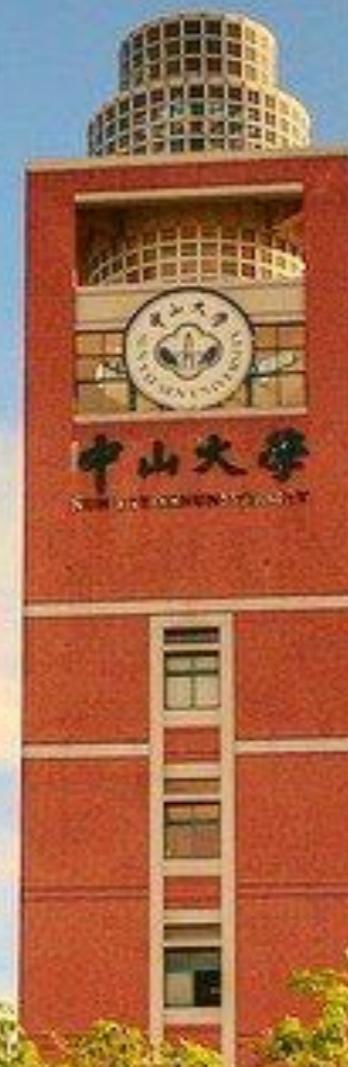


Exchange Student

# 廣州中山大學

走吧！勇敢青春。

本文件所有圖文與連結之外部影音皆為本人所有，轉載須徵求本人同意。  
(不含字型、第三頁之icon和第二頁由臺灣師大國際事務處提供之格式內容)



# 國立臺灣師範大學 學生赴國外修習

## 返國後心得報告書

### 一、學生資料

填寫日期：2018/7/5

中文姓名： 黃昱翔	英文姓名(姓,名)： HUANG,YU-HSIANG
臺師大就讀科系所、年級： 科技系四年級	臺師大學號： 40471901H
修習國家： 中國大陸	
修習校名： 中山大學	
修習學院： 資訊管理學院	
修習科系： 15級信息管理与信息技术	
修習期間：2018年3月～2018年7月	

### 二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
一帶一路与全球健康	李菁华(李菁華)	2	2017-2 (106-2)
体育-健身	石宏(石宏)	1	2017-2 (106-2)

# 心得分享

From NTNU to SYSU



中大生活



吃喝玩樂



開銷預算



必備App與微信公眾號

*Go break some eggs.*



臺師大科技系107級 黃昱翔  
[a602041117@yahoo.com.tw](mailto:a602041117@yahoo.com.tw)



## 中大生活

從臺灣師大交換到廣州的中山大學，科技系到資管院，  
交換生活就從廣東省廣州市大學城島上的東校區開始。



在東校區行政樓後與環湖學生餐廳旁的跨湖橋，可以前往資管院、工學院等等。

從台灣前往廣州的那一天是107/2/28的下午，機場裡有很多趁著連假出國遊玩的人。在家人和朋友們的送機下很順利地登上長榮航空委託海南航空營運的直飛班機，一上機還看到中華男籃的未來希望－陳盈駿、胡瓏貿，趁著下飛機跟著領行李還拍到合照！第一天先住進GoGo大學城百貨裡的飯店，大包小包還要在校園裡面到處跑太麻煩了，所以我選擇先住一晚飯

店並將行李放好後再於隔天一早10點到東校區裡跑行政流程(大地遊戲)。

機場南或北站往大學城北站(東校區)：從3號線的機場南或機場北站坐到客村站，中間需在體育西路站換乘同線，接著轉8號線到萬勝圍站，最後再轉4號線到大學城北站。大學城北站D號出口走到明德園大概1.5km，走路15分鐘，打車12塊人民幣大概5分鐘。

## 第一步：辦門號再開銀行戶

飛抵廣州白雲機場後，在機場內就可以找到中國聯通的門市辦理當地門號，備妥現金和智慧型手機還有取卡針。換卡後就下載並開通QQ和微信等app，以利往後辦理各項業務時收取通知與確認碼。接著再到中國建設等銀行辦理學生開戶，記得攜帶台胞證正本與正反反面影本兩份、簿本學生證正本與影本兩份、人民幣現金一千元以上。屆時會需要填妥開戶表，國籍必須填寫中國臺灣、民族填寫漢族即可，宗教或信仰依個人。地址就填宿舍－中國廣東省廣州市番禺區大學城外環東路132號明德園X號XXX室，明德園幾號幾室取決你的宿舍，可以改成至善園等等。選擇到中國或稱大陸或稱對岸來做交換學生，這一段長期的過程中勢必會面臨一些國籍或民族上的認知衝突，不管你的立場或想法為何，先用開放與包容的態度面對嶄新與未知的環境和挑戰才是身為台灣人的價值。也可以趁著來之前或過程中，從與以往不同的角度和觀點去了解兩岸的歷史與現況。身處人口數與發展性最高的亞洲，擁有大區域思維也是種另類收穫。



從明德園九號頂樓起飛的空拍機所拍攝視角，中下方至右下方的土黃色建築皆為中大東校區的宿舍群。

## 第二步：拿宿舍鑰匙和取校園卡

大家在出發前應該會拿到交換校寄送到原校的本式學生證，這邊兩者流程沒有先後順序，但我建議先去東校區明德園六號的校園服務中心領取校園卡，校園卡效力等同於學生證。校園卡會有六位數的密碼以供日後充值各項目做驗證之用，預設是台灣身分證的後六碼。拿到校園卡後前往所屬的宿舍，在一樓的宿管阿姨手

