

國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：2020 年 5 月 9 日

中文姓名： 稅沛綺	英文姓名（姓, 名）： SUI, PEI-CHI
臺師大就讀科系所、年級： 國文系 109 級	臺師大學號： 40520303L
修習國家： 西班牙	
修習校名： 胡安卡洛斯國王學院 (Universidad Rey Juan Carlos)	
修習學院： 社會科學學院 (Faculty of Legal and Social Sciences)	
修習科系： 旅遊系 (Tourism/ Turismo)	
修習期間： 2019 年 9 月 ~ 2020 年 1 月	



二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
HISTORY OF TRAVEL AND TOURISM	HELENA DOMINGUEZ DEL TRIUNFO	6.0 ECTS	第一學期 (First Cycle)
SECOND FOREIGN LANGUAGE II (FRENCH)	PALOMA DE LA CONCEPCION GARRIDO IÑIGO	6.0 ECTS	第一學期 (First Cycle)
ORAL EXPRESSION IN ENGLISH	MARIA TERESA ALEJOS JUEZ	6.0 ECTS	第一學期 (First Cycle)
Spanish A2 (URJC 語言中心課程)	Marta	(2.0 ECTS)	

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

這個表格是給正在思考申請交換的你，以及已經成功申請上 URJC 的你作為參考，每年行政的日期一定會有差異，但是還是可以大約估算一下執行每件事情的時間。

灰色網底的表格是你需要自己安排的內容，白色網底則是國際事務處會通知你的事情（記得隨時關注信箱）。為了表格方便，胡安卡洛斯國王大學(Universidad Rey Juan Carlos)簡寫為 URJC，URJC 附設的語言中心(Centro Universitario de Idiomas)則簡寫為 CUI。

日期	記事
2018 年 9 月中旬	臨時起意想要申請交換（還是建議有規劃，不然會有延畢風險）
2018 年 10 月 27 日	雅思考試
2018 年 11 月 12 日	收到雅思成績單
2018 年 11 月 29 日	備審資料繳交完畢
2018 年 12 月 7 日	英文組面試
2018 年 12 月 17 日	排名公告
2018 年 12 月 26 日	報到完畢（繳交家長簽章資格書與保證金）
2019 年 1 月 8 日	所有師大校內第一階段申請步驟完成
我在這段期間又再次臨時起意申請了 108-2 的交換，這裡不說明 108-2 的交換內容	
2019 年 4 月 23 日	收到 URJC 的 Email，進行第二階段申請 第一階段是師大提名給交換校，第二階段則是我們要完成交換校要求的相關步驟。 基本資料、欲交換的科系、選課等等。（這個階段會有些文件需要國際事務處簽名）
2019 年 6 月 6 日	師大赴外交換行前說明會
2019 年 6 月 10 日	收到 URJC 的入學許可通知，開始辦準備簽證與獎學金申請
2019 年 6 月 27 日	申請西班牙學生簽證
2019 年 6 月底	網路報名 CUI 的暑期西文密集班課程
2019 年 7 月 4 日	購買 2019.08.13 桃園—馬德里的機票
2019 年 7 月 12 日	拿到學生簽證、開始找馬德里租屋處
2019 年 8 月 13 日	前往西班牙馬德里
2019 年 8 月 26 日	CUI 西班牙文密集班開始上課
2019 年 9 月 2 日	URJC 開學，開始上課
2019 年 9 月 3 日	CUI 西班牙文暑期密集班結束
2019 年 9 月 4 日	交換生說明會，同時簽名完成到校手續（要參加才有到校證明）
2019 年 9 月中旬	網路報名 CUI 學期制西文課程
2019 年 9 月 24 日	CUI 學期制西班牙文課開始上課
2019 年 12 月 24 日	CUI 學期制西班牙文課課程結束
2020 年 1 月 13 日	到 URJC 國際事務處辦理離校手續
2020 年 1 月 17 日	到 CUI 領取學期制西班牙文課證書 在馬德里取得另外半年的法國學生簽證（要有入學許可才可以辦簽證）
2020 年 1 月 18 日	離開西班牙馬德里結束 URJC 交換 前往法國巴黎（我的第二個交換 108-2）

為什麼我會選擇去馬德里（西班牙）？又為什麼我會選 URJC？

我認為「交換」是最沒有壓力的旅外生活方式，無須負擔國外的學費，又可以享受國外的氣氛與深度體驗當地生活。我選填志願大部分都是以歐洲學校為主，因為歐陸上有許多國家，想要跨國旅遊非常的便利。

其實我最初的志願是到法國巴黎，但是後來上了我的第二志願。（第二次交換有成功前往巴黎）雖然如此，我還是很期待，畢竟南歐在我的認知裡就是充滿藍天白雲、音樂舞蹈、派對與歡笑的地方。而且其實仔細想想，我們在台灣並沒有很多的機會可以深度接觸到西班牙文化（我以前也只知道 Despacito 這首歌而已），不如趁大學時期，體驗看看與英語系國家不同的文化，而且比起其他歐洲國家，西班牙的花費確實比較便宜。

會選擇 URJC 是因為他有不少英文授課的科系（例如：旅遊系就有英文授課組與西文授課組）。我會選擇旅遊系是因為我本身並沒有商科、法律或國際關係背景，所以想選擇一門較好上手的領域，加之我很喜歡旅遊，又西班牙的旅遊業可以說是世界上數一數二的，所以就想要挑戰看看。

