

# 臺師大鼓勵學生赴境外進修補助學生赴國外修習

## 返國後心得報告書

### 一、學生資料

填寫日期：2020/7/8

獲補助出國年度：108 學年 第一學期	
中文姓名：童筠涵	英文姓名（姓，名）：Tung, Yun-Han
臺師大就讀科系所、年級： 英語學系五年級	臺師大學號：40421131L
修習國家：西班牙	
修習校名：Universidad de Vigo	
修習學院：Faculty of Philology and Translation	
修習科系：Faculty of Philology and Translation	
修習期間：108 年 9 月～109 年 1 月	
護照入出境時間：	
出境：108 年 8 月 21 日 <input type="checkbox"/> 使用自動通關	
入境：109 年 2 月 3 日 <input type="checkbox"/> 使用自動通關	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	研修學季/期
First foreign language V: English	David Tizon	6 ECTs	2019 autumn
Structure of the first foreign language: English	Javier Perez	6 ECTs	2019 autumn

(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）

學術方面：

(一)一般課程：維戈大學絕大部分都是西語授課課程，有西文底子的人可以去試

試。另外，維戈大學也有提供許多英語授課課程，但多半是理工科的課程。

其中，經濟系也有提供一系列英語授課課程，有許多交換生都選擇經濟系。

而我，因為對那些課程都沒什麼興趣，因此選擇語言與翻譯學系，裡面有很

多語言課程，像是英語、法語、葡萄牙語等語言課程。如果真的不知道要修

什麼課，就去修英文課吧，課程內容應該就像是英文三或是英語系的聽講

課。注意，語言與翻譯學系有一個組別是專門開設給交換生上的課，但是那

是西語授課，西語初學者不建議選修，不過第一堂可以去聽聽啦。

(二)西語課程：這個課程是要額外付費的，一學期大約 75 歐（以維戈大學公告

為準）。這課程的上課時間跟一般課程不一樣，需要特別注意。

1. 首先，在**開學第一天**，維戈大學會召集所有學生到大演講廳，一開始先

介紹學校概況及環境，然後再統一考**分級測驗**，如果不想修語言課的人

就可以先離開了。這個分級測驗不需要特別準備，主要就是測試看看你

適合上哪個等級的西語課而已。然後測驗最後一部份要認真寫，看不懂

也要努力看懂，因為那是問你比較想讀哪個等級的西語課還有期望上課

的時間，所以你如果在開學前先安排好要修什麼一般課程會比較好。不

過實際上課時間可能沒辦法完全符合你的期待，甚至跟一般課程撞課。

2. 大約一至兩周的時間語言中心才會公布分班結果及上課時間，然後依照他的時間去上課就行了。如果是秋季班，課程會在聖誕假期前就結束了，如果一般課程也結束的學生，大致上就算放假了，可以好好規劃出遊了。

(三)加利西亞語言課程：這是語言中心開設給交換生體驗加利西亞文化的課程

(加利西亞語就像是西班牙的方言，不過其實它更接近葡萄牙語。) 這堂課是免費的，課程內容感覺很有趣，有興趣的人可以詢問語言中心。不過因為他的課程只有一個固定時間，很容易撞課，像我就剛好跟西語課撞課就無法修了，有點可惜。

生活方面：

1. 維戈大學在山上，建議不要住學校附近，因為那附近生活機能很差，沒有超市、餐廳之類的，而且來回市區的公車一小時一班（對了，住市中心錯過一班公車，上課就註定會遲到哦！）因此強烈建議在市中心租屋。
2. 租屋不用緊張，在確定可以去維戈交換的時候，去 Facebook 搜尋 Erasmus Student Network Vigo，這是一個非營利組織，專門幫忙交換學生的生活疑難雜症的。由於那些工作人員都是志工，到時有問題請教的時候請有禮貌一點。這個組織在開學前一兩個月就會創立臉書社團讓大家在板上交流。尤其是，他們會在開學前找好一些公寓，然後帶交換

