

交換花費分享

交換花費應該是我出發前最好奇的部分，因為沒經歷過還真的不太知道怎麼估算，所以這篇就和大家分享我在法國交換「必要支出」的概況～

備註：以台幣兌歐元 34.5：1 計算

交換前準備支出

行前準備總花費 NT\$157,679，細項如下面表格：

項目	歐元	台幣	說明
多益報名費	-	NT\$1,800	
托福報名費	-	NT\$8,000	
永豐國際學生證簽帳金融卡申請費	-	NT\$400	
welcome kit（宿舍生活用品套組）	€135	NT\$4,658	內容物：平底鍋*1、深鍋*1、鍋蓋*1、枕頭棉被、床包被套枕頭套、大盤子*2、玻璃杯*2、馬克杯*1、餐具組*2（大湯匙、小湯匙、叉子、刀子）、菜瓜布*1、打掃掃把組*1、桌巾*1、浴巾*2
security deposit（宿舍押金）	€650	NT\$22,425	
housing insurance（一定要保房屋保險）	€20.9	NT\$721	我的保險公司： https://www.assurances-etudiants.com/en/
annual membership fee（一定要繳的宿舍會員費）	€299	NT\$10,316	
enrollment fee（ESSEC 註冊費）	€115	NT\$3,968	
法國教育中心面試費	-	NT\$8,000	
法國學生簽證申請費	€50	NT\$1,725	
法國 OFII 線上 VLS-TS 居留證開通印花稅	€50	NT\$1,725	
申根保險費	€178	NT\$6,141	
來回機票	-	NT\$82,800	
必需品採買	-	NT\$5,000	變壓吹風機、轉接頭等等

交換期間生活支出

每月生活費 NT\$30,505、四個月總和 NT\$122,020，細項如下面表格：

項目	歐元	台幣	說明
Les Hauts de Cergy 宿舍單人房租	€729	NT\$25,151	似乎每年調漲
Navigo Monthly Pass	€88.8	NT\$3,064	2026 漲價到每月 €90.8
free mobile 電話費	€19.99	NT\$690	電信公司： https://mobile.free.fr/ 方案：法國國內 350 GB、歐洲其他國家 35 GB
食物雜貨	-	NT8,000	
洗衣烘衣	-	NT\$600	洗衣單次 €3.5、烘衣單次 €2
其他	-	NT\$1,000	

付款方式分享

另外補充，這次交換我帶了一張 mastercard 的簽帳金融卡（永豐國際學生證卡）、一張 visa 的信用卡（中信 LINE PAY 卡）和一些現金，到了法國後也有開通 revolut（但因為我很懶而且不想付手續費所以沒有自己先匯錢進去，如果和別人出去玩以各自付款為主，不然就是我先付款再請別人匯款給我）。

平時付款 95% 以上都是用信用卡，建議可以把信用卡存在 apple wallet 這類的電子錢包內，就不用另外掏出錢包和實體信用卡增加被偷被搶的風險。另外，如果手機僅能安裝一張實體 sim 卡，出發前也要記得確認信用卡線上刷卡可以用 email 或 app 驗證等非簡訊驗證的方式，以免收不到簡訊無法付款。