其實 URJC 的世界排名看似不怎麼樣，在師大也不是非常搶手的學校，但是經過這次交換，我真的覺得我選對了！因為 URJC，帶給我前所未有的生活體驗實在是非常非常值得！

我最愛的西班牙文化

在出發前，很多人總持著「西班牙不太安全吧？」的疑問為我擔心。我必須平心而論，竊盜與犯罪是各國都會發生的，所以無論在哪都看管好自己的重要物品才是重點。在西班牙的期間，我從來沒有被偷過東西，只要自己注意點，不要表現得太「遊客」，又努力說著怪腔怪調的西班牙文，基本上大家都是友善的。

交換期間，我發現西班牙人蠻愛乾淨的，地鐵很乾淨、房子很乾淨，雖然路上有狗屎、偶爾也會聞到有人多日沒洗澡的味道，但是總的來說，公共空間總是讓人覺得很舒服。另外，西班牙人也很樂天，隨時隨地都會聽到有人在放聲大笑，讓我的生活也過得非常的愉悅。

西班牙人吃午餐的時間是下午 2 點至 3 點左右，晚餐則是晚上 8 點 9 點甚至更晚才開始吃，常常吃完都午夜了。中間時間如果餓了，就吃點小零嘴。基本上餐廳營業的時間也是跟著他們的用餐時間，所以漸漸的我也習慣了在這個時間段飲食。

西班牙的食物也很好吃，而且西班牙人喜歡喝酒，甚至超市內啤酒都有可能比水便宜。我很喜歡 Sangria，是西班牙的酒精飲品，搭配 Tortilla de Patatas（西班牙馬鈴薯烘蛋）一切都恰到好處！

低開銷，高品質——我在馬德里的月花費

- 房租：450 歐，水電費 10 歐（單人雅房）
馬德里市中心的學生公寓包含水電、清潔費一個月約 500 歐至 600 歐；觀察朋友們的房屋狀況後，我認為月租 350 歐以上的房子生活品質較好。
- 出去玩：一個城市，兩天一夜到三天兩夜，單人吃、住、車費大約可以在 120 歐以內（不一樣的城市有不一樣的價格）。
- 青年交通卡：20 歐
- Sim 卡儲值：15 歐
- ☞ 若房租 500 歐，都在家裡伙食，也沒有出去玩、與朋友聚會，一個月 1000 歐以內一定可以解決。
- ☞ 偶爾在家裡伙食，一個月出去玩一兩次、每個禮拜與朋友聚會一兩次，一個月 1300 歐左右可以！

交換前，在台灣——強烈建議一定要規劃／辦理好的事情

1. 確定要去哪個國家後，就馬上報名語言課

我一知道要到西班牙交換後，就馬上報名台大語言中心的西班牙文課 A1.1（當時師大沒有基礎班）。暑假回台中也報名東海大學語言中心的西班牙文密集班 A1.2。在馬德里其實英文溝通沒有障礙，但是我認為有一點點當地語言的基礎，到全新的環境就不會壓力很大，尤其推薦「食物的單字」以及「點餐的句子」可以先學好。其實西班牙人非常的好客，他們看到外國人很努力擠出西班牙文，服務生甚至會鼓勵你呢！到當地再開始從頭學語言也是可以，但是因為語言中心的同學幾乎都是從歐語系國家來的，所以進度會很快，你可能會需要一邊適應當地生活和課程、一邊又要有壓力的學語言。

2. 辦理好 URJC 的第二階段線上申請及選課

屆時師大與 URJC 都會和你聯絡，強烈建議把申請手冊（Handbook）仔細並來回看好幾遍外加畫重點，然後跟著 URJC 寄來的 email（也要都看清楚），要求你做手冊裡的什麼步驟你就照做，等待 URJC 審核完這個步驟和文件，URJC 會在寄下一封 email 給你，讓你做下一個步驟。基本上照著他們的步調走，不超前也不落後，申請上就完全沒有問題，所有的申請都在「Citizen Folder」裡。

申請步驟結束、URJC 審核完畢後才可以進行選課，不同的系有不同的修課規定，旅遊系規定最少要修 18 ECTS（師大 9 學分），而且選修的課程 2 分之 3 要是本系的。選課完畢後產生的 Learning Agreement 需要國際事務處的簽章後上傳回去 Citizen Folder 系統裡。

以選科系而言，如果你只有英文語言證書，就只能選英文授課的科系，但

是實際在選課時並沒有限制，可以選你想要選的課（就算是西文上課）。

URJC 的科系有些年級會是下午與晚上上課（Tarde），有些年級則是早上與下午上課（Mañana），可以稍微注意一下課程時間。[這是](#)他們的課程查詢系統，使用這個系統來排課會更方便。

要注意的是，URJC 也有加退選制度，如果原本選的課程不滿意，剛開學的一個月可以重新選課，也需要重新把 Learning Agreement 寄 email 回師大國際事務處簽名。URJC 的選課系統並不會辨識是否衝堂，所以要自己多注意些。[連結](#)是我在申請時遇到的問題的截圖，如果有需要可以參考。再強調一次，一定要仔細看 URJC 的手冊和 Email。

另外，我們是 MUNDE 學生（歐盟以外地區來交換的學生），來自歐盟國家的交換學生則是 Erasmus，不過作業上都是一樣的，只是名稱不同而已。

3. 報名附設語言中心 CUI 開學前的暑期西文密集班

資訊的連結就在 URJC 的申請手冊裡（所以才說要看仔細，很多人都沒看清楚手冊，就錯過這個資訊了）。這 31 小時的暑期密集西文課程不算學分也不記在 Learning Agreement 裡，存粹就是「自發性」的學習。

