

電子報 4 – 法國、巴黎生活資訊

政大企管所(MBA) 113363018 廖以寬

✂️ 交換座標：🇫🇷 巴黎。若有任何與法國交換相關的問題，歡迎使用[社群](#)聯繫詢問！

巴黎交通

本篇寫的都是2026年上半年的票價，推薦直接到[官網](#)看最新方案和價格，每年都會調整。

購票方式：我都直接在 Navigo 的 App 「IDF Mobilités」 上買票。

只要手機有票之後，就可以直接把手機當悠遊卡使用、接觸機台感應搭乘，非常方便！記得一定要看到閘門機台顯示「驗證」的畫面，才可以往前走，避免查票時被罰款。

週期卡

即各式 Navigo Pass，可在週期內無限搭乘，範圍涵蓋巴黎市區及近郊的 Metro/RER/火車/公車/Tram。

- **年卡**：只有 26 歲以下的「Imagine R」票種有優惠，需要線上認證年紀。
- **月卡、週卡**：以「月曆月」、「每週一」計算週期，如果會去機場來回（無論 CDG 或 ORY 都是單程 €14），買月卡、週卡通常都會划算。
- **日卡**：要看清楚有沒有包含機場來回。

單程票

- 單程 Metro/RER/火車 €2.55 可互轉。
- 單程 公車/Tram €2.05 可互轉。
- 以上兩種之間不能互相轉乘，例如：公車轉 Metro 需要兩種票各買一張；Metro 轉 RER 可以一票用到底。巴黎市區的交通都只算搭乘「次數」，每次不超過特定時間即可，不看搭乘距離。

Navigo Liberté

- 好處多多好好用，既省錢又可以公車、Metro 互相轉乘不多收錢，推薦巴黎交換生辦這個！
- 綁定銀行帳戶後即可刷卡搭乘，每個月結束後結算，再一次從帳戶扣款前一個月車錢。
- 我為了辦 Navigo Liberté，特地開了 N26 帳戶才能綁在 Navigo 上。
- 記得，搭到機場還是要單程 €14，沒有優惠。

機場交通指南

- 機場單程票「Paris Region <> Airports Ticket」 €14/趟。
- 2026 年 CDG 機場快捷巴士 (RoissyBus) 永久停駛，從 CDG 進到市區的方式除了常故障的 RER B，只剩繞很遠的公車或計程車/Uber/Bolt。以後可能有新建的路線，但還在蓋就是了。
- ORY 進市區很容易，就是搭 Metro 14 號線，又新又舒服。如果不想付 €14 的機場交通費，可以選擇搭 Tram 7 號線到終點站 Villejuif – Louis Aragon 轉 Metro 7 號線，只要付一般單程票價但很遠很久。



法國國內交通

SNCF

- 法國國家鐵路公司 (Société Nationale des Chemins de Fer Français)，是所有法國國內列車的大老闆。全國的鐵路交通可以在 SNCF App 或[官網](#)查到班次票價並訂票。
- 青年卡 [Carte Avantage Jeune](#)：針對 12–27 歲的人設計，使用綁有此卡的帳戶買車票可以有特別優惠（限本人有效）。
 - €49/年。如果 1 年效期未到就先滿 28 歲，則 28 歲生日前一天就是該張卡的最後期限。
 - 主要是針對 TGV INOUI、TER 列車等提供折扣。網傳搭 4 次長途可回本，但我通常選擇搭 OUIGO 省錢，青年卡反而沒有回本。
 - 要到 [INOUI 網站](#) 上傳照片，青年卡才算開通完成，被查票的時候也不用再拿出護照證明。

TGV INOUI

- SNCF 的傳統高速鐵路服務，速度快。
- 車上有 WiFi、餐車、插座，座位較寬敞舒適。連接 WiFi 的網頁還能看免費電影、玩遊戲，就像搭飛機一樣，非常高級。
- 可使用青年卡折扣，但可能還是比 OUIGO 貴。

OUIGO

- SNCF 為了對抗廉價航空和長途巴士而推出的低成本高鐵，也就是 TGV INOUI 的「廉航版」。
- 和 TGV INOUI 跑一樣的軌道、一樣的速度，但車廂座位較擠，也沒有 TGV INOUI 提供的服務。
- 票價極低，延遲發車的補償也會比 TGV INOUI 差。
- 請注意，**OUIGO 不能使用青年卡折扣**！如果滿確定會為了省錢都選擇搭 OUIGO，且想去的地方有 OUIGO 可以搭，那不建議買青年卡。

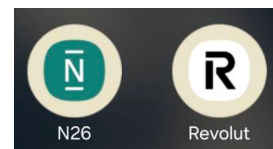
TER

- 這是地方政府資助的區間快車，主要連接同一個大區內的大小城鎮，例如：從巴黎市區要去莫內花園就需要搭 TER。
- 速度像台灣的區間車，通常不需要劃位、不用預選班次，有票就能上車。
- 青年卡買 TER 車票有些微折扣。

