

生活報

壹、 交換學校介紹及課程等學術方面資訊

課程約是台灣下午五點左右開始選課，但是採先搶先贏制，我在五點五十分時就已經很多課選不到了，他是一門一門進去選，選了要記得按組別才能成功選課，學期中只能退課不能加課，這點跟政大不太一樣可以稍微注意一下，期中也可以申請換課但我失敗了，所以還是建議一開始就選好要上的課。普遍大部分的老師在評分上都很寬容，只要不遲到、缺席、不繳作業，報告沒有做太好或考試沒有考太好，相信都會通過的，但如果要高分的話我覺得上課勤於發表個人言論是重點，這邊的老師都希望你在課堂上有更多的貢獻，而不是私底下默默努力。在選課的部分還有一點可以注意就是考試的時間，我後來跟同學聊天才知道原來有些人的期末考要放假回來再考，也就是我們12/21結束課程，但一月多還要再回來葡國考試，這對我們來說真的蠻麻煩的，所以在選課的時候真的要多加注意以避免之。

若真的要說課程上的建議的話，個人很推薦上葡文課，因為學語言的過程比較活潑跟同學還有老師間的互動也會比較多，雖然對我們來說歐語系語言學起來會比較吃力（大部分的歐洲同學都能輕鬆學，因為語系相近），但重點是老師也常在課堂中告訴我們一些葡國的小常識或風俗習慣等等，可以讓我們更了解葡萄牙這個國家然後更融入生活其中，這一大優點讓我即使上課有點對老師即將要問的問題戰戰兢兢，再選一次仍然還是會想上葡文課；至於其他課程的話看個人，但因為交換的學院為經濟管理學院，所以能選的課的範圍也有限（普遍都是管理、行銷、財務類）。

總之，我覺得課程的安排就看個人想花多少時間在學習、旅遊、生活體驗的不同佔比上，來天主教經管學院交換好像沒有一定要選到多少學分，可以選自己喜歡跟有興趣的，但我覺得因為我自己英文口說跟聽力沒有到很好，一開始鴻圖大志想用這次機會練口說跟聽力選了一大堆團體討論課程，有點悲劇告終，因為歐洲腔一開始很不習慣，但組員間都聽得懂就我自己沒有很懂搞得我自己壓力很大，然後因為我這次修的課我以前都沒有學過，在概念上普遍對我來說都是新的又加上是英文版，我整個也是適應得有點辛苦。沒有怎樣選是最好的方法，但以上純粹心得分享給大家參考囉！

助教 Mariana 人很好回覆訊息也很快，如果有甚麼問題就帶著禮貌盡量問，即使不是他管轄的他也會幫你問到對的人然後給你答案，至於其他辦事的東西就對效率不要太期待，不然心靈會收到很大的傷害，舉我們這一期的為例，在我都離開葡萄牙了，我都還沒拿到我的學生證，因為學校跟銀行不

知道發生了什麼樣的問題導致我們在外證明自己身分的時候特別麻煩，要帶著 acceptance letter 到處走，此時 ISIC 國際學生證也顯得格外重要！

貳、 生活及文化交流

因為天主教經管學院沒提供住宿，所以我覺得選上以後首要任務就是找房子！學校在我已經找的差不多的時候有寄信推薦的住宿，或是提供幾間找房子的網站或仲介，可能因為我只住四個月很多房子只接受五個月的就無法預定，在找房子上花了很多時間，個人認為合理價錢大概落在 300~450 之間，預定的時候要注意價錢有沒有含水電瓦斯那些；再來就是看個人注重甚麼，建議不要租超過五個人以上的房子，因為用廁所和廚房方面會很辛苦！也盡量住離捷運站近的地點，因為這邊里斯本的捷運只到一點左右。個人還蠻推薦住藍線上的，因為很多好去處都在藍線上例如大型商場 Colombo 以及大型轉運站 Sete Rio (Jardim Zoologico)，但注意要選在 L 區內才不會在捷運月卡上又多花一筆錢！

基本上建議如果大於 23 歲的話，一到里斯本沒事就可以去辦月票了，因為也不能辦需要學校證明學生身分的學生票，根據學校給的資訊還有我從別人那裏聽來的資訊，Campo Pequeno 和 Marques de Pombal 站可以申請月票，申請費為五歐（七到十天後領取），若以急件處理則需另外加七歐（隔天下午三點半後才可以領取）；另外有聽到匈牙利的同學說 Cais do Sodre 站她辦理時當天就可以領取，但是是到一個服務中心在渡船頭附近辦理，因為有點遠再加上她說不是很好找我就放棄去那裏辦理，大家可以參考一下。由於辦理的人數眾多，我大概排了一小時，欲辦理的人可能要預留一下時間，我怕服務中心可能太晚即使還有隊伍也不給辦了。開學那天學校給的禮包的 USB 禮其實也有表格的英文翻譯，但如果提早到的人可以參考一下我的電子報二有必填欄位的翻譯及圖文解說。

