

一、出國前準備

1. 交換學校聯繫

基本上從院級榜單出來之後就要密切注意信箱，我是 2020 年冬季交換，在前一年 3 月左右就收到已經提名完成的信件，也有清楚交代對方學校的窗口。接著在 8 月左右收到線上申請的信件，送出後在 10 月時收到 Acceptance letter，信件內還有學號、學校帳戶創立、入境、保險等準備事項的手把手教學，甚至還很貼心的開了事前的 Webinar 給交換生問問題。選課跟宿舍的信件也差不多會在 11 月確定，以上的時程不一定適用在每個人身上，但可以給像我一樣神經質的交換生參考，基本上 OIP 跟 Schulich 的效率都超好，只要遵照信件內指示去做，不太會出什麼差錯。

2. 其他注意事項



首先是**打包行李**的部分，其實帶一件保暖的大衣就夠，其他較薄的衣服還是要帶，因為只要是室內都有暖氣；另外零食、泡麵除非是行李有多餘空間，或是要極致省錢，不然多倫多華人超市什麼都有賣，個人蠻推薦帶一個快煮鍋，對於窮學生自炊超有幫助，最重要的是個人藥品要帶夠，在加拿大看醫生是天方夜譚，就是叫你去藥局買成藥而已，體弱多病的人藥還是自己準備多點。

其次是**入境問題**，在加拿大待 6 個月內申請旅遊免簽 eTA 就可以了，上網申請不到 24 小時就下來超級方便，但是這個簽證是無法打工的，如果有考慮要兼職或待超過 6 個月以上的，就必須申請學生簽證，這部分就很複雜，建議在出

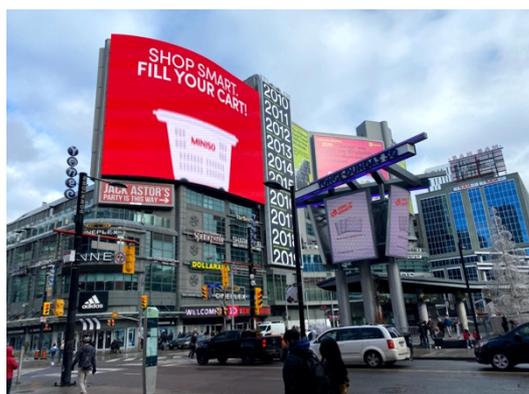
國 3 個月以前就開始申請；最後如果跟我一樣是在美國轉機入加拿大，一定要記得多申請 ESTA，也是線上申請很方便，因為美加轉機都是要入境重掛行李，再買機票時也要考量會花比較多轉機時間。

最後是**學期銜接問題**，跟我一樣選擇春季學期去交換的人，就會遇上政大秋季學期還沒結束，就要飛往加拿大開啟冬季學期的窘況，這部分看每個人怎麼去安排調適，像我自己是在飛機起飛前 6 個小時還在考期末考，到加拿大後也持續在完成期末報告...

* 在出國前會有很多不清楚或擔心的事情，最佳的解決方法除了看心得跟上網查之外，不要害怕去聯繫先前的學長姐，直接發問、個案解決會最有效。

二、抵達後至開學前準備

1. 開學前住宿



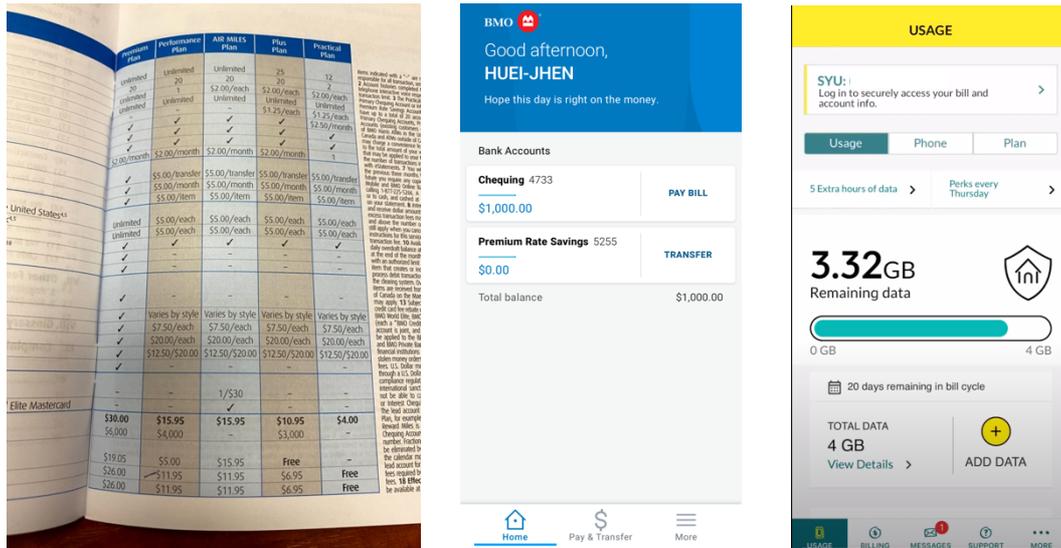
雖然 York 通常在 1 月初開學，但還是會推薦早一點抵達當地，過渡期住宿地點我會比較推薦**住在市區**，想要比較舒適、有預算的可以住 Airbnb，也可以像我一樣在 FB 社群詢問有沒有當地台灣人可以短期轉租，我很幸運可以找到一位多倫多大學的姊姊願意轉租給我，地點就正在市中心，方便又比較省錢。