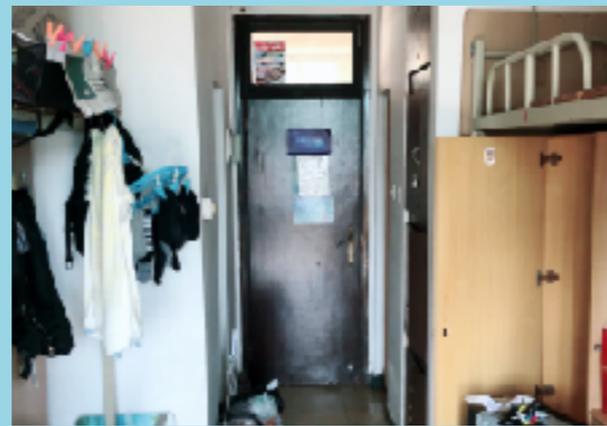
上會有名冊知道你要來，也算是在學校的第一次報到，填寫基本資料和當地號碼後會交給你一把鑰匙，恭喜你這邊已經完成1/2的報到事宜了。中大本科生宿舍都是沒有電梯的，必須自己將行李扛上樓，在自己的位置安頓好後接著最後兩步驟，可以先跳到下頁看圖文簡介。

## 第三步：所屬學院輔導處報到

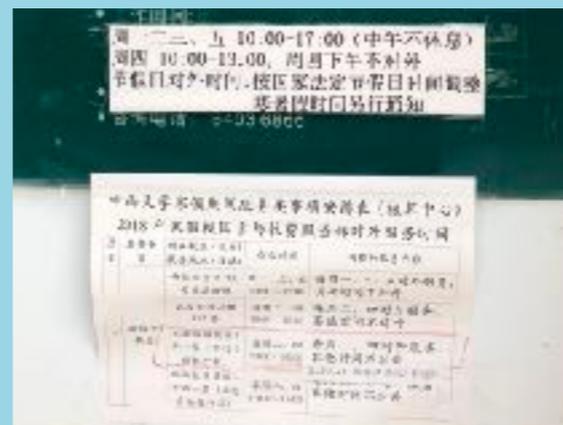
在前往學院輔導處報到前建議先繳清宿舍費750塊人民幣，可以透過微信的”中山大學校園卡”這個公眾號或學校官網掃碼繳費。完成上述步驟後再帶著本式學生證和卡式校園卡到所屬學院的輔導處進行報到，通常都是在院館一樓入口處的兩側辦公室，需要在紙上填上當地號碼、學號、宿址、是否繳清750元住宿費並且簽名確認。這邊住宿費等同於交換生的註冊費，就算不住也得繳！

## 第四步：開通網路再跑紙本選課

網路有如氧氣是大學生不可或缺的生命元素。宿舍接線連上電腦再開分享給手機，四個月節省下來的流量費很可觀！中大東校區開通網路NetID至少需要一週，跟台灣一小時就嫌久的情況相比簡直地獄，所以越早到圖書館一樓的計算機中心辦理越好，記得攜帶學生證和校園卡前往辦理，之後拿到NetID就可以關注”中山大學信息技術幫助台”，繳交完網費就能上網了(30RMB/月)。此外交換生並沒有中大E-mail，得特別和計算機中心申請才有。