生一個一個看。這個 tour 很頻繁，大概 2-3 天就會有一次，一次大概 3 小時左右，一次看 5-6 間公寓(視情況)，下午才開始。很特別的是，這個 tour 是先搶先贏制，你看到喜歡的，租金、地點可以接受的，就跟志工說，他會跟你約時間跟房東簽約。如果那次 tour 沒有喜歡的，也可以等下次再繼續看。我就遇過有人參加了 5.6 次才找到他想要的房間。我是很幸運，第一次看的 5.6 間公寓就有看到喜歡的了。

3. 說到租屋就要來說說租金。我在交換前爬文，一個月租金大約 150-250 歐，確實如此。以我的狀況來說，我的房間 4-5 坪左右，雅房，四人共用一間廁所，有廚房(幾乎所有房子都會有廚房，只是大小有差而已)，房租 175 歐，加水電網路 25 歐，共 200 歐/月。跟我一起去的另一個交換生，一個月房租 180 歐，房間大約 3 坪，雅房，好像也是 3.4 人共用一間衛浴加廚房，水電費 9 歐(好像是按帳單平分)。
4. 再來說說交通好了。在維戈大學讀書不可能不搭公車(除非有車開)。在去交換前的 2-3 個月要先去公車網站申請大學生公車卡(維戈的國際事務處會寄 email 提醒)，票價直接半價，1.35 歐→0.67 歐。先申請，然後卡片可以先寄到國際事務處，到時再去領取即可。如果到維戈才申請，那你等卡片發下來可能要等一陣子，會多花不少車資哦！卡片用法跟悠遊卡差不多，只是儲值只能去某家銀行(我忘了)的 ATM 儲值，然後僅限

搭維戈的公車。(小撇步，一次儲值至少要儲 5 歐還 10 歐，所以大概學期結束前一個月就要注意餘額，並算算下次要儲多少錢才不會剩太多錢，我不知道餘額能不能退，要自己去查)

5. 再來，手機門號。Erasmus Student Network Vigo 有跟一些電信合作，有些優惠，可以去他們網站查查。不過我不是用他們推薦的，因為學姊提供我另一個電信 simyo，我算一算這個比較適合我。請依個人使用網路的流量評估適合自己的方案。Simyo 沒有實體門市，不過他有跟一些小電信行合作，帶著護照和錢到合作的電信行跟他說要辦 simyo 就行了。

開銷概算：

就我而言，生活算是省錢，都自己煮，不常吃餐廳(一個月 1 次左右)，所以生活費一個月大約 200 歐。不會煮飯的不用擔心，超市有很多微波食品很多樣也很好吃，我有時懶得煮飯也會買冷凍食品回去微波，或是買一包熱狗煎來吃。不能不提，西班牙超市有冷藏的馬鈴薯烘蛋，每家超市都有自己的品牌，味道都很不一樣，可以吃吃看，價格大約 1-3 歐，很便宜。我隔天如果要去學校上兩堂以上的課，我前一天晚上會去買馬鈴薯烘蛋，隔天要去上課前先微波起來然後放保鮮盒帶去學校吃。學校也有餐廳，可是我覺得很貴(以西班牙外食的物價來說算便宜)，一個可頌加一片起司要 1.5 歐，一個三明治要 2-3 歐，而且味道普通，我寧願吃馬鈴薯烘蛋>< 其實在維戈，生活物價不貴，房租也不高，算一算還比

我在台北生活便宜。

不過不過，加上旅遊費，我一個月開銷也不低。因為維戈地處偏僻，雖然有個小機場，但是沒有便宜的 Ryanair，只有 Vueling，所以只有到巴塞隆納比較方便便宜。我學期中大概一個月出去玩兩個周末，搭飛機去西班牙各個城市玩。我是在 9 月中的時候就規劃好整個學期哪個周末要去哪裡玩了，因為機票越早買越便宜。飛機來回一趟我大概都買在 80 歐左右，加上住宿和其他費用，4 天三夜的行程大概 150-200 歐，不過我的遊玩方式算是節省的，很多景點因為太貴就沒去，現在想想有點可惜。