為什麼我大推這個課程？因為我在交換期間最要好的朋友們就是從這個課程來的！大家一起學西班牙文、大家一起出去玩、大家一起派對狂歡、大家一起參加 ESN 活動、大家互相提醒交換生應該注意的事項。

要報名 CUI 暑期西文密集班，進入[頁面](#)後，資料通常都會在 MATRÍCULA 類別裡，INFORMACIÓN 滑到最下面會有課程簡章；INSCRIPCIÓN 就是報名頁面（會跟簡章同步更新）；LISTA DE ADMITIDOS 就是名單公佈。我當時等名單公佈後，就將學費匯款給 CUI，並將收據傳給 CUI 的 Email 確認付款完成。[這裡](#)是報名課程的方法以及我從台灣的銀行匯款到國外會需要的資訊。



暑期西文班的同學與老師，老師下課後揪我們喝酒聊天

4. 辦理[西班牙學生簽證](#)

每年要求的資料與規定會不一樣，這是我找到近期要求的[資料](#)。基本上承辦時不會有困難，內容皆用英文填寫，相關英文文件若準備的齊全也一切都會

很順利。我申請時，需要師大開立「赴外交換推薦英文證明」，所以有請國際事務處幫忙開立。在填寫簽證申請表時，如果還沒有租房子，「申請人在西班牙地址」可以先寫 URJC 國際事務處的地址。不需依親、沒有工作證、滿 18 歲無需監護人，這些空格就都不用填。我們去交換一學期，通常都是申請 91 天-180 天的簽證。記得要保管好收據，之後領簽證比較方便。抵達西班牙只要是待六個月以下，都不用辦居留卡，有簽證就好了。這是我的[簽證申請表](#)和[簽證](#)，有需要的話可以參考。

5. 買好海外保險（英文版）、申請英文版財力證明、重要文件申辦好

出國讀書非常注重海外保險，辦簽證時也會用到。記得要至少申請一份「英文版」的海外保險證明，財力證明也需要申請英文版的並影印幾份帶出國。出國前可以帶 10 張大頭照出門、護照影本、簽證影本也可以多帶幾份，這樣之後如果臨時需要辦理事情，也省去許多影印、拍照等步驟。所有重要文件除了多複印幾份，也要檔案數位化，不然在馬德里找掃描很不方便，手機拍照和掃描軟體畫質也不一定。

6. 多辦幾張信用卡或金融卡備用

我這次出國總共帶了五張卡片，三張信用卡、兩張金融卡，而且分別有 VISA 系統與 MASTERCARD 系統。真正有在使用的卡片只有兩張，其他都是備用的。可以先研究一下哪家銀行的卡片有海外刷卡現金回饋或紅利回饋、哪家銀行有旅行網站的折扣、如何開通網路銀行 App。

雖然現在都是感應式刷卡，但是還是記得要開通國外刷卡功能並設置四位 pin 碼。（郵局卡是 6 位數而非 4 位數，所以要有感應的郵局卡別才能在國外使用）通常在國外刷卡都有當筆金額 1.5% 的國際清算費，亦即要多付 1.5% 的手續費。現在台灣也有些銀行有提供「歐元帳戶」，刷卡時就不用付國際清算費了，就像是在當地刷當地帳戶的卡一樣方便。

到西班牙辦卡也是行得通，但是手續會稍嫌麻煩，所以我並沒有在當地開戶。也有認識國內外的朋友很推薦「[Revolut](#)」這個網路銀行，對學生族群很友善，換匯與匯款都很容易操作，也沒有手續費。

關於現金的部分，我從台灣帶了 2500 歐，但是歐洲刷卡非常方便（除了葡萄牙），所以我沒有領過錢。如果是台灣的銀行卡在國外領錢通常都需要手續費，朋友說 Revolut 每個月會有免手續費金額可以領錢。

要注意的是，如果要從台灣帶現金去，可以盡量帶 50 歐以下的小鈔，100 歐有些地方不會收，也要注意不能帶太多現金，否則要申報入境之類的。

7. 辦理國際學生證

到歐洲交換一定要有 ESN 卡（歐盟學生證）、國際學生證與交換校的學生

證，想要參加活動、旅遊購票或者參觀博物館都會有蠻多優惠的。師大學生證上面只有中文，所以在拿到 ESN 卡及交換校學生證前，有國際學生證是很方便的，買博物館的票可以打折，它是全球通用的，當然包括在台灣也可以用。有些博物館甚至只接受國際學生證，除非你特別跟他解釋一番這是你交換校的學生證，他們偶爾才會勉強放行。

8. 規劃出發日期和返國日期，買來回學生機票會比較便宜點 (此時國際學生證就派上用場了)

如果是到不熟悉的國家上課，我通常都會提早二至三個禮拜抵達該地，先用兩到三個禮拜熟悉生活後，開始認識新朋友與開始上學，就會非常的得心應手。也不要學期一結束就回臺灣，因為可能會有一些手續需要辦理、一些證書需要領取。