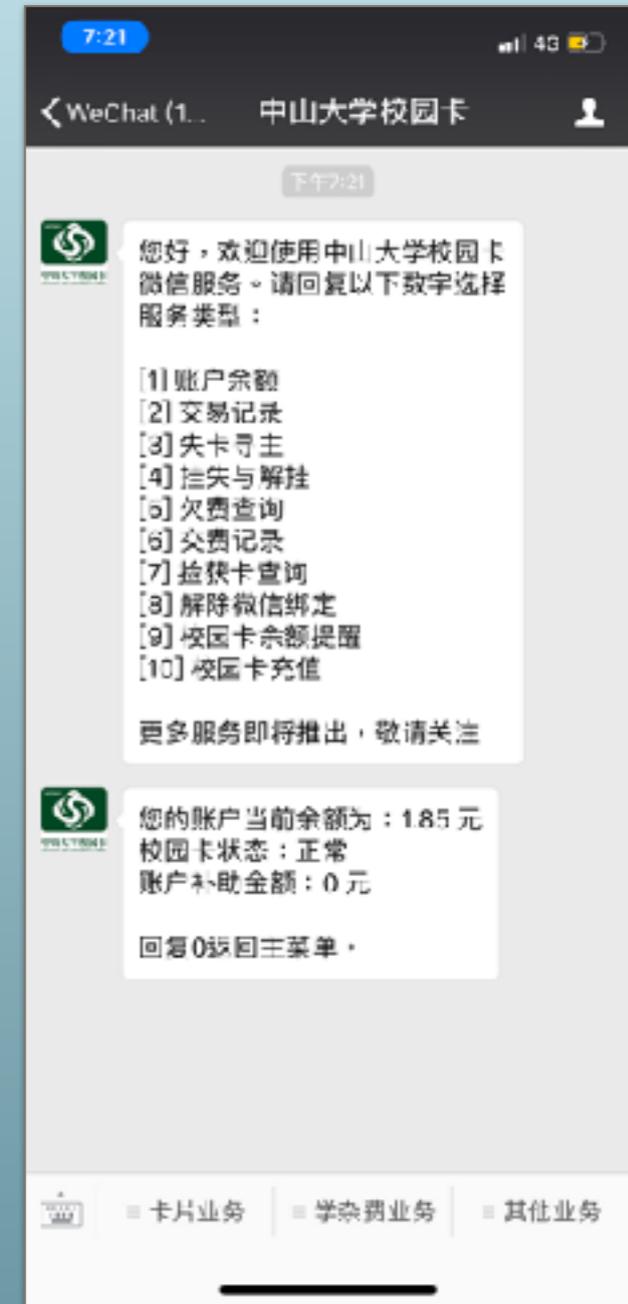


中山大學東校區的宿舍大多都是四人套房，有獨立衛浴和陽台。進門左邊是浴室而右邊是廁所，往前走到室外則是獨立陽台，右邊有洗手台，有些寢室會擺放室友們或前人們集資購買的洗衣機在左邊，上方還有兩條曬衣纜繩。回到室內，上鋪除了原有的硬木板外得再自行購買床墊和棉被枕頭，下面的上方是三格書櫃和下方平面書桌與抽屜以及鍵盤型抽屜，桌面下方則有主機櫃和兩格鞋櫃寬平台。最後是左邊的有鎖小衣櫃。可以掛20件衣服，下層可以放下一個行李箱。除此之外在進門左前方有四大格的有門鎖置物櫃，每格可以放兩三個中小行李箱。上鋪有鐵支架可加掛蚊帳或遮光床簾，側邊扶手可以加掛鐵欄置物(淘寶可搜宿舍必備)。



左一為圈存機與左二儲值機，右一是位於明德園6號一樓的校園卡服務中心與右二為其中心在寒暑假與學期的開放時間。圈存機必須先使用支付寶或微信內的中大校園卡公眾號(請見必備app)充值校園卡才可以感應領錢，儲值機主要是插入校園卡來充值熱水和空調(另需空調卡)這兩項目。簡單解釋一下概念：圈存機將支付寶或微信充的錢領進卡片錢包裡，用於食堂內的吃喝。儲值機再用錢包裡的錢替熱水和空調等等項目充值。圈存機不一定每一棟宿舍都有，目前得知東一與東二和東四食堂一樓、明9一樓、明6一樓中間樓梯皆有上述兩機台，此外每棟宿舍一樓皆有圈存機。

# 中山大學校園卡



# 中山大學信息技術幫助台





## 吃喝玩樂

四個月走訪兩大洲、四大省、五大城和各種地理類型。



## 鳴沙山月牙泉

位於敦煌市附近車程近一小時的鳴沙山沙峰起伏，金光閃閃宛如一座金山，像絲綢一樣柔軟，如少女一般嫵靜。在陽光下一道道沙脊呈波紋狀，黃沙滾滾，明暗相間，層次分明。在狂風起風時，沙山便會發出巨大的聲響，輕風吹撫時又似管弦絲竹，因而得名為鳴沙山。自漢朝起即為“敦煌八景”之一，得名“月泉曉澈”。月牙泉南北長近100米，東西寬約25米，泉水東深西淺，深處約5米，彎曲如新月而得名。

一早大約六點在看得見沙山的敦煌市區飯店下集合，趁著人潮較少與溫度較低的時刻前往鳴沙山月牙泉進行遊覽，入園後大多直接前往駱駝隊伍處排隊騎駱駝，但也可以選擇自由步行。我會建議先搭駱駝騎一圈鳴沙山，等回來後再用步行方式走往另一邊的月牙泉，沙



清晨在甘肅省月牙泉所處沙漠用單眼所拍攝的畫面，等待著下一批駱隊帶領我們出發。

地上走路非常不方便，跟踩在雪上很像，花很多力氣卻踩得不够踏實而造成特別疲憊，在這邊若有攜帶拍照設備可以請牽駱的小哥幫忙拍照，小費大概是一個人幾十塊這樣，技術就...不用太期待了！這時候就會知道為什麼要攜伴參加了，如果一路上都沒認識什麼小夥

伴的話，除了自拍外的照片會少非常多，畢竟要請別人拍照也不是那麼容易！如果是像我一樣攜帶各式電子設備的人就一定要注意保養和防沙防塵，這十天的旅途下來對器材的耗損非常可觀。一定要有完善的收藏包或襯墊來緩衝和阻絕異物入侵設備。