2. 銀行開戶

加拿大五大銀行分別是 Royal Bank of Canada、TD Bank、Scotiabank、Bank of Montreal 跟 Canadian Imperial Bank of Commerce。如果選擇住學校宿舍，那就不用想直接辦 BMO，在學校商場 York Lanes 就有銀行櫃台跟提款機可以解決一切疑難雜症。住在校外的可能就看住家附近分行、提款機分佈跟各

家方案。決定銀行後，想要使用全中文服務的就去 China Town 的分行，記得帶護照、住宿地址、Acceptance Letter 去申辦，方案內容要注意的有每個月交易筆數是否有限制，是否需要支付管理費、家人轉帳的手續費與流程跟網路銀行等，基本上開通網路銀行就都用卡消費了，身上只帶零錢。(個人是用 BMO 針對外國人給的方案，免年費、無交易筆數上限)

3. 電信/網路



加拿大前幾大電信就是 Rogers、Bell、Telus 跟 Fido(Rogers 旗下)，共通點就是方案很貴、通話量吃到飽、網路流量超少，我是申辦 Fido 在年底的特惠方案，每個月 45 加幣，網路 4GB、通話簡訊吃到飽，到最後我也沒打幾通電話，每個月花錢養 4GB 網路超級後悔，而且因為他們的促銷手法很複雜，先扣錢再退錢超像詐騙集團，還一直收到詐騙電話，簡而言之就是不推薦。後來跟來自香港的交換生朋友交流後，最佳的方案就是直接在台灣買夠網卡，交換期間直接使用每張網卡的臨時電話號碼，網路流量大最划算。要有心理準備的是，加拿大網路不太好，TTC 地鐵內是完全收不到訊號，花錢為了網路辦電信更是沒有必要。

4. 生活用品購置

加拿大在每年年底聖誕跨年假期時都有 Boxing Week 促銷，特別是想買保暖衣物或鞋子的人可以趁這個時候購買，最推薦的就是市區的 Eaton Centre 跟離學校較近的 Yorkdale 兩間百貨公司，可以一站滿足辦電信、銀行開戶跟所有購物品項。

三、收支表

這部分只是想給一個概覽，大部分花費還是因人而異，尤其是在飲食跟旅遊方面會有蠻大差異，我個人一整趟花下來大約 30 萬(雖旅遊較少，但因為疫情也多花不少)，若有更多旅遊計畫的可能要再抓多一點預算。

花費	金額	備註
行政/住宿		
加拿大旅簽 eTA	CAD 7	
美國旅簽 ESTA	USD 14	美國轉機必備/兩年有效/入境不得超過 90 天(走美加邊境仍算國內)
開學前短期轉租	CAD 250	12/29-1/6(獨立房間/衛浴共用)
一次性交通		
台北—多倫多來回機票	TWD 32,500	回程得知長榮單趟\$33,000
Uber 從機場到市區	CAD 54	
學校		
UHIP 保險費	CAD 212	強制加保
York Apartment 住宿	CAD 953/月	
課程教材 Course kit	CAD 40.75/堂	看教授要求/建議找網上免費教材
洗衣/烘衣費	CAD 3.25	洗：1.75 · 烘：1.5
Tait McKenzie 健身房	CAD 15	
影印費	CAD 0.1/0.25	黑白：0.1/彩色：0.25
生活		
Fido 電信月費	CAD 45	
跨行領錢手續費	CAD 3	建議直接用 Interact 刷卡(拋棄現金)
TTC(多倫多大眾運輸工具)	CAD 3.25/次	TTC 兩個小時以內都不用再收費/但周圍城市是使用不同大眾運輸系統
<外食> 速食餐廳	CAD 10-15	Popeyes/Subway/Wendys...
<外食> 聚餐餐廳	CAD 30-40	只是抓個均價/標準差極大
<自煮> 超市採購(每週)	CAD 50/80	正常女生食量/正常男生食量
旅遊		
多倫多—紐約來回長途巴士	USD 160.98	Greyhound/因跨年期間價格較高
ISX 三天兩夜跟團遊	CAD 359	Ottawa & Montreal & Quebec
Blue Mountain 滑雪	CAD 240	跟校內台灣人社團一起去/含裝備費
各式場館門票費	CAD 10-20	部分場館學生免費入場(特定時段)