9. 多看幾次馬德里的地圖、地鐵路線，遠距離熟悉環境找房子

URJC 的主校區是 [Vicálvaro](#) (社會科學學院)，這個校區有提供[宿舍](#)讓學生申請，但是同時申請的對象還有校外人士、研究生與教授，一個月的住宿費為 750 歐，所有文件、自傳皆需要西文，而且離市中心[太陽門 \(Sol\)](#)有一點距離，所以我並沒有考慮申請宿舍。

當時申請西班牙簽證時並不需要地址，所以我在暑假期間悠閒地找房子，可以下載「idealista」APP 或[網頁版](#)來找房子。如果你在 Vicálvaro 校區上課，比較喜歡安靜的住宅區，可以鎖定介於太陽門和 URJC 主校區之間的 Salamanca 區或 Ibiza 區附近的住宅，離美麗的[麗池公園](#)頗近，也可以來去市區跟學校之間。如果你想要住學校附近（較沒有去處），可能外出活動進入市區比較費時。你喜歡鬧區、生活機能方便，派對酒後可以很快到家，可以選擇住主廣場、太陽門、Callao、Tribunal、Gran Vía 等市中心周邊的房子或學生公寓。

我當初住在 Ibiza 站、麗池公園旁邊，居住環境非常舒服，如果有夜間聚會派對或者日間活動，都是與朋友們在 Sol 附近見面。我在台灣的時後，就用 idealista 相中這間房子，於是請當地的朋友先幫我看一下狀況、和房東聯絡過後就先匯押金了（匯款方式跟西文課的方式一樣），抵達馬德里看過房子本人，確定喜歡才簽約的。如果沒有當地朋友幫忙，但是要先付訂金，一定要格外小心，詐騙還是層出不窮的。

也有另一個方法，我有歐洲朋友先在青年旅館住一、兩個禮拜，一樣透過 idealista 找房子，然後多親自去看幾間房子，看到喜歡的就簽約入住。

10. 先買好轉接頭以及因人而異的必需品

西班牙的插頭、伏特與台灣的不一樣，會因為房子的新舊程度而可能是

「歐規大圓」或者「歐規小圓」，建議可以買一個大圓、兩三個小圓，因為小圓插頭也放得進去大圓的插座。

如果有非此品牌不用的生理用品、文具或生活必需品可以帶著，但是不需要帶很多，不然會佔用行李箱太多的空間，絕大部分的生活用品都到當地再買就好。**最重要的是隱形眼鏡和隱形眼鏡藥水還是盡量在台灣先買好需要的量，因為當地的價格會比較貴，而且有時候會需要醫生的處方籤，不是很方便。**

11. 身體的病痛一定要先解決好，記得帶備用藥

剛到西班牙，跟世界各國的朋友玩在一起，大家喝酒交際、派對跳舞，又要上學，很容易睡眠不足，加之差不多 10 月開始，早晚氣溫落差大，所以很容易感冒，這時候備用藥就可以派上用場了。

在出國前也可以先去看牙醫，因為不只法國人愛吃長棍麵包，西班牙人也超愛。如果要嘗試跟著他們的飲食，一定要先看好牙齒，不要把牙齒咬斷才好。妙的是，西班牙平均一條路上會有兩家牙醫，是我看過路上最多牙醫的歐洲國家。西班牙也很多藥局（不是藥妝店），因為就醫費用不便宜，所以他們都會到藥局買藥。

剛抵達，馬德里——提早二至三個禮拜到，熟悉環境

- 從馬德里 Barajas 巴拉哈機場進入市區有許多[方法](#)，取決於你要前往的地方。
- 很多人會覺得西班牙人做事很慢，但是其實他們還是有效率的，只是會堅持下班了就不做額外工作、放假也會好好放鬆，所以不用太過擔心他們的辦事狀況，稍微關心即可。

1. 上網預約辦理馬德里自治區的學生交通卡

26 歲以下可以辦理青年交通卡，但是要[上網預約](#)（第一個選項），預約日期的當天，到你選擇的車站去現場辦理。有的辦公處會在閘門內，只要跟站務員說一聲你要進去辦交通卡，他就會幫你開門了。需要帶護照、空卡 4 歐、會現場拍照印在卡片上。

每個月在機台儲值 20 歐就可以使用馬德里自治區內的鐵路、地鐵、公車、近郊客運吃到飽，非常的划算！除了上學必備，偶爾週末也可以到[周邊的城市](#)像是 Toledo 或者 Aranjuez 走走。空卡可以保留十年，所以如果對馬德里念念不忘，十年內要回來，可以加值後再繼續用。

2. 參加交換生開幕式，辦理 ESN 卡

通常開學的第一週會有交換生開幕式（可能已經開始上課了才會有開幕

式)，當天會公布很多重要事項，典禮結束後會採取人工簽名報到，報到完成才會有出席證明。當天場外會有學生旅遊公司在發旅行包，可以拿，裡面會有一些免費活動的卷和折價卷。

典禮期間 ESN (Erasmus Student Network) 社團會上台宣傳他們設計的[活動](#)、去其他城市及國家的行程。特別推薦你在典禮結束後，到 ESN 辦公室去排隊辦 10 歐的 ESN 卡（否則之後還要跑到別的地方找他們，頗麻煩），搭乘 Ryanair 航空以及伊比利半島的長程公車會有優惠，去其他城市玩可以省一些錢。

3. 報名西班牙文學期制課程

如果想要繼續學西班牙文，需要隨時去刷 CUI 的網站，用報名暑期西文的方法找資訊，要注意的是：這次報名完就要馬上匯款，你才會出現在名單上。而且如果有報名過暑期課程，再報名學期課程學費可以有折扣。課程結束時會有考試，但不會有學分，CUI 會通知你去領證書（上面有考試分數），回師大後可以註記在成績單裡。