大西北行程中的茶卡鹽湖為世界三大天空之鏡之一，被國家地理雜誌評為此生必去之處。





由空拍機飛至50公尺高所拍攝海拔3767公尺高的平原公路，位於大西北青海省的景陽嶺垭口。





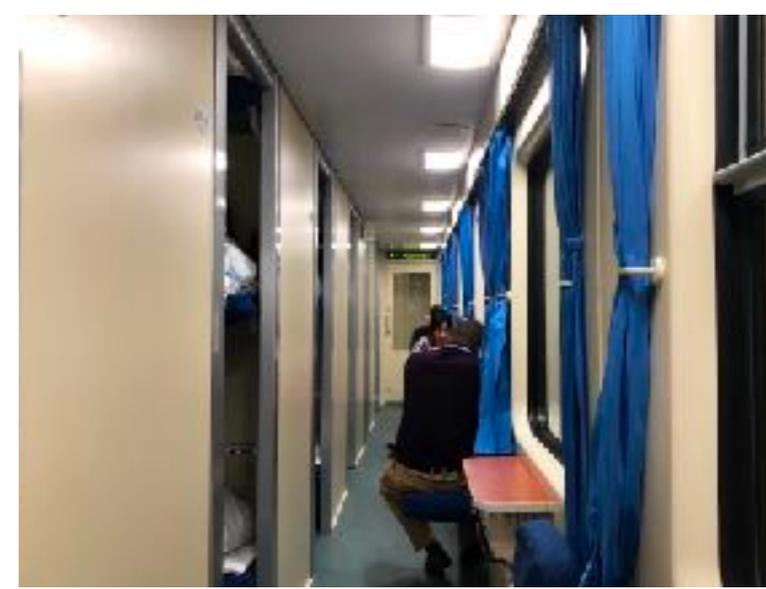
跟著大西北同團來自五湖四海的小夥伴一起在嘉峪關合影。



## 張家界行程 ZHANGJIAJIE



在張家界國家森林公園終點的遊客中心後方用空拍機拍攝的空中全景圖。





在湖南省張家界國家森林公園步道上使用全景相機拍攝的三人合照。



### 大陸交換的意外插曲－歐洲

台灣在政治環境或國際情勢不利的情況下，前往各國的機票都相對較高。這次到中山大學交換的另一個好處，就是位於國際航線上黃金中繼點的廣州，離澳門、香港兩大國際機場可說是台北到台中的距離，而前往上海或北京轉機不但讓歐美航線的機票更便宜，也讓旅途時間大幅降低。從廣州飛馬德里經上海轉機的來回機票僅需台幣1萬5，趁著大陸的旅遊淡季加上中國國航正好優惠就順勢訂了一張來回機票前往馬德里與女友相會，而從馬德里飛冰島經巴塞隆納的來回機票更是不到一萬台幣就買到了。一趟交換可以用2萬5不到的價格暢遊西班牙與冰島可說是意想不到的驚喜，從台北出發的話可能會貴上一萬多塊。



冰島著名的彩虹瀑布，因太陽角度直射瀑布而常見得到多彩虹。

中華民國護照有申根資格，所以不用特別辦理簽證就能進入歐洲，這點真的感覺到我們護照是非常好用的(但在大陸境內登機、轉機都是不看中華民國護照的，必須用台胞證，否則可能會無法登機，意即買機票的時候務必要用台胞證而非中華

民國護照，要特別注意!)。在馬德里、冰島機場出入關時相較於中華人民共和國護照還要慢慢確認來看，真的是省下不少時間和少去出入境的壓力。而歐洲對於Under 25的青壯年也提供地鐵、博物館等公共場所不少的價格優待，有時候會是逼近5折的價格，可以至歐洲各國的地鐵服務中心



跟女友在冰塊湖前留影合照，很幸運地一起感受到人生初次的降雪。





在西班牙馬德里聽Imagine Dragons的演唱會。





## 開銷預算

每日基本開銷和寢具家電等等支出

# 支出在廣州



## 究竟要帶多少才夠？

廣州跟台灣的物價相比之下少了許多，同樣一餐在台灣可能要人民幣30才能吃飽，在廣州只需要一半的價錢就可以了。從宿舍點外賣叫的水果盒才10塊RMB就裝得滿滿滿且非常新鮮好吃，台灣相同的份量在台北可能就要150TWD了。

每天食堂餐費：10塊人民幣\*3餐=30塊/天

每天外賣餐費：15塊人民幣\*3餐=45塊/天

糕點類點心、手搖飲、宵夜大概都是8-20人民幣起跳

來中大要繳的行政費用只有750住宿費和水電費(充值型)跟宿網費(30塊/月)

至於枕頭、棉被、床墊、被單、浴巾等等建議可以從台灣帶平常比較用不到或是用很久準備丟掉的，到時學期結束要回台灣就直接在中大這邊處理掉就好了！不然運回去也要一筆錢。若是來這邊買除了床墊都不貴，床墊看個人睡習慣怎麼樣的類型和厚度，好一點的要800元的小米床墊才不會睡得腰痠背痛！

至於最後的遊玩花費就看每個人的預算了，到外省如果跟無消費的團都是2千多起跳，如果是到十天的敦煌團合理價錢包來回機票大概是4.5千，四天的張家界大概是2千左右，這兩團的旅行途中蠻多都要自費的，加上一些自理餐費大概都要各加快一千才夠！

# 支出在廣州

兰州+西宁+青海湖+敦煌+嘉峪关+酒泉+张掖10日9晚跟团游·【直供爆-1000元每成人 即使1人也成团 单人可不补单房差 赠专车接送机】1车1导 甘青经典大环线 纯玩 航班可自选

¥3764/人起 口碑评分 4.9分 543条评论 3237人出游

行程活动 已享 【亲子专享】 下单立减每成人立减100元

服务保障 无购物 成团保障

特色理由

- ★ 豪华团车设计, 宽体高顶33座, “美”意历史名胜游踪队, 高品质历史人文!
- ★ 行程包含超过20个最佳观景地带, 观景游玩, 经典就是不走回头路!
- ★ 此次行程是特别规划经典户外自驾游方式: 一路包车, 边行边玩, 舒适安全。

出发 2016-12-15 星期六 至 12-24 星期一 返回

成人 1 儿童 0 2-12周岁 (不含)

总价¥3983 (已含¥100)

立即预订

2016年11月		2016年12月				
日	一	二	三	四	五	六
						01 ¥3850起 充足
02	03	04	05	06	07	08 ¥4180起 充足
09	10	11	12	13	14	15 ¥3810起 充足
16	17	18	19	20	21	22 ¥4110起 充足
23	24	25	26	27	28	29 ¥4240起 充足
30	31					

這邊提供給大家我當時跟台灣交換生一起參加的旅行團，敦煌團十天的時間說長不長說短也不短，相較於三四天的長沙團有比較多的年輕人，一路上大家彼此越來越熟悉，最後兩天回到蘭州市區不只一起去吃下午茶還互相交換微信，到現在還保持著聯繫，交到好朋友也留下非常美好的回憶！

[http://vacations.ctrip.com/tour/detail/p11777176s32.html?RepeatAction=Vacation\\_Repeat\\_PkgDetail](http://vacations.ctrip.com/tour/detail/p11777176s32.html?RepeatAction=Vacation_Repeat_PkgDetail)

长沙+张家界+大峡谷+武陵源+天门山3日2晚跟团游(5站)·『两晚连住不挪窝五星青和锦江国际酒店』网红玻璃桥(含峡谷内景)+玻璃栈道+赠送百龙天梯往返+赠送洗漱套装+赠特色餐(土家三下锅)一纯玩线

¥463/人起 口碑评分 4.9分 53条评论 483人出游

服务保障 无购物 成团保障

特色理由

- ★ 人气景点『玻璃桥』+『玻璃栈道』-张家界核心景区-咫尺触全景!
- ★ 成团保障, 畅玩, 不过店, 无隐形消费, 让旅途无忧无虑! 送价值100元。
- ★ 豪华住宿, 好礼赠送, 百龙电梯VIP往返, 土家特色餐三下锅!

