

教育部學海飛颺暨學海惜珠

國立臺灣師範大學受獎助學生返國後心得報告書

所列大綱為基本應填項目，不可刪減
版型不拘，可依需求增加內容、穿插照片

一、學生資料

填寫日期：_2022.1.22_

中文姓名： 陳奕潔	110 年度學海飛颺
臺師大就讀系所、年級： 英語學系	
研修國家： 加拿大	
研修校名： 蒙特婁大學	
研修學院： Faculté des arts et des sciences Département de littératures et de langues du monde	
研修科系： Études anglaises	
研修期間： 2021 年 9 月 ~ 2021 年 12 月	

二、修習課程 (請依實際修課情形自行增加列數)

研修課程名稱	任課教師姓名	學分數	所屬學季/期
Contemp. Brit./ Irish Culture	Irving Wolfe	3	2021 fall
English Grammar	Irving Wolfe	3	2021 fall
Composition: Critical Writing	Heather Meek	3	2021 fall
Phonét. et prat. oral élém.	Sylvie Calderoni	3	2021 fall

三、心得分享(如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字)

- 食

以在家自煮居多，外面餐廳一份餐約為 15-25 加幣，外加 15% 稅和最低 15% 小費。這邊蔬菜不算貴，倒是魁北克自產的高麗菜真的不好吃，硬又無味，建議高麗菜要到亞洲超市買註明台灣或亞洲的比較不會失望。

- 衣

9 月的蒙特婁氣溫宜人，像台灣的秋天，可以穿薄長袖和長褲，晚上要再加一件外套，短褲漸漸退場。10 月開始進入台灣初冬，台灣用的羽絨外套這時還算實用，但進入 11 月時就開始超過台灣低溫範圍，白天最高溫常常只有個位數，下了第一場雪。12 月氣溫再下滑，時常白天最高溫大約 -5 度，更不用說體感溫度，路面總是積雪，在外頭不再適合活動和長時間行走，進室內都有暖氣。

強烈建議到當地買一件實穿的冬天大衣，注重機能性，例如羽絨蓬鬆、口袋多以利放口罩手套圍脖等，我的大衣長度至膝，對怕冷者很有幫助因為臀部、大腿十分保暖，大衣內部有類似鋁箔內襯以保溫和增溫，非常有效果，越行動越溫暖。我在 9 月時就至當地運動用品店 sport experts 瀏覽冬天外套，以當時出清價格買到半價，往後幾個月再回來看時，已經變回當季商品，價差很多，可以注意。台灣最溫暖的衣服到了蒙特婁的外頭可能全無用武之地，建議不用攜帶太多，到了當地才能實際感受到氣溫和自己的保暖方式。衣服可以用手捲真空袋壓縮裝進行李，能省下許多空間。

- 住

外租的話，可以上蒙特婁當地租屋臉書社團、加拿大拍賣網站 kijiji 等看房。當地租約多為 7/1 起開始簽約一年，過了之後也會陸續有房，建議不用太過擔心。

- 行

可以買學生附照片的 OPUS 卡，線上申請的話只能刷魁北克省的卡付款，因此必須到 berri-uaqm 站跑一趟辦卡，申請表格不用印出來，現場會發。需要注意的是要提前線上預約，當地許多辦事方式包括學校、銀行都以預約制為主，直接前往可能白跑一趟。

- 玩樂

學校有一個社團叫做 cle de champs，專門規劃活動帶大家出去玩，例如摘蘋果、看展覽、爬山，不一定以交換生為主。

建議在學期初時參加開學週的野餐或是校園導覽活動，我就是在這時認識了整個學期都互相陪伴的好朋友們，倒是正式開始上課時，在課堂上反而因為遠距、或是講授方式，不一定能好好認識到同班同學。

● 課程

Contemp. Brit./ Irish Culture	Irving Wolfe	課程中會由教授帶著賞析幾齣愛爾蘭戲劇的文本，不需事前閱讀，評分方式為兩篇論文。教授是位老先生，給分大方，注重學生對於文本的思考和體悟。
English Grammar	Irving Wolfe	這堂課是專為法文母語者設計的英語文法課，強調許多英法語言中容易混淆的小錯誤，對於非法文母語者來說收穫或許不會太多。幾乎每堂課會手寫英文作文，教授收回後指出文法錯誤，以台灣學生英文程度來說算是輕鬆。
Composition: Critical Writing	Heather Meek	非常紮實的寫作課！每堂課有要事先閱讀的文學作品，包括詩、短篇故事、小說節錄，教授非常仔細地帶領學生分析文本，並教授論文寫作方式，這堂課共交出了兩篇論文及許多寫作練習。對於對文學作品有興趣、想認真練習英文論文寫作的人，十分推薦這堂課。
Phonét. et prat. oral élém.	Sylvie Calderoni	需另付 75 加幣的法文課，一週上兩次，晚間 7-10 點，8 週便結束課程，時間上可以特別注意適不適合。 這堂課將三種程度的學生混在一起練習法文口說，若只有法文基本概念的人比較適合，已有些程度的學生或許幫助不大。

● 開銷

以下可以參考我交換期間的支出（加幣）。

	飛前		八月		九月		十月		十一月		十二月	
交通	機票	2267	機場uber	32	月票	53	月票	53	月票	53	全部	391.47
			地鐵票	27	opus卡	15	communautc	12.19				
住宿	押金	400	房租	55	房租	910	房租	910	房租	910	房租	55
食物			自煮	88.75	自煮	104.6	自煮	141.15	自煮	150	自煮	341.82
					垃圾食物	28.8	垃圾食物	37.77	垃圾食物	9.55		
					餐廳	55.52	餐廳	63.85	餐廳	64	餐廳	321.88
					咖啡	87.63	咖啡	10	咖啡	113.85	咖啡豆	62.21
娛樂					玩	38.62	玩	282.13	玩	61.2	玩	1132.45
生活			衣服	22.89	衣服	5	衣服	29.55	衣服	52.88		
			用品	22	用品	11.8	用品	14.55	用品	26.18	用品	100.96
電話費	台哥大全部	135			fido	53.25	fido	40.77	fido	40.77	fido	40.77
其他	學習許可	150	瑜珈墊	40.24	列印	10.16	thule包	115	禮物	49.43	禮物	179.5
	生物辨識	85	學校保險	300	冬天大衣	230						
			法文課學費	75								
總計		3037	0	662.88	0	1603.38	0	1709.96	0	1530.86	0	2626.06