4. 下載日常生活實用的 App

有幾個在馬德里生活一定要下載的 App，省時又省錢：

(1) WhatsApp

歐美地區都是使用 WhatsApp 來通訊，可以熟悉一下介面操作方法。

(2) Madrid Metro

可以粗略計算 A 地鐵站到 B 地鐵站的時間，也可以看到地鐵地圖。

(3) Citymapper →大推，必下載

是比 Google Map 還要精準的地圖軟體，甚至會顯示哪些車站不開放、正在裝修等，直接幫你避開障礙，精準地計算出 A 地到 B 地需要的時間，不僅適用於馬德里，倫敦、巴黎、阿姆斯特丹等等歐洲城市都可以使用。

(4) URJC App Univ. Rey Juan Carlos →必下載

URJC 的 App，URJC 的數位學生證會在裡面，包括考試日程、成績、行事曆等等。URJC 並沒有實體學生證，可以完成到校手續後就[上網辦理](#)，這時候有大頭照的數位檔，就不用跑到銀行去拍照請他們幫你辦學生證了，可以免費自己處理。完成申請，學校認證後，數位學生證就會出現在 App 裡，考試期間進出圖書館會檢查學生證。（辦學生證的那個網頁有點類似師大的校務行政系統，還蠻萬能的）

(5) Yelp

裡面可以查詢你周圍或者你想知道確切某餐廳、酒吧的菜單。

(6) 各大超市、速食店的 App

Día、麥當勞、漢堡王等超市與餐廳的 App 都會有優惠卷。

(7) 西班牙語助手、SpanishDict、Google Translate

隨手就有西語字典和翻譯 App，生活上會便利很多。

5. 購買西班牙 sim 卡、Skype 點數

我是在太陽門旁邊的 Orange 機台買 Sim 卡，需要帶著護照。可以選擇划算的方案後，下載 Orange 的 App 儲值下次的網路和話費，千萬不要進入網頁版儲值，不會有你的方案，很貴、網路又一下就用完了。

另外，我也有購買 Skype 100 元台幣的通話費，我在交換期間有打電話回師大問事情、打給銀行處理信用卡等等，話費很便宜。

準備就緒，開始上課——在國外就選擇自己感興趣的課來上吧！

- 我上的課都剛好不需要買書，但是也有其他系的朋友買了十幾本教科書。
- 開學前一個月左右是加退選階段，如果有加退選需求，要跟當初選課一樣，重新製作一份 Learning Agreement。
- URJC 的課是一個禮拜上兩次課、一次上兩個小時，所以一門課每個禮拜會有四小時。
- 老師們也會使用類似 Moodle 的系統上傳成績與講義：[Aula Virtual](#)。
- 考試時間是學校訂的，但是老師在上課的時候會說明他想要考試的時間。不然是第一學期去交換，很有可能會遇到放聖誕假前有考試，放兩個禮拜的假後又有考試的情況。如果有回國需求，也可以跟老師討論提早考試。

1. HISTORY OF TRAVEL AND TOURISM

是旅遊系大一的必修課，課程內容主要以歐洲的旅遊史為主。從為何會有「旅遊」這個詞的出現；為什麼人們會有「旅遊」、「壯遊」的需求；古人旅遊的交通工具、路線、住宿；到近代的旅遊知識等等。

評量方式為兩次小組報告與一次期末考。第一次小組報告是到[人類考古博物館](#)選擇一個主題，小組一人選擇一個該主題的解說看板來改寫文句，讓字句更適合觀光客參訪（不要這麼學術，更淺顯易懂些）。除了要繳交書面資料，也要上台解釋改寫的方法。另一次小組報告則是選擇一篇老師提供的文獻，進行大綱統整、內容分析、內容批判等，以書面報告繳交，不需要上台報告。期末考範圍很廣，讀起來會有點辛苦，不過老師考的是大範圍的題目，所以還算能自由發揮。

2. SECOND FOREIGN LANGUAGE II (FRENCH)

旅遊系在大三時會規定要修第二外文，可以是德文或法文。（第一外文是英文）我選修這堂法文課，是因為我在師大上完通識法語（一）和（二），又想

為下學期去巴黎交換準備一下語言，心想已經上過一年法文課，應該很得心應手了吧？但是實則不盡然。

在 A 拉丁語系國家上 B 拉丁語言（二）真的是很勇敢的決定，同學們隨口都可以講文法複雜的句子，不會的法文單字也可以用西文加減猜，又老師上課是全法文，教學內容大約是 A2 到 B1 的程度，實在是不容易。課程內容主要是以法文文法為主，而且是互動式教學，每堂課絕對讓你講滿滿。因為班上也有不少像我這樣的初生之犢，所以老師把課程分成了兩個組別，程度較好的同學只需要到禮拜四的課，程度需要補強的可以上禮拜二的。

這堂課有三個評量，第一個評量是二人一組共口頭報告 3 分鐘，主題須為與旅遊相關的內容，選擇適合的文章後背下來，二人的報告內容要互相承接、咬字發音、語速等都是評分重點，考試時，教室只有我和組員以及兩位老師在我們面前評分。第二個評量是 4 至 5 人一組，拍一支 5 分鐘的全法文影片，主題自由發揮。第三個評量就是筆試，不僅文法概念要清楚，單字量也要足夠。