出发 2016-11-22 星期四 至 11-24 星期六 返回

线路 A线

成人 1 儿童 0 儿童价标准

总价¥1652

立即预订

2016年11月		2016年12月				
日	一	二	三	四	五	六
						01 ¥980起
04	05	06	07	08	今天	10 ¥980起
11 ¥980起	12 ¥980起	13 ¥980起	14 ¥980起	15 ¥980起	16 ¥980起	17 ¥980起
18 ¥980起	19 ¥980起	20 ¥980起	21 ¥980起	22 ¥980起	23 ¥980起	24 ¥980起
25 ¥980起	26 ¥980起	27 ¥980起	28 ¥980起	29 ¥980起	30 ¥980起	

這團因為是自助搭火車前往長沙集合，結束後也搭火車回廣州，所以省下了來回機票和接送機至旅館的錢，我建議長時間(6h以上)動車一定要買硬臥，怕煙味的最好再買有門和獨立空調的軟臥，搭火車這事情體驗過一次就好了，能搭飛機就搭飛機，不然會讓整趟旅程的開始和結束都是非常疲累的。

[http://vacations.ctrip.com/tour/detail/p17244305s206.html?RepeatAction=Vacation\\_Repeat\\_PkgDetail](http://vacations.ctrip.com/tour/detail/p17244305s206.html?RepeatAction=Vacation_Repeat_PkgDetail)



