Yuan旁邊，另一家則叫做Supermercado China，我當初找了非常久才終於找到，分享給大家！