3. ORAL EXPRESSION IN ENGLISH

是旅遊系大四的課，主要以老師授課為主，教導我們英文口語表達的方式。總共有兩次報告：第一個是尋找兩個和旅遊主題相關的影片，評論講話人的優點和缺點並提出他們在口語表達上可以改進的方法。另一個則是 3 人一組，開發一個可以增進西班牙旅遊的產品，並且進行產品發表會，同時需要有行銷策略等商業專業內容。

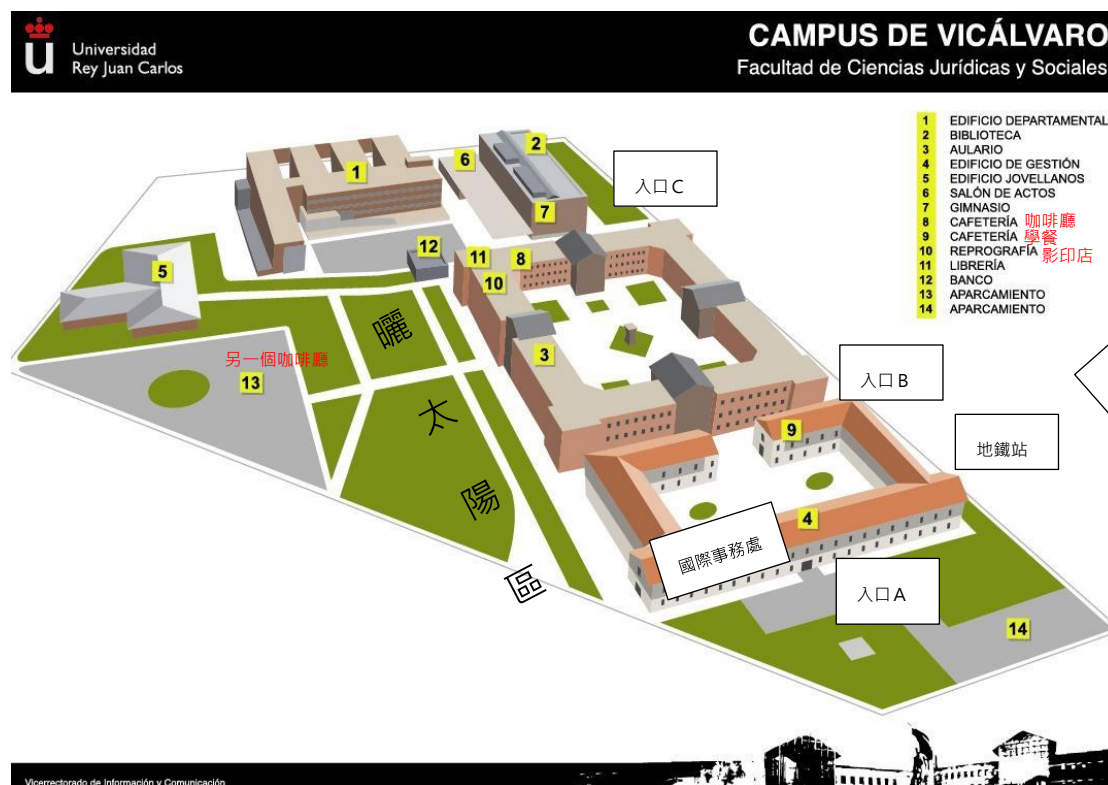
4. CUI 的學期制西文課

通常語言中心的課程互動性會很高，老師也很用心在教學。



學期制的西文課班上的同學與老師

校園生活，應有盡有——空堂時也不必回家



- 校園 Wifi 超方便，用你的 URJC 帳號登入就可以使用了！
- 入口 B 是最多人走的出入口。
- 課表上寫 Aulario 101 就是從地面樓層往上爬一層的第一間，以此類推。
(西班牙的 ground floor 是 0 樓，不是 1 樓喔！)
- 圖書館超大、採光超好的，空堂時可以去休息一下。
- 學校周邊比較沒有去處，但是還是可以看朋友稍微走走，發掘一下還不錯的咖啡廳。

1. 校園餐廳、咖啡廳和曬太陽區

9 號位置的學餐每天中午 12:00~16:00 都會提供 5.45 歐的學生套餐：前菜、主菜、麵包、水、甜點，菜色可以自己選，便宜又吃飽飽，所以就會看到很多校外人士也來一起開心吃午餐。

8 號位置的咖啡廳也有提供套餐，如果不想再圖書館坐，可以在這裡休息。心血來潮，點一杯 Café con Leche（咖啡加牛奶 a.k.a.拿鐵、卡布奇諾，但是西班牙人都統稱咖啡加牛奶）或是 ColaCao（熱巧克力）搭配 Croissant、Sandwich Mixto 或者 Tortilla de Patata 也會很愉快的度過點心時間。

13 號宿舍區的咖啡廳室內就比較小巧精緻，但是室外有很多座位，下課時

間都會有學生在那裡聊天、抽菸、打牌、喝酒，氣氛很歡樂。空堂時躺在曬太陽區的草地上和朋友聽音樂、聊天、看書的感覺也很棒。



2. 校內就有影印店

10 號位置是學校的影印店，可以先寄 email (urjcvicalvaro@konicaminolta.es) 給影印店或者用 USB，到那裡請他們幫你影印。有些店員不會講英文，這裡給你一些實用單字：a una cara (啊 嗚那 咖喇) 單面影印、a doble cara (啊 兜補咧 咖喇) 雙面影印；negro blanco (內哥摟 哺蘭摟) 黑白、color (勾摟) 彩色。