# 必載App與微信公眾號

42個必載的手機app和43個必follow的微信公眾號



## 1. 必備類

**中國建設銀行** – 即時查詢帳戶餘額，可以轉帳和查詢各類的花費支出。

**中國聯通(手機營業廳)** – 即時查詢話費餘額，可以充值和申請其他應用服務。

**支付寶** – 大陸非常重要的支付工具，甚至比微信還常用到。

**微信WeChat** – 大陸最重要的聊天APP兼支付工具。

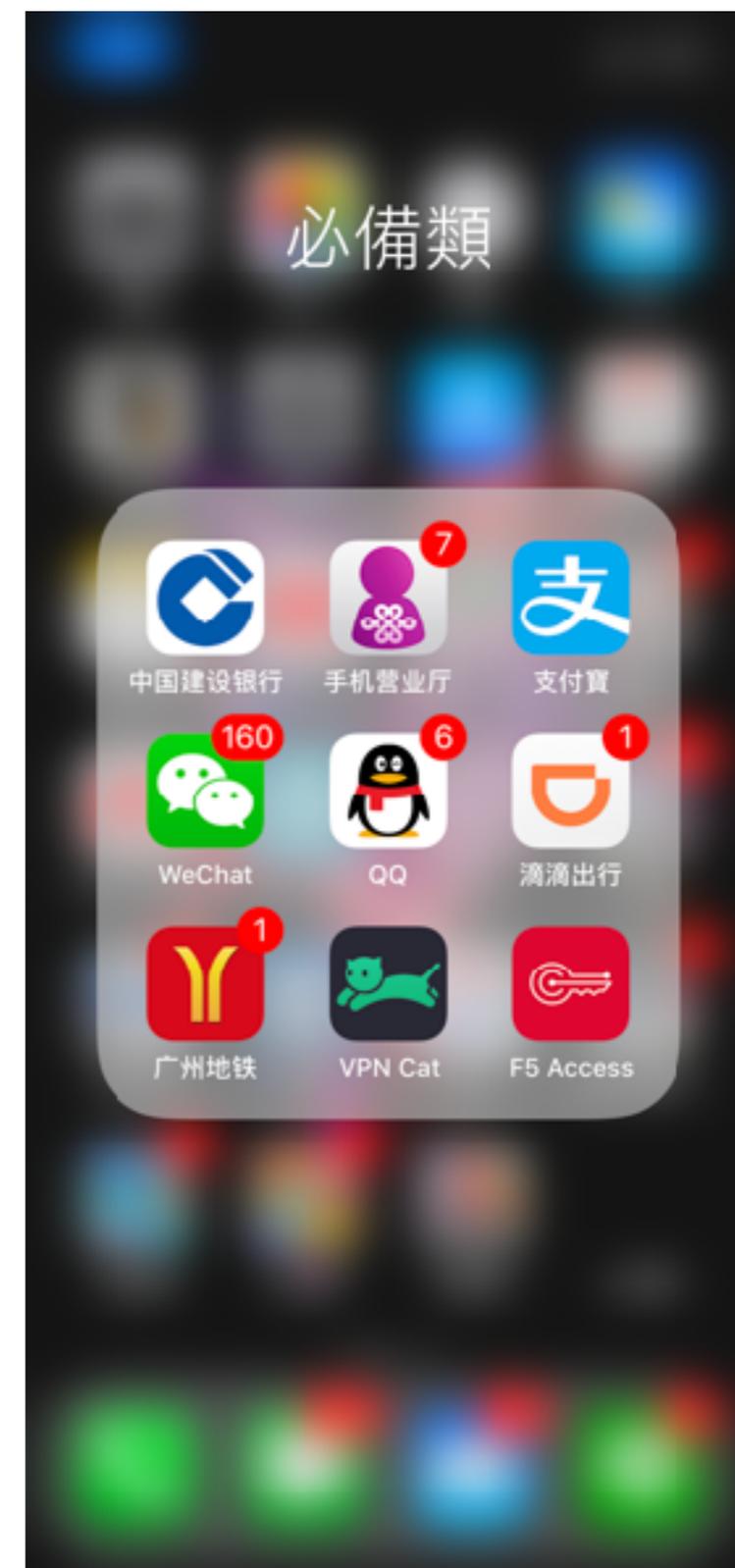
**QQ** – 年長人愛用，主要作為學校教授開上課群組的App。

**滴滴出行** – 行在大陸也非常重要，計程車費相較台灣便宜很多。

**廣州地鐵** – 可以查詢路線圖和行車時間，之後好像會開通票卡功能。

**VPNcat** – 免費又好用的翻牆軟體APP，有時候要換國家跳才穩。

**F5 Access** – 專業版翻牆軟體，需搭配自己或台灣學校提供的VPN帳號。





## 2.生活類

**手機淘寶**－各式各樣的東西都可以在這邊買到

**小米商城**－家電類產品建議買小米才有比較高CP值

**大麥**－提供視聽娛樂或活動展覽的資訊與訂票

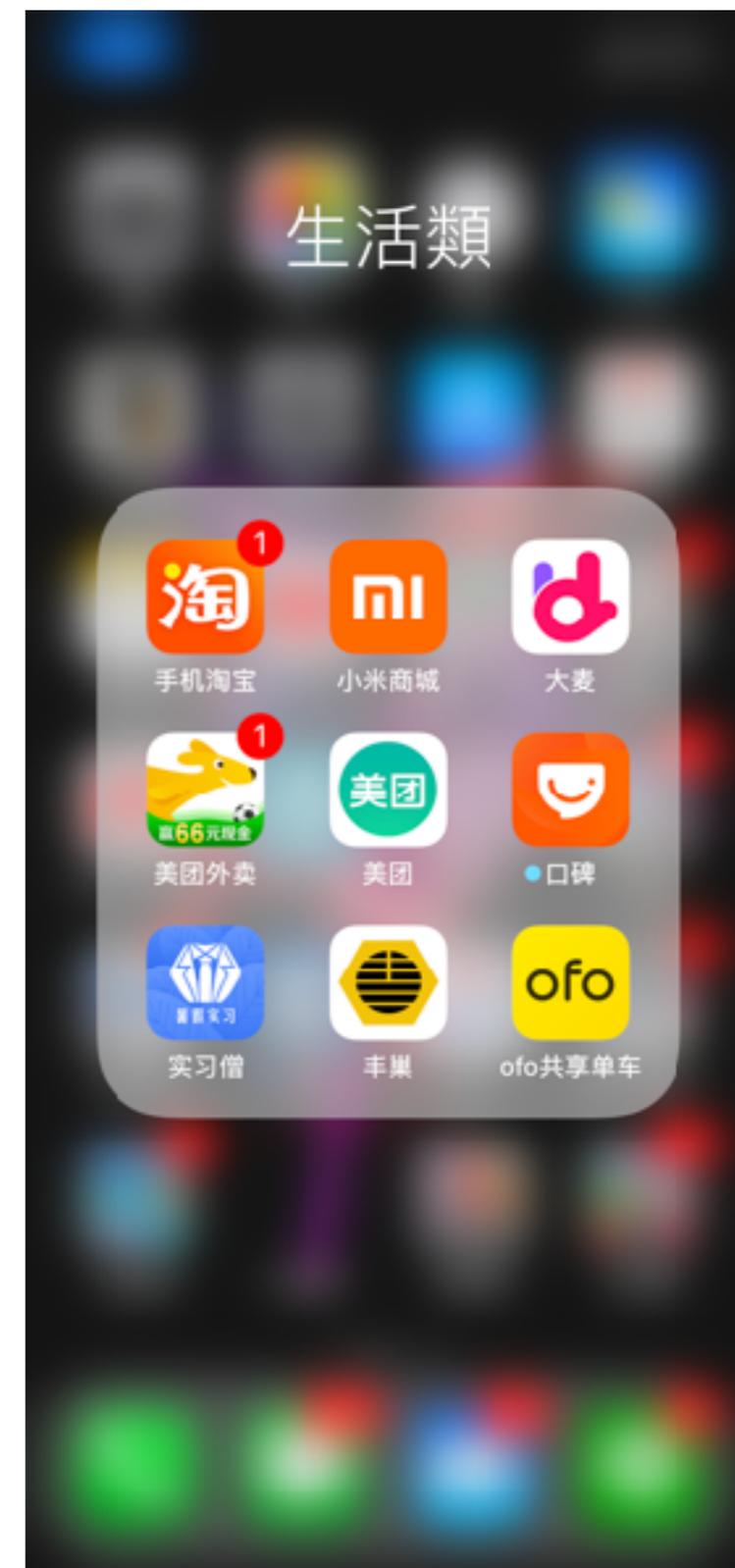
**美團外賣與美團**－必載的懶人送餐軟體便，很多種類便宜又好吃

**口碑**－涵蓋食衣住行育樂的app，跟美團還蠻像的。

**實習僧**－可以找尋實習機會，時薪比台灣法定時薪還低一點

**蜂巢**－網購都會送到學校附近的自助箱，可以透過app查詢和開啟(跟蜜蜂箱不同)

**ofo共享單車**－透過此app或公眾號可以租小黃車來騎，最便宜也最多台





### 3. 旅遊類

**Trip** – 香港版的攜程，有時候可以拿來找招待外賓的旅館

攜程旅行、去哪兒旅行、飛豬 –