實用 App

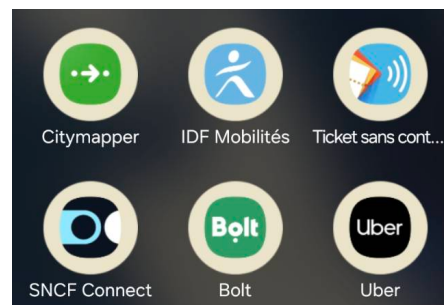
銀行

- Revolut：歐洲常用的純網路銀行，但是在法國好像沒有免費領錢、存錢的 ATM，所以我都只能靠別人轉帳給我。朋友在西班牙有找到可以領取免費金融卡的 ATM，所以有領一張卡做紀念。
- N26：為了 Navigo Liberté 而開的帳戶。歐洲帳戶互相轉帳都不用手續費。



交通

- City mapper：很好用！用過就回不去！
 - － 除了巴黎，歐洲很多城市都可以使用，落地後一打開就會自動跳轉城市。
 - － 可以設定「住家」、「星號」地點，導航更快速。
 - － 在巴黎使用 City mapper 規劃路線非常精準，提供的資訊包含：路程時長、預估抵達時間、總票價、接下來幾班車分別在幾點幾分到。
 - － 巴黎大眾運輸十分發達，有時甚至要轉 4 段 Metro 才會到目的地，用這個 App 可以依照自己的情況挑選接下來要搭哪一班車，後面的轉乘行程就會自動重新計算，非常厲害！
- IDF Mobilités + Ticket sans contact
 - － 只有 Android 手機才需要安裝第二個 App 幫助手機感應。
 - － 我用 IDF Mobilités 註冊巴黎的 Navigo 交通帳號、購買各種票。
 - － 如果申辦 Navigo Liberté 的話，可以直接在 IDF Mobilités 看到搭乘紀錄（會過 1-2 天才顯示）。
 - － 另一個好處是可以查巴黎公車什麼時候來，和台灣的「台北等公車」很像，不過有時候預估得不準……。
- SNCF Connect：查詢班次、買法國火車票很好用。
- Bolt：跟 Uber 很像的叫車平台，最大的優點就是**有時候**比 Uber 便宜，**尤其在葡萄牙時**。但是我用 Bolt 一直遇到下車後 App 突然改變行程價格的情況，會直接刷卡扣款接近 2 倍的錢，都是用客服找到真人溝通才把錢討回來。記得，**遇到這種情況一定要立刻反映給客服**，過太久就不能處理了。
- Uber：雖然是 Bolt 2 倍價，但系統和司機都比較可靠一點。



寄放行李

我使用過的是 [Bounce: Luggage Storage](#)，大致上看過兩種寄放方案：

- 當地合作店家：以「大件」、「小件」區分價格，每次寄放就是以「每件一天」的單位計價，店家本身可能是紀念品店、咖啡店、早餐店等。
- 智慧寄物櫃：從入口到寄物櫃箱門都是全自動化，沒有人現場；格子有分尺寸，App 或網站上的標示都滿清楚的，以「每格一天」的單位計價，中途可以開啟箱門取物再放回去，不會重新計價。以我使用過的經驗來說，這種寄物櫃據點比較划算。

飲食資訊

- Ça Roule !! 強強滾：我最常吃的台灣餐廳，平均每 2 週去吃一次的那種喜歡，雞肉系列很值得點，就是台灣「手路菜」的那種好吃。
- Biu Biu Mala Tang：中國人開的麻辣燙餐廳，雖然有點貴，但好吃又可以解饞。
- Le Floor：可以用電腦的咖啡廳（巴黎大部分咖啡廳不能使用電腦），也有早午餐可以吃。
- Liang Sui 涼水：台灣人開的手搖店，其「古早味紅茶」是高雄口味的那種紅茶，很讚！
- Les Deux Palais：吃過最好吃的生牛肉塔塔在這家法式餐廳，位於巴黎聖母院的那個島上，有去那邊觀光一定不能錯過這家餐廳！（如果連這家的生牛肉塔塔都不能接受，那去其他餐廳就更要避開這道菜了哈哈）
- Breizh Café：連鎖的日式法式融合可麗餅餐廳，價位稍高，但是柚子口味非常好吃。建議平日中午去，可以點到午間套餐（一鹹＋一甜＋一飲料）。
- K-Mart：連鎖韓國超市，可以買到各種韓國、日本、中國的食材，冷凍食品加熱就能吃，也有賣簡單的韓式便當，是挖寶的好去處。

附上「強強滾」餐廳的照片

