

【行前準備】

選課

交換生甄選分發確定後，依各個學校不同時間寄出 Learning Agreement。需要填寫個人基本資料及交換動機，並檢附個人醫療保險證明(只是證明有保險即可，可以使用全民健保的英文保險證明)，交給 Cherry 助教寄回給 Navarra 大學。接近交換學期的前幾個月，Navarra 大學會寄信到個人基本資料登記的 E-mail 信箱，告知下學期商學院英語授課的課程清單，學生可以透過學校提供的 GoogleDocs 表單填寫進行初步選課(因為學校的加退選有兩周的時間，Orientation 之後還會安排一次面對面選課諮詢，所以不用太擔心)。另外，西班牙文語言課與商學院課不同，是隸屬於 IECE 機構，所以記得至其網頁填寫選課表單，他們之後才會寄程度測驗的帳號給你。

選完課之後，學校會寄紙本的 Acceptance Letter 到 OIP，辦理簽證的時候會需要用到。簽證與機票的部分，請看同學期交換的黃嘉儀、莊舒庭同學的電子報。

保險

購買保險部分，主要是依個人旅遊需求而定，因為有可能也會到非申根國家(像是土耳其、英國)，在購買的時候要看清楚有無特別限制。如果是為學校生活所購買的保險，則大部分會購買申根旅遊平安險，也有一些人是購買海外留學生保險。申根國家有其對旅遊保險的規定，可以洽詢各大保險公司。在背包客棧、PTT 爬文的結果很少人真的被查過，我的經驗也沒有。但保險起見，我是向家庭熟識保險業務員購買，148 天約台幣 5~6 千塊左右。

銀行開戶

關於銀行開戶的問題，學校的特約銀行 Santander 銀行可提供學生憑護照與 Acceptance Letter 開戶及辦理 Debit Card 免開戶押金的服務。花旗銀行是唯一台灣常見，這裡也有的銀行(但僅舊城區有一家)，台灣的戶頭領錢、手續費等要自行詢問台灣的花旗銀行。我們都選擇了 Santander 開戶，因為在西班牙普及率算高、總公司在英國，旅行時比較常使用到。

學校附近的 Santander 讓我們真切的領教到西班牙人說話快、做事慢的特色。Santander 學校代表將我們的護照影印後，說 2~3 天會 E-mail 通知我們，我們等了兩星期，最後直接到銀行賭他，他才當面完成開戶，大概需要半小時~一小時的時間，Debit Card 則需要一星期的時間以郵寄方式寄送。其他交換學生也有差不多的經驗，因此建議可以頻繁主動到銀行詢問進度比較有效率。

住宿

學校有寄信告訴我們學校的租屋網網址，雖然內容都是西文的，不過有圖片加上 Google 翻譯大部分還是可以理解。有些房東不說英文，在寄信約看屋時可以也寫一封西文的版本。根據其他交換生的經驗，除非非常喜歡，不然可以不用急，提早到 Pamplona 住 hostel 再慢慢看，我們住的 hostel 一晚大約€14~€16，算是價格合理。太急著下訂可能會因為不清楚行情和地理位置而租到不適合的房子。

另外，大多數的房子不包含水電、網路，有的還會收取管理費、垃圾清潔費等等，造成額外的費用也要自行斟酌。決定租屋之後最好和房東簽訂政府訂定的標準契約書(內容為西文)，以保障雙方的權益。

生活用品(女生)

女生對於生活用品可能有比較多的講究與需求，有一些生活用品國外的生活比較難買到，提醒要在台灣購買。如同之前的學姊在電子報提過的，這裡的洗面乳價錢較貴，因此如果有自己愛用的牌子建議自己帶來。國外的衛生棉比起台灣的款式較陽春、好不好用則見仁見智，護墊的價錢就差不多，

不一定要特別準備。國外的防曬乳防曬傷不防黑，因此怕曬黑的人也記得要多準備。這裡除了雅漾、理膚寶水品牌較便宜，是台灣平行輸入的價錢外，大部分都跟台灣差不多或比台灣貴。

食物醫藥

在西班牙的食物方面可以看電子報(二)。

醫藥的部分因為害怕水土不服，建議攜帶平常有在服用的健康食品，以及胃藥、止瀉藥、感冒藥。至於跌打損傷的醫藥，嚴重者若有保險可以直接看醫生。小傷的部分，這裡的藥局算是蠻普遍、價錢也和台灣差不多。我都是先上網查症狀應該如何治療，大概有個底之後，把症狀翻譯成英文，再 Google 翻譯成西班牙文(他們好像聽不懂英文的症狀名)，或直接 Google 圖片拿給藥師看，我自己碰過雞眼與燒燙傷都有解決。還有一些國外需要醫師處方簽的藥物，例：隱形眼鏡、止痛藥、抗生素等，建議可以自己帶來，或者攜帶英文的醫師處方簽。

其他

要在別的國家住半年，出發前當然都會緊張，尤其是官方語言不是英文的國家。事前多看多問當然重要，但每個人的情況畢竟不會一致。除了謹慎行事外，不巧遇到問題時，不要過度緊張、嘗試溝通表達自己的處境，即使言語不通，大部分的人還是很願意幫你。受到幫助之後，也別忘了在能力所及的範圍表達感謝。