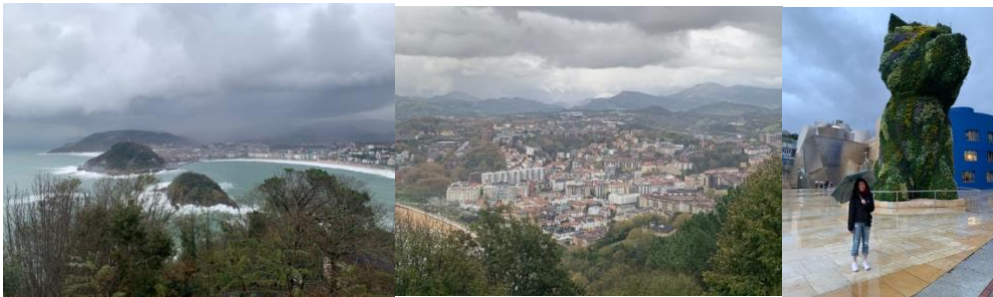
校外生活，多采多姿——其實馬德里就夠你玩了，西班牙境內也玩不完！

- 交友方式會影響你的生活，若是結交同語言（中文）的朋友群，在交換期間講外文的機會會大幅下降；若是結交非歐洲的朋友群（亞洲、美洲）你們可能會很常到其他國家玩；若是結交歐洲的朋友群，你會把馬德里、西班牙玩透透（因為你出國也是去他們的國家，通常他們都不會+1，不然他們就跟回家一樣）。
- 西班牙的城市（包括馬德里）幾乎都是用「腳」可以走完的，市區與景點都很集中，馬德里的鬧區差不多是麗池公園以西、歌劇院以東、Bilbao 以南、Pacífico 以北的區塊。
- 西班牙的餐廳分成 bar 和 restaurant，通常 bar 是小吃店、restaurant 是價格比較高的餐廳。西班牙人非常喜歡曬太陽，所以品項價格會分成 Bar（吧台區、室內座）和 Terrace（陽台區、戶外區），通常後者的價格會比前者高 0.3 歐至 1 歐。除非是單價非常高的餐廳又服務很好，不然一般來說是不需要付小費的。
- 西班牙法律規定不可以在路上飲用酒精，但是可以在公開場合（餐廳）玩牌。地鐵內也沒有特別規定不可以飲食，但是大家都不太在地鐵裡吃東西，地鐵也神奇的乾淨。



1. 跟著學校的 [ESN](#) 玩

如果沒有什麼機會可以交朋友（如沒有另外上語言課），可以考慮參加 ESN 的活動，追蹤 Facebook 的粉絲團可以有更多資訊。有時候我會跟朋友們一起報名 ESN 到外縣市玩的行程，通常行程內容都安排的還不錯！如果非常需要當地朋友的協助，也可以申請學伴（URJC 手冊、URJC 手冊、URJC 手冊）。



2. 麗池公園真的值得去走好幾回、Madrid Río 河畔很舒服、馬德里皇宮繞繞後到德波神廟看夕陽

馬德里市區最大的麗池公園有漂亮的水晶宮、麗池、戶外體育空間以及「孔雀園」（可以跟孔雀一起散步），是很舒心的地方。在雨季以前，我常常和朋友們穿著比基尼在麗池公園找一塊草皮打牌、野餐、曬日光浴和聊天。守衛差不多每天晚上 11:00 就會把大家趕出公園了，要確保夜間安全。

Príncipe Pío 站的 Madrid Río 河畔是很舒服的區域，很多家長會帶著小孩在那裡活動。

馬德里皇宮的歷史也很特別，原本是法國國王的皇宮，而且裡面有 3000 多間房間，光看外部就覺得非常氣派了。從馬德里皇宮步行 15 分鐘左右就會到德波神廟，是埃及送給西班牙王國的禮物，也是可以免費參觀內部的。德波神廟的山丘公園，是很有名的賞夕陽位置以及與朋友野餐的地方。



3. 博物館的免費時段可以好好把握

Museo del Prado [普拉多美術館](#)（世界三大美術館之一）、Museo Nacional Thyssen-Bornemisza [提森美術館](#)、Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofia [蘇非亞王妃美術館](#)是馬德里三大必參觀的美術館。西班牙境內大大小小的博物館通常都會有免費時段可以參觀，而且我們是學生也常常享有免費參觀待遇。就算可以免費入場，還是要去售票處領票，這樣就有美美的票根可以做紀念。如果想沐浴一些藝文氣氛，可以多多前往。



4. 100 Montaditos 和 El tigre 會是你們聚會的好去處、別忘了吃百年吉拿棒老店 Chocolatería San Ginés

100 Montaditos 是西班牙很便宜的連鎖 Bar，每個禮拜三和禮拜天所有的 montadito（小麵包三明治）都只有 1 歐，很適合派對前的 pre-drink 或者和朋友喝酒吃宵夜。商品如其名，100 Montaditos 真的有 100 種 Montaditos 讓你選，所以我每次都很喜歡研究它的菜單，裡面會有很多食物字彙。