這些都是可以拿來找大陸各省旅遊套餐的App，我通常

都是這三款App一起比較套餐內容還有價錢！

攜程攻略、去哪兒攻略 – 主要是旅遊資訊分享的App

掌上火車票 – 這app算是官方出的，搶票功能不如攜程

飛常準 – 如果是交換期間到處飛的建議裝這款

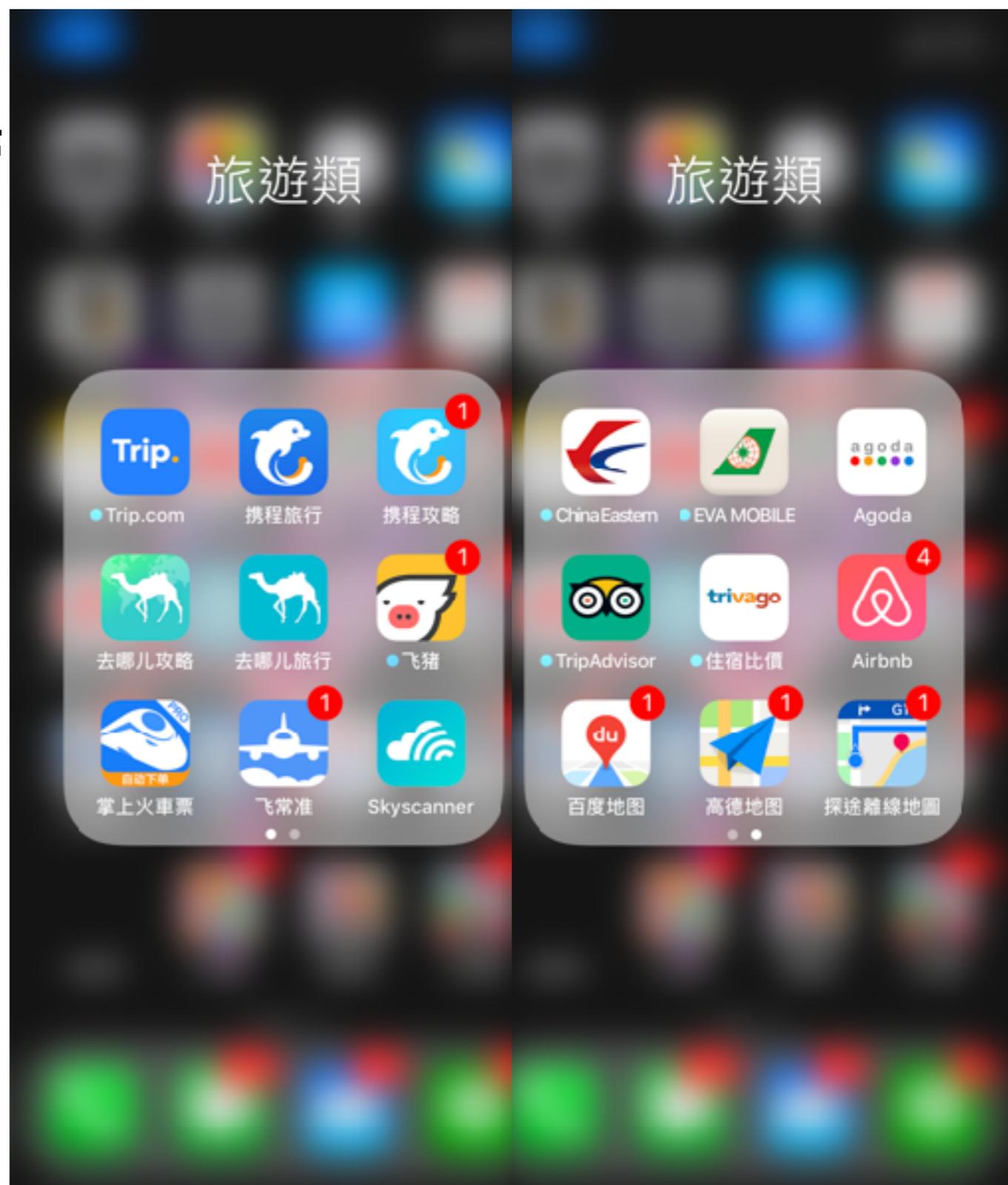
**Skyscanner** – 購買機票的比較App一定要載

**ChinaEasten**、**Eva Mobile** – 官方航空有時候很便宜

**Agoda**、**Trivago**、**Airbnb**、**TripAdvisor**：

因為台灣人身份比較特殊，用上述App比較容易找到

開放外賓的旅館，不過聽說年底就不分內外賓了！





#### 4. 娛樂類

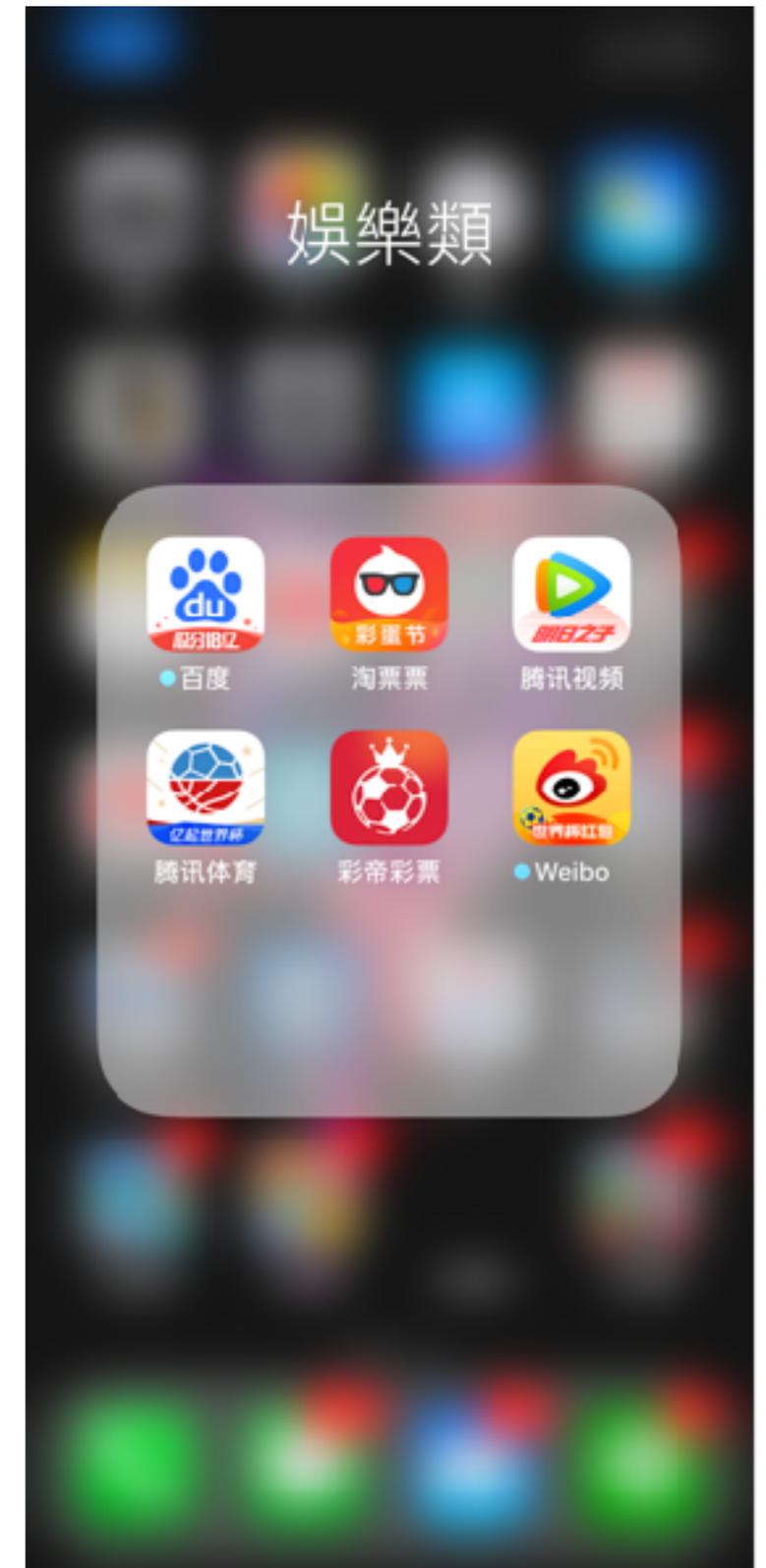
百度 – 沒辦法用Google只能用百度去查了

淘車票 – 除了機票、火車票外也有提供一些公交車的資訊

騰訊視頻 – 交換生活排名第一必載App，各種電影、影集配著美團外賣填補寂寞夜晚

騰訊體育、彩帝彩票 – 這兩款App在我交換的世足期間有載來小賭怡情一下

Weibo – 微博有點類似Twitter，是很火熱的社群軟體



# 微信關注號

3:59 官方帳號

通訊錄

T

腾讯体育

腾讯视频VIP

U