說到搭飛機不能不提 Erasmus 和 Ryanair 的合作優惠。到維戈一定！一定！一定！要辦 Erasmus 卡，他有很多餐廳優惠(我是幾乎沒用到啦><)，最重要的是 Ryanair 和 Flixbus 優惠。有 Erasmus Card，去 Ryanair 官網登入，並填入 Erasmus 身分，買機票會有優惠(其實有時有特惠票的話，會比 Erasmus 更便宜，所以兩個都要稍微比價一下)，而且會加送托運行李 20 公斤。可是這優惠有使用限制，要在出發日期 28 天前買機票才能使用，所以事先規畫行程是很重要的。一張卡可以使用 8 次，所以像我學期間到西班牙各個城市旅遊就沒有使用這優惠，因為我不需要托運行李，我是學期結束悠遊歐洲的時候才有使用(不過當然也要在 28 天前就先買好機票)。至於 Flixbus 的優惠，他有 15%off 的優惠券 10 張，還有一堆 10%off 的(我記得國際青年卡也有 10%off 的 Flixbus 優惠券)。基

本上，那 10 張 15%off 的優惠券就夠用了。

那什麼時候可以搭 Flixbus 呢？Flixbus 在歐洲各國都有據點，可以用他的 App 查。以我來說，我最常搭 Flixbus 是要去葡萄牙 Porto 機場搭 Ryanair 的時候用到的，便宜的時候有 3.99 歐，超過 9.99 歐就不要買了，Vigo 有另外一家客運 Avanza 可以到 Porto 機場，學生票 11 歐。接著，Flixbus 也可以到 Porto 市區，聽說算是葡萄牙第二大城，我滿喜歡那裡的。我也搭 Flixbus 的夜班車去里斯本，晚上 11 點搭到早上 5.6 點，剛好可以開始玩，雖然有點累，但是很省錢，因為早點買可以買到一趟 9.99 歐。

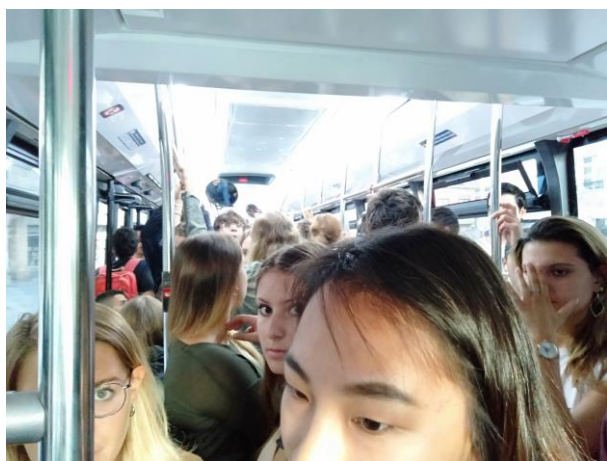
阿呀，講一講就扯遠了，總之學期間我的開銷一個月大約落在 600-700 歐，房租 200 歐，生活費 200 歐，旅遊費 200-300 歐。然後我在學期結束後(我的課都在聖誕假期前結束，所以我 12 月中就離開維戈去歐洲各處遊玩了)，悠遊歐洲 50 天，沒有實際算花多少錢，但是這學期來交換，我買了 5500 歐(帶 2000 現金，3500 存銀行，銀行我用線上銀行 Revolut)，然後多刷了 700 歐的卡，所以一學期五個月大約花了 6200 歐。



#### 四、照片（如有，請提供）



西班牙超市



早上擠滿要去上課的學生的公車



大教室，考試時一排只坐3個人

五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他