El tigre 則是一種「買啤酒送 tapas」的 bar，晚餐與宵夜時間熱鬧極了。

Churros（吉拿棒）其實是西班牙人發明的，百年老店 Chocolatería San Ginés 的品質真的太棒了，而且是 24 小時營業，又在市中心，有時和朋友們凌晨結束活動，直衝 San Ginés 來一份熱呼呼的 Chocolate con Churros 真的非常的舒心！



5. Santo Domingo 站附近有小型亞洲城

想吃亞洲料理、想買亞洲食物，不想跑到 Usera，可以在 Calle de Torija 逛逛。

6. 跑趴地點推薦

- (1) 禮拜一限定的 Fucking Monday
 - (2) 禮拜一在 Joy Eslava 會有免費的 Salsa 舞課，要事先傳 WhatsApp 報名
 - (3) ESN 的 Bling Bling Party
 - (4) 特殊的節日會有特別活動，例如萬聖節就會有 Party 在鬥牛場裡。
- 西班牙有很多 Discoteca (舞廳 a.k.a.夜店) 是免費的，可以和朋友們多發掘，通常裡面的酒精飲品會價格比較高，所以建議先 pre-drink 後再開始入場。
 - 馬德里地鐵與公車差不多凌晨 1:00 左右就會停止服務，早上快 6:00 才有第一班地鐵。所以可以善用 Citymapper 在出去玩前 (腦袋 Sober 的狀態) 查好回家的方法，也可以搭夜間巴士或 Uber，計程車就偏貴了。

7. 馬德里有大大小小的遊行、還有很長的聖誕節

國慶日時，我與朋友們去參加軍樂遊行；十月、十一月時則有音樂節、Tapas 節、亡靈節的活動；一月時也有參加三王節灑糖果遊行。說到三王節，西班牙的聖誕節氣氛大概從 10 月底萬聖節還沒結束就開始了，直到一月的三王節才正式結束。各城市的主廣場都會放置大型裝置藝術，每天晚上都會有燈光秀，而且處處可見聖誕市集，濃濃的聖誕節氣氛會讓你覺得，哇～在西班牙過聖誕節的感覺好棒。



8. 《紙牌屋》踩點

很多遊客會來馬德里，專程找《紙牌屋》的景點拍照！

9. El Rastro 週日市集和 Gran Vía 購物

在 La Latina 站周圍，每週日都會有跳蚤市場，可以去撿好物。Gran Vía、Opéra 及 Sol 附近就是主要的購物中心。

————馬德里還有很多很棒的地方，我就不贅述了，等你自己來挖掘————

10. 到別的縣市玩

大部分的城市，都是兩天一夜或者三天兩夜就差不多可以玩完了。我習慣每到一個城市，無論城市大小，都先去找當地的旅遊中心，因為通常旅遊中心都會在該城的主廣場附近，意即在市中心。在旅遊中心，我都會請工作人員給我一些「必訪景點」的建議，他們會針對你在當地停留多少時間，給你旅程規劃。（西班牙真的很重視旅遊）



Paella Valenciana—西班牙正統的海鮮燉飯是來自瓦倫西亞（豆、兔肉、雞肉）
海鮮燉飯其實是非正統的～



西班牙南部的城市，充滿伊斯蘭風情也深得我心

Farewell to 最完美的交換生活——離開馬德里前還是需要辦理一些手續

1. 帶著護照，前往 URJC 國際事務處辦理離校手續。
2. 如果有上學期制西班牙文課，記得去領證書。
3. 房屋契約可能需要再簽名離宿。
4. 若開銀行戶頭確定好要怎麼處理。

最後的 Murmur——真正發覺自己、獨立生活

我們在台灣做任何事都很方便：說著自己熟悉的中文，如果要辦理事情，都幫你懶人包處理好、或者承辦人員會服務到家。我們有便利商店 24 小時營業，提供的服務包山包海。生活上，大家謹守著本分，以免他人對自己的觀感不佳。但是在馬德里，其實並沒有很多華人，意味著所有的資料都要自己上網看英文或西文的網頁，辦理事情並不會有人幫你事先開個頭之類的。以前我一直覺得北上讀大學，就是獨立生活的開始，沒想到出國後才知道什麼叫真正的獨立，所以有事情都要自己一手包辦。

西班牙朋友曾經跟我說過：「我們是大人了，我們可以做自己想做的事，只要不要侵犯到他人的權益，我想怎麼活就怎麼活！」天哪！這不就是我們一直以來都嚮往的生活嗎？我在西班牙放聲大笑、說英文時努力夾雜著怪腔怪調的西文，自由的表現自己的性格，不僅朋友越來越多，能夠交流的文化也越來越多。西班牙的大學內部都會賣啤酒，他們認為大學生是成年人了，可以管理好自己的行為，所以很多大學生空堂時間就在戶外區打著牌、抽著菸、喝著酒、聊著天，好不快活。

基本上只要保護好自己，可以嘗試享受西班牙的夜間酒吧與舞廳生活，或許在亞洲，「跑趴」常常被視為「不乖」、「不檢點」的活動，但是在國外，這是他們與朋友聚會、增進彼此感情的方式，並不需要覺得「羞恥」。

最後，如果你想要跳脫英文舒適圈，來馬德里 URJC 交換的經驗一定讓你永生難忘，加倍成長！



Hola, me llamo Peggy y vivo la vida!

如果還有西班牙、馬德里、URJC 相關的問題可以跟我聯絡：

peichi.sui@gmail.com

但是請先確實查詢過資料喔！

四、照片（如有，請提供）

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他