UTips校园资讯助手

W

微信卡包

微信支付

WeChat Team

微邮局

X

小米手机

携程

携程旅行网

德邦快递

431100 官方帳號

中大闲置资源共享

中山大学北校区学生会

中山大学

中大内推圈

中山大学图书馆

中山大学信息技术帮助台

珠海拱运岐关公司

中山大学校园卡

中国联通微厅

中山大学教务部

dji 大疆服务

K

肯德基

L

莲花山客运港

M

美团智能支付

美团

麦当劳

美团外卖

N

南沙客运港

O

ofo小黄车

Q

全家微生活

白云机场

G

广州乐惠

广东7Eleven

广州新鲜事

广东健康

广州如约巴士

广州地铁

广东省中医院服务号

广州地铁微服务

H

汉堡王中国

J

交通卡小管家

丰巢智能柜



## 交換生之初同遊沙面島

中大交流科往年都會主動辦活動給台灣交換生參加，但隨著大陸方承辦人更換後，我們這批台灣來的交換生幾乎是被放生，就由幾位比較熱心的同學發起第一次的台灣交換生同遊活動。



## 大陸室友們之最後一聚

來自廣州東莞、四川涼山、陝西漢中的室友好兄弟們，一起到中大附近的宵夜街看世足吃美食，也趁兩位碩士師兄離開前到頂樓用空拍機留個合影。



## 交換生們之最後一聚

這天剛好也是中山大學的畢業典禮，一群穿著台灣學士服的黑色小精靈們就亂入進去一起蹭景拍照了XD



## 交換生之大學城島環島

經過幾次由我們台灣交換生自發性發起的餐會和活動之後，也特別揪了一團在大學島騎ofo小黃車環島，不快不慢騎了一圈花了三四個小時，從下午到晚上！



## 為什麼選擇交換？

走出台灣，走進世界。