若要申請歐洲銀行的卡，學校通常都有跟銀行合作，但最好在開學初的一兩個禮拜去拜好所有手續，因為學校和銀行的合作關係複雜，常常出狀況，像我們這次好像只有前兩個禮拜有銀行有暫時駐紮，之後要辦都要自行去銀行申請，在語言溝通上都會比較麻煩...，因為外面銀行一般行員都不太會講英文，辦卡的話也要注意退卡都要在原國家退，一般領卡的話會先拿到暫時卡，正卡的話通常要一個月以上才拿的到...沒有拿到的話要記得去問問銀行，因為怕是中間過程出了問題，因為葡國很愛紙本作業常常有一些不必要的失誤。

學校在 **welcome week** 有和 ELL (Erasmus Life Lisboa) 合作舉辦不少旅遊活動，有興趣的人可以報名參加認識一下同樣是交換生的同學，但如果考慮價錢的話應該還是自己自助去最划算！還有學校的信件要特別注意，有些活動是會寄信讓你報名的，還有像要去拍學生證件照也是另外用電子郵件通知的。推薦在開學第一天即可在學校的攤位辦 ESN 卡，這樣就不用自行去跑一趟，辦 ESN 卡只要十歐，但可以享用的好處是可以搭乘八趟 Ryanair 免費 20 公斤托運行李且機票享 85 折優惠，但 ELL 卡就沒什麼特別推薦的點；另外一張值得辦的是 ISIC 卡，但注意該卡在台灣辦的話九月以前辦只能用到當年年底，九月以後則可以用到隔年年底，這張卡的話是在坐分布最廣的巴士 Flixbus 上有三歐優惠券可以領或是其他折扣，也可以當作學生身分證明的一種。

學校有時候會舉辦一些活動，我也蠻推薦參加的，除了可以認識一些別院的人，也可以看看交換學校辦的活動內容形式，感受一樣不同的氣氛，我參加過 **welcome week** 的 belem 區的一日遊，還有去 Braga 各分校集合的活動，吃了很多葡萄牙特色食物並在博物館內享用，最後有參加聖誕音樂會以及會後的餐會，都是不錯的體驗，建議多關注學校活動報名參加！

最後，跟大家報個好康，就是可以持 **acceptance letter** 以及護照影本去摩洛哥住葡萄牙大使館辦理簽證，我不到一個禮拜就拿到了喔！可以藉此機會一圓沙漠夢！而且我打聽過不是每個國家的交換生都可以這麼簡單方便的辦理成功！大家可以多多利用，辦理成功後請大使給你紙本證明比較保險！

參、 交換需注意之事項

來交換的話我覺得就是錢的部分是最麻煩的，但因為我最後不是從葡萄牙離開的，所以我無法申請歐洲的卡，目前打聽到有三張卡很適合交換生辦，玉山雙幣卡、王道、Revolut，但我自己只有辦雙幣卡，後來聽說王到的現金回饋多於手續費覺得也很值得辦，至於 Revolut 是葡國銀行行員推薦我辦的，但最後因為退卡問題我沒嘗試，有需要的同學可以研究一下，重點是我覺得如果要辦卡的話最好 MASTER 和 VISA 各持有一張最保險，歐洲大部分的消費都可以刷卡解決，只有市集或是小店家須用現金而已，因此辦卡很方便也可以減少但現今出門的風險，所以我覺得來交換首重就是研究最適合你的卡種！

再來是安全問題，在來之前家人都叫我要小心為上，因為歐洲真的相對治安比較差，所以我在來之前有先購入防盜背包跟腰包，覺得在旅途過程中也蠻實用的！但在來葡萄牙一陣子之後就對治安放下戒心，因為大部分的葡

國人都很熱情溫暖，不過就在我們離開前一個禮拜，和我同期交換的學妹竟然就在我們常去的地方遭遇搶劫，所以提醒大家盡量還是減少晚上的單獨行動以及去較偏僻的所在！

但以上兩點都沒有辦簽證重要，它最耗時而且最緊要，重點是它充滿未知...，因為澳門辦事處沒有一個統一的 SOP，目前聽到每個人交的文件也都不一樣，之前有學長就是等到都開學了簽證都還沒下來...，所以最好預留一兩個月來辦簽證會比較安心。

在電信方面經過各種嘗試比價後，極力推薦可以來葡萄牙前在台灣買好幾日的電信網卡，到葡萄牙後去 Colombo 的一樓有一個小攤販叫 WTF 的電信，對我們這種交換生來說非常划算！三個月只要 10 歐，每個月都有 5G 流量，IG、FB、TWITTER 等社交